

8 - Outras possibilidades para a aposentadoria

Raiana Lídice Mór Fukushima
André Luis Vicente
Gilson Fuzaro Junior
Melissa Riani Costa Machado
José Luiz Riani Costa

SciELO Books / SciELO Livros / SciELO Libros

FUKUSHIMA, RLM., *et al.* Outras possibilidades para a aposentadoria. In: COSTA, JLR., COSTA, AMMR., and FUZARO JUNIOR, G., orgs. *O que vamos fazer depois do trabalho? Reflexões sobre a preparação para aposentadoria* [online]. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2016, pp. 117-134. ISBN 978-85-7983-763-0. Available from: doi: [10.7476/9788579837630](https://doi.org/10.7476/9788579837630). Also available in ePUB from: <http://books.scielo.org/id/n8k9y/epub/costa-9788579837630.epub>.



All the contents of this work, except where otherwise noted, is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Todo o conteúdo deste trabalho, exceto quando houver ressalva, é publicado sob a licença [Creative Commons Atribuição 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Todo el contenido de esta obra, excepto donde se indique lo contrario, está bajo licencia de la licencia [Creative Commons Reconocimiento 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

8

OUTRAS POSSIBILIDADES PARA A APOSENTADORIA¹

Raiana Lídice Mór Fukushima
André Luis Vicente
Gilson Fuzaro Junior
Melissa Riani Costa Machado
José Luiz Riani Costa

Com o objetivo de destacar a amplitude de temas e enfoques que podem ser contemplados em um Programa de Preparação para Aposentadoria (PPA), o presente capítulo traz três novas abordagens relacionadas ao envelhecimento e à aposentadoria: animais de estimação, cinema e meio ambiente.

A convivência com animais de estimação

A convivência com animais de estimação vem se tornando cada vez mais frequente nas famílias brasileiras. Segundo dados da Associação Brasileira da Indústria de Produtos para Animais de Estimação (Abinpet), em 2012, o Brasil ocupava a quarta posição no quadro mundial, com 106,2 milhões de animais domésticos, atrás somente da China (288,2 milhões), Estados Unidos (224,3 milhões) e do Reino Unido (148,3 milhões). Ainda de

1. Agradecimento a Carla Cristina Machado Riani Costa e Hugo Leonardo Riani Costa pela colaboração na revisão do capítulo.

acordo com a Abinpet (2012), estima-se que o Brasil apresente um crescimento de 5% ao ano.

Outros autores concluíram que a presença de animais de estimação, especificamente cães e gatos, contribui para a estimulação de carinho e afeto nos seres humanos (Anderline; Anderline, 2007). Os animais de estimação podem ser considerados verdadeiros facilitadores sociais, além de promover a integração entre crianças, adultos e idosos.

Para Bryant (2008), muitas pessoas procuram suporte social para enfrentar situações desfavoráveis, como desarranjos familiares, luto pela morte do cônjuge ou ente querido, hospitalizações e mudança de lar, encontrando no animal de estimação parte desse suporte.

Beck e Katcher (2003) pontuaram que os seres humanos se sentem mais seguros em compartilhar momentos da vida com animais de estimação, uma vez que estes frequentemente estão disponíveis para suprir as necessidades de afeto (McNicholas et al., 2005).

Animais de estimação no envelhecimento

Além das comorbidades associadas ao processo de envelhecimento, os idosos, muitas vezes, apresentam desarranjos psicossociais devido à aposentadoria ou à transição para a aposentadoria, e consequente perda da posição social. Segundo Alvarenga et al. (2008), as repercussões da aposentadoria englobam valores pessoais, sociais, culturais e econômicos e cada indivíduo enfrenta essa transição de maneira diferente. Para alguns, a aposentadoria é vista de forma positiva e permite às pessoas uma reorganização da vida. Para outros, a aposentadoria é substancialmente prejudicial, podendo afetar sua saúde psíquica. Rodrigues et al. (2005) apontaram que sentimentos e sintomas como a ansiedade, depressão, irritabilidade e insatisfação em geral são manifestações que podem ser decorrentes da aposentadoria, e que estas estão fortemente relacio-

nadas com a piora da qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS).

