



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
PROGRAMA PRÓ-LICENCIATURA  
CURSO: EDUCAÇÃO FÍSICA  
PÓLO UNIFAP

MANOEL ROSINALDO DOS REIS SANTOS

**POLÍTICAS PÚBLICAS E LAZER NA 3ª IDADE: UM ESTUDO DE  
CASO NO CENTRO DE MOBILIZAÇÃO SOCIAL DO BAIRRO NOVA  
ESPERANÇA NO MUNICÍPIO DE MACAPÁ-AP**

MACAPÁ-AP  
2012

MANOEL ROSINALDO DOS REIS SANTOS

**POLÍTICAS PÚBLICAS E LAZER NA 3ª IDADE: UM ESTUDO  
DE CASO NO CENTRO DE MOBILIZAÇÃO SOCIAL DO  
BAIRRO NOVA ESPERANÇA NO MUNICÍPIO DE MACAPÁ-  
AP**

Monografia apresentada à Universidade Federal de Brasília/Unifap como requisito avaliativo da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso – TCC, sob orientação da professora Denize. Do Carmo

MACAPÁ-AP

2012

# TERMO DE APROVAÇÃO

MANOEL ROSINALDO DOS REIS SANTOS

## **POLÍTICAS PÚBLICAS E LAZER NA 3ª IDADE: UM ESTUDO DE CASO NO CENTRO DE MOBILIZAÇÃO SOCIAL DO BAIRRO NOVA ESPERANÇA NO MUNICÍPIO DE MACAPÁ-AP**

Trabalho Monográfico defendido e aprovado como requisito final para aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II e no Curso de Licenciatura em Educação Física do Programa Pró-Licenciatura da Universidade de Brasília – Pólo Macapá-AP

---

Professora Orientadora Denize do Carmo

---

Avaliador

---

Avaliador

**DATA:**

**CONCEITO FINAL:**

MACAPÁ-AP

2012

## DEDICATÓRIA

Aos meus familiares e amigos pelo apoio e encorajamento;

Especialmente a minha esposa e filhos que tem me fortalecido para enfrentar os desafios da vida;

Aos professores que incansavelmente nos ofereceram o conhecimento acadêmico;

## **AGRADECIMENTO**

O Deus, razão de minha existência e pelas oportunidades que me proporciona no dia a dia.

A minha família, que sempre me apoiou em minhas decisões, e sempre estiveram do meu lado nos momentos de dificuldades.

Ao Corpo de Professores que nos presentearam com seus conhecimentos.

Ao minha orientadora Prof<sup>a</sup>. Denize do Carmo pelo conhecimento experiência acadêmica que pôde compartilhar para a finalização deste estudo.

A Coordenação do curso que possibilitou a todos nós ampliar o conhecimento para desenvolvermos um trabalho pleno de realizações e êxitos. .

“Olhar atentamente para as pequenas histórias do nosso cotidiano, refletir sobre elas, contá-las aos outros, compartilharem o espanto e a admiração, dúvidas, certezas e surpresas (...) enxergar o cotidiano como espaço/tempo plural, onde ocorre o eu e o outro (...) com seus erros e seus acertos, movidos tanto pelo que 'sabem' quanto pelo que 'ainda não sabem', se encontrando simplesmente para dar continuidade à teia da vida.”

***Maria Teresa Esteban***

## RESUMO

O presente estudo discute a importância das políticas públicas e do lazer para os idosos tendo como objetivos demonstrar a importância do lazer para a saúde e qualidade de vida na 3ª idade, identificar quais as atividades presentes no lazer para a 3ª idade no bairro Nova Esperança; identificar as políticas públicas e projetos voltados para as atividades de lazer na 3ª idade no bairro Nova Esperança no município de Macapá e identificar no bairro locais adequados para a promoção de atividades corporais e de lazer. Após o estudo chegou-se a conclusão de que as políticas públicas destinadas ao lazer precisam avançar com mais efetividade em relação a esse segmento social, buscando-se sua inserção adequada em atividades diversas. Quando as iniciativas para a oferta de atividades de lazer ao idoso forem mais amplas, então os princípios de equidade e autonomia passam a se tornar os principais referenciais para que o idoso tenha o direito de se sentir útil e produtivo na sociedade. Embora se saiba que existem instituições diferenciadas que promovem interação, atendimento, acompanhamento e até proporcione atividades físicas aos idosos, a realidade social é diferente, especialmente quando se trata de proporcionar lazer aos idosos.

**Palavras-chave:** Idoso, Lazer, Políticas Públicas

## **ABSTRACT**

This study discusses the importance of public policies and leisure for seniors whose objectives were to demonstrate the importance of leisure to health and quality of life in the 3rd age, identify which activities present in leisure for the 3rd age in the neighborhood New Hope; identify public policies and projects for leisure activities in the 3rd age in New Hope neighborhood in the city of Macapa in the neighborhood and identify suitable sites for promoting physical activity and leisure. After the study came to the conclusion that public policies aimed at the leisure need to move more effectively against this social segment, seeking its proper insertion into various activities. When initiatives for the provision of leisure activities for the elderly are wider than the principles of fairness and autonomy go on to become the main reference for the elderly have the right to feel useful and productive in society. Although it is known that there are different institutions that promote interaction, service, and monitoring to provide physical activities for the elderly, social reality is different, especially when it comes to providing entertainment for the elderly.

Keywords: Elderly, Leisure, Public Policy



## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO.....</b>	<b>09</b>
1.1 Objetivo geral.....	14
1.2 Objetivos específicos .....	14
<b>2. REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>15</b>
2.1 Qualidade de vida e o idoso.....	15
2.2 Assistência a pessoa idosa.....	16
2.3 O equilíbrio proporcionado pela atividade física nos idosos.....	18
2.4 O lazer para o idoso.....	21
2.5 Políticas públicas para o idoso.....	26
<b>3. METODOLOGIA .....</b>	<b>29</b>
3.1 Caracterizando o método de pesquisa.....	29
3.2 Local de pesquisa.....	30
3.3 Apresentação dos dados coletados e aspectos éticos.....	31
<b>3.3.1 Entrevista com o representante do bairro.....</b>	<b>32</b>
<b>3.3.2 Questionários para os idosos.....</b>	<b>34</b>
<b>4. CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÕES.....</b>	<b>40</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>43</b>
<b>ANEXOS</b>	

## 1. INTRODUÇÃO

O lazer constitui, na atualidade, uma das garantias constitucionais de todos os cidadãos visando principalmente o equilíbrio emocional e físico com qualidade de vida. Apesar disso, o acesso e a própria existência dos espaços destinados ao lazer tem sido insuficientes, comprovando que o usufruto da população às diversas interfaces do lazer ainda está muito longe do ideal.

Diante da ineficácia do Poder Público em proporcionar espaços de lazer tem surgido nos últimos anos empreendimentos privados na área que, mesmo não satisfazendo as necessidades plenas do cidadão, buscam oferecer o mínimo de qualidade de vida a todos (PEREIRA, 2009). Isso é ainda mais importante quando se reflete a respeito da população idosa e a qualidade de vida desse segmento social. Essa parcela da população, mais do que outros grupos etários, sofrem a influência de múltiplos fatores físicos, psicológicos, sociais e culturais que a falta de lazer pode resultar.

Por isso que avaliar e promover a saúde do idoso significa considerar variáveis de distintos campos do saber, numa atuação interdisciplinar e multidimensional, onde devem ser colocados todos os pressupostos negativos e positivos para direcioná-los de maneira correta e distintas para que não sofram qualquer tipo de exclusão por parte da sociedade que tanto já os ignora (ARAUJO, 2001).

Na sociedade globalizada, um dos princípios basilares diz respeito à necessidade de se ter uma percepção equilibrada sobre as potencialidades e as contribuições que cada cidadão pode oferecer para o desenvolvimento de sua própria comunidade.

Porém, quando se trata de lançar um olhar sobre o processo de envelhecimento, muitas representações coletivas acabam por associar essa etapa natural da vida a concepções que giram em torno de aspectos físicos, culturais e cognitivos, situados numa dimensão conceitual extremamente negativa.

Nesse aspecto é preciso repensar os conceitos a respeito do envelhecimento populacional que representa uma das maiores conquistas do presente século, uma vez que atingir uma idade avançada com saúde é um privilégio que tem sido usufruído por um número cada vez maior de indivíduos.

