



**UNIVERSIDADE DO ESTADO DA BAHIA  
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS HUMANAS – CAMPUS IV  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**MAGNÓRIA ALVES DE OLIVEIRA**

**PRÁTICAS DE LAZER NA TERCEIRA IDADE:**  
Significados atribuídos a partir das evidências científicas

**JACOBINA – BAHIA**

**2019**



**MAGNÓRIA ALVES DE OLIVEIRA**

**PRÁTICAS DE LAZER NA TERCEIRA IDADE:**

Significados atribuídos a partir das evidências científicas

Monografia apresentada à Universidade do Estado da Bahia, como requisito parcial de aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II, do curso de Educação Física da Universidade do Estado da Bahia do DCH-IV para obtenção do título de licenciada em Educação Física.

Orientador: Prof<sup>o</sup>. Dr. Angelo Maurício de Amorim

**JACOBINA - BAHIA**

**2019**

Dedico este trabalho em especial a minha mãe, Ana e meu pai  
Sebastião.

## AGRADECIMENTOS

Ação importante para a vida do ser humano.

Ao Criador por essa existência.

Ao professor orientador Dr. Angelo Maurício Amorim pela contribuição para essa concretização.

A professora Jéssica Vittorino por sua contribuição nos semestres 2017.2 e 2018.1 no decorrer desta produção.

Ao professor e coordenador do colegiado Elmo Maturino por todas as vezes que precisei de esclarecimentos.

A todas/os as/os professoras/es que passaram pela minha formação acadêmica, assim como a professora Juciara Rios e o professor Robson Aragão na etapa de reingresso.

Aos colegas de turma 2007.2, que estiveram na torcida pela conclusão, após o reingresso.

Aos colegas de curso que passaram brevemente por minha trajetória acadêmica Andreia Andrade, Maria Elvira Silva e Lucas Lopes.

A minha família biológica mãe, pai, irmãos, tios, tias, avós por acreditarem na realização desse sonho.

Ao meu esposo Maurício por estar sempre junto nessa longa caminhada.

A minha família adotiva em Jacobina, D. Edna e Sr. Dernival, pelo carinho e acolhimento.

Aos amigos/as de verdade que acrescentaram muito a minha vida.

A todas as pessoas que de alguma maneira estiveram na torcida pela conclusão dessa graduação. Meu MUITO OBRIGADO pelos incentivos, levarei todos em meu coração!

*“Não sei se estou perto ou longe demais, se peguei o rumo certo ou errado. Sei apenas que sigo em frente, vivendo dias iguais de forma diferente. Já não caminho mais sozinha, levo comigo cada recordação, cada vivência, cada lição. E mesmo que tudo não ande da forma como eu gostaria, saber que já não sou a mesma de ontem me faz perceber que tudo valeu a pena”.*

*Autor desconhecido*

## RESUMO

Tendo em vista o crescimento da população no que diz respeito ao seguimento idoso, este trabalho foi desenvolvido a partir do que vem sendo discutido nos estudos científicos sobre os significados atribuídos a práticas de lazer pelo público idoso, tomando como base de dados o *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES, com período específico 2003. Dessa forma a pesquisa teve como questionamento: quais os significados são atribuídos às práticas de lazer para idosos a partir das evidências científicas publicadas em periódicos do *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES? Assim como, os seguintes objetivos específicos: investigar quais os tipos de textos estão sendo publicado sobre sentidos e significados de lazer para idosos no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES; identificar o que os estudos científicos no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES estão discutindo sobre os sentidos e significados das atividades de lazer dos idosos e analisar a partir das publicações no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES sobre práticas de lazer como fator de saúde, socialização e conseqüente qualidade de vida de idosos. Para o desenvolvimento do texto utilizou-se da pesquisa bibliográfica, sendo realizado o diálogo com a produção do conhecimento com base nas categorias levantadas. De acordo com os resultados encontrados nas bases de dados, o lazer ou atividades de lazer relaciona-se a algum dos interesses culturais, recebendo assim, classificações da literatura empírica e conceitual, uma vez que, as vivências tem como finalidade a melhoria ou amenizar doenças físicas, psicológicas e comportamentais acometidas durante o processo do envelhecimento humano.

**Palavras-chave:** Atividades de Lazer. Idosos. Saúde. Qualidade de vida.

## **ABSTRACT**

In view of the population growth with regard to the elderly follow-up, this work was developed from what has been discussed in the scientific studies about the meanings attributed to leisure practices by the elderly public, using as a database Google Academic and Periodicals CAPES, with a specific period 2003. In this way the research was questioned : what are the meanings attributed to leisure practices for the elderly based on the scientific evidence published in the journals of Google Academic and CAPES Newspapers? As well as, the following specific objectives: to investigate what types of texts are being published about the meanings and meanings of leisure for the elderly in Google Academic and CAPES Newspapers; identify what scientific studies in Google Academic and CAPES Newspapers are discussing the meanings and meanings of leisure activities of the elderly and analyze from the publications in Google Academic and CAPES Periods on leisure practices as a factor of health, socialization and consequent quality of life for the elderly. For the development of the text it was used the bibliographical research, being the dialogue with the production of the knowledge based on the categories raised. According to the results found in the databases, leisure or leisure activities are related to some of the cultural interests, thus receiving classifications of the empirical and conceptual literature, since, the experiences are intended to improve or soften diseases physical, psychological and behavioral disorders during the process of human aging.

**Keywords:** Leisure activities. Seniors. Health. Quality of life.

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	9
<b>2. HISTÓRIA DO LAZER</b> .....	15
<b>3. O IDOSO E AS MUDANÇAS NO ENVELHECIMENTO</b> .....	18
3.1. A saúde do idoso nos aspectos mental e social.....	19
3.2. Qualidade de vida e o idoso .....	21
<b>4. METODOLOGIA</b> .....	23
4.1. Tipo de estudo.....	23
4.2. Instrumento de coleta de dados .....	23
4.3. Procedimentos .....	23
4.4. Definição da amostragem .....	24
4.5. Análise de dados.....	24
4.6. Método .....	24
<b>5. RESULTADOS E DISCUSSÕES</b> .....	26
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	32
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	33
<b>ANEXO-Resultados dos estudos selecionados</b> .....	37

## 1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é uma realidade que tem sido debatida em diversas esferas profissionais. No campo de estudos relacionados ao lazer evidencia-se número considerável de pesquisas que envolvem o público de idosos e que este reporta-se a diferentes áreas de formação.

A “conquista” da aposentadoria é um dos fatores que provoca aos idosos a procura de atividades direcionadas para a faixa etária. Tendo em vista que esse público principalmente das minorias trabalhou para obtenção de recursos para sobrevivência, não tendo oportunidade vivenciar atividades que fossem direcionadas ao lazer.

De acordo com Alvarenga (2009) *apud* Ferreira (2017), a aposentadoria é um fator relevante na vida dos idosos, uma vez que, vem acompanhada de mudanças no cotidiano e, na qualidade de vida desse grupo etário. Contudo, soma-se a isso, o rompimento do trabalho formal assim como, com o avanço da idade o surgimento frequente de doenças.

O sentido das atividades de lazer para idosos caracteriza-se também pela busca em manter uma rotina ativa no intuito de amenizar as enfermidades decorrentes do envelhecimento melhorando a saúde como um todo. Tendo em vista que o processo de envelhecimento está relacionado a perdas dentre os aspectos mentais e sociais.

Assim sendo, indivíduos dessa faixa etária cadastram-se em programas ou projetos que preparam atividades em diferentes áreas de interesses. Configurando em uma forma de amenizar o isolamento social dentre diversas enfermidades que acometem ao avançar da idade.

Os estudos direcionados a práticas para o lazer e o público idoso, assumem diferentes categorias dentre as quais são discutidas as melhorias na saúde sob aspecto da socialização, resultando assim na melhoria da qualidade de vida, entre outras mudanças psicossociais referentes ao público.

O envelhecimento populacional vem sendo um fator relevante nos trabalhos científicos. A partir do aumento considerável de pessoas idosas, percebe-se a necessidade de melhorar os programas sociais direcionados a esse público. Estima-se que o número de idosos superará o número de jovens e adultos.