Múltiplas terapias não medicamentosas têm se mostrado alternativas eficazes no tratamento de quadros crônicos, principalmente na população idosa, colaborando com a redução de gastos em internações hospitalares, consultas médicas e medicamentos (Berenstein; Wajnman, 2008). A atividade física, a dança e o tai chi chuan, por exemplo, podem promover inúmeras vantagens ao processo de envelhecimento ativo e saudável (Merom et al., 2013). A prática regular de atividade física pode ocasionar vantagens para o bem-estar geral do idoso, além de promover o engajamento social (Keogh et al., 2009), tendo efeito positivo sobre os sintomas depressivos (Lindwall et al., 2006). Lail, McCormack e Rock (2011) realizaram uma investigação no Canadá com 428 participantes, na qual se identificou que indivíduos que possuíam cães eram mais sujeitos a praticar caminhadas recreativas pela vizinhança, quando comparados com indivíduos que não tinham cães, em todas as estações do ano, permitindo, assim, que esses indivíduos se mantivessem ativos por um período prolongado.

Alguns estudos buscaram identificar os benefícios sociais e psicológicos para a população idosa relacionados ao convívio com os animais domésticos. Heiden e Santos (2009), em sua investigação com 51 idosos participantes de grupos de terceira idade, com idade entre 60 e 84 anos, verificaram que os animais proporcionam alegria, companhia, segurança, passatempo e distração para os idosos, além de esses animais estabelecerem um vínculo afetivo com seu dono, sendo considerados, em alguns casos, parte da família. Costa et al. (2009) realizaram uma pesquisa com duzentas idosas, divididas em dois grupos (as que conviviam e as que não conviviam com animais), e observaram que a convivência com animal de estimação foi capaz de preencher a carência afetiva.

De acordo com Triebenbacher (2000), os animais são capazes de desempenhar diversos papéis na vida dos indivíduos, desde a figura de um amigo próximo até de um membro da família, e por

esse motivo são considerados fundamentais nas etapas de transição da vida, como separação, aposentadoria e velhice.

Nessa perspectiva, pode-se afirmar que o convívio com animais domésticos pode ter efeitos benéficos para os seres humanos. No entanto, ter um animal doméstico exige determinadas responsabilidades e cuidados que, em alguns casos, os idosos não conseguem desempenhar.

Fabício, Rodrigues e Costa (2004), em uma pesquisa sobre as causas e consequências das quedas na população idosa, identificaram que a presença de animais domésticos pode ocasionar a queda, principalmente se o equilíbrio e a marcha do idoso estiverem prejudicados. Barbosa e Nascimento (2001), em uma análise sobre a incidência de internações por motivo de quedas, observaram que a presença de animais domésticos pela casa é um dos fatores extrínsecos que podem aumentar a incidência desses acidentes. Diversas outras investigações também identificaram a companhia de animais domésticos como um fator de risco para quedas no âmbito residencial (Messias; Neves, 2009; Yamazaki; Ferreira, 2013).

Quando os animais não são adequadamente adestrados, há um risco maior de mordeduras e arranhaduras que podem ocasionar lesões propensas a infecção.

Além do risco de quedas, mordeduras e arranhaduras, é importante lembrar que animais de estimação, especialmente se não vacinados e vermifugados, podem transmitir doenças às pessoas, pelo contato direto ou indireto (Pereira; Ferreira, 2012). De acordo com Neto et al. (2011), são escassas as informações básicas sobre a posse responsável de animais de estimação e o risco de zoonoses, sendo necessária a maior divulgação dessas informações como maneira de reduzir os riscos à saúde e elevar a segurança da população em destaque.

Cabe também lembrar o peso econômico que a posse desses animais pode representar, com alimentação, cuidados gerais (banho e tosa), consultas e medicamentos. Outro aspecto que merece uma abordagem é o trabalho adicional que a manutenção da higiene da casa pode significar. Finalmente, é importante ter em mente que,

como a expectativa de vida desses animais é bem menor que a dos humanos, pode ser um sofrimento o luto pela morte do animal de estimação.

Diante dos aspectos aqui levantados, recomenda-se que discussões sobre essa temática sejam incluídas no PPA, para que a posse de um animal de companhia em casa, sob orientação correta, possa promover efeitos benéficos aos indivíduos que estão passando pelo processo de aposentadoria e envelhecimento, além de ajudar a minimizar os riscos relacionados a essa posse.

Intervenção assistida por animais

Alguns estudos observaram que a população idosa pode obter benefícios por meio da intervenção assistida por animais (IAA) (Colombo et al., 2006; Banks; Banks, 2002; Stasi et al., 2004).

O termo IAA inclui duas categorias: a terapia assistida por animais (TAA), ou pet-terapia, e as atividades assistidas por animais (AAA).