Porém, nos estudos científicos sobre essa etapa da vivência humana existem teorias que analisam a relação entre as perdas e os ganhos, durante a última fase da vida. Essas concepções científicas colocam que, apesar do envelhecimento continuar sendo representado na base do que constitui perda, percebe-se que as pessoas idosas têm muitas capacidades de reserva que ficam sem serem exploradas, ganhos que não são notados e, em consequência, não são valorizados. A esse respeito Baltes (2008, p. 04) mostra que “[...] o envelhecimento bem sucedido precisa de uma avaliação sustentada em uma perspectiva multidimensional, na qual fatores objetivos e subjetivos sejam considerados dentro de um contexto cultural, que contém demandas específicas”.

Na literatura científica nota-se que é comum se apontar duas formas básicas de ocorrer essas mudanças: de maneira consciente e tranquila ou com grande intensidade, dependendo da relação da pessoa e de seu ponto de vista sobre a velhice. (BATISTA; ARAÚJO, 2011)

A partir dessa concepção é possível notar que determinado grupo social mostra preocupação com o envelhecimento quando sente que esta nova fase da vida está se aproximando, produzindo sensações de desconforto, ansiedade, temores e preocupações diversas.

Assim, é muito comum que essa ansiedade resulte em falta de motivação no indivíduo levando-o a situações de depressão, modificando o funcionamento, do organismo, acelerando o processo de envelhecimento e provocando distúrbios e dificuldades de adaptação a um novo contexto social.

De acordo com Baltes (2008), alguns estudos recentes comprovam que o avanço da idade não determina a deterioração da inteligência, pois ela está associada à educação, ao padrão de vida, a vitalidade física, mental e emocional. Também é preciso eliminar a ideia pré-concebida sobre a idade cronológica das pessoas, uma vez que é possível verificar que há jovens com 20, 40 ou 90 anos de idade, pois tudo depende da postura e do interesse de cada um.

Assim, é muito comum que a ansiedade resulte em falta de motivação no indivíduo levando-o a situações de depressão, modificando o funcionamento, do organismo, acelerando o processo de envelhecimento e provocando distúrbios e dificuldades de adaptação a um novo contexto social.

Porém, contrário a isso, existem muitas sociedades que não acompanham essas mudanças demográficas e etárias, uma vez que essas atribuem valores aos

cidadãos de acordo com requisitos como a competitividade, a capacidade para o trabalho, para a independência e para a autonomia funcional, acreditando que idade avançada é sinônimo de perda e não de vantagens, evidenciando que falta uma cultura de respeito e valorização da pessoa idosa.

As pessoas que conseguem superar o medo passam a encarar a velhice como qualquer outro período da existência. Os estudos no campo das Ciências Sociais entendem que o envelhecimento não significa uma decadência e sim uma sequência da vida, com suas peculiaridades e características.

Segundo a Organização Panamericana de Saúde (OPAS) (2003, p. 15), envelhecer:

(...) é um processo seqüencial, individual, acumulativo, irreversível, não patológico, de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie, de maneira que o tempo o torne menos capaz de fazer frente ao estresse do meio ambiente e, portanto aumente sua possibilidade de morte.

Percebe-se então que o processo de envelhecimento está relacionado a um acontecimento natural caracterizado pela deterioração gradativa da estrutura física interna e externa do ser humano, limitando consideravelmente suas atividades cotidianas até o derradeiro falecimento físico. Ao se reconhecer isso compreende-se que entre as atividades que podem melhorar a qualidade de vida e ajudar o indivíduo a lidar com esse processo está o lazer que contribui para que o idoso possa se libertar de preconceitos que a sociedade já estabelece culturalmente, e acima de tudo manter a saúde, a melhora de suas funções orgânicas e psicológicas, conscientizando-o de que também pode participar de muitas atividades e ações, nesse sentido, o próprio lazer pode ser considerado uma prática preventiva, capaz de levar o idoso a viver a vida de maneira mais prazerosa.

Para fundamentar a discussão sobre a temática parte-se da seguinte questão/problema: Quais são os fatores físicos que determinam o comprometimento da 3ª idade na prática de lazer? Quais as políticas públicas e projetos voltados para a prática do lazer direcionado a população idosa no bairro Nova Esperança no município de Macapá?

Diante disso, considera-se relevante a abordagem do tema “Lazer na 3ª idade: análise de estudo de caso Na Unidade Estação Cidadania Nova Esperança em Macapá-AP posto que o lazer na 3ª idade é um desafio constante de

socialização, uma vez que qualquer proposta que destaque seus benéficos enfrenta a necessidade de adaptações constantes e a assimilação de novos instrumentos para que o idoso praticante possa interagir com o meio social, na qual a sua saúde física e mental aliada ao seu conhecimento técnico e maturidade de vida são os ingredientes fundamentais para que essas pessoas possam envelhecer com uma qualidade de vida adequada.

Além disso, é necessário considerar que a abordagem da temática se justifica na medida em que se torna necessário produzir literatura atualizada que versa sobre o assunto, de modo a se contar com um acervo mais amplo e significativo para pesquisas posteriores a respeito das políticas públicas voltadas para o lazer na 3ª idade.

A temática também se justifica pela relevância social que possui, uma vez que a partir do conhecimento a respeito das políticas públicas para o lazer de pessoas na 3ª idade indivíduos em todos os níveis passam a compreender como as políticas do Estado têm sido organizadas com foco nesse segmento populacional.

Ainda sobre o lazer é preciso repensar aspectos que se correlacionam com elementos que favorecem essas atividades como equipamentos de lazer, os espaços de convívio e o incentivo para que idosos de todas as classes sociais possam participar de programas e projetos voltados para essa prática, parece haver uma tendência à privatização, na qual, os espaços, inclusive as áreas verdes e o lazer propriamente dito tornaram-se produtos do mercado. "Quem não pode pagar pelo estádio, pela piscina, pela montanha, pelo ar puro, pela água, fica excluído do gozo desses bens que deveriam ser públicos porque essenciais (SANTOS apud MARCELLINO, 1996, 32).

Nesse ponto é preciso compreender que as atividades de lazer é tudo que proporciona diversão, entretenimento e ao mesmo tempo exercícios, envolvendo uma ativa participação de uma ou várias pessoas. Uma atividade de trabalho pode tornar-se o começo de uma atividade de lazer, uma vez que a atitude de quem a exerce é caracterizada pelo prazer, espontaneidade e liberdade.

Segundo Okuma (2008, p. 05), estudos em gerontologia têm demonstrado que:

[...] a atividade física aliada a outros aspectos tais como hereditariedade, alimentação adequada e hábitos de vida apropriados, podem melhorar em muito a qualidade de vida dos idosos, sabe-se que a inatividade é o elemento que mais compromete a qualidade de vida na terceira idade, e que no Brasil envelhecer com dignidade, se tornou uma incógnita, por falta de políticas públicas sociais para o idoso.

Assim, é essencial incentivar o idoso a participar das ações sociais e das atividades físicas que poderão acontecer no seu bairro, assim como se inserir nas diversas programações culturais e de lazer de sua comunidade.

## **1.1 Objetivo Geral**

- Demonstrar a importância do lazer para a saúde e qualidade de vida na 3ª idade.

## **1.2 Objetivos específicos**

- Identificar quais as atividades presentes no lazer para a 3ª idade no bairro Nova Esperança;

- Identificar as políticas públicas e projetos voltados para as atividades de lazer na 3ª idade no bairro Nova Esperança no município de Macapá;

- Identificar no bairro Nova Esperança locais adequados para a promoção de atividades corporais e de lazer.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 QUALIDADE DE VIDA E O IDOSO

A qualidade de vida na velhice é um tema sujeito a muitas discussões e debates em diversos campos do conhecimento humano. Segundo Rebelatto e Morelli (2007, p. 25), as preocupações centrais quando se fala sobre qualidade de vida na velhice, destaca-se “a independência e a autonomia, a continuidade de papéis sociais, envolvimento social, conforto, segurança e apoio”.

Nos países em desenvolvimento, assim como no Brasil, a qualidade de vida dos idosos ainda é precária, pois o conhecimento a respeito do processo de envelhecimento enquanto fenômeno social é muito recente. Isso se deve ao fato deste fenômeno se inserir em um quadro de forte desigualdade social e de acentuadas carências, onde os idosos fazem parte da minoria não constituindo demanda capaz de mobilizar a sociedade em favor do atendimento de suas necessidades.