Em relação ao crescimento populacional em detrimento a diminuição da taxa de fecundidade e mortalidade, nas projeções de Camarano (2014), as estatísticas apontam que haverá um crescimento até 2035 com estimativas da população de 2014 milhões de habitantes. Entretanto, ocorre o decréscimo desse número para 206 milhões de habitantes para o período de 2050, tendo como consequência para este último período o crescimento para a população do seguimento idoso em torno de 60 ano ou mais (CAMARANO *et. al*, 2016, p.97).

As informações que seguem na projeção (2018), a respeito do crescimento populacional indicam que, esse dado até 2047 será de 233,2 milhões de pessoas, em contrapartida ocorrerá um decréscimo atingindo o número de 228,3 milhões em 2060. Indica-se que um quarto desse último dado, (25,5%) será da população com mais de 65 anos (IBGE, 2018).

Nesse sentido, o envelhecimento acelerado soma aos outros desafios das políticas públicas relacionados, por exemplo, as áreas assistenciais como da saúde. O crescimento acentuado da população idosa faz-se necessárias ações sociais efetivas para esse público específico, uma vez que vem atrelado a qualidade de vida o grau de enfermidades decorrentes nessa faixa etária.

Sendo assim, o crescimento dessa faixa etária, provoca demandas com relação a ações que atendam às necessidades dos indivíduos, uma vez que, serão pessoas que necessitarão de suporte previdenciário, pois estarão fora do mercado de trabalho. Assim como, assistência na área da saúde, em decorrência das enfermidades e limitações que o envelhecimento provoca.

Os direitos sociais ao idoso foram articulados diante da criação do Plano Nacional do Idoso, Lei 8.842, (1994) e da publicação do Estatuto do Idoso, Lei 10.741, (BRASIL, 2003).

No Plano Nacional do Idoso consta, o Capítulo IV Das ações Governamentais:

Art. 10. Na implementação da política nacional do idoso, são competências dos órgãos e entidades públicos: VII - na área de cultura, esporte e lazer: e) incentivar e criar programas de lazer, esporte e atividades físicas que proporcionem a melhoria da qualidade de vida do idoso e estimulem sua participação na comunidade (BRASIL, 1994).

Enquanto no Estatuto consta, o capítulo V: Da Educação, Cultura, Esporte e Lazer: Art. 20. O idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões,

espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade (BRASIL, 2003).

Nesse contexto, a implementação de políticas públicas emendas que asseguram garantias sociais a uma população, podemos detalhar suas demandas a esse grupo etário. Observa-se o direcionamento das ações sociais para o grupo dos idosos, uma vez que nessa classe de pessoas ocorre maior investimento social, pois acarretam nessa fase da vida problemas de saúde, convívio social, desencadeando até mesmo em situação de esquecimento por parte de familiares, resultando em situação de solidão.

O direito social ao lazer, ganha relevância na Constituição da República Federativa Brasileira de 1988. Consta no Capítulo II, Dos direitos sociais, artigo 6º. Assim como no capítulo III, seção III Do Desporto, artigo 207 § 3º O Poder Público incentivará o lazer, como forma de promoção social (BRASIL, 1998).

A compreensão do lazer como fator social, perpassa por diferentes momentos históricos, referindo-se a essa emergência do lazer desde a Grécia Antiga, Roma, Idade Média chegando à fase do lazer na modernidade (MELO; JUNIOR, 2003).

O momento que surge a discussão a respeito desse direito social está relacionado à ascensão da industrialização e urbanização, desencadeando a partir desse contexto, discussões por estudiosos, sobre como enfatizar o direito ao lazer como importante no cotidiano do indivíduo.

Nesse sentido, “[...], é, sobretudo a partir do advento da chamada sociedade industrial, que a importância do lazer foi ganhando terreno, na produção dos pensadores sociais do século XIX” (MARCELLINO, 2006, p.3).

Correlaciona-se a esse contexto o direito as vivências para o lazer a partir das reivindicações e lutas dos trabalhadores, para redução da jornada de trabalho. Assim o lazer é tido como momentos distração, entretenimento e descanso.

Dessa forma, compreende-se que os valores atribuídos ao lazer se correlacionam com “o próprio caráter social, requerido pela produtividade, confina e adia o prazer para depois do expediente, fins de semana, período de férias, ou mais drasticamente, para a aposentadoria” (MARCELLINO, 2006, p.14).

Constata-se, então a compreensão de enfoques diferentes: a necessidade de lazer (relacionado ao tempo de não trabalho), assim como as características

assumidas na sociedade moderna (relacionado ao desenvolvimento urbano-industrial).

Contudo, partindo dos avanços direcionados as atividades para o lazer na sociedade moderna, sendo este discutido e disseminado como um direito social a qualquer indivíduo, esse trabalho tem enfoque no público específico de idosos.

Uma vez que, essa população vem sendo destacada pelos estudos científicos em diversos seguimentos profissionais tendo como ponto de investigação o avanço do envelhecimento populacional e as necessidades assistenciais a ser contempladas para a faixa etária.

Neste sentido, o presente estudo possui a seguinte questão: quais os significados são atribuídos às práticas de lazer para idosos a partir das evidências científicas?

Diante disso tem-se os seguintes objetivos: Objetivo Geral-Analisar a partir das evidências científicas quais os significados são atribuídos às atividades relacionadas ao lazer para idosos;

Objetivos Específicos - investigar quais os tipos de textos estão sendo publicado sobre sentidos e significados de lazer para idosos no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES; identificar o que os estudos científicos no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES estão discutindo sobre os sentidos e significados das atividades de lazer dos idosos e analisar a partir das publicações no *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES sobre práticas de lazer como fator de saúde, socialização e consequente qualidade de vida de idosos.

De acordo com o levantamento de trabalhos acadêmicos da UNEB do campus IV, percebe-se um considerável volume de estudos referentes à temática direcionados as políticas públicas para o lazer, tendo como foco a gestão municipal de uma localidade específica, assim como os espaços projetados para essa prática social, onde boa parte desses TCC's encontra-se agrupados no livro: Políticas públicas de lazer no interior da Bahia volume II.

Dentre os trabalhos que apontam para essa temática podemos citar: Oliveira (2015), Silva (2015) e Sá (2016). No entanto, com relação à temática lazer e idosos esses trabalhos de conclusão não contemplam direcionamentos a esse grupo específico.

Esse trabalho acadêmico teve como motivação pessoal para a pesquisa a partir do estágio não formal no Centro de Convivência do Idoso da cidade de Jacobina-BA, assim como o cumprimento da disciplina: As Práticas da Educação Física no Lazer.

Tendo em vista que o lazer está na Constituição Federal como um direito social ao ser humano e o envelhecimento populacional faz parte de discussões que diz respeito à ação de políticas públicas eficaz para esse grupo etário. Assim, surgiu a curiosidade na correlação lazer e idosos.

Dessa forma o estudo propiciará o conhecimento na temática do lazer para idosos tendo em vista a possibilidade da qualificação na área profissional, tomando como referências as publicações científicas no assunto e as principais diretrizes que estão sendo desenvolvidas.

O trabalho demonstra a relevância acadêmica de estudos na área do lazer, especificamente para grupo dos idosos, tendo em vista a número significativo de estudos em diversas áreas de formação nesse contexto. Assim como as produções vem contextualizando as atividades de lazer trazendo benefícios para o idoso relacionado a termos como a saúde, socialização e conseqüentemente melhoria na qualidade de vida.

No que se refere a relevância social este estudo tem como proposta disponibilizar o conhecimento científico voltado para as publicações relacionadas ao lazer como direito social, especificamente para população de idosos, assim como as pesquisas vem apontando alternativas para reafirmar essa ação a partir das políticas pública.

Contudo, o trabalho está organizado da seguinte maneira: o segundo capítulo “história do lazer”, desenvolve uma síntese a partir do contexto histórico social e alguns conceitos atribuídos por estudiosos da temática.

O terceiro capítulo, por sua vez, intitula-se “o idoso e as mudanças no envelhecimento”, relata-se as mudanças ocorridas no decorrer do processo do envelhecer assim como, as alterações referentes a saúde mental e convívio social.

Por conseguinte, no próximo tópico refere-se à qualidade de vida do idoso no decorrer das alterações no processo do envelhecimento.

Aborda-se em seguida os percursos atribuídos a metodologia aplicada para o desenvolvimento do contexto na área temática no decorrer da pesquisa.

O quinto capítulo, por sua vez demonstra os resultados desencadeando assim as discussões estabelecidas a partir dos estudos selecionados. E por fim, as considerações a respeito do que foi exposto diante das discussões dos estudos levantados.

## 2. HISTÓRIA DO LAZER

Neste tópico do trabalho será apresentado de forma breve o surgimento do contexto histórico social na área do lazer, sendo descrito algumas das abordagens desenvolvidas por autores dedicados a essa temática de estudo.

Partindo do contexto histórico social o lazer assume diversas abordagens. Tendo em vista, que analise desse conceito relaciona-se a outros acontecimentos em uma sociedade, sendo discutido desde a Grécia Antiga ao período da modernidade. O contexto ao qual é disseminado o lazer ou atividades para tal finalidade é compreendido de acordo com o momento atual de cada civilização.

De acordo com a trajetória do lazer como uma conquista de classes trabalhadoras, faz-se necessário considerar a categoria tempo, uma vez que, as horas direcionada ao descanso e vivencias de atividades que promovam satisfação, são destituídas de obrigações (STIGGER, 2002).

Contudo, diante da discussão levantada pelo estudo desse autor o lazer ou atividades para tal finalidade está relacionado tanto ao tempo como a atitude, sendo dessa forma situações dependentes que levarão aos interesses individuais ou coletivo do ser humano no seu modo de vida.

Assim sendo, o tempo livre é parte constituinte do lazer, sendo este “um conjunto de atividades que o indivíduo realiza fora do contexto do trabalho e de outras obrigações, voltadas para sua satisfação pessoal” (STIGGER, 2002, p.233).

Segundo Marcellino (2006, p. 13), as atribuições dadas ao lazer remetem a descansar, recuperar as energias, distrair-se, entreter-se, tendo os valores comumente associados ao lazer momentos de descanso e o divertimento.

O fenômeno lazer tido como momento de descanso chegando ao período moderno surge juntamente com o advento da produção fabril devido à luta de classes dos trabalhadores, que dentre as reivindicações considerava a redução da jornada de trabalho, almejando momento para vivenciar o lazer no cotidiano do ser humano (MELO; JÚNIOR, 2003).

Nesse sentido Werneck (2000, p.57) reflete que: “[...] enquanto prática social dialeticamente vinculada ao mundo do trabalho, o lazer na moderna sociedade urbano-industrial passa a ser reivindicado, pelos trabalhadores assalariados, como um direito”.

De encontro com esse contexto, considerando:

[...] as antigas sociedades greco-romanas ou as modernas sociedades urbano-industriais [...], o lazer constituiu um objeto de reflexões sociológicas e passou a ser considerado por vários autores como uma esfera típica do tempo de não trabalho (GOMES, 2014, p.5).

Ainda de acordo com os estudos de Melo e Junior (2003, p.18) o lazer surge nas discussões como fenômeno social no final da década de 1960 e decorrer de 1970, sendo assunto nas instituições acadêmicas e organizações governamentais.

Segundo Gomes e Melo (2003, p.26) diante do surgimento de estudos no Brasil por engenheiros e sanitaristas, em meados do século XIX, registra-se a concretude de estudar o “problema do lazer” nas primeiras décadas do século XX.

Dessa forma estudiosos do assunto produzem suas obras em detrimento de uma organização de sentidos atribuídos ao reconhecimento do fenômeno como elemento essencial para os indivíduos.

Considera-se a partir desse período do século XX “a publicação da obra Lazer Operário, de autoria do sociólogo brasileiro Acácio Ferreira (1959)”, como sendo uma das obras precursoras do Lazer no Brasil (GOMES; MELO, 2003, p. 27).

Entretanto, a década de 1970, marca-se o início de estudos do lazer tendo em vista a área de pesquisas, projetos e ações multidisciplinares, coletivos e institucionais. Nesse contexto, o lazer relaciona-se ao campo de estudos sistematizados e de intervenções (GOMES; MELO, 2003, p. 27).

Contudo, a partir desse marco histórico, além dos eventos científicos que espalham conhecimento no campo de investigação, surgem os diversos estudiosos que vem influenciar e dar subsídios para ampliação das discussões acerca do lazer. Nesse sentido, no Brasil, o autor Dumazedier tem grande influência no que diz respeito as pesquisas sobre o lazer no país (GOMES; MELO, 2003, p.28-29).

De acordo com as abordagens dos autores que se destacam no período da década de 90, a problemática ao lazer ganha inúmeras interpretações/conceitos, tendo em vista o contexto histórico, social, econômico, cultural desse fenômeno (GOMES; MELO, p. 29).

Marcellino, (1995) relaciona o lazer a compreensão das atividades orientadas/sistematizadas aos indivíduos ou grupos para o cotidiano. Para esse autor as práticas devem ser desenvolvidas a partir do fator educacional para que dessa forma possa abranger todos os aspectos do ser humano.

No que se refere às ideias do autor Dumazedier, as práticas de lazer assumem sentido a partir do tipo de interesse que o indivíduo sente necessidade de vivenciar. Dentre as classificações do autor estão os seguintes interesses: artísticos, intelectuais, físicos, manuais, turísticos e sociais (MARCELLINO, 2006, p.18). Neste caso, compreende-se na visão do autor que o sentido é assumido a partir de uma categoria relacionada para o lazer.

Contudo, nos estudos de Werneck (2000), ocorre a abordagem do lazer como direito social. Para essa autora, as vivências para o lazer além do fator tempo, deve ser encarado como direito, em favor das lutas de classes trabalhadoras. Nesse sentido, a autora atribui a compreensão ao lazer as seguintes perspectivas:

[...] como um direito social, em princípio, proveniente das conquistas dos trabalhadores por um tempo legalmente regulamentado; e como uma possibilidade de produção de cultura, por meio da vivência lúdica de diferentes conteúdos, mobilizada pelo desejo e permeada pelos sentidos de liberdade, autonomia, criatividade e prazer, os quais são coletivamente construídos. (WERNECK, 2000, p.132)

De encontro ao contexto histórico-social, considera-se no estudo de GOMES (2014)

[...] o lazer representa a necessidade de fruir, ludicamente, as incontáveis práticas sociais constituídas culturalmente. [...] pode ser satisfeita de múltiplas formas, segundo os valores e interesses dos sujeitos, grupos e instituições em cada contexto histórico, social e cultural. Por isso, o lazer precisa ser tratado como um fenômeno social, político, cultural e historicamente situado (GOMES, 2014, p.12).

Contudo, o lazer relaciona-se ao contexto histórico-social em determinada realidade cultural do ser humano, tendo em vista, os significados relativos para a sociedade (GOMES, 2014).

Dessa forma, este trabalho vem para analisar quais os significados são atribuídos as práticas para o lazer pelo público específico, os idosos, tendo em vista atividades que proporcionem às melhorias na saúde, socialização e conseqüente qualidade de vida do grupo etário.

### 3. O IDOSO E AS MUDANÇAS NO ENVELHECIMENTO

Diversas expressões são usadas para denominar o público idoso. O vocábulo “terceira idade” vem sendo utilizado para redefinir o papel social do idoso, uma nova construção social referida entre a vida adulta e a velhice. A expressão refere-se ao idoso ativo e independente (JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2006, p.29).

Contudo, no desenvolvimento deste trabalho será adotado o vocábulo idoso, tomando como referência a classificação dada pelo Estatuto do Idoso que define a faixa etária de 60 anos ou mais como pessoa idosa.

Consta no seu Art. 1.º É instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos (LEI N.º 10.741, 2003).

De acordo com Paschoal, 1999:

Não se pode definir o envelhecimento no idoso apenas pelo critério cronológico, pois se deve considerar as condições funcionais, físicas, mentais e de saúde que estes apresentam, porquanto o processo de envelhecimento é individual (PASCHOAL, 1999 *apud* FECHINE; TROMPIERI, 2012, p.112).

Considerando que, o processo de envelhecimento é influenciado por um conjunto de variáveis, de acordo com estudos, relaciona-se essas mudanças no decorrer do processo, tão somente ao aspecto cronológico, como também a aspectos biológicos, psicológicos e sociais (CALDAS, 2006; NERI, 1995 *apud* MOURA; SOUZA, 2012, p.173).

Nesse sentido, a idade cronológica diz respeito a passagem de anos vividos desde o nascimento de uma pessoa; a biológica está relacionada as mudanças corporais e mentais durante a existência humana; a psicológica associada a percepção, aprendizagem e memória, assim como, a autoimagem do indivíduo diante das mudanças conjuntas (físico, mental e social); a social está associada a obtenção de hábitos e condições em relação ao meio social e grupos com quais se relaciona (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008). Assim, o envelhecer envolve inúmeras alterações que estão além da classificação etária dada aos indivíduos.

Segundo Guerra (2010) as dificuldades encontradas no processo de envelhecimento, como por exemplo, perda da utilidade social, desgaste físico, degeneração física e mental, solidão, tristeza, depressão etc., estão diretamente

relacionadas também as facilidades do meio social em que o indivíduo se encontra inserido.

Sendo assim, para o envelhecimento saudável as relações de perdas e ganhos são dependentes, uma vez que, as perdas possam ser amenizadas com as recompensas como integração, autonomia física e mental, presença de apoio e suporte familiar, participação em grupos extrafamiliares.

Nesse sentido as alterações no envelhecimento envolvem diversas funções do corpo. Dentre as mudanças psicológicas resultante do processo de envelhecimento podemos exemplificar, as dificuldades de adaptações a novos papéis sociais, baixa-estima, auto- imagem diminuída, perdas orgânicas e afetivas, suicídios, depressão (ZIMERMAN, 2000, p.126 *apud* FECHINE; TROMPIERI,2012).

De encontro com essa ideia, as transformações psicossociais relacionam ao conjunto de fatores dentre os quais são identificados pela “emancipação dos filhos, possível viuvez, processo da aposentadoria que leva ao desengajamento social, as doenças, a perda da autonomia e da independência” (SILVA, 2009, p.159).

Contudo, as dificuldades adquiridas no decorrer da velhice dizem respeito às múltiplas mudanças do corpo, sendo os aspectos mentais e sociais fatores determinantes para o funcionamento conjunto da saúde do idoso.

### 3.1. A SAÚDE DO IDOSO NOS ASPECTOS MENTAL E SOCIAL

De acordo com a Constituição da Organização Mundial da Saúde (1946) “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade” (Biblioteca Virtual de Direitos Humanos).

Sendo assim, o bem-estar do indivíduo depende da interação dos fatores biológicos e psicológicos, assim como situações cotidianas na sociedade.

Segundo Menicallii *et. al.* (2009, p.303), é necessário perceber as modificações sociais na trajetória do envelhecimento humano. Nesse sentido, segundo os autores considera-se os seguintes fatores que determinam as mudanças no comportamento do idoso: aposentadoria, convívio familiar dentre outras alterações sofridas dentro do contexto social.

Contudo, esses fatores relacionados provocam alterações psicológicas e sociais para o idoso. No que diz respeito ao fator aposentadoria, por exemplo, desencadeia na improdutividade do indivíduo, desencadeando a não participação na sociedade. Em contrapartida traz novas oportunidades de experiências como o descanso e o lazer (MENDES *et.al*, 2005 *apud* MENICALLI *et al.* 2009).

Dessa forma, segundo o estudo de Ferreira (2017),

O lazer tem uma forte relação com a saúde, seja do ponto de vista da melhoria das capacidades funcionais, dos cuidados, ou até mesmo para não focar apenas nas doenças que acometem as pessoas na velhice (FERREIRA, 2017, p. 75).

Segundo aos aspectos que influenciam ao bem-estar psicológico, do público idoso associa-se também ao convívio familiar. Ainda de encontro com Menicalli *et.al* (2009, p.305), “como principal grupo social, a família surge como suporte social, sendo primordial na satisfação das necessidades do idoso e local privilegiado de solidariedade, acolhimento, de troca afetiva e material”.

Neste caso, quando ocorre a ausência desse acolhimento, o idoso se percebe em um momento de solidão.

Assim ocorre a procura ou frequência em atividades que venham também lhes proporcionar o preenchimento de companhias.

A relação da saúde no âmbito do lazer se faz relevante para melhorias tanto físicas como mentais, no que diz respeito a complicações decorrentes do envelhecimento (FERREIRA, 2017).

Relacionado aos aspectos da saúde mental, a depressão é uma das enfermidades que acomete o indivíduo idoso. Segundo Silva (2009),

[...], o avanço da idade aumenta a chance de ocorrência de doenças e de prejuízos à funcionalidade física, psíquica e social. Nesse sentido, [...] Anos marcados por isolamento social, desvalorização, depressão e perda de autonomia (SILVA,2009, p.141).

A depressão caracteriza-se como uma enfermidade mental, no idoso vem acompanhada de baixa autoestima, sentimentos de inutilidade, tendência autodepreciativa. Assim como causas ligadas ao abandono, doenças incapacitantes resultando dessa forma, perda da qualidade de vida, de isolamento social e

surgimento de doenças clínicas graves (STELLA *et.al.*, 2002 *apud* HISSAMURA *et. al.* 2017).

Dessa forma, “o lazer na velhice pode favorecer a ampliação do círculo de amizades, a descoberta de novas potencialidades, a superação de limites, a melhoria do humor, da ansiedade e da depressão” (GOMES; ISAYAMA, 2008, p.172).

Assim, a interação social relaciona-se diretamente para o desenvolvimento saudável do idoso, no que diz respeito a saúde mental, uma vez que, o convívio em grupos e na sociedade promove benefícios para sua autonomia e uma melhor qualidade de vida.

### 3.2. QUALIDADE DE VIDA E O IDOSO

De acordo com conceitos adotados a qualidade de vida é a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHOQOL GROUP, 1995, *apud* SANTOS, 2015, p.26).

Qualidade de vida relaciona-se a:

Conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural (OLIVEIRA, *et al.*,2010, p.302).

Assim, a qualidade de vida para idosos relacionará as mudanças ocorridas durante o processo da velhice com as características específicas da faixa etária, assim como fatores referentes as vivencias do meio social e cultural em que está inserido.

Os aspectos relacionados a qualidade de vida é caracterizada a partir de uma determinada avaliação aplicada por grupos e situações específicas. Nesse sentido, no caso do grupo de idosos avalia-se a partir do questionário denominado *WHOQOL-OLD*.

Esse instrumento é adotado em pesquisas para avaliar condições relacionadas a qualidade de vida dos idosos, tomando como referência para as interpretações as seguintes características: Funcionamento dos sentidos; Autonomia, Atividades passadas, presentes e futuras; Participação social; Morte e Morrer; Intimidade (SANTOS, 2015, p.31).

De acordo com a finalidade de uma pesquisa e com a aplicação do instrumento obtém-se assim, uma interpretação dos fatores que determinam e representam qualidade de vida para os indivíduos.

Segundo Silva (2009),

A representação de QV dos idosos é uma maneira de explicitar todo o seu contexto atual de vida, do qual poderão emergir dimensões que lhes são próprias e específicas, levando em consideração que é um construto subjetivo e multifacetário (Silva, 2009, p.163).

De acordo com o estudo de Sousa e Bezerra, *et.al.*(2010), diante dos resultados obtidos sobre o que significa qualidade de vida para os idosos da pesquisa, os seguintes resultados foram elencados: ter saúde, alimentar-se bem, relacionar-se bem com as pessoas, realizar atividades físicas, viver e sentir-se bem na Terceira Idade, divertir-se, ter autonomia dentre outras atividades do cotidiano.

Contudo, refere-se que,

[...], o lazer é capaz de melhorar a vida da população idosa, pois a diversão e a descontração são capazes de combater o estresse e modificar o cotidiano desses indivíduos, [...], podendo permitir que este universo seja reintegrado na sociedade através de práticas de lazer, possibilitando a melhoria da qualidade de vida dos mesmos e promovendo sua saúde (SOUSA; BEZERRA, *et.al.*,2010, p.02).

Ainda de encontro com Diniz (2007) *apud* (SOUSA; BEZERRA, *et.al.*,2010, p. 11), as atividades de lazer promovem qualidade de vida “auxilia no controle do estresse, diminui a tendência a estados depressivos, ajuda na realização das atividades de vida diárias, melhora o humor e o bem-estar físico”.

Contudo, as atividades de lazer como fator de qualidade de vida,

Possibilita novas interações e os motiva a viver em movimento, fazendo com que o aspecto físico, mental e social tenha um resultado favorável, reduzindo a incidência de doenças como a depressão, bastante comum na terceira idade (SOUSA; BEZERRA *et.al.*,2010, p.12).

Dessa forma, a qualidade de vida dos idosos relaciona-se ao contexto atual que se encontra com dimensões próprias e específicas, tendo em vista que se configura nas diversas situações do cotidiano desde mudanças no quadro de saúde e as relações com o meio em que vive.

## **4. METODOLOGIA**

### **4.1. TIPO DE ESTUDO**

O estudo será desenvolvido a partir da pesquisa bibliográfica, que abrange toda bibliografia tornada pública em relação ao tema de estudo, desde revistas, livros, artigos, monografias etc. Esse tipo de pesquisa tem como finalidade colocar o pesquisador em contato com tudo que foi escrito (LAKATOS; MARCONI, 2006).

Para a investigação do tema será método dialético. Gil (2008), diz que: fornece as bases para uma interpretação dinâmica e total da realidade, pois estabelecem que os fatos sociais não possam ser entendidos quando considerados isoladamente, desprezando as influências políticas, econômicas, culturais.

A abordagem metodológica baseia-se na pesquisa qualitativa que segundo Gil (1999), o uso dessa abordagem propicia o aprofundamento da investigação das questões relacionadas ao fenômeno em estudo e das suas relações, mediante a máxima valorização do contato direto com a situação estudada, buscando-se o que era comum, mas permanecendo, entretanto, aberta para perceber a individualidade e os significados múltiplos.

Segundo Minayo (2009), a pesquisa qualitativa se refere a ciências sociais, no qual o nível de realidade não pode ser quantificado. Assim, correspondem aos significados, motivos, operações, crenças, valores e atitudes, correspondendo a um espaço mais profundo das relações, dos processos e do fenômeno que não podem ser reduzidos à operacionalização das variáveis.

### **4.2. INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS**

Através de ficha para ordenar as informações coletadas, pois segundo Lakatos e Marconi (2003), ela possibilita identificar as obras; conhecer seu conteúdo; fazer citações; analisar o material e elaborar as críticas.

### **4.3. PROCEDIMENTOS**

Os dados serão coletados e fichados através de análises das publicações nas bases de dados do *Google Acadêmico* e Periódicos CAPES com período considerado a partir de 2003 e será elaborada por meio de tabulação e apresentação destes dados.

#### 4.4. DEFINIÇÃO DA AMOSTRAGEM TEXTUAL

A pesquisa será realizada através de análises das publicações nas bases de dados do *Google Acadêmico* e Periódico CAPES. Assim tendo como critérios de inclusão textos completos referentes à temática práticas de lazer para idosos, como fator de saúde, socialização e qualidade de vida e como critérios de exclusão textos que não referem à temática e títulos como: lazer e idosos institucionalizados; lazer e turismo; lazer e consumo.

#### 4.5. ANÁLISE DE DADOS

No sentido de sistematizar os dados para uma análise, serão realizados os seguintes passos: inicialmente faremos a ordenação dos dados por meio de um mapeamento de todos os dados obtidos bibliográficos. Por conseguinte, será realizada a classificação dos dados e posteriormente elaborado as categorias. Por fim, o momento da análise final, articula-se os dados com os referenciais teóricos da pesquisa e documentos, cruzando assim as informações obtidas no decorrer da pesquisa.

Para a construção dos analisadores será realizada a leitura flutuante e exaustiva das informações colhidas. Na fase de pré-análise, o objetivo é elaborar os analisadores que permitam fundamentar a interpretação, ou seja, a ordenação dos dados. Assim teremos um contato mais intenso com o material empírico. Após esta fase, realizamos a leitura geral do material transcrito, o que nos permitirá a organização dos dados coletados, levando-se em consideração as informações obtidas nas ferramentas utilizadas.

Diante dessa produção analisadora serão definidos de acordo com as informações empíricas e relacionará com os referenciais teóricos da pesquisa, o que promoverá uma relação do concreto e o abstrato, o geral e o singular, a teoria e a prática.

#### 4.6. MÉTODO

A busca dos estudos científicos foi realizada na base de dados do *Google Acadêmico* usando os termos: “lazer e terceira idade” assim como “lazer e idosos” (entre aspas), sendo encontrados com o primeiro termo 71 resultados e com o segundo termo 31 resultados.

Procedeu na base de dados do Periódico CAPES também com os mesmos termos, tendo 4 resultados com o termo lazer *and* terceira idade e com o segundo termo lazer *and* idosos 14 resultados. Na busca do Periódicos CAPES, foi adotado os critérios: busca avançada, no assunto e palavra exata. Diante da etapa de refinamento de buscas foram elencados 4 trabalhos. Após adotar os critérios de seleção dos trabalhos resultou em um total de 1 estudo.

Diante dos critérios de inclusão dos textos resultou na base de dados do Periódico CAPES, que nenhum dos estudos encontrados faz referência a proposta da pesquisa levantada.

Enquanto que, na base de dados do *Google Acadêmico* após etapa de corte foram elencados 07 trabalhos. Após adotar os critérios de seleção dos trabalhos encontrados resultou em um total de 03 estudos. Em ambas bases de pesquisa foi escolhido estudos de período considerado a partir de 2003, assim como análise de trabalhos completos em português.

## 5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Atenderam aos critérios de inclusão três estudos. Na tabela a seguir são apresentadas as seguintes informações sobre os artigos selecionados para discussão desta pesquisa, como: título, autor(a), ano, objetivos, métodos e resultados/discussões.

**Tabela 1 - CARACTERÍSTICAS SOBRE OS ARTIGOS INCLUIDOS**

<b>Título</b>	<b>Autor(a)/Ano</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Métodos</b>	<b>Resultados/Discussões</b>
<b>1.O lazer sob a perspectiva de pessoas idosas: importância, significados e vivências</b>	FERREIRA, Gleice Aparecida da  2017	Investigar o que os idosos consideram como lazer, quais vivências mais praticadas e identificar quais os sentidos e significados dessas experiências	Abordagem qualitativa Pesquisa bibliográfica Entrevista estruturada	Lazer sinônimo de diversão Relevância atribui-se a cuidados com saúde, sair do foco das doenças na velhice.
<b>2.Lazer e qualidade de vida na terceira idade: percepção dos idosos de um Centro de Convivência Campinense</b>	SOUSA, Milena Nunes Alves de; BEZERRA, André Luiz Dantas <i>et. al.</i>  2010	Identificar as atividades de lazer aptas a melhorar a qualidade de vida dos idosos do CCI de Campina Grande – PB	Estudo descritivo-exploratório Instrumento da pesquisa, formulário.	O lazer é compreendido como: passear, fazer atividades físicas, estar com amigos e familiares, conhecer novos lugares, divertir-se e cantar etc.
<b>3.Um estudo do lazer a partir das reflexões e vivências dos idosos do Centro de Convivência da Terceira Idade Zoé Gueiros, Belém-PA</b>	SOUSA, Tainah cruz; MATOS, Lucília Silva  2015	Analisar como o lazer é compreendido pelos idosos do CCZG e pela instituição, a fim de refletir criticamente e produzir subsídios que possam servir de indicativos para futuras ações/propostas educativas	Abordagem qualitativa. Observação participante. Entrevistas semiestruturadas	Diante da coleta de dados, percebeu no estudo que lazer assume as situações básicas como divertimento, recreação e entretenimento. Assim como, os significados atribuídos ao lazer equivalem a prática de atividades como dançar, cantar, brincar, rir, pular, ser criança.

Percebe-se de acordo com as pesquisas levantadas que há uma “necessidade” de políticas sociais efetivas uma vez que, o crescimento da população idosa, vem sendo uma realidade para ser debatida em diversas esferas profissionais. Cita-se dentro dos critérios dessa pesquisa os profissionais das áreas de Administração, Educação Física, turismo e enfermagem.

Os profissionais dos estudos investigados apresentam titulações de licenciados, docentes, mestrado, doutorado todos com especialidades nas respectivas áreas de formação.

As pesquisas encontradas tiveram predominância nas seguintes regiões e respectivas quantidades de estudos encontrados: Norte (1), Nordeste (1), Sudeste (1).

Os estudos levam em consideração também a criação do Plano Nacional do Idoso e o Estatuto do Idoso que promovem suporte a esse público, no que diz respeito a ações sociais que reforçam o envelhecer com dignidade. Assim como criação de projetos e programas que atendam às necessidades de saúde como todo no processo do envelhecimento.

Dentre diversos estudos são investigados os aspectos relacionados para melhorias na saúde do corpo no quesito físico, social, mental etc. para que dessa forma resulte em melhoria na qualidade de vida.

Esse trabalho, utilizou como campo de pesquisa as práticas de lazer do público idoso, sendo este um fenômeno social e de necessidade humana presente na Constituição Federal. No caso do público específico, o direito a atividades de lazer é assegurado no Plano Nacional do Idoso assim como também se encontra presente no Estatuto do Idoso.

- Tipos de textos publicados sobre significados de atividades de lazer para idosos

As abordagens nos trabalhos encontrados foram atividades do lazer como influenciador nos cuidados a saúde (FERREIRA,2017), qualidade de vida (SOUSA; BEZERRA *et.al.*, 2010), (SOUSA; MATOS, 2015), tendo em vista pesquisas realizadas em projetos e programas que sistematizam atividades em espaços

específicos para esse público. Considerando nas discussões apresentadas as contribuições e melhorias referentes aos aspectos físicos, mentais e sociais decorrentes do envelhecimento.

Os trabalhos discutem a relação do lazer para idosos por meio de instrumentos como a aplicação de questionário nos espaços pesquisados, uma vez que a partir da coleta das informações são embasados os sentidos e significados das atividades de lazer para os idosos participantes das pesquisas.

Os textos selecionados foram publicados no período de 2010 a 2017, não sendo encontrado produção no ano de 2018. Os anos que predominaram os trabalhos encontrados foram de 2010, 2015 e 2017.

A diferença de publicações de um estudo para outro foi o período de 5 e 2 anos. Sendo publicado no espaço entre os períodos apenas 1 estudo.

Foram encontrados textos de diversas áreas de formação com predominância nas áreas de: Administração, Educação Física, Turismo, Enfermagem.

Dentre as áreas de formação, encontra-se titulações de licenciados, docentes, mestrado, doutorado. Sendo encontrados os seguintes autores especificamente da área da Educação Física e pesquisadores da área do lazer nas seguintes titulações: Gleice Aparecida Ferreira (2017), licenciada e membro do grupo de pesquisa Otium: Lucília Silva Matos (2015), professora Faculdade de Educação Física e de Educação da Universidade Federal do Pará.

Considerando os resultados encontrados ocorreu a predominância de trabalhos desenvolvidos pelo sexo feminino, tendo participação em menor número do sexo masculino.

As discussões desenvolvidas nas seguintes categorias estarão de acordo com a sequência numérica dos resultados encontrados.

- O que está sendo discutido nos estudos científicos sobre significados de atividades de lazer para idosos

Percebe-se dentro das pesquisas realizadas que atividades direcionadas ao público idoso, são programadas no intuito de amenizar as enfermidades que acomete o indivíduo no processo de envelhecimento assim como, fortalecer as relações sociais

tendo a ideia de pertencimento a um grupo que passa pelos aspectos comuns relacionados a faixa etária.

No estudo (título 1), discute o lazer com um grupo de idosos frequentadores de academias de ginástica ao ar livre, residentes do Município de Nova Lima, em Minas Gerais.

Para o embasamento, a pesquisa foi guiada pelas seguintes indagações: O que as pessoas idosas consideram por lazer? Quais as vivências de lazer mais praticadas nessa fase da vida? Quais os significados dessas experiências para esses sujeitos? (FERREIRA, 2017, p.72). Para coleta dos dados utilizou-se a entrevista estruturada e as respostas sistematizadas pela análise de conteúdo.

Considerando os depoimentos, os participantes da pesquisa atribuíram as seguintes respostas referentes aos significados do lazer: relaciona a diversão; a cuidados com a saúde, sendo este aspecto que ganhou maior relevância nas falas dos idosos da pesquisa; nesse contexto, “o lazer tem uma forte relação com a saúde, seja do ponto de vista da melhoria das capacidades funcionais, dos cuidados, ou até mesmo para não focar apenas nas doenças que acometem as pessoas na velhice” (FERREIRA, 2017, p.75).

De acordo com os resultados apresentados na pesquisa o lazer assume significado e importância quando relacionados a saúde e cuidados com o corpo, sendo as vivências relacionadas aos interesses culturais que obteve destaque a hidroginástica e a caminhada, classificadas como interesses físicos.

Percebe-se nesse estudo que as atividades de lazer estão relacionadas a realização frequente de atividades físicas em um espaço público.

Sugere-se no artigo, outras investigações relacionadas a questão da saúde de idosos no âmbito do lazer.

De acordo com os resultados obtidos do trabalho (título 2) o lazer contribui para o fator de socialização e qualidade de vida dos idosos, uma vez que, soma-se as melhorias nos aspectos físicos, mental e social.

Dessa forma,

O lazer permite que o idoso seja reintegrado na sociedade através do desempenho de suas atividades (artísticas, manuais, intelectuais e outras), auxiliando, outrora na melhoria da qualidade de vida dos mesmos e promovendo sua saúde (SOUSA; BEZERRA *et. al.*, 2010 p.12).

De acordo com as respostas adquiridas pelo estudo (título 3) a interpretação dada ao lazer assume “à função básica referente ao divertimento, à recreação e ao entretenimento” (SOUSA; MATOS, 2015, p. 65).

Nesse sentido para os participantes da pesquisa, o significado de lazer equivale a prática de atividades como dançar, cantar, brincar, rir, pular, ser criança (SOUSA; MATOS, 2015, p. 65).

Então, segundo o estudo, “A educação para e pelo lazer nos remete à importância de primeiramente conhecer, para melhor entender; usufruir e evoluir na vivência desta prática” (SOUSA; MATOS, 2015, p. 67). Nesse sentido, o público idoso vem a compreender a sua participação em vivências de lazer.

- Análise dos textos que faz apontamentos dos significados das atividades de lazer como fator influenciador nos cuidados para a saúde, socialização e qualidade de vida

De acordo com o contexto do estudo (título 1), percebe-se que as práticas de lazer se configura principalmente sua importância e significado como fator de saúde e cuidados com o corpo. Desde melhorias nas capacidades funcionais, assim como doenças referentes ao processo do envelhecimento. Sendo destaque para as atividades relacionadas aos interesses físicos (FERREIRA, 2017).

Diante dos os resultados obtidos o texto propõe novas investigações para aprofundar a relação do campo lazer como fator de saúde para o público idoso.

O estudo (título 2) constatou-se ao longo da pesquisa que as atividades de lazer como fator de qualidade de vida,

[...] possibilita novas interações e os motiva a viver em movimento, fazendo com que o aspecto físico, mental e social tenha um resultado favorável, reduzindo a incidência de doenças como a depressão, bastante comum na terceira idade (SOUSA; BEZERRA *et.al.*, 2010, p.12).

Aborda-se no estudo (título 3) a superação do lazer apenas como “atividade de escape da realidade cotidiana, uma vez que visa a utilização da animação cultural como ferramenta pedagógica pode despertar o senso crítico e a criatividade”, referente as vivências pelo público específico (SOUSA; MATOS, 2015, p.63).

Nesse sentido, sendo os aspectos de socialização e autonomia objetivos do centro acredita-se que pode ser melhorado por meio da Educação para o lazer e pelo lazer (SOUSA; MATOS, 2015).

Sendo assim, para uma construção crítica possibilitar a participação dos idosos levando em consideração o conhecimento de seus direitos.

Dessa forma é citado no estudo a seguinte ideia:

O lazer é um veículo privilegiado de educação, da mesma forma que para a prática das atividades de lazer é necessário o aprendizado, o estímulo, a iniciação aos conteúdos culturais, que possibilitem a passagem de níveis menos elaborados, simples, para níveis mais elaborados, complexos, procurando superar o conformismo, pela criticidade e pela criatividade (MARCELLINO, 1996, p. 50 *apud* SOUSA; MATOS, 2015, p. 67).

## **6. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Tendo em vista as abordagens apresentadas nos estudos percebe-se que sempre há necessidade em aprimorar as ações sociais afirmativas no que diz respeito ao crescimento da população de idosos no Brasil. Foram destaques neste trabalho as formações em: Administração, Educação Física, turismo, enfermagem.

Diante do objetivo geral do trabalho foi possível constatar que os significados do lazer foram atribuídos as vivências desenvolvidas em grupos, organizadas a partir de projetos de extensão ou grupos de convivência para idosos. Nesse sentido, o lazer está relacionado a atividades de interesses físicos e sociais que consequentemente proporcionam cuidados a saúde tendo em vista a qualidade de vida.

Foi possível constatar que, as atividades para o lazer de idosos, nas pesquisas realizadas foram sistematizadas considerando os aspectos sociais, culturais e expectativas do público idoso, uma vez que, as práticas vivenciadas relacionam aos diferentes interesses culturais dessa população.

A partir das análises desenvolvidas considerando os objetivos específicos, os textos selecionados para o campo do lazer como fator influenciador nos quesitos saúde e qualidade de vida sendo a socialização elemento fundamental do público específico. Dessa forma, as atividades sistematizadas para os idosos, está relacionada ao lazer uma vez que, a partir das vivências são atribuídas melhorias na saúde físico, mental e social.

Todavia, de acordo com a coleta dos dados dos trabalhos pesquisados os significados e sentidos atribuídos ao lazer relacionam-se as abordagens da literatura empírica e conceitual, tendo em vista que diante dos relatos do público idoso sobre o lazer, assume a noção de diversão e entretenimento.

Contudo, este trabalho vem apontar que os estudos relacionados a atividades de lazer para idosos se inserem nas diversas áreas de formação. Sendo constatado então que, as pesquisas do lazer e o público idoso envolve uma investigação mais detalhada em outras bases de pesquisa, uma vez que, este campo de estudo engloba as diversas áreas do conhecimento. Nesse sentido, este trabalho vem a ser um “ensaio” para um possível estudo mais rebuscado no âmbito acadêmico.

## REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Alexandre de Oliveira; CAMARANO, Ana Amélia; GIACOMIN, Karla Cristina - **Política nacional do idoso: velhas e novas questões**. Rio de Janeiro: Ipea, 2016. **CAPÍTULO 2 BRASIL ENVELHECE ANTES E PÓS-PNI. Seção 4** Perspectivas de crescimento da população idosa. Disponível em: <<http://repositorio.ipea.gov.br/handle/11058/7253>> Acesso em:30 set.2018.

Biblioteca Virtual dos Direitos Humanos. Universidade de São Paulo. **Constituição da Organização Mundial de Saúde (OMS/WHO) – 1946**. Disponível em:< <http://www.direitoshumanos.usp.br/index.php/OMS-Organiza%C3%A7%C3%A3o-Mundial-da-Sa%C3%BAde/constituicao-da-organizacao-mundial-da-saude-omswho.html>>. Acesso em:20 nov.2018.

BRASIL. **Constituição Federal de 1988**. Brasília, 5 out. 1998. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicaocompilado.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicaocompilado.htm)> Acesso em:30 set.2018.

\_\_\_\_\_. **Estatuto do idoso**. Lei Nº 10.741, De 1º De OUTUBRO DE 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/LEIS/2003/L10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/2003/L10.741.htm)> Acesso em:30 set. 2018.

\_\_\_\_\_. **Plano Nacional do Idoso**. Lei Nº 8.842, 4 DE JANEIRO DE 1994. Dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/L8842.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L8842.htm)> Acesso em: 30 set.2018.

FECHINE, Basilio Rommel Almeida; TROMPIERI Nicolino. **O processo de envelhecimento as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos**. Instituto Federal do Ceará. Universidade Federal do Ceará. Edição 20, volume 1, artigo nº 7, janeiro/março 2012.<Disponível em: <http://www.interscienceplace.org/isp/index.php/isp/article/view/196/194>>.Acesso em:14 out.2018.

FERREIRA, Gleice Aparecida. **O lazer sob a perspectiva de pessoas idosas: importância, significados e vivências**. Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Belo Horizonte, v. 4, n. 1, p. 70-87, jan./Abr.2017.<Disponível em: <https://seer.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/4927>> Acesso em:03 set.2018.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6ª edição. São Paulo: Atlas S.A, 2008.

\_\_\_\_\_ ; Lazer: **Necessidade Humana e Dimensão da Cultura**. Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Belo Horizonte, v. 1, n.1, p.3-20, jan./abr. 2014. Disponível em: <<https://seer.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/327>> Acesso em:07 jan.2019.

\_\_\_\_\_ ; MELO, Victor Andrade de. **Lazer no Brasil: trajetória de estudos, possibilidades de pesquisa**. Movimento, Porto Alegre, v. 9, n. 1, p. 23-44, janeiro/abril de 2003. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/2661>. Acesso em: 07 jan.2019.

GUERRA, Ana Carolina Lima Cavaletti. CALDAS, Célia Pereira. **Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso**. Disponível em:<[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232010000600031&script=sci\\_abstract](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S141381232010000600031&script=sci_abstract)>. Revista Ciência & Saúde Coletiva, 15(6):2931-2940,2010. Acesso em:14 set.2018.

HISSAMURA, Isabella Santana et.al. **Estado da arte da produção científica brasileira sobre saúde mental do idoso: Uma Revisão Sistemática de Literatura**. Revista Kairós — Gerontologia, São Paulo, v. 20, n. 4, p. 263-277, 2017. Disponível em < <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/36837>> Acesso em:20 nov.2018.

ISAYAMA, Hélder Ferreira; GOMES, Christianne Luce. O lazer e as fases da vida. In: **Limites e possibilidades do lazer na velhice**. Disponível em: <<https://grupootium.files.wordpress.com/2011/06/lscapitulo9.pdf>> Acesso em: 15 out.2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Projeção da População 2018: número de habitantes do país deve parar de crescer em 2047**. Agência IBGE Notícias, Rio de Janeiro, 25 jul. 2018. Disponível em:<<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047>>Acesso em: 16 out. 2018.

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; MEDEIROS, Bartolomeu Figueiroa de; BRITO, Ana Maria de. **Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice**. REV. BRAS. GERIATR. GERONTOL., 2006; Rio de Janeiro, v. 9, n.2; p.25-34.Disponível em:<[www.redalyc.org/pdf/4038/403838770003.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/4038/403838770003.pdf)>. Acesso em:14 out.2018.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 5ª edição. São Paulo: Atlas, 2003.

\_\_\_\_\_; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica** - 6. ed. 3. Reimpr. - São Paulo: Atlas 2006.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e Humanização**. -2ªedição- - Campinas, SP – Papirus;1995 Coleção Fazer Lazer.

\_\_\_\_\_; **Estudos do Lazer: uma introdução** – 4. ed. – Campinas, SP: Autores Associados, 2006. – (Coleção educação física e esportes).  
MELO, Victor Andrade de.; JÚNIOR, Edmundo de Drummond Alves. **Introdução ao lazer**. Barueri, SP: Manole, 2003.

MENICALLI, Ana Maria Faria, *et.al.* **O idoso na sociedade**. p.302-307. In: SILVA, José Vitor da (Org.). *Saúde do idoso e a enfermagem: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos*. -- 1.ed. – São Paulo: látria, 2009.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. 29. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2010. (Coleção temas sociais).

MOURA, Gisele Alves de; SOUZA, Luciana Karine de. **Autoimagem, socialização, tempo livre e lazer: quatro desafios à velhice**. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. *Textos & Contextos* (Porto Alegre), v. 11, n. 1, p. 172 - 183 jan. /jul. 2012. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/html/3215/321527331016/>>

SANTOS, Priscila Mari dos. **Principais instrumentos de avaliação da qualidade de vida de idosos no Brasil: vantagens e desvantagens na utilização**. *Corpoconsciência Cuiabá*, v. 19, n. 2, p. 25-36, maio/ago., 2015. Disponível em <<http://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/viewFile/3948/2815>> Acesso em:17 out.2018.

SILVA, José Vitor da (Org.). **O que significa ser idoso**. p.142-156. In: *Saúde do idoso e a enfermagem: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos*. -- 1.ed. – São Paulo: látria, 2009.

\_\_\_\_\_, José Vitor da (Org.) **Qualidade de vida na velhice**.p.158-168.In: *Saúde do idoso e a enfermagem: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos*. -- 1.ed. – São Paulo: látria, 2009.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY Quarta Tatiana. **O envelhecimento na atualidade**: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. Estudos de Psicologia, vol. 25, núm. 4, outubro-diciembre, 2008, pp. 585-593. Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Brasil. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/3953/395335892013.pdf>> Acesso em: 14 out.2018.

SOUSA, Milena Nunes Alves de.; BEZERRA, André Luiz Dantas, *et. al.* **Lazer e qualidade de vida na terceira idade**: percepção dos idosos de um Centro de Convivência Campinense. Universidade Estadual da Paraíba. Qualit@s Revista Eletrônica ISSN 1677 4280 Vol.9. N. 1 (2010). Disponível em: <<http://revista.uepb.edu.br/index.php/qualitas/article/view/318/407>> Acesso em: 03 set.2018.

SOUSA, Tainah Cruz; MATOS, Lucília Silva. **Um estudo do lazer a partir das reflexões e vivências dos idosos do Centro de Convivência da Terceira Idade Zoé Gueiros**, Belém-PA. REVISTA: SENTIDOS DA CULTURA | BELÉM-PA | ANO 2 | N.3 | JUL-DEZ 2015. Disponível em: <<https://paginas.uepa.br/seer/index.php/sentidos/article/view/1026>> Acesso em: 03 set.2018.

STIGGER, Marco Paulo. **Esporte, lazer e estilos de vida**: um estudo etnográfico. – Campinas, SP: Autores associados, chancela editorial Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte (CBCE), 2002. – (Coleção educação física e esportes).

OLIVEIRA, Aldalan Cunha de. **Qualidade de vida em idosos que praticam atividade física** – uma revisão sistemática. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 301-312, 2010. Disponível em:<[www.scielo.br/pdf/rbagg/v13n2/a14v13n2.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v13n2/a14v13n2.pdf)> Acesso em: 17 out.2018.

WERNECK, Cristianne. **Lazer, Trabalho e Educação**: relações históricas, questões contemporâneas. – Belo Horizonte: Ed. UFMG; CELAR- DEF/UFMG, 2000. 157p. - (Aprender).

## ANEXO

**Tabela 2** - Resultados dos estudos selecionados.

<b>Título 1</b>	O LAZER SOB A PERSPECTIVA DE PESSOAS IDOSAS: IMPORTÂNCIA, SIGNIFICADOS E VIVÊNCIAS
<b>Autora</b>	Gleice Aparecida da Ferreira
<b>Titulação</b>	Licenciada em Educação Física pela Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais.
<b>Resumo</b>	<p>O estudo propõe a investigação de atividades de lazer a partir da compreensão e vivências por idosos, como as práticas contribuem para o seu cotidiano. Foram selecionados 14 idosos na faixa etária entre 60 e 84 anos, frequentadores de academias ao ar livre e residentes do município de Nova Lima. Utilizou-se a entrevista estruturada com oito perguntas a partir das respostas dos entrevistados realizou-se a sistematização sobre os significados de lazer, assim como a categorização relacionada aos conteúdos culturais do lazer. Para análise do conteúdo pesquisado seguiu os seguintes questionamentos: O que as pessoas idosas consideram por lazer? Quais as vivências de lazer mais praticadas nessa fase da vida? Quais os significados dessas experiências para esses sujeitos? Dentre os resultados apresentados percebeu-se que as atividades vivenciadas trazem significativa relevância para a melhoria da saúde, sendo as atividades mais destacadas a caminhada e hidroginástica que estão relacionadas aos interesses físicos. No quesito saúde tem enfoque na melhoria das capacidades funcionais. Nesse sentido a pesquisa atribui o aprofundamento nessa relação do lazer para melhoramento da saúde de idosos.</p>
<b>Tema central</b>	Analisar o que é considerado “lazer” por pessoas idosas brasileiras, investigar quais vivências são mais praticadas, compreender os sentidos e significados dessas experiências e identificar a percepção desses sujeitos quanto aos espaços de lazer no município de Nova Lima, em Minas Gerais, Brasil.
<b>Instituição/ revista/Ano</b>	Universidade Federal de Minas Gerais.

	Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Belo Horizonte, v. 4, n. 1, p. 70-87, Jan./abr. 2017
<b>Região</b>	Sudeste
<b>Tipologia do artigo (Ensaio, revisão, original).</b>	Artigo original
<b>Endereço eletrônico</b>	<a href="https://seer.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/4927">https://seer.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/4927</a>
<b>Título 2</b>	LAZER E QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: PERCEPÇÃO DOS IDOSOS DE UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA CAMPINENSE
<b>Autores/Titulação</b>	<p>Milena Nunes Alves de Sousa Administradora e Enfermeira. Especialista em Gestão e Análise Ambiental e Saúde da Família. Docente UEPB.</p> <p>André Luiz Dantas Bezerra Enfermeiro. Especialista em Saúde da Família e Docente FAPTEC.</p> <p>José Nildo Mota Alexandre Enfermeiro</p> <p>Jank Landy Simôa Almeida Professor orientador. Especialista em Saúde Coletiva e Docente UNESC.</p> <p>Vera Lúcia Barreto Motta Professora orientadora. Doutora em Administração e Docente UEPB.</p>
<b>Resumo</b>	<p>O estudo descritivo-exploratório discute as atividades de lazer que levam a contribuição de qualidade de vida dos idosos na faixa etária entre 60-65 anos. Utilizaram-se formulários buscando identificar as categorias como: sexo, estado civil, faixa etária, nível de escolaridade, situação ocupacional. Foram também coletados dados sobre o entendimento de lazer e entendimento sobre qualidade de vida, ambos descritos com tabelas a partir das respostas do público. Assim como as atividades que são desenvolvidas pelo centro e outras atividades que gostariam de ser realizadas no espaço. E por fim a motivação de participar das atividades no espaço. Dessa forma o principal objetivo do estudo é demonstrar que as vivências de lazer é uma forma de proporcionar qualidade de vida para idosos.</p>
<b>Tema central</b>	Identificar as atividades de lazer aptas a melhorar a qualidade de vida dos idosos do Centro Municipal de Convivência do Idoso de Campina Grande - PB.

<b>Instituição/Revista/ Ano</b>	Universidade Estadual da Paraíba. Qualit@s Revista Eletrônica ISSN 1677 4280 Vol.9. No 1 (2010).
<b>Região:</b>	Nordeste
<b>Tipologia do artigo (ensaio, revisão, originalidade)</b>	Artigo original
<b>Endereço eletrônico</b>	<a href="http://revista.uepb.edu.br/index.php/qualitas/article/view/318/407">http://revista.uepb.edu.br/index.php/qualitas/article/view/318/407</a>

<b>Título 3</b>	UM ESTUDO DO LAZER A PARTIR DAS REFLEXÕES E VIVÊNCIAS DOS IDOSOS DO CENTRO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRAIDADE ZOÉ GUEIROS, BELÉM-PA
<b>Autoras/Titulação</b>	<p>Tainah Cruz Sousa</p> <p>Turismóloga, Especialista em Planejamento e Gestão Pública do Turismo e do Lazer, do Núcleo de Altos Estudos Amazônicos (NAEA/UFPA) e membro do Grupo de Estudo e Pesquisa Lazer e Ludicidade na Amazônia (MOÇARAI).</p> <p>Lucília Silva Matos</p> <p>Professora do curso de especialização “FIPAM XXV: Planejamento e Gestão Pública do Turismo e do Lazer” do Núcleo de Altos Estudos Amazônicos (NAEA), da Faculdade de Educação Física e de Educação da Universidade Federal do Pará (UFPA/Campus Belém); Doutora em Ciências Sociais pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e líder do Grupo de Estudo e Pesquisa Lazer e Ludicidade na Amazônia - MOÇARAI;</p>
<b>Resumo</b>	O principal objetivo da pesquisa foi analisar como o lazer é compreendido pelos idosos do Centro de Convivência da Terceira Idade Zoé Gueiros, assim como também o entendimento dado pela instituição, a fim de refletir criticamente e produzir subsídios que possam servir de indicativos para futuras ações/propostas educativas naquela instituição. Para obtenção dos resultados a respeito da compreensão do lazer pelos idosos utilizaram-se entrevistas semiestruturadas, tendo como entendimento do público o lazer como diversão. Para a instituição o lazer configura-se como atividades complementares.
<b>Tema central</b>	Analisar como o lazer é compreendido pelos idosos do Centro de Convivência da Terceira Idade Zoé Gueiros e pela instituição, a fim de refletir criticamente e produzir subsídios que possam servir de indicativos para futuras ações/propostas educativas nessa instituição.

<b>Instituição/ revista/Ano</b>	Universidade Estadual do Pará. Revista: SENTIDOS DA CULTURA   BELÉM-PA   ANO 2   N.3   JUL-DEZ 2015
<b>Região</b>	Norte
<b>Tipologia(ensaio, revisão, originalidade):</b>	Artigo original
<b>Endereço eletrônico</b>	<a href="https://paginas.uepa.br/seer/index.php/sentidos/article/view/1026">https://paginas.uepa.br/seer/index.php/sentidos/article/view/1026</a>