A pet-terapia é uma intervenção realizada com animais que possui objetivos específicos, sendo parte de um processo de tratamento e deve ser acompanhada e supervisionada por um profissional da área de saúde que, conforme seu enfoque profissional, terá metas distintas e específicas para cada indivíduo. Segundo a organização Delta Society (atualmente conhecida como Pet Partners), essa ação tem por finalidade intervir no desempenho físico, social, emocional e cognitivo dos indivíduos.

Por outro lado, a AAA refere-se às atividades elaboradas com animais que oferecem oportunidades recreativas, bem como motivacionais e educacionais, com o objetivo de aperfeiçoar a qualidade de vida dos indivíduos (Queiroz, 2014). Nessa modalidade, não há um objetivo terapêutico específico.

A pet-terapia é entendida como uma terapia não farmacológica que, segundo Queiroz (2014), é capaz de trazer múltiplos benefícios a distintos grupos de indivíduos. Diversos autores já obser-

varam resultados satisfatórios da pet-terapia. Para Moretti et al. (2011) e Berget, Ekeberg e Braastad (2008), a pet-terapia mostrou-se eficaz na diminuição de sintomas em pacientes com desordens psiquiátricas, assim como no auxílio a indivíduos com dependência química (Wesley; Minatrea; Watson, 2009), além da otimização da qualidade de vida em idosos residentes em instituições de longa permanência (Colombo et al., 2006). Stumm et al. (2012) observaram em um estudo com idosas com transtornos mentais que a pet-terapia aplicada em uma instituição de longa permanência teve como resultado a melhora do humor e interação entre as idosas e o maior vínculo entre a equipe, os médicos e pacientes, facilitando o cuidado.

Vale lembrar que todo animal de estimação deve estar em condições saudáveis, apto para ser utilizado nessas atividades e com todas as vacinas em dia, devidamente avaliado pelo veterinário (Verklan, 2015), com a finalidade de minimizar potenciais riscos.

Segundo estudos nacionais e internacionais, o animal mais utilizado em pet-terapia é o cão (Morrison, 2007), mas também podem ser utilizados animais como pássaros (Verklan, 2015), gatos (Hanson et al., 2008), cavalos (Bass; Duchowny; Llabre, 2009) e até mesmo animais robóticos (Ribi; Yokoyama; Turner, 2008; Kramer; Friedmann; Bernstein, 2009).

Toigo, Leal e Ávila (2008) desenvolveram uma pesquisa experimental com dez idosas entre 60 e 74 anos, moradoras do município de Caxias do Sul (RS), e observaram que sessões semanais de equoterapia, ou terapia com cavalos, resultaram na otimização do equilíbrio estático, reduzindo as possibilidades de desequilíbrios e, conseqüentemente, o risco de quedas. Silveira e Wibelinger (2011) concluíram em seu estudo que a equoterapia é uma alternativa inovadora e eficaz, capaz de melhorar a qualidade de vida e bem-estar do idoso.

Pode-se constatar que a pet-terapia é uma prática relativamente recente no Brasil, mas vem sendo considerada eficaz na vida diária de idosos, podendo auxiliar positivamente nos processos de cura e reabilitação de diversas doenças. Mais raro ainda é o desen-

volvimento de atividades com animais com finalidades recreativas em idosos ou integrando um PPA.

Cinema depois do trabalho

O cinema tem sido utilizado como um recurso audiovisual em atividades educacionais, pois alia a força das imagens aos efeitos sonoros, complementando as informações do texto da narrativa. Assim, o cinema pode ser utilizado como ferramenta pedagógica, possibilita um elevado grau de comunicação e abre a possibilidade de discussão das questões humanas em diferentes perspectivas, abordando diversas esferas da vida.

As atividades culturais, assim como as de turismo e lazer, são importantes componentes de um PPA. Muitos trabalhadores têm dificuldade de acesso a essas atividades durante o período da vida fortemente marcado pelo trabalho, especialmente pela falta de tempo, aliada a dificuldades econômicas e responsabilidades com a família. Além disso, há uma concentração de equipamentos culturais na área central das cidades.

A utilização do cinema no âmbito do PPA tem o propósito de estimular a inclusão de projetos culturais e de lazer nos programas voltados à preparação para a aposentadoria e nas políticas públicas voltadas à população idosa. No caso do Núcleo Local Unesp-Unati, no câmpus de Rio Claro, o cinema tem sido utilizado como alternativa de educação não formal, tanto para idosos da comunidade como para os servidores que se preparam para a aposentadoria, além de ser reconhecido como uma atividade de lazer e entretenimento.