Assim, é de grande importância determinar o que é qualidade de vida, onde somente então na década de 90 a Organização Mundial da Saúde (OMS), estabeleceu um grupo de especialistas para desenvolver a definição de qualidade de vida, onde firmou-se que:

Qualidade de vida é a percepção do indivíduo quanto a sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores em que vive, levando em conta suas metas, suas expectativas, seus padrões e suas preocupações. Os especialistas notam que ela é afetada pela interação entre a saúde, o estado mental, a espiritualidade, os relacionamentos do indivíduo e os elementos do ambiente. (OMS, 1999, p. 15)

Uma iniciativa que se tornou decisiva para a promoção da qualidade de vida de pessoas idosos foi promulgação da Política Nacional do Idoso através da lei nº 8.842 de 1994 e regulamentada em 1996 com o Decreto Nº 1.948, assegurando-se os Direitos Sociais à Pessoa Idosa, “criando condições para promover sua autonomia integração e participação efetiva na sociedade e reafirmando o direito à saúde nos diversos níveis de atendimento do SUS – Sistema Único de Saúde” (BRASIL, 1994, p. 5)



Com base no Ministério da Saúde, a principal finalidade da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, projeto este criado a partir da regulamentação da lei citada acima, é “recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim, em consonância com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde” (BRASIL, 1994, p. 6)

Ainda, o Ministério da Saúde determina que “É alvo da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa todo cidadão e cidadã brasileiros com 60 anos ou mais de idade.” (BRASIL, 1994, p. 07)

Isso é confirmado pelas diretrizes estabelecidas pelo Estatuto do Idoso, onde se observa que “É instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos (Art. 1º do Estatuto do Idoso)”.

Assim, ficou estabelecido pelo projeto, dois grandes eixos norteadores para a integralidade de ações: o enfrentamento das vulnerabilidades físicas, emocionais e sociais da pessoa idosa, da família e do sistema de saúde, além de se promover a saúde e da integração social do idoso em todos os níveis de atenção.

## 2.2 ASSISTÊNCIA A PESSOA IDOSA

O envelhecimento biológico é um processo natural da vida, sendo que no século XXI produziu-se uma revolução na perspectiva de longevidade do ser humano. “Em 2000, a população idosa era de aproximadamente 600 milhões. Espera-se que em 2050, a mesma chegue a quase 2 bilhões, graças as melhorias de qualidade de vida” (SOUZA, 2003, p. 55).

A projeção do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) são de que em 2050 a população idosa será de 63 milhões de pessoas. Em 1980 era 10 idosos para cada 100 jovens, e em 2050 serão 172 idosos para cada 100 jovens, porque a esperança de vida ao nascer saiu de 43,3 anos, na década de 1950, para 72.5 anos em 2007. (IBGE, 2000, p. 48)

Apesar destes dados a velhice costuma ser tratada pela sociedade capitalista como uma etapa descartável da vida, pois o capitalismo introduz a idéia de que o idoso é um peso morto, uma vez que ele não produz, como se o valor do indivíduo fosse medido pela sua capacidade de produção e utilização da força de trabalho. A

verdade é que nessa fase da vida, o ser humano precisa é de carinho, dignidade e seus direitos garantidos.

Mesmo diante desses dados, no Brasil existem estudos que evidenciam como os idosos acabam por circunscrever o envelhecimento a um padrão que engloba perdas, aspectos humanos desfavoráveis, vivência marcada por toda sorte de dificuldades físicas e preconceitos infundados.

Normalmente, as representações sociais expostas em muitas mídias mostram o idoso como alguém inapto para atividades, não raro, associando a velhice a inutilidade, ausência de saúde e inapetência para o trabalho ou quaisquer outras funções do cotidiano.

De acordo com Ruipérez (2002, p. 15)

As representações sociais relacionadas ao [envelhecimento] quando pensadas sob o enfoque do que socialmente se convencionou denominar de aposentadoria ganham maiores repercussões. Geralmente, a aposentadoria incide fortemente sobre a identidade do sujeito, especialmente na concepção que se estabelece em relação a sua utilidade para a sociedade.

Em consequência disso, ser idoso numa sociedade caracterizada por avanços tecnológicos rápidos acaba por representar também uma espécie de exclusão da convivência social e produtiva (BATISTA E ARAÚJO, 2011).

Assim, as representações sociais a respeito do idoso têm sido construídas com base em concepções errôneas que se fundamentam apenas no olhar sobre os aspectos negativos da fragilidade física, esquecendo-se da visão holística que deve ser mantida quando se trata de avaliar as capacidades de cada sujeito dentro de uma sociedade. Desta forma, no contexto e no convívio entre pessoas de uma determinada comunidade as representações sociais fazem parte de um sistema simbólico que produz um conhecimento sobre o mundo, atribuindo significados à realidade. E através desse sistema, relacionado à percepção coletiva, que se torna possível refletir sobre o mundo, os hábitos, as concepções e as pessoas.

Para Veras (2002, p. 13):

O processo de envelhecimento que sofre a população dos países do terceiro mundo, inclusive o Brasil, distingue-se daquele dos países mais desenvolvidos porque ainda que muitos milhões de pessoas continuem vivendo em graus absolutos de pobreza [...] as conquistas tecnológicas da medicina moderna [...] conduziram a meios que tornam possível prevenir ou curar muitas doenças fatais do passado.

Nesse aspecto é preciso repensar os conceitos a respeito do envelhecimento populacional que representa uma das maiores conquistas do presente século, uma vez que atingir uma idade avançada com saúde é um privilégio que tem sido usufruído por um número cada vez maior de indivíduos.

O Brasil, como em outros países em desenvolvimento, a questão do envelhecimento populacional soma-se a uma ampla lista de questões sociais não resolvidas, tais como a pobreza e a exclusão de crescentes contingentes da população, e aos elevados níveis de desigualdade vigente nessas sociedades. “Dentro do conjunto de outros países mais populosos o Brasil desencadeia um processo de envelhecimento populacional mais rápido” (ALMEIDA, 2005, p. 45)

No Estado do Amapá, a preocupação também é grande, em relação à assistência a pessoa idosa, pois não existem estatísticas precisas a respeito do número exato de idosos, mais sabemos que é um número grande, considerando a taxa de mortalidade em função dos avanços da medicina e dos meios de comunicação (IBGE, 2000).

### 2.3 O EQUILÍBRIO PROPORCIONADO PELA ATIVIDADE FÍSICA NOS IDOSOS

Muitos gerontologistas definem o envelhecimento como uma forma de redução da capacidade de sobreviver, sendo este um processo dinâmico e progressivo no qual há modificações morfofuncionais, bioquímicas e psicológicas que irão determinar progressivamente perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, assim colocando-os em situações de maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos.

De acordo com Silva (2009, p. 69)

A prática regular de atividade física ao longo da vida não evita a perda funcional geral associada ao envelhecimento, mas irá atenuar a mesma, pois possibilitará a realização de uma variedade de tarefas motoras, comumente não realizadas por idosos.

Ainda Rebelatto e Morelli (2007, p. 126) explicam que a diminuição do volume sanguíneo também é uma importante peculiaridade do sistema cardiovascular no idoso.

Já no sistema respiratório, as eventuais perdas da função são decorrentes do próprio envelhecimento, onde observa-se perdas significativas na capacidade

vital. Com consequência o custo da respiração nos idosos também é maior para determinada intensidade absoluta de esforço.

As alterações decorrentes do processo de envelhecimento produzem na maioria dos casos, dificuldades onde a mesma tem a capacidade de produzir perda de autonomia e de qualidade de vida, além de repercutir sobre os cuidadores, na maior parte dos casos familiares, deve mobilizar de cuidados especiais, adaptando a rotina em função da recuperação ou adaptação do idoso a sua condição.

A discussão sobre as políticas sociais de atenção à pessoa idosa vem do intenso esforço de segmentos específicos do governo e da grande mobilização da sociedade, buscando cumprir as normativas internacionais (Assembléia mundial sobre Envelhecimento de Viena, 1982 e a de Madri, 2002) e nacionais, com a publicação do Estatuto do Idoso (SILVA, 2009).

A Assembléia de Viena que resultou na aprovação de um plano global de ação, onde vários outros direitos foram garantidos. E a de Madri estabeleceu colaboração entre o Estado e a sociedade civil, onde foram aprovadas novas declarações políticas e um plano sobre o envelhecimento no início do século XXI.

Art. 10 É obrigação do Estado e da sociedade, assegurar à pessoa idosa a liberdade, o respeito e a dignidade, como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais, garantidos na Constituição e nas leis. (BRASIL, 2003, p. 16)

É comum e frequente confundir e rotular as pessoas idosas como sendo: rabugentos, inválidos, deficientes, caduco e incapaz ou alguém que esta somente à espera da morte.

O grande avanço em políticas de proteção social a pessoa idosa brasileira foi dado pela Constituição de 1988, pois a partir de então “o Estado passou a ter o compromisso de promover um conjunto de direitos fundamentais, formulando políticas que garantam a realização desses direitos para todos (TOSSI, 2005, p. 17).

Mas a história dos Direitos dos Idosos no Brasil vem mostrar que a partir da Lei 10.741/93, foram estabelecidas medidas que visam proporcionar o bem-estar da pessoa idosa, foi sancionado o Estatuto do Idoso, que tramitaram sete anos no Congresso Nacional, entrando em vigor no ano de 2004. Vale salientar que este documento é muito mais abrangente do que a chamada Política Nacional do Idoso, expressa na lei nº 8.842/94, pois, o novo Estatuto determina inúmeros benefícios e

garantias à pessoa idosa, além de instituir penas severas para quem desrespeita ou abandona cidadãos idosos.

O Estatuto do Idoso garante direitos importantes para os idosos como: saúde, educação, previdência, assistência, habitação, lazer, cultura, esporte, justiça e transporte.

Art. 3º É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. Estatuto do Idoso (2003, p. 15).

A constatação de alguns dados levantados preocupa e faz pensar, pois um número significativo de idosos sem condições de bem-estar físico e mental, será daqui a algum tempo uma problemática bastante séria, aumentando com isso, a necessidade de criação de políticas públicas mais adequadas a essa população.

Os países em desenvolvimento, como o Brasil, enfrentam o problema do desenvolvimento socioeconômico simultâneo ao envelhecimento de partes de sua população.

No Brasil, assim como em outros países em desenvolvimento, a questão do envelhecimento populacional soma-se a uma ampla lista de questões sociais não resolvidas, tais como a pobreza e a exclusão de crescentes contingentes da população, e aos elevados níveis de desigualdade vigente nessas sociedades. “Dentro do conjunto de outros países mais populosos o Brasil desencadeia um processo de envelhecimento populacional mais rápido” (ALMEIDA, 2005, p. 45)

Nesse ponto é importante mencionar a necessidade de usufruir a qualidade de vida que está associada à sua adaptação e inserção no ambiente familiar no qual ele se identifica desde que haja possibilidade de realmente interagir com os demais membros da família.

De acordo com Borges e Coimbra (2008) as transformações sociais ocorridas no século passado, percebeu-se que pessoas idosas, que antes restringiam sua presença ao núcleo familiar, passaram a ter um espaço cada vez maior em todas as esferas.

Porém, apesar das conquistas e dos avanços na efetivação de direitos, os idosos ainda continuam a ser vistos com discriminação, pois existe a constatação de que muitas pessoas não estão preparadas para lidar com idosos e suas

necessidades. Nem o próprio idoso aceita, muitas vezes, a sua perda de autonomia ou limitação (BRASIL, 2007).

Em virtude do crescimento acentuada na taxa de idosos e, mais importante, da longevidade usufruída por estes, verifica-se a necessidade de proporcionar melhor qualidade de vida em todo o decorrer da existência para mantê-los ativos e integrados no ambiente familiar e social.

Assim, novas possibilidades de uma velhice ativa e saudável estão surgindo e sendo incentivadas. Novos campos de trabalho estão aparecendo para estudar e proporcionar melhorias para este segmento populacional, sendo que entre eles está a Educação Física que, em maior ou menor proporção, trata da importância de práticas de lazer e exercícios que beneficiam a saúde dos idosos.

## 2.4 O LAZER PARA O IDOSO

A partir do conhecimento histórico a respeito da origem e desenvolvimento de atividades de lazer é necessário evidenciar a produção teórica sobre essa atividade, que vem sendo construído a partir de uma perspectiva social, para além do mero entretenimento, como é comum na percepção dos indivíduos em geral.

Na realidade, deve-se compreender que o lazer se torna um importante elemento a ser considerado pelos diversos campos de conhecimento e atuação humana, como a educação física, a partir de sua prática que deve ir além de uma lógica simplesmente compensatória para os cidadãos, tornando-se um elemento potencializador da qualidade de vida. (MARCELINO, 2001)

Diante disso, se faz necessário evidenciar conceitos e concepções a respeito do termo lazer, dentre as muitas existentes, para então situar essa expressão e seu significado no contexto das práticas físicas direcionadas aos idosos.

Por exemplo, Marcelino (2001, p.31) entende o lazer da seguinte forma:

[...] a cultura – compreendida no seu sentido mais amplo – vivenciada (praticada ou fruída) no “tempo disponível”. O importante, como traço definidor do lazer, é o caráter “desinteressado” desta vivência. Não se busca, pelo menos fundamentalmente, outra recompensa além da satisfação provocada pela situação.

Essa visão a respeito do significado do lazer é importante, quando se leva em consideração os aspectos fenomenológicos e imediatos, pois se constata que o

lazer desde os primórdios da história humana até a atualidade, constitui um meio de se ver livre, mesmo que temporariamente, da realidade massacrante das atividades laborais.

No que tange o mundo globalizado, o que se tem observado é a negação da possibilidade de que o idoso venha há vivenciar o tempo para o lazer. Tal situação se deve “[...] ou pela negação temporal e especial desta atividade mesmo através do consumo “obrigatório” de determinados bens e serviços oferecidos como num grande supermercado” (MARCELINO, 2001, p. 55).

É preciso pensar também no grande número de idosos vindos de classes economicamente carentes, que tem seu tempo de lazer encurtado, pela necessidade de voltar a trabalhar, a fim de garantir a sua sobrevivência e de sua família (SILVA, 2006).

Um outro conceito interessante sobre o lazer é especificado por Gomes (2003, p. 124)

O lazer compreende, dessa maneira, a vivência de inúmeras práticas culturais, como o jogo, a brincadeira, a festa, o passeio, a viagem, o esporte e também as outras formas de arte, dentre várias outras possibilidades. Inclui, ainda, o ócio uma vez que esta e outras manifestações culturais podem constituir, em nosso meio social, notáveis experiências de lazer.

Constata-se, então, que o lazer é tudo quanto diverte e entretém o ser humano e envolve uma ativa participação de uma ou várias pessoas. Uma atividade de trabalho pode tornar-se o começo de uma atividade de lazer, uma vez que a atitude de quem a exerce esteja caracterizada pelo prazer, espontaneidade, liberdade e fim intrínseco.

Mediante isso, Kishimoto (2002, p. 56) afirma que “o lazer se processa tanto em torno do grupo como das necessidades individuais”, pois, permite criar e satisfazer o espírito exterior e interior do ser humano e oferece ricas possibilidades culturais. Orientar através do lazer é suscitar prazer por atividades recreativas, através das quais o ser humano passa a desenvolver ao máximo o potencial que traz ao nascer.

Em meio a este debate constitui fator importante perceber que o lazer para os idosos, indubitavelmente, representa uma atividade importante para a socialização com seus pares, desde que na sua proposta esteja incluída a

necessidade de provocar no idoso o interesse e a vontade de permanecer envolvido com a sua dinâmica e objetivos. Acima de tudo, Dohme (2003, p. 25) confirma que:

O lazer possibilita a aprendizagem, o convívio harmonioso e motivador, fazendo com que as pessoas se conheçam. Uma atividade de lazer introdutória [...] quebrará as barreiras iniciais, superando a timidez e tensões que possivelmente surgirão.

Como meio de aproximar as diferentes personalidades existentes no espaço social, o lazer promove um ambiente cooperador, ajudando a criar laços de amizade e companheirismo que, em última análise, favorecerão o desempenho de atividades num espírito de coletividade, harmonia e troca de experiências, necessárias para a integração de todos os atores sociais.

Não se deve desconsiderar que as atividades de lazer para os idosos colaboram com o desenvolvimento de habilidades onde se empregam a força: puxar, levantar, empurrar; agilidade: correr; a destreza: atirar, mirar, esquivar. Como também habilidades físicas que exigem uma maior sensibilidade, como por exemplo, jogos onde surge a necessidade de desempenhar algumas atividades ligadas a psicomotricidade (DHOME, 2003)

Quando se menciona a necessidade de se manter um estado de ser onde a saúde e a qualidade de vida deve receber prioridade, é preciso lembrar que isso não é algo inato ao ser humano, pois é possível adquirir ou reconstituir ao longo das etapas da vida em meio ao corpo social. Por isso o estado de ser saudável inclui entre outros aspectos a necessidade de atividade física regular e de lazer para se manter um estilo de vida com qualidade.

Nesse ponto a escola é uma instituição que precisa estar atenta a sua responsabilidade de levar essa discussão para o contexto dos programas curriculares de Educação Física, promovendo ao máximo uma disciplina que, muitas vezes, é associada apenas ao movimento e a cultura corporal.

Dumith e Silveira (2010) informa que essa necessidade é ainda mais imperiosa pela importância de contribuir com o desenvolvimento de idosos fisicamente ativos que mostrem disposição para aprender e estabelecer relações socializadoras com todos ao seu redor.

Quando se compreende esse ponto, então os profissionais da Educação Física passam a entender o quanto a atividade de lazer constante tem efeitos



positivos ao organismo do indivíduo, auxiliando na prevenção e, muitas vezes, no tratamento de uma variedade de problemas de saúde.

A atividade física regular melhora a saúde de pessoas de todas as idades, independentemente do sexo, propiciando os seguintes benefícios: reduz o risco de morte prematura por doenças cardíacas e outras condições; reduz o risco de desenvolver diabetes, hipertensão, câncer de cólon e de mama; auxilia no controle do peso, ganho de massa muscular e preservação das articulações; reduz o sentimento de depressão e ansiedade; e promove o bem-estar psicológico. (DUMITH E SILVEIRA, 2010, p. 9)

Não há dúvida então de que os fundamentos teóricos que discutem a relação atividade física, qualidade de vida e lazer apontam para a importância estratégica da Educação Física, especialmente por se acreditar que o bem-estar dos idosos poderá ser assegurado.

Em termos simples é possível acrescentar que os idosos, independente se sua condição socioeconômica podem adquirir benefícios através da prática física, incluindo-se atividades de lazer bem orientadas e moderadas, especialmente se estão há muito tempo sem realizar essas atividades.

Além disso, é preciso lembrar que aqueles indivíduos que mantêm uma rotina de lazer, incluindo-se os idosos, passam a ter uma concepção mais adequada e uma percepção mais aguçada sobre a saúde (DUMITH E SILVEIRA, 2010).

A procura por uma condição melhor de vida, tem acarretado na sociedade uma inabalável e incansável disputa dos pesquisadores em achar um meio de beneficiar através da promoção da saúde o bem estar da população. Neste caso, tem provocado formar valores para o nível de condição melhor de vida, por meio de referências econômicas, taxas de natalidades, alfabetização, alimentação, prática de atividade física, como também a ordem social, como seu habitat, saúde, segurança e educação.

As atividades físicas por muitos anos vêm sendo estudadas como benefício à saúde, pois, somente nas últimas décadas com a confirmação de estudos epidemiológicos, confirmaram a importância da atividade física para a saúde dos seres humanos.

Naturalmente, cada sociedade ou cultura atribui um olhar diferente sobre o valor do lazer, porém, um fato é indiscutível: o condutor de afeto, os pontos de criatividade, as ações que iluminam o desenvolvimento do indivíduo dependem, em

grande medida, da forma que o ser humano lida com o lazer durante os anos e o entretenimento no decurso de sua vida (SANTOS, 2001).

Sendo assim, de acordo com Almeida (1998) esse estado de confusão cultural e social, quanto à natureza do lazer, seja ele fruto da prática social ou fenômeno indenitário, infelizmente, continua no tempo atual.

Uma vez que, na atualidade, a indiferença constitui uma característica nas relações entre os cidadãos, especialmente no envolvimento conjunto em momentos de lazer, é necessário repensar o papel que cada membro da sociedade tem desempenhado e a responsabilidade assumida para que resultados positivos sejam colhidos no que tange à formação integral e qualidade de vida do indivíduo.

Assim, a relação do indivíduo com o meio acontece através da consciência crítica da libertação e de uma ação concreta com a finalidade de transformar o mundo que a rodeia. Para tanto, o lazer e atividades recreativas, para além dos conceitos estreitos, possuem a estratégica tarefa de estimular dentro do indivíduo sensações que serão compreendidas progressivamente como parte do processo de amadurecimento e apego a vida e aos valores básicos transmitidos por gerações.

O lazer na 3ª idade é um desafio constante de ressocialização, e enfrenta a necessidade de readaptações constantes e a assimilação de novos instrumentos para interagir com seu tempo e seu meio, na qual a sua saúde física e mental aliada ao seu conhecimento técnico e maturidade de vida são os ingredientes fundamentais para que essas pessoas possam envelhecer com uma qualidade de vida saudável.

Por isso é necessário compreender a inserção do idoso em atividades de lazer, que estimulem suas vidas desenvolvendo o seu bem estar social e psicológico. Nesse campo, alguns projetos sociais podem ser estimulantes para desenvolver o sentido da cidadania e o lazer dos idosos que tanto fizeram e fazem pela sociedade, a adoção de práticas de vida saudáveis torna-se imperiosa e tudo que ajude a promover a saúde deve ser estimulado.

De acordo com Fiatorane (2004), as atividades físicas são importantes para que os idosos permaneçam com boa aptidão funcional, pois requerem, em maior ou menor grau, força muscular, flexibilidade, coordenação, equilíbrio e resistência aeróbia.

Nesse ponto é preciso compreender que as atividades de lazer é tudo que proporciona diversão, entretenimento e ao mesmo tempo exercícios, envolvendo

uma ativa participação de uma ou várias pessoas. Uma atividade de trabalho pode tornar-se o começo de uma atividade de lazer, uma vez que a atitude de quem a exerce é caracterizada pelo prazer, espontaneidade e liberdade.

Como meio de aproximar as diferentes personalidades existentes na sociedade, o lazer promove um ambiente cooperador, ajudando a criar laços de amizade e companheirismo que, em última análise, favorecerão a resolução de atividades num espírito de coletividade, harmonia e troca de experiências, necessárias para a integração de muitos idosos.

Diante de tais informações das atividades físicas praticadas neste contexto, a dança irá refletir diretamente no desempenho tanto físico e psicológico, pois irá amenizar aspecto relacionado ao envelhecimento, na medida em que é capaz de promover saúde e melhorar a qualidade de vida.

## 2.5 POLÍTICAS PÚBLICAS PARA O IDOSO

O grande avanço em políticas públicas de proteção social a pessoa idosa brasileira foi dado pela Constituição de 1988, pois a partir de então “o Estado passou a ter o compromisso de promover um conjunto de direitos fundamentais, formulando políticas que garantam a realização desses direitos para todos (TOSSI, 2005, p. 17).

Mas a história dos Direitos dos Idosos no Brasil vem mostrar que a partir da Lei 10.741/93, foram estabelecidas medidas que visam proporcionar o bem-estar da pessoa idosa, foi sancionado o Estatuto do Idoso, que tramitaram sete anos no Congresso Nacional, entrando em vigor no ano de 2004. Vale salientar que este documento é muito mais abrangente do que a chamada Política Nacional do Idoso, expressa na lei nº 8.842/94, pois, o novo Estatuto determina inúmeros benefícios e garantias à pessoa idosa, além de instituir penas severas para quem desrespeita ou abandona cidadãos idosos.

A constatação de alguns dados levantados preocupa e faz pensar, pois um número significativo de idosos sem condições de bem-estar físico e mental, será daqui a algum tempo uma problemática bastante séria, aumentando com isso, a necessidade de criação de políticas públicas mais adequadas a essa população.

Deve-se compreender que a efetivação de políticas públicas destinadas aos idosos obedece a um dos princípios básicos do Estado democrático de direitos que é o princípio da dignidade humana.

Nesse respeito, percebe-se então que todo ser humano, independente de gênero, cor, faixa etária ou qualquer outra designação identificadora de sua origem ou relação cultural ou econômica, deve ter assegurados, desde o nascimento, as mínimas condições necessárias para se tornar não somente útil à sociedade, como também deve ter a possibilidade de receber os benefícios que o Estado pode proporcionar de maneira igualitária a todos, de modo que possam desenvolver plenamente todas as suas potencialidades.

Sobre o tema, Moraes (2007, p. 61) diz que o princípio da dignidade da pessoa humana é um sentimento intrínseco ao íntimo da pessoa, que aparece na sua livre e espontânea utilização consciente e responsável da própria vida e que acarreta consigo a obstinação de ser valorizada pelos outros indivíduos, consistindo assim num sistema mínimo que toda a sociedade deve proteger, sem desprezar o fundamental respeito que é devido a todos os seres humanos.

Para Sarlet (2002, p. 62)

O conceito do princípio da dignidade da pessoa humana pode assim ser entendido como a qualidade embutida e signo distintivo de cada ser humano, que o faça merecedor de uma esfera de respeito e consideração, tanto por parte do Estado quanto por parte da sociedade, que assegure ao indivíduo o poder de acionar o Estado na proteção contra qualquer ação humilhante e desumana, assegurando assim as condições fundamentais para levar uma vida saudável, além do mais, este princípio promove a participação ativa do ser humano na manutenção de sua dignidade e na dos demais seres humanos.

Para que se possa mais objetivamente compreender o que significam esses direitos humanos, basta dizer que correspondem a necessidades essenciais da pessoa humana. Trata-se daquelas demandas naturais que se apresentam da mesma forma para todos os seres humanos e que devem ser atendidas para que a pessoa possa viver com a dignidade que devem ser asseguradas a todos os segmentos sociais.

Oliveira (2001), explica então que as políticas públicas destinadas aos idosos, que tem como um de seus fundamentos o princípio do respeito à dignidade humana, precisam contemplar uma relação de parceria e colaboração entre os diversos setores da sociedade. Assim, todos devem estar preparados para trabalhar em conjunto visando estabelecer ações prioritárias que beneficiem a população idosa em campos diversos como a educação, a saúde e o lazer.

Uma vez ciente das deficiências e limitações das políticas públicas para os idosos, os Administradores e o Poder Público precisam então estar atentos. Todos os aspectos sociais precisam ser vistos como essenciais para que o idoso venha, dentro das possibilidades reais, usufruir qualidade de vida, bem como a família aprender a participar das atividades e projetos desenvolvidos na comunidade visando melhorar o acesso do idoso as políticas de inclusão.

Para Moraes (2007) talvez um dos principais entraves para que as políticas públicas direcionadas aos idosos não satisfaça as expectativas desejadas é a falta de planejamento adequado a realidade que o idoso vive. As campanhas, os seminários, as assembleias e encontros realizados para as discussões sobre as políticas acabam esbarrando na dificuldade de se buscar instrumentos que auxiliem os gestores públicos na tarefa de administrar uma realidade complexa.

Segundo Fiatorane (2004) um destes instrumentos é o planejamento, que pode, dependendo do enfoque, alterar ou melhorar a habilidade de governo, expresso como a capacidade de dirigir, gerenciar, administrar e controlar políticas públicas que venham a favorecer essa população.

Ao se discutir as políticas e serviços públicos destinados ao idoso é importante relacionar esses aspectos a qualidade de vida, uma vez que esse elemento é estratégico para que a atenção dada a este segmento populacional seja adequada e funcional.

Pode-se acrescentar que viver com dignidade é um direito de todo ser humano. Para isso, o Estado precisa desenvolver e disponibilizar a pessoa idosa uma rede de serviços capaz de assegurar direitos básicos, como, por exemplo, saúde, transporte, lazer, ausência de violência tanto no espaço familiar como no espaço público.

Para isso as autoridades precisam conhecer o perfil socioeconômico da população, e só com planejamento, os Municípios, os Estados e a União serão capazes de atingir esta meta.

### 3. METODOLOGIA

#### 3.1 CARACTERIZANDO O MÉTODO DE PESQUISA

Para que o trabalho pudesse refletir as principais percepções em torno da problemática foi escolhido o estudo de caso como método empregado. Essa categoria de pesquisa relaciona-se a um objeto que se analisa profundamente. Pode ser caracterizado como um estudo de uma entidade bem definida, como um programa, uma instituição, um sistema educativo, uma pessoa ou uma unidade social. Visa conhecer o seu como e os seus “porquês”, evidenciando a sua unidade e identidade próprias. É uma investigação que assume características particulares, estudando-se profundamente uma situação específica, procurando descobrir o que há nela de mais importante.

Trata-se de um tipo de pesquisa que tem sempre um forte cunho descritivo. O pesquisador não pretende intervir sobre a situação, mas dá-la a conhecer tal como ela lhe surge. Para tanto, pode valer-se de uma grande variedade de instrumentos e estratégias. No entanto, um estudo de caso não tem que ser meramente descritivo. Pode ter um profundo alcance analítico, pode interrogar a situação. Pode confrontar a situação com outras já conhecidas e com as teorias existentes. Pode ajudar a gerar novas teorias e novas questões para futura investigação. As características ou princípios associados ao estudo de caso se superpõem às características gerais da pesquisa qualitativa, destacando-se a descoberta mesmo que o investigador parta de alguns pressupostos teóricos iniciais, ele se mantém atento a novos elementos que poderão surgir, buscando novas respostas e novas indagações no desenvolvimento do seu trabalho.

Além disso, os estudos de caso enfatizam a interpretação a partir de um contexto para melhor compreender a manifestação geral de um problema, relacionando as ações, os comportamentos e as interações das pessoas envolvidas com a problemática da situação a que estão ligadas.

É importante acrescentar que o estudo de caso retrata a realidade de forma completa e profunda, uma vez que o pesquisador enfatiza a complexidade da situação procurando revelar a multiplicidade de fatos que a envolvem e a determinam, sendo que a realidade pode ser vista sob diferentes perspectivas, não

havendo uma única que seja a verdadeira. Assim, o pesquisador vai procurar trazer essas diferentes visões e opiniões a respeito da situação em questão e colocar também a sua posição.

Os instrumentos de pesquisa foram a observação participante e os questionários abertos e fechados, no primeiro caso, a observação direta, serviu de suporte para que fosse possível entender como o objeto de estudo, ou seja, as políticas públicas relacionadas ao lazer para os idosos se concretizam na realidade. Quanto aos questionários abertos e fechados, estes foram usados para evidenciar os respectivos posicionamentos tanto dos idosos, quanto do representante do bairro responsável pelo Centro Comunitário.

A pesquisa foi feita no Centro Comunitário do bairro Nova Esperança iniciando-se com a observação participante realizada ao mesmo tempo em que se oferecia aos idosos e ao representante comunitário os questionários para serem preenchidos na segunda quinzena do mês de setembro.

A amostra foi selecionada dentro de uma população de moradores do bairro que atualmente somam 5.000 (cinco mil) indivíduos, sendo que foram escolhidos para participar das entrevistas um número total de 20 indivíduos do sexo masculino e feminino que estão na faixa etária acima de 60 anos, que residem no bairro Nova Esperança há pelo menos 05 anos.

Os questionários fechados foram aplicados aos idosos de modo que fosse possível identificar suas percepções em relação as políticas públicas destinadas ao lazer de pessoas idosas no bairro, se conhecem ou participam das atividades existentes no bairro.

O questionário aberto foi direcionado ao responsável pelo Centro Comunitário, posto que se entende que toda e qualquer política destinada ao lazer é posta em prática através dos projetos e atividades efetivadas pela administração do Centro Comunitário daquele bairro. É importante então caracterizar o campo de pesquisa onde a investigação se desenvolveu.

### 3.2 LOCAL DA PESQUISA

A pesquisa de campo foi realizada no Centro de Mobilização Social Nova Esperança, localizado na rua Natair Monteiro da Piedade nº 149, tendo como responsável a senhora Marcia Regina G. S. Rodrigues, desenvolvendo ação social

com idosos de 60 a 80 anos, embora a pesquisa tenha sido realizada com idosos entre 65 a 70 anos de idade, entre mulheres e homens, onde participam a quantidade de 38 idosos, sendo que o instrumento de coleta de dados foram questionários destinados respectivamente a Administração do Centro Comunitário do bairro Nova Esperança e aos idosos.

No que tange à estrutura física pode-se apresentar as seguintes informações: O prédio é composto de 5 blocos divididos em 10 ambientes sendo a Direção, salas de aula utilizadas para a prática do judô para crianças e adolescentes, auditório, refeitório, cozinha e quadra poliesportiva.

O Centro é responsável por organizar e efetivar ações sociais e de lazer com programações voltadas para jogos de baralho, dominó, yoga, vôlei adaptado, arremesso a cesta, lançamento de arcos (bambolê), com encontros nas 3ª e 5ª feira, no horário da tarde das 14:00 as 17:00h.

No mês de setembro existe um calendário de atividades que incluem os jogos da melhor idade, voleibol adaptado, bola ao cesto, natação, caminhada aquática, boliche adaptado, chute a gol, caminhada terrestre, troca de coluna com passagem de bastão, acerte o alvo, baralho, dominó, dama e concurso da miss e do mister , os jogos acontecem em vários centros desportivos, os jogos são promovidos pela Secretaria de Desporto e Lazer – SEDEL.

### 3.3 APRESENTAÇÃO DOS DADOS COLETADOS E ASPECTOS ÉTICOS

Para apresentar as informações ou dados coletados é importante especificar que foram incluídos apenas os resultados mais relevantes para ajudar a entender a situação atual do bairro sobre as políticas públicas destinadas ao lazer dos idosos que participam das atividades promovidas pelo Centro de Mobilização Social Nova Esperança. Os resultados são apresentados em forma de gráficos e através da análise do discurso dos sujeitos.

Este estudo zelou pelos aspectos éticos e, dessa forma, de acordo com as orientações da resolução 196/96 referente à pesquisa em seres humanos não foi necessária a aprovação da Comissão do Comitê de Ética em Pesquisa devido a não utilização e manuseio de dados sigilosos e de seres humanos, apenas o registro de percepções sobre a temática proposta.



### 3.3.1 Entrevista com o representante do bairro

A entrevista realizada com o representante do bairro focalizou aspectos relativos as políticas públicas relacionadas ao lazer dos idosos, bem como o trabalho desenvolvido pelo Centro de Mobilização Social Nova Esperança.

Inicialmente questionou-se junto ao representante quais as políticas existentes para oferecer lazer aos idosos. Em resposta foi dito que “não existe políticas para os idosos do bairro”.

Essa resposta objetiva do entrevistado demonstra a deficiência de projetos, planos e políticas que contemplem o lazer direcionado aos idosos. Infelizmente nas observações realizadas e no contato com os participantes da entrevistas notou-se que essa ausência de políticas públicas tem desfavorecido a qualidade de vida das pessoas na 3ª idade, justamente por não permitir que a socialização seja promovida entre os idosos, ao mesmo tempo que atividades físicas não são estimuladas entre esse segmento social.

Contrário a isso, a literatura científica mostra que a preocupação com projetos relacionados a oferta de atividades de lazer aos idosos deve ser incluída entre as políticas públicas que favorecem esse segmento social, uma vez que, segundo Coelho (2009, p. 04)

Além dos serviços públicos essenciais (saúde, moradia, vestuário, alimentação) as atividades de lazer necessitam ser ampliadas com foco nesta faixa etária a fim de que esta população emergente não fique a margem das prioridades do país, adiando ainda mais a expectativa de uma maior longevidade com qualidade de vida.

Nota-se então que as atividades de lazer devem ser parte estratégica das políticas públicas a serem oferecidas ao idoso, sendo que o autor mostra que dois aspectos passam a ser cada vez mais contemplados quando o Poder Público assume sua responsabilidade: a saúde e a qualidade de vida.

Na sequência, perguntou-se ao entrevistado como são tomadas as decisões na representação do bairro quanto aos projetos e políticas a serem implementadas, o representante do bairro disse “as decisões são tomadas em grupo”. Novamente, o que se percebeu é que, no discurso, as decisões coletivas são destacadas, mas na prática não é isso que se observa, pois apenas algumas pessoas são responsáveis por decidir as ações a serem implementadas e como serão efetivadas, o que

evidencia uma centralização nas decisões, sem levar em consideração as reais necessidades da comunidade.

Marcelino (2009, p. 6) explica

Embora essas considerações reforcem o interesse em compreender o significado da concepção de lazer para essa população, sabemos que, a questão do lazer, é apenas uma parte dentre vários outros aspectos relacionados à vida das pessoas da terceira idade que devem se tomadas, o qual deve ser considerado e cada vez mais, merecedor de novos estudos e pesquisas que resulte em melhorias na qualidade de vida dessa população.

Em seguida questionou-se junto ao entrevistado quais as dificuldades enfrentadas para que as políticas públicas relacionadas ao lazer sejam concretizadas. A resposta foi que “a maior dificuldade é a falta de espaço de lazer para o bairro (Centro de Esporte)”.

É necessário concordar com o entrevistado, pois o espaço para as atividades do Centro é reduzido, incapaz de atender as necessidades dos idosos e outros segmentos da comunidade. Na realidade, percebe-se que qualquer projeto voltado para o lazer precisa priorizar uma dimensão que contemple atividades diversificadas para que a qualidade de vida e saúde possam ser incentivadas adequadamente.

Outra questão direcionada ao entrevistado buscava saber se existe algum projeto em execução ou em fase de elaboração que contemple o lazer aos idosos. A resposta do entrevistado foi que “não há projeto para os idosos”. Essa resposta em especial chamou a atenção, pois notou-se que as necessidades da população idosa do bairro ainda é pouco valorizada. Isso se deve em parte a representação social permeada por preconceitos que se tem do idoso como um indivíduo com pouco valor produtivo na sociedade. Além disso, a própria iniciativa pública ou privada pouco investe nos espaços comunitários para a prática do lazer ou a concretização de projetos direcionados a promoção da qualidade de vida da comunidade em geral.

Finalmente questionou-se junto ao representante do Centro de Mobilização se a comunidade do bairro participa dos projetos de lazer voltados para os idosos. O entrevistado disse que quando há oportunidade “sim, mediante o apoio da prefeitura e do governo estadual”.

O que se compreendeu, através de conversas informais com outros indivíduos da comunidade, é que somente quando existe ações patrocinadas pelo Executivo municipal ou estadual é que a comunidade é incentivada a se envolver

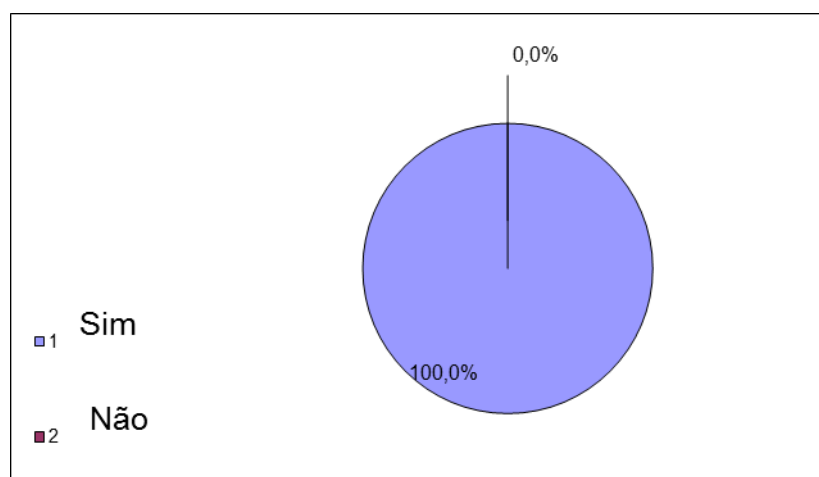
com atividades, ou seja, não existem ações independentes do próprio Centro Comunitário para que atividades de lazer ou outras iniciativas favoreçam a comunidade como um todo e os idosos em particular.

### 3.3.2 Questionários para os idosos

Os idosos também foram contatados e incentivados a participar da pesquisa, principalmente pela necessidade de se conhecer a percepção destes sobre as políticas públicas destinadas ao lazer desse segmento social no Centro de Mobilização Social Nova Esperança.

Por exemplo, uma das questões propostas buscava saber se estes idosos costumavam participar das atividades de lazer e quantas vezes em média por semana.

Figura 01 – Frequencia com que participam das atividades de lazer



Fonte: Idosos

Observou-se nas respostas dos idosos entrevistados que 100% destes participam de atividades de lazer quando estas são oferecidas pelo Centro de Mobilização geralmente de 01 a 02 vezes na semana.

Entretanto, como as políticas públicas voltadas para esse aspecto são inexistentes, os idosos tomam iniciativas próprias para que atividades de lazer ocorram no bairro geralmente mobilizando-se pequenos grupos de amigos para atividades como jogos de baralho, dama ou outras recreações. São nessas ocasiões que ocorre a socialização entre os moradores.

Essa visão a respeito do significado do lazer é importante, quando se leva em consideração os aspectos fenomenológicos e imediatos, pois se constata que o

lazer desde os primórdios da história humana até a atualidade, constitui um meio de se ver livre, mesmo que temporariamente, da realidade massacrante das atividades laborais (SILVA, 2009).

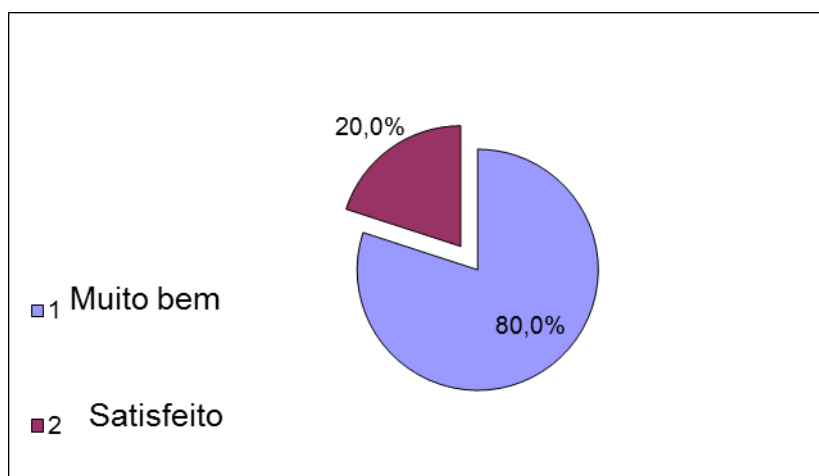
Além disso, é preciso repensar os conceitos a respeito do envelhecimento populacional que representa uma das maiores conquistas do presente século, uma vez que atingir uma idade avançada com saúde e praticando atividades de lazer é um privilégio que tem sido usufruído por um número cada vez maior de indivíduos.

Porém, contrário a isso, existem muitas sociedades que não acompanham essas mudanças relacionadas a uma velhice cada vez mais ativa, uma vez que essas atribuem valores aos cidadãos de acordo com requisitos como a competitividade, a capacidade para o trabalho, para a independência e para a autonomia funcional, acreditando que idade avançada é sinônimo de perda e não de vantagens, evidenciando que falta uma cultura de respeito e valorização da pessoa idosa.

Essa concepção está longe da realidade, pois muitas dessas ideias e valores, nem sempre podem ser acompanhados pelos idosos, se levar em consideração algumas mudanças e perdas que frequentemente se associam à velhice. Uma boa parte dessas crenças são elaboradas nas formas de representações e no juízo de valor que muitas sociedades insistem em perpetuar sobre as limitações do idoso.

Outra questão dirigida aos idosos buscava saber como eles se sentiam após as atividades de lazer.

Figura 02 – Sentimento após as atividades de lazer



Fonte: Idosos

Através das respostas dos idosos que participaram da pesquisa, notou-se que após as atividades de lazer 80% destes, em geral, se sentem muito bem, pois concordam que o envolvimento com essa atividade contribui para o equilíbrio da mente e do corpo, ao mesmo tempo em que possibilita interagir com seus pares, promovendo a convivência saudável e o espírito solidário.

Além disso, 20% dos idosos alegaram que as atividades de lazer provocam um sentimento de satisfação pois ajudam a manter ou recuperar a energia e o bom equilíbrio nas relações sociais que estabelecem com seus pares.

Com as transformações sociais ocorridas no século passado, percebeu-se que pessoas idosas, que antes restringiam sua presença ao núcleo familiar, passaram a ter um espaço cada vez maior em todas as esferas.

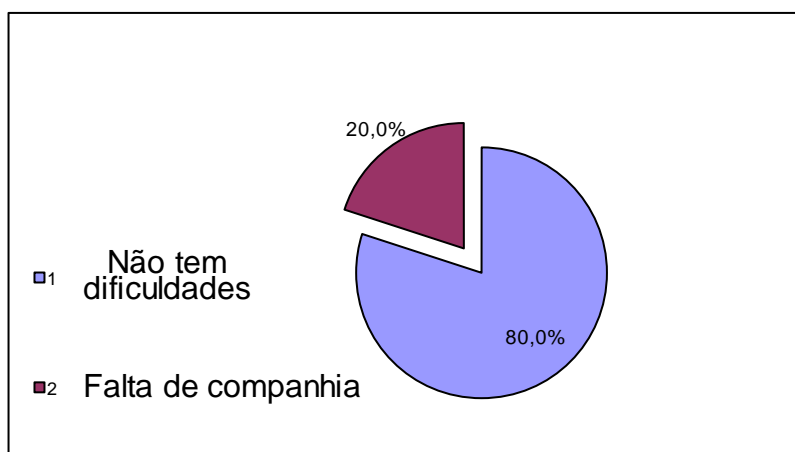
Porém, Dumith e Silveira (2010) informam:

Apesar das conquistas e dos avanços na efetivação de direitos, os idosos ainda continuam a ser vistos com discriminação, pois existe a constatação de que muitas pessoas não estão preparadas para lidar com idosos e suas necessidades. Nem o próprio idoso aceita, muitas vezes, a sua perda de autonomia ou limitação.

Em virtude do crescimento vertiginoso da população idosa e da longevidade verificou-se a necessidade de proporcionar melhor qualidade de vida em todo o decorrer da existência para mantê-los ativos e integrados no ambiente familiar e social, sugerindo atividades de lazer. Assim, novas possibilidades de uma velhice ativa e saudável estão surgindo e sendo incentivadas.

Em seguida perguntou-se aos idosos quais as dificuldades que enfrentam para participar das atividades de lazer.

Figura 03 – Dificuldades para a prática de atividades de lazer



Fonte: Idosos

As respostas dos idosos participantes da pesquisa evidenciaram que 80% disseram que não sentem dificuldade alguma para participar das atividades de lazer; 20% alegam que a falta de companhia é um aspecto que os faz não participar das atividades de lazer.

Esse dado constitui um ponto que deve ser ressaltado, pois a grande maioria dos idosos se encontra disponível e disposta a se envolver com atividades de lazer, o que exige a criação de políticas realmente inclusivas por parte do poder público. Esse pressuposto revela ainda que o descaso é a principal questão que afeta sensivelmente grande parte desse segmento social, pois além de enfrentarem o estigma social que os coloca numa situação desfavorável, ainda são submetidos a exclusão das políticas sociais que deveria priorizar o lazer na 3ª idade.

De acordo com Baltes (2008) alguns estudos recentes comprovam que o avanço da idade não determina a deterioração da inteligência ou mesmo a possibilidade de praticar atividades de lazer, pois ela está associada à educação, ao padrão de vida, a vitalidade física, mental e emocional. Também é preciso eliminar a idéia pré-concebida sobre a idade cronológica das pessoas, reconhecendo que o lazer e as atividades físicas podem ser praticados em qualquer tempo e por qualquer faixa etária.

Embora as pessoas saibam reconhecer um idoso, é muito difícil definir algo que possa servir para caracterizar a situação no qual esse indivíduo se encontra.

Para Santos (2005, p. 61)

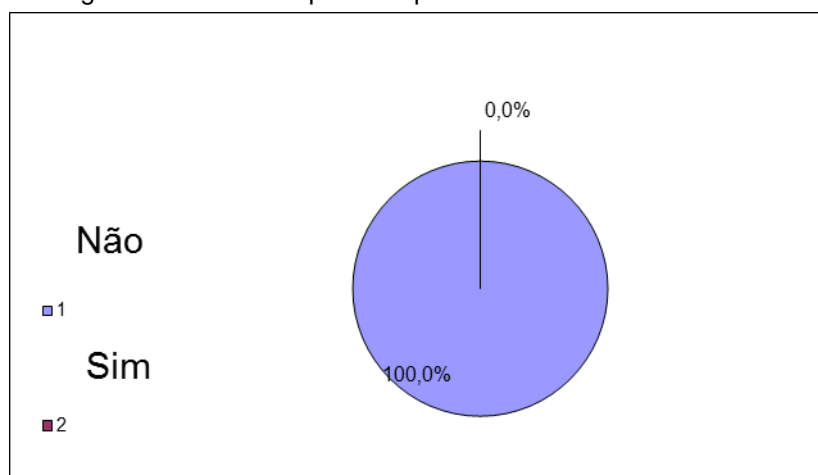
Poder-se-ia recorrer a um referencial biológico que desse conta da aparência ou das patologias consideradas como clássicas para este período da vida, tais como cabelos brancos, rugas, osteoporose, artrose, hipertensão, perdas de memória, cardiopatias, dentre outros, contudo, se por um lado estes sinais costumam, muitas vezes, se manifestar bem antes que uma pessoa possa ser definida como velha ou em processo de envelhecimento, por outro lado, a ciência contemporânea conta com novos recursos com vistas à superar a maioria destes sinalizadores de idade avançada, logo, estes não mais se prestam para definir a velhice.

Na realidade, numa análise mais objetiva e livre de preconceitos, pode-se afirmar que o termo idoso indica uma pessoa com uma vivência traduzida em muitos anos, ou seja, a idade pode ser biológica, psicológica ou sociológica à medida que se enfoca o envelhecimento em diferentes proporções das várias capