



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA

Alessandra Cabral Da Mota¹
Camila Amaral Umbelino
Wivian Narla Texeira Dos Santos
Edilmara Patrícia Rocha²
Thayenne Lukeshi Cabral Almeida³

RESUMO

A presente pesquisa foi desenvolvida por acadêmicas do sétimo semestre de Psicologia diurno da Instituição de Ensino Superior – IESPES, localizada na cidade de Santarém - PA. A priori, as acadêmicas realizaram a pesquisa como carga horária pertencente à grade curricular da graduação e a um projeto de extensão denominado PI – Projeto Interdisciplinar, o qual busca envolver a comunidade em geral e os acadêmicos da instituição. O interesse no tema desta, sobre o desenvolvimento na terceira idade com vendedores de peixe do Mercado Modelo de Santarém deu-se a partir da observação e da necessidade de se conhecer e entender esse processo que é fundamental para que os mesmos procurem por sua integridade física e psicológica, assim, como se certifiquem da sua adequação do ponto de vista biopsicossocial. O objetivo geral consistiu em identificar nos sujeitos, o desenvolvimento da terceira idade e sua relação com esta fase tendo ainda, como objetivos específicos verificar a percepção desses quanto à sua faixa etária cronológica e mental, além de analisar a autoimagem que esses vendedores fazem de si mesmos e como se sentem em relação à valorização e bem estar pessoal, promovendo deste modo, o autocuidado dos vendedores de peixe.

Palavras-chave: Desenvolvimento. Terceira Idade. Integridade Psicológica. Modificação Corporal.

INTRODUÇÃO

O presente artigo traz como relato o desenvolvimento de uma pesquisa realizada por acadêmicas do sétimo semestre do curso de Psicologia diurno da Instituição de

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

Ensino Superior – IESPES no ano de 2014 em Santarém – PA. Teve como sujeitos para coleta de dados 38 vendedores de peixe do Mercado Modelo da referida cidade e surgiu a partir de um programa denominado “Projeto Interdisciplinar - PI”, o qual está presente na estrutura curricular do IESPES com o objetivo de realizar uma interação do acadêmico com a comunidade buscando promover momentos e/ou espaço para o desenvolvimento de uma qualidade de vida adequada, exteriorizando os conhecimentos obtidos em sala de aula no decorrer da graduação.

O Projeto Interdisciplinar contribui para o desenvolvimento acadêmico de forma a facilitar o desempenho e a comunicação entre uma equipe multidisciplinar e a comunidade, tendo como finalidade oferecer uma relevância científica, através de publicação de projeto em revistas científicas, congressos e até mesmo em artigos. E como relevância social contribui não só com melhorias para o público alvo, mas, para a sociedade como um todo, de modo a se compreender o mundo em que vivemos ou ainda para o desenvolvimento e emancipação do homem como um todo dentro de seu espaço social.

Erbolato (2000) afirma que valores sociais sem bases na realidade ou preconceitos acerca do envelhecimento exercem um impacto negativo na autoestima, pois, nossa sociedade tem como costume valorizar o que é jovem, bonito, novo, em detrimento do idoso, que muitas vezes chega a ser erroneamente considerado como velho, incapaz ou “feio”¹. Essas características comumente atribuídas na terceira idade podem interferir na autoestima, já que suas opiniões acerca de si mesmo se comprometem em virtude desta avaliação tendenciosa da sociedade.

A atividade física em qualquer fase do desenvolvimento, por exemplo, é um fator favorável, pois, propõe uma modificação no esquema corporal visando uma qualidade de vida e, conseqüentemente, na autoimagem e na autoestima.

¹ Grifo das pesquisadoras.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

Os sujeitos pesquisados possuem uma rotina diferenciada, devido à exaustão que o trabalho oferece, pois os mesmos chegam ainda pela madrugada e fecham o expediente somente pelo final da tarde, muitos reclamam não só pelo o dia desgastante, mas pelas sequelas que o mesmo provoca como as dores no corpo provocadas por maus posicionamentos de exercícios inadequados ou até mesmo pela inexistência dos mesmos.

Com o desempenho deste tipo de atividade compreende-se que os vendedores de peixe do Mercado Modelo podem vir a se tornar mais ativos, realizando atividades em seu próprio ambiente laboral bem como em atividades diárias, o que contribui para melhorar sua autoestima. Por isto, a atividade física é considerada fundamental para a saúde de idosos.

Compreende-se que os vendedores de peixe devido a sua profissão acabam se desprendendo de muitos cuidados, o que se torna um fator significativo para seu desenvolvimento pessoal, social e familiar. Independente da idade, uma boa estima favorece a saúde e a autorrealização, enquanto que uma baixa estima pode causar dificuldades interpessoais, falta de realização das próprias potencialidades e de maneira mais acentuada, algumas patologias como fobias e depressão, entre outros. Diante disso, após um período em contato com os sujeitos, optou-se em realizar uma pesquisa ação, onde ocorreu uma intervenção possibilitando que o público alvo percebesse suas potencialidades independente de idade e de profissão.

É nesta perspectiva que essa pesquisa buscou as leituras da Psicologia do Desenvolvimento, da Saúde e Qualidade de bem estar como processos de autoconhecimento, autovalorização e autocuidado para entender e compreender o ser humano nas suas inter-relações biopsicossociais, visando o objetivo geral em identificar nos vendedores de peixe o desenvolvimento da terceira idade e sua relação com esta fase enquanto sujeitos, e com os objetivos específicos que buscaram verificar como o vendedor de peixe se percebe quanto à sua faixa etária cronológica e mental; analisar a

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

autoimagem que esses vendedores fazem de si mesmos e como se sentem em relação à valorização e bem estar pessoal, promovendo sucintamente o autocuidado dos vendedores de peixe.

REVISÃO DA LITERATURA

Atualmente os estudiosos Papalia (2007) e Hamilton (2002) da Psicologia do Desenvolvimento conceituaram a mesma como o estudo de mudanças de comportamento que ocorrem em função do tempo. Mas para os mesmos, o tempo em si, não é uma variável psicológica e o que pode causar mudanças em comportamentos são os eventos que ocorrem durante determinado segmento de tempo.

É nesta ideia que Papalia (2006) afirma que os 65 anos são o ponto de entrada tradicional na terceira idade, a última fase da vida. Contudo, muitos adultos aos 65 anos ou até 75 ou 85 anos não se sentem nem agem como se espera nessa idade. As diferenças individuais tornam-se mais acentuadas nos anos avançados, e o simbolismo “use ou perca” torna-se uma regra urgente.

A mesma autora afirma que a maioria dos adultos mais velhos possui boa saúde física e mental; as pessoas que se mantêm física e intelectualmente ativas podem manter-se firmes na maioria dos aspectos e até aumentar de competência. Além disso, o funcionamento físico e o cognitivo possuem efeitos psicossociais, os quais, muitas vezes, determinam o estado emocional de uma pessoa se ela pode viver de maneira independente.

Alguns autores Papalia (2006) dividem os adultos mais velhos em idosos jovens e idosos velhos. Mas as idades exatas envolvidas nesta categorização variam para cada autor. Alguns como Neri (2001) determinam que “idoso jovem” descreve qualquer pessoa entre 60 e 75 anos, enquanto “idoso velho” se refere a qualquer pessoa mais velha do

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

que isso, por exemplo, a “terceira idade” se refere a um estilo de vida ativo e independência na velhice, e a “quarta idade”, a um período final de vida ativo independente em relação aos outros.

Independentemente de como são rotulados, os sinais de envelhecimento existem e podem ser tanto físicos quanto mentais. São medidos, respectivamente, pela idade biológica e pela idade psicológica.

O termo “idade biológica” refere-se ao estado corporal de desenvolvimento e degeneração física. É um termo usado de modo bastante livre para descrever o estado geral do corpo de uma pessoa. São empregados termos mais específicos. Idade anatômica, o estado relativamente geral da estrutura óssea, constituição corporal. Idade fisiológica, o estado dos processos fisiológicos, tal como o ritmo metabólico. Idade carpal, o estado dos ossos do ritmo metabólico (HAMILTON, 2002, p. 25).

Hamilton (2002) assegura que o quadro geral de mudança no corpo que envelhece não é muito atraente. Por exemplo, no nível tissular, a pele e os músculos ficam menos elásticos; no nível celular há uma perda na eficiência dos mitocôndrios que geram energia dentro da célula.

O autor supracitado afirma que o organismo sofre mudanças no decorrer da idade como os sistemas urinários, respiratórios, tornando-se mais lentos e precisam mais de cuidados, o corpo exige mais presença de água, a pele sofre alterações, o sistema cardiovascular sofre dificuldades para o bombeamento de sangue, o sistema nervoso torna-se mais frágil e vulnerável.

Essas mudanças têm um efeito prejudicial sobre o funcionamento do cérebro e, portanto, sobre o desempenho psicológico. Por exemplo, a diminuição na eficiência dos sistemas respiratório e cardiovascular restringirá o suprimento de oxigênio e, conseqüentemente, a energia disponível para o funcionamento cerebral (Birren; Woods; Williams, (1980) Salthouse, (1985), apud PAPALIA e OLDS, 2000).

Compreende-se então que quanto mais estima uma pessoa tiver na terceira idade melhor a pessoa passará pelos declínios do processo de envelhecimento, encontrando em cada etapa do seu ciclo vital mais potencialidades que limitações, mesmo quando a idade já estiver avançada, pois, essa velhice permitirá um cuidar com a aparência física,

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

dedicar um tempo para fazer coisas que gosta, aprender coisas novas e para lançar mão de uma virtude atingida com o passar dos anos: a sabedoria.

Branden (1998) considera ainda que a valorização do ser humano provavelmente é o fator mais importante para o desenvolvimento da qualidade de vida de uma pessoa. Onde a soma de autoconfiança com autorrespeito reflete o julgamento implícito da capacidade humana de lidar com os desafios da vida (entender e dominar os problemas) e o direito de ser feliz (respeitar e defender os próprios interesses e necessidades). Uma vez que a todo o momento a natureza humana está propensa a conflitos, ansiedade e neuroses devido às forças biológicas instintivas.

É importante ressaltar que Strocchi (2003) afirma que autoestima é gostar de si mesmo de modo genuíno e altruísta; não se trata de excesso de valorização de si próprio, ou de arrogância e egocentrismo. Gostar de si como realmente é, aceitando suas próprias habilidades e limitações.

O autoconhecimento é um conceito que está interligado com a autoestima e, acredita-se que este processo é requisito indispensável para ampliar as próprias potencialidades. A descoberta de nossas verdadeiras capacidades, virtudes e defeitos, modo de pensar e perceber intra e interpsiquicamente permite-nos escolher melhor, planejar objetivos mais realistas, controlar-nos de maneira mais eficaz, entre outras situações.

Nas relações interpessoais, o autoconhecimento facilita a compreensão das outras pessoas, a adoção de atitudes menos desconfiadas e mais tolerantes. Também é essencial conhecer as limitações existentes em todos os seres humanos e saber lidar com elas, de forma a aceitar algumas e conseguir melhorar ou modificar outras.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Partindo dos objetivos traçados, realizou-se inicialmente uma pesquisa bibliográfica que segundo Marconi e Lakatos (2007), abrange toda bibliografia já tornada pública em

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

relação ao tema de estudo desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, material cartográfico, etc.

Dessa forma, a pesquisa bibliográfica não é mera competição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia a exemplos de um tema sob novo enfoque ou abordagem, chegando a conclusões inovadoras (Trujillo (1974) apud MARCONI; LAKATOS, 2007, p. 71).

Conjuntamente com a pesquisa bibliográfica utilizou-se uma pesquisa ação de campo que segundo Ander Egg (1978) apud MARCONI e LAKATOS (2007, p. 29), abrange dois aspectos: “limite no tempo, quando o fato deve ser estudado em determinado momento, e limite no espaço, quando deve ser analisado em certo lugar, trata-se, evidentemente da indicação do quadro histórico e geográfico em cujo âmbito se localiza o assunto”.

Os dados tiveram caráter quantitativo e descritivo. Para os autores Marconi e Lakatos (2007), essas características consistem em “investigações de pesquisa empírica cuja principal finalidade é o delineamento ou análise das características de fatos ou fenômenos, a avaliação de programas, ou isolamento de variáveis principais ou chave”.

A pesquisa foi desenvolvida no Mercado Modelo de Santarém – PA, tendo como sujeitos, 38 homens, com uma média de idade entre 60 a 80 anos, tendo os mesmos a função de vendedores de peixe neste local. A realização da pesquisa ocorreu no ambiente laboral dos mesmos devido ser definido pela própria instituição de ensino em seu programa curricular.

Devido às condições do ambiente laboral que de certa forma ser precário e está em constante movimento de clientes, os vendedores trabalham das quatro horas da madrugada as dezessete horas da tarde e se dividem em pequenos espaços conhecidos por boxes. As pesquisadoras foram em cada espaço, denominado de box, com a profissional de educação física para dar início na intervenção, a mesma foi apresentada aos vendedores e foi explicado aos mesmos o porque da mesma estar ali naquele espaço, após a apresentação a profissional deu dicas de certos exercícios que podem ser

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

feitos diariamente antes, durante e depois da jornada do trabalho. Para finalizar eles recebiam dicas de alongamentos da professora de Educação Física para se realizar antes e durante o trabalho, visando o autocuidado e qualidade de vida, principalmente no que diz respeito à atenção corporal.

Foi estipulado um tempo e a quantidade de perguntas para cada vendedor expor suas ideias para que a intervenção não resultasse em uma atividade cansativa e longa tendo como estimativa geral de tempo de uma hora para que ocorresse toda a intervenção. Ao final do encontro foi realizado um lanche coletivo em que os sujeitos envolvidos na ação pudessem se confraternizar, deste modo, buscando promover um cuidado coletivo, até mesmo para que os mesmos pudessem verbalizar sobre a situação.

Solicitamos aos sujeitos, a assinatura do TCLE - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, no qual constavam alguns esclarecimentos sobre a pesquisa, expondo que ao participar da mesma, esses teriam suas identidades preservadas com anonimato, sendo mantida a ética na pesquisa como proposto na Resolução do Conselho Nacional de Saúde (1996).

Local/Contexto

A pesquisa foi realizada no Mercado Modelo da cidade de Santarém – PA. O Mercado está localizado em frente a cidade de Santarém, o mesmo frequentemente vem sofrendo com a cheia anualmente do rio tapajós, que ao subir invade as principais ruas próximas ao centro da cidade, o que conseqüentemente aumenta os cuidados dos Alimentos que ali são vendidos.

Fontes De Informação

38 Vendedores de peixe no Mercado Modelo, que se encontram na faixa etária de 75 a 87 anos.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

Técnicas De Coleta e Análise De Dados

Utilizou-se como instrumento para levantamento de dados um questionário contendo pequenas perguntas abertas, para que se pudesse utilizar a fala dos sujeitos de modo a não ocorrer nenhum tipo de inferência por parte das pesquisadoras. As ações foram registradas a partir das anotações das expressões orais com o consentimento de registros fotográficos e audiovisuais.

As perguntas buscavam saber como o vendedor de peixe se sente em relação sua idade, sua autoimagem, sua autoestima, ao seu autocuidado, e sem além de tudo buscava a identificação do desenvolvimento da terceira idade e sua relação com esta fase enquanto sujeitos.

Aspectos Éticos

A pesquisa pautou-se no Código de Ética Profissional do Psicólogo e na Resolução CNS 196/96. Deste modo, avaliaram-se os riscos (no caso da pesquisa causar desconforto físico ou psicológico aos vendedores) e os benefícios envolvidos (no caso da aquisição da experiência de exercer um exercício físico que facilita respiração, circulação sanguínea e por fim promovendo bem estar), tanto pelos procedimentos, como pela divulgação dos resultados, com o objetivo de proteger as pessoas envolvidas; garantiu o caráter voluntário da participação dos envolvidos, mediante consentimento livre e esclarecido (implica aos sujeitos – alvos autonomia e respeito, pois é uma pesquisada realizada com seres humanos); garantiu o anonimato desses bem como o acesso aos resultados da pesquisa.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

RESULTADOS

A intervenção ocorreu em outubro de 2014, sendo a data e horário (12:00-12:30h) indicado pela gerência do Mercado Modelo visando o momento em que se diminui o fluxo de clientes na feira. Em face disso os vendedores tiveram a possibilidade de participar das atividades planejadas no projeto de intervenção mesmo estes estando ocupados em seus boxes.

A princípio sentimos que não houve resistência, os vendedores foram receptivos ao ponto de além de receberem dicas de como promover um bem estar, estes deram dicas também para as acadêmicas, o que facilitou bastante a troca de ideias entre os vendedores e a equipe realizadora.

A intervenção iniciou com uma visita nos boxes para sabermos se estavam disponíveis, onde as perguntas foram feitas e respondidas sem dificuldades; à medida que respondiam as perguntas conversávamos com os vendedores de pescado sobre como eram importantes enquanto profissionais no desenvolvimento regional de Santarém e sobre como são respeitados e reconhecidos em relação as suas atividades e na fase em que se encontro de seu desenvolvimento.

Por fim, os vendedores de pescado tiveram a oportunidade de receber dicas da importância na realização de um exercício físico no seu dia-a-dia através de uma ginástica laboral que consistia em expor para os vendedores alguns alongamentos simples e práticos que possibilitam um dia de trabalho menos exaustivo e que promovem uma melhor qualidade de vida. Sabe-se que corpo e mente estão intrinsicamente relacionados, desta forma, possibilitar momentos de conscientização sobre o autocuidado fazem com que esses sujeitos possam buscar por uma saúde psicológica adequada à fase em que se encontram e que busquem por visualizar perspectivas positivas.

Segue abaixo as falas dos participantes na íntegra, sendo que há possibilidade de que as falas apresentam algum erro de concordância verbal, coesão das frases e/ou ortografia. Destacaram-se algumas falas representativas do número total de sujeitos.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

Assim, quando indagamos aos vendedores em como se observam enquanto vendedores de peixe no Mercado Modelo observou-se os seguintes discursos.

“ Me sinto feliz! Eu gosto muito desse trabalho! “(VENDEDOR 1).

“Feliz demais, porque o importante é a gente fazer o que gosta, e isso pra mim é tudo, pela minha família eu não morava mais nem em Santarém, meu lugar é aqui.” (VENDEDOR 2).

Diante do questionamento de como se percebem quanto à sua idade, os vendedores de peixe no Mercado Modelo mostraram que se aceitam em relação à mesma, quanto a sua imagem e quanto às mudanças que o organismo sofre durante o avanço a idade e verificou-se que:

“Ah minha filha isso é impossível a gente não perceber, eu estou com 79 anos dia 11 completo os oitenta e estou aqui durão ninguém me da essa idade, ainda da de namorar, de dançar, de colocar uma roupa legal.” (VENDEDOR 3).

“Me sinto bem da conta, trabalho aqui por que quero e não por que preciso, tem aquela tal de diabete, colesterol, pressão alta mas nada que me tire daqui.”(VENDEDOR 4).

Quando indagamos se os vendedores praticavam alguma atividade física relataram que:

“Olha, eu já fiz várias! Quando eu trabalhava no quartel, quando eu jogava que eu era bom de bola demais da conta...”(VENDEDOR 5).

“Faço sim meu genro é do BEC e de hora em outra ele pega minhas pernas puxa pra um lado, pega meus braços puxa pro outro e assim vai.” (VENDEDOR 6).

Com base na intervenção, percebeu-se que além dos vendedores colaborarem com o desenvolvimento do projeto, os mesmos demonstraram muito interesse em

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

participar e em acrescentar com a pesquisa, pedindo em suas falas que as acadêmicas voltasse mais vezes ao mercado.

7 CONSIDERAÇÕES

A intervenção ocorreu em um lugar bastante precário o que muitas vezes não é muito favorável, todavia diante das atividades propostas verificamos que houve a participação dos vendedores de peixe nas mesmas e que foi possível alcançarmos nossos objetivos, pois todos já se encontram na terceira idade tendo um equilíbrio entre a idade cronológica e a idade mental, ou seja, os vendedores reconhecem as suas experiências de vida, possuem consciência dos benefícios e malefícios do envelhecimento e preocupam-se quanto sua autoimagem, autoestima, ao seu autocuidado.

Compreendeu-se que no momento da intervenção eles revelaram ter uma alta autoestima, todavia verificamos que hoje não trabalham mais sós. Pois os mesmos trabalham agora em parceria com o pescador do pescado vendido, uma vez que anteriormente havia somente dos 28 vendedores de peixe do Mercado, e hoje houve a presença de mais 10 vendedores totalizando em 38 homens, sendo que 20 já se encontram acima dos 60 anos de idade.

Demonstraram interesse de serem reconhecidos pelas acadêmicas, solicitando que voltássemos mais vezes, essas expressões de solicitação nos possibilitou compreender que alguns discursos proferidos pelos vendedores de peixe de felicidade podem ocultar ou não algumas negações e segregações que possivelmente vivenciam no cotidiano de suas atividades. Desse modo observou-se que mesmo os discursos apresentando falas positivadas, se uma ação for viabilizada em um local mais adequado se verificará que algumas vozes de exclusões podem ser pronunciadas.

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br



COMO REFERENCIAR ESSE ARTIGO

MOTA, Alessandra Cabral Da; UMBELINO, Camila Amaral; SANTOS, Wivian Narla Texeira Dos; ROCHA, Edilmara Patrícia; ALMEIDA, Thayenne Lukeshi Cabral. O DESENVOLVIMENTO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA E O RECONHECIMENTO DESSA FASE PARA OS HOMENS VENDEDORES DE PEIXE NO MERCADO MODELO DE SANTARÉM – PA. In: CONGRESSO BRASILEIRO e ENCONTRO PARANAENSE DE PSICOTERAPIAS CORPORAIS, XX, 2015. **Anais**. Curitiba: Centro Reichiano, 2015. [ISBN – 978-85-69218-00-5]. Disponível em: www.centroreichiano.com.br/artigos_anais_congressos.htm.

Acesso em: / / .

Diante todo o desenvolvimento da pesquisa verificamos que os sujeitos estão mais cuidadosos quanto à sua saúde, possibilitando darmos continuidade ao tema para intensificarmos a importância de um cuidado maior e reconhecimento na terceira idade tanto para um melhor funcionamento físico quanto psíquico dos Homens Vendedores de Pescado no Mercado Modelo de Santarém-PA.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Resolução CNS 196/96**.

CÓDIGO DE ÉTICA PROFISSIONAL DO PSICÓLOGO. **Conselho Federal de Psicologia**. SRTVN 702 Ed. Brasília Rádio Center. Disponível em: www.ufrgs.br/bioetica/res19696.htm, acesso em 29/10/2014.

ERBOLATO, Regina M. P. Leite. **Gostando de si mesmo: a autoestima**. In NERI, Anita Liberelasso. Envelhecer num país de jovens. Significados de velho e velhice. Segundo brasileiros e não idosos. CAMPINAS: Unicamp, 2000. Disponível em: <http://www.cuidardeidosos.com.br/autoestima-e envelhecimento/#sthash.Owml7zXV.dpuf>. Acesso: 27/08/2014.

HAMILTON, Ian Stuart. **A Psicologia do Envelhecimento: uma introdução**. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2002.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica**. 6 ed. 3 reimp. São Paulo: Atlas 2006.

NERI, liberalesso Anita. **DESENVOLVIMENTO E ENVELHECIMENTO**. 3 ed. Campinas, SP: Paparius, 2001.

N.BRANDEN. **Como aprender a gostar de si mesmo**, 1998. Disponível em: www.googleacademico.com.br/url?sa=t&rct=j&q=auto+estima+branden&source=web&cd=2&ved=occuqfjab&eu. Acesso em: 22/11/11.

PAPALIA, D. E. (2006). **Desenvolvimento humano**. 8 ed. Porto Alegre: Artmed.

PAPALIA, Diane E; OLDS, Sally Wendkos. **Desenvolvimento humano**. Porto

CENTRO REICHIANO

Av. Pref. Omar Sabbag, 628 – Jd. Botânico – Curitiba/PR – Brasil - CEP: 80210-000
(41) 3263-4895 - www.centroreichiano.com.br - centroreichiano@centroreichiano.com.br