Em 2008, com o objetivo de superar a dificuldade de acesso da população idosa ao cinema, foi implantado na Unesp/Rio Claro o Projeto de Extensão “Cinema, Educação e Saúde”, junto ao Departamento de Educação Física, do Instituto de Biociências. O projeto promoveu a exibição semanal de filmes envolvendo temas relacionados à saúde ou ao processo de envelhecimento, destinado aos

participantes de outros projetos de Extensão Universitária do câmpus, especialmente o Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (Profit), e aberto a toda a população idosa do município. Nos últimos anos, o convite estendeu-se aos servidores que se encontram próximos da aposentadoria. Mais recentemente, essa atividade deixou de se constituir como um projeto de extensão isolado e passou a integrar o Projeto de Extensão PPA-Unesp/Rio Claro, mantendo a mesma dinâmica.

No início de cada sessão de cinema do projeto é feita uma breve apresentação do filme, buscando destacar os aspectos relacionados à temática central e esclarecer questões técnicas ou relativas ao gênero do filme, com o cuidado de não inibir as diversas percepções possíveis. Em seguida, o filme é exibido em uma sala apropriada e ao final da sessão abre-se uma roda de conversa, visando à discussão de situações do filme relacionadas à realidade dos participantes, como uma possibilidade de estímulo e reflexão sobre a vida e o cotidiano. Os benefícios aos idosos incluem a sociabilidade e a oportunidade de reformular percepções que auxiliem a construção de novas formas de viver. Alguns dos filmes exibidos ao longo desses anos estão listados no Anexo deste livro.

Diferentes aspectos do envelhecimento e da aposentadoria são tratados de diversas formas em diferentes gêneros do cinema, de forma implícita ou explícita, em que as percepções dependem do olhar do indivíduo, influenciado pelo contexto.

Para mostrar a grande diversidade dessa arte, são exibidos filmes de diversos gêneros: dramas, comédias, documentários, curtas, filmes antigos e recentes, nacionais e estrangeiros (americanos, italianos, canadenses, franceses, espanhóis, argentinos, entre outros).

Ações de educação não formal voltadas à população idosa podem ganhar novos ares com a utilização da linguagem do cinema no processo ensino-aprendizagem, integrando a discussão de temas relacionados à determinação da saúde com outras políticas sociais, especialmente educação e cultura. Além disso, o fato de o idoso sair de casa cria a oportunidade de convívio social e aumenta as chances

de envolver-se em programas de promoção da saúde, especialmente a prática regular de atividade física.

A presença de jovens e crianças em alguns dos filmes pode permitir um contato intergeracional que facilita trocas de experiências e saberes, evidenciando que um mesmo tema pode comportar diferentes pontos de vista.

Envelhecimento, aposentadoria e meio ambiente

Um dos temas menos abordados nas discussões que envolvem o envelhecimento e a aposentadoria é a questão ambiental. Chama a atenção o fato de essa temática não ter merecido qualquer referência na Lei da Política Nacional do Idoso (Brasil, 1994) ou no Estatuto do Idoso (Brasil, 2003), especialmente se considerada a ampla divulgação que vem sendo feita a respeito nas últimas décadas. O silêncio em relação aos problemas ambientais na legislação voltada à população idosa é ainda mais preocupante, pois esses problemas têm um impacto intensificado nesse grupo etário, como o caso da poluição urbana.

Nessa perspectiva, além de palestras, filmes e rodas de conversa envolvendo a temática ambiental, o PPA pode incluir algumas atividades ligadas ao meio ambiente, com destaque para as atividades físicas em áreas ecológicas (bosques, matas, hortos etc.), como:

- a) “Caminhadas do Conhecimento”, com monitores de várias áreas: Educação Física, Biologia, Ecologia, Geografia, Geologia etc.
- b) Ginástica natural/ecológica, utilizando as condições naturais de relevo e vegetação de reservas ecológicas.
- c) Atividades de ciclismo e montaria a cavalo em trilhas no espaço periurbano ou rural.

Idealmente, tais atividades devem ter um caráter interdisciplinar e multissetorial, incluindo meio ambiente, educação, saúde, cultura, esporte, lazer e turismo.

Além disso, o PPA pode estimular a apresentação de propostas relacionadas ao meio ambiente nas políticas públicas voltadas à população idosa, tais como:

- Arborização de ruas, avenidas, praças e jardins utilizando árvores adequadas ao espaço urbano, conciliando os aspectos técnicos com as preferências da população. Poderia haver uma padronização por ruas, por quadras ou por bairros. Entre as variedades de plantas utilizadas, deveriam ser incluídas árvores características da vegetação nativa e árvores frutíferas, muitas delas fortemente associadas à época da infância dos atuais idosos.
- Apoio a hortas comunitárias e ao plantio de ervas medicinais, que representam tanto um benefício direto para os produtores, enriquecendo a alimentação e os cuidados de saúde, quanto podem significar uma fonte adicional de renda. Poderiam ser utilizados terrenos próprios do poder público, vazios urbanos e espaços ociosos das instituições que desenvolvem ações voltadas aos idosos, creches municipais, escolas etc.
- Implantação de bosques de vizinhança, integrando a recuperação ambiental com locais para a prática de atividades físicas e lazer. Seria interessante constituir espaços que lembrassem os antigos quintais e as fazendas onde muitos idosos passaram boa parte de sua infância e juventude.
- Apoio ao plantio de árvores nos quintais e jardins das residências, com o fornecimento de mudas e orientação técnica, além da instituição de estímulos, como a redução de tributos proporcional à área cultivada.

Outra possibilidade é desenvolver atividades que recuperem as informações acumuladas pelos idosos a respeito das transforma-

ções promovidas no meio ambiente, tanto o natural como o construído pelo homem. Nessa atividade, é fundamental a participação de pessoas de diferentes idades, com ganhos adicionais em função do contato intergeracional.

A participação de idosos na educação ambiental

Os conhecimentos e experiências acumulados pela população idosa podem ser compartilhados com as novas gerações, proporcionando ao educando o contato, ainda que indireto, com o antigo meio, através de histórias e fotografias que resgatem a herança da família e sua ligação à terra. Quanto maior a diversidade de idades entre os participantes, mais rica a atividade, pois é importante que todos tenham consciência das transformações que a humanidade está provocando no meio ambiente, especialmente no processo de urbanização. Com base nessas reflexões foi elaborado um trabalho intitulado “Vovô e vovó como educadores ambientais” (Costa; Costa, 2003), apresentado em eventos de educação ambiental, que serviu de fundamento para as discussões aqui apresentadas.

Uma das técnicas utilizadas é a Memória Viva, que busca conhecer os fatos ocorridos no passado, com possibilidade de recriar, reconstruir ou retratar o meio ambiente e as características da vida na cidade e no campo para, com visão crítica, associar as mudanças promovidas no decorrer dos tempos (Cetesb, 2001).

Nessa atividade são colhidos depoimentos de pessoas idosas que vivem na comunidade, sendo interessante incluir os próprios avós dos participantes, além de comerciantes, funcionários da prefeitura e moradores da vizinhança que tenham raízes antigas no bairro e/ou cidade.

O relato deve ser livre, podendo seguir um roteiro que inclua dados sobre:

- A casa em que morava, como era feita, se existia quintal grande, horta, pomar.

- A escola onde estudou, o trajeto da casa à escola, as brincadeiras e jogos etc.
- O que havia no local antes que o bairro fosse criado (fazenda, várzea etc.).
- Como eram os rios, riachos ou córregos que passavam pela cidade.
- Como eram os hábitos alimentares e a conservação dos alimentos.
- Como era feito o abastecimento de água (poço, diretamente do rio etc.).
- Como eram os meios de transporte e comunicação e as formas de energia.
- Quais eram as atividades econômicas predominantes e como se modificaram (Cetesb, 2001).

Em uma experiência desenvolvida nos Estados Unidos por Herman et al. (1992 apud Cetesb, 2001), os alunos entrevistavam seus avós e outros moradores antigos, documentando, com áudio e vídeo, atividades quase esquecidas, como a técnica de plantar seguindo as fases da lua, curtir couro, fiar e tecer. Os estudantes também percorriam as comunidades rurais para aprender sobre os hábitos e para ouvir histórias dos mais velhos. O folclore voltou a ocupar seu lugar; “emergiram charadas, jogos, ritos de passagem, festivais da terra, conhecimentos sobre o clima, medicina, arquitetura, lendas, preservação de alimentos, ferramentas e técnicas da agricultura” (Cetesb, 2001).

O mais interessante é que os idosos se beneficiam muito da atividade, na medida em que, além de reviverem momentos marcantes de suas vidas, sentem-se úteis e integrados na comunidade. Nessa atividade, todos os participantes saem ganhando, pois se conscientizam de que fazem parte de um grupo maior de pessoas, as quais têm características comuns (Cetesb, 2001).

Para a realização das atividades propostas, é importante envolver as entidades representativas dos idosos, além de contar com

profissionais que tenham conhecimento técnico a oferecer para o aprimoramento do processo.

Outras atividades que também podem ser incluídas em um PPA:

- Estudar a vegetação e a paisagem urbana retratada em antigas fotografias e visitar os locais procurando analisar as mudanças.
- Voltar a um local que os idosos gostavam de frequentar quando jovens, conversando sobre o que havia ali e o que faziam.
- Descrever, com a ajuda dos migrantes, a história de seus locais de origem, destacando o uso da terra, a agricultura, a pesca etc.
- Através de um álbum de fotografias, estimular a discussão, indo além da identificação das pessoas e da relação de parentesco, procurando observar evidências da paisagem e de estilos de vida.
- Organizar uma exposição de fotos e objetos antigos da instituição ou empresa, estimulando que a história seja contada. (Cetesb, 2001)

Em Rio Claro (SP), a Lei da Política Municipal do Idoso (Rio Claro, 2004) incluiu essa questão nos seguintes termos:

Art. 28. O órgão municipal responsável pela área de Meio Ambiente deve:

- a) Aproveitar o conhecimento da população idosa sobre a questão ambiental, como uso da água, tipo de alimento e história dos rios da cidade, enriquecendo as atividades de educação e cultura através de relatos para alunos do ensino fundamental e produção de documentários.

Em outro ponto da lei, o tema é retomado na perspectiva da integração do idoso com as demais gerações.

Art. 31. Devem ser desenvolvidas ações que propiciem a integração do idoso com as demais gerações, bem como a reflexão sobre o processo de envelhecimento e as condições de vida da população idosa, devendo incluir:

- a) realização de visitas de alunos dos diferentes níveis de ensino às instituições que prestam atendimento aos idosos, com desenvolvimento de atividades de integração e recreação;
- b) estímulo à participação de idosos nas comemorações e datas cívicas;
- c) realização de passeios para os idosos dos Grupos de Terceira Idade e Instituições de Longa Permanência para Idosos pela área urbana, preferencialmente com orientação e objetivos preestabelecidos;
- d) estímulo ao contato da população idosa com as demais gerações, nos diferentes espaços de atuação destas (escolas, serviços de saúde, locais de trabalho etc.);
- e) apoio a projetos para restauração de vagões de trens e de dependências da Fepasa (Estação Ferroviária, oficinas etc.), visando à implantação de programas que estimulem o intercâmbio de culturas e o resgate da memória. (Rio Claro, 2004)

Uma aplicação desses preceitos foi a exposição *A história feita por nós*, realizada por ocasião da XXVII Semana Municipal do Idoso, em 2009, que contou com fotos antigas da cidade, em tamanho ampliado, incluindo edificações que foram demolidas, atividades profissionais extintas, veículos antigos, carnaval de rua etc. Uma das idosas, ao sair da exposição, disse que foi emocionante rever locais que hoje estão tão modificados e destacou uma foto de uma antiga confeitaria que existia no centro da cidade. “Eu fiquei parada na frente daquela foto e me senti menina, com água na boca, indo comprar meu doce preferido. Senti até as pedras do calçamento da rua nos meus pés.”

Referências bibliográficas

- ALVARENGA, L. N. et al. Repercussões da aposentadoria na qualidade de vida do idoso. *Rev. Esc. Enferm. USP*, v.43, n.4, p.796-802, 2008.
- ANDERLINE, G. P. O. S.; ANDERLINE, G. A. Benefícios do envolvimento do animal de companhia (cão e gato) na terapia, na socialização, e bem-estar das pessoas e o papel do médico veterinário. *Rev. CFMV*, v.1, n.41, p.70-5, 2007.
- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DA INDÚSTRIA DE PRODUTOS PARA ANIMAIS DE ESTIMAÇÃO (Abinpet). 2012. Disponível em: <http://abinpet.org.br/imprensa/noticias/populacao-de-pets-cresce-5-ao-ano-e-brasil-e-quarto-no-ranking-mundial/>. Acesso em: mar. 2015.
- BANKS, M. R.; BANKS, W. A. The Effects of Animal-Assisted Therapy on Loneliness in an Elderly Population in Long-Term Care Facilities. *J. Gerontol.*, v.57, n.7, p.428-32, 2002.
- BARBOSA, M. L. J.; NASCIMENTO, E. F. A. Incidência de internações de idosos por motivo de quedas, em um hospital geral de Taubaté. *Rev. Biociênc.*, v.7, n.1, p.35-42, 2001.
- BASS, M. M.; DUCHOWNY, C. A.; LLABRE, M. M. The Effect of Therapeutic Horseback Riding on Social Functioning in Children with Autism. *J. Autism DevDisord*, v.39, n.9, p.1.261-7, 2009.
- BECK, A. M.; KATCHER, A. H. Future Directions in Human-Animal Bond Research. *American Behavioral Scientist*, v.47, n.1, p.79-93, 2003.
- BERENSTEIN, C. K.; WAJNMAN, S. Efeitos da estrutura etária nos gastos com internação no Sistema Único de Saúde: uma análise de decomposição para duas áreas metropolitanas brasileiras. *Cad. Saúde Pública*, v.24, n.10, p.2.301-13, 2008.
- BERGET, B.; EKEBERG, O.; BRAASTAD, B. O. Animal-Assisted Therapy with Farm Animals for Persons with Psychiatric Disorders: Effects on Self-Efficacy, Coping Ability and Quality of Life, a Randomized Controlled Trial. *Clin. Pract. Epidemiol. Ment. Health*, v.4, n.9, 2008.

- BRASIL. Lei n.10.741, de 1º de outubro de 2003, que cria o Estatuto do Idoso e dá outras providências, 2003.
- _____. Lei n.8.842, de 4 de janeiro de 1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, 1994.
- BRYANT, B. K. *Social Support in Relation to Human Animal Interaction*. 2008. Paper Presented at the NICHD/Mars Meeting on Directions in Human-Animal Interaction Research: Child Development, Health and Therapeutic Interventions.
- COLOMBO, G. et al. Pet Therapy and Institutionalized Elderly: a Study on 144 Cognitively Unimpaired Subjects. *Arch. Gerontol. Geriatr.*, v.42, n.2, p.207-16, 2006.
- COMPANHIA DE TECNOLOGIA DE SANEAMENTO AMBIENTAL DO ESTADO DE SÃO PAULO (Cetesb). *Cartilha Educação e Participação*. 2001.
- COSTA, E. C. et al. Aspectos psicossociais da convivência de idosas com animais de estimação: uma interação social interativa. *Psicol. Teor. Prat.*, v.11, n.3, p.2-15, 2009.
- COSTA, M. R.; COSTA, J. L. R. Vovô e vovó como educadores ambientais. SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL, Rio Claro, 2003. *Anais do...*
- FABRÍCIO, S. C. C.; RODRIGUES, R. A. P.; COSTA, M. L. Causas e consequências de quedas de idosos atendidos em hospital público. *Rev. Saúde Pública*, v.38, n.1, p.93-9, 2004.
- HANSON, L. M. et al. Physiological Responses by College Students to a Dog and a Cat: Implications for Pet Therapy. *N. Am. J. Psychol.*, v.10, n.3, p.519, 2008.
- HEIDEN, J.; SANTOS, W. Benefícios psicológicos da convivência com animais de estimação para os idosos. *Agora*, v.16, n.2, p.487-96, 2009.
- KEOGH, J. W. L. et al. Physical Benefits of Dancing for Healthy Older Adults: a Review. *J. Aging Phys. Act*, v.17, n.4, p.479-500, 2009.
- KRAMER, S. C.; FRIEDMANN, E.; BERNSTEIN, P. L. Comparison of the Effect of Human Interaction, Animal-Assisted Therapy and AIBO Assisted Therapy on Long-Term Care Residents with Dementia. *Anthrozoös*, v.22, n.1, p.43-57, 2009.

- LAIL, P.; McCORMACK, G. R.; ROCK, M. Does Dog-Ownership Influence Seasonal Patterns of Neighbourhood Based Walking Among Adults? A Longitudinal Study. *BMC Public Health*, 11(1), p.148-55, mar. 2011.)
- LINDWALL, M. et al. Depression and Exercise in Elderly Men and Women: Findings from the Swedish National Study on Aging and Care. *J. Aging Phys. Act*, v.15, n.1, p.41-55, 2006.
- McNICHOLAS, J. et al. Pet Ownership and Human Health: a Brief Review of Evidence and Issues. *BMJ*, v.331, n.7.527, p.1.252-4, 2005.
- MEROM, D. et al. Can Social Dancing Prevent Fall in Older Adults? A Protocol of the Dance, Aging, Cognition, Economic (DAnCE) Fall Prevention Randomized Controlled Trial. *BMC Public Health*, v.13, n.1, p.477, 2013.
- MESSIAS, M. G.; NEVES, R. F. A influência de fatores comportamentais e ambientais domésticos nas quedas em idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, v.12, n.2, p.275-82, 2009.
- MORETTI, F. et al. Pet Therapy in Elderly Patients with Mental Illness. *Psychogeriatrics*, v.11, n.2, p.125-9, 2011.
- MORRISON, M. L. Health Benefits of Animal-Assisted Interventions. *Complementary Health Practice Review*, v.12, n.1, p.51-62, 2007.
- NETO, L. C. et al. Programa de conscientização de idosos sobre posse responsável de animais de estimação em bairro periférico do município de Araçatuba, SP. *Rev. Ciênc. Ext.*, v.7, n.2, p.102, 2011.
- PEREIRA, C. R. A.; FERREIRA, A. P. Ocorrência e fatores de risco da criptosporidiose em felinos de companhia de idosos. *Rev. Bras. Gerontol.*, v.15, n.4, p.681-91, 2012.
- PET PARTNERS. *Pet Therapy Program*. Disponível em: <http://www.petpartners.org/PPTherapyAnimalProgram>. Acesso em: mar. 2015.
- QUEIROZ, R. C. F. B. *Eficácia da intervenção assistida por animais na autopercepção de saúde, autoestima, sintomas depressivos e qualidade de vida relacionada à saúde em idosos residentes em instituição de longa permanência*. Porto Alegre, 2014. p.119. Tese (Doutorado em Gerontologia Biomédica) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul.

- RIBI, F. N.; YOKOYAMA, A.; TURNER, D. C. Comparison of Children's Behavior Toward Sony's Robotic Dog Aibo and a Real Dog: a Pilot Study (Report). *Anthrozoös*, v.21, n.3, p.245-56, 2008.
- RIO CLARO. Lei n.3.498, de 16 de dezembro de 2004, que instituiu a Política Municipal do Idoso de Rio Claro, 2004.
- RODRIGUES, M. et al. A preparação para a aposentadoria: o papel do psicólogo frente a essa questão. *Rev. Bras. Orientac. Prof.*, v.6, n.1, 2005.
- SILVEIRA, M. M.; WIBELINGER, L. M. Equoterapia: qualidade de vida para o idoso sobre o cavalo. *Kairós – Rev. da Facul. de Cien. Human. e Saúde*, v.14, n.1, p.181-93, 2011.
- STASI, M. F. et al. Pet Therapy: a Trial for Institutionalized Frail Elderly Patient. *Arch. Gerontol. Geriat.*, v.38, supl.9, p.407-12, 2004.
- STUMM, K. E. et al. Terapia assistida por animais como facilitadora no cuidado a mulheres idosas institucionalizadas. *REUFSM – Rev. Enf da UFSM*, v.2, n.1, p.205-12, 2012.
- TOIGO, T.; LEAL JR., E. C. P.; ÁVILA, S. N. O uso da equoterapia como recurso terapêutico para melhora do equilíbrio estático em indivíduos da terceira idade. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, v.11, n.3, p.391-403, 2008.
- TRIEBENBACHER, S. L. The Companion Animal within the Family System: the Manner in Which Animals Enhance Life within the Home. In: FINE, A. H. (Ed.). *Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*. San Diego: Academic Press, 2000. p.481.
- VERKLAN, T. M. Can my Pet Come with me, Please? *Journal of Perinatal & Neonatal Nursing*, v.29, n.1, p.91-2, 2015.
- WESLEY, M. C.; MINATREA, N. B.; WATSON, J. C. Animal Assisted Therapy on the Treatment of Substance Dependence. *Anthrozoös*, v.22, n.2, p.137-48, 2009.
- YAMAZAKI, A. L.; FERREIRA, E. G. Identificação dos fatores de risco relacionados a quedas em idosos inseridos na estratégia saúde da família. *Rev. Saúde e Pesquisa*, v.6, n.1, p.93-8, 2013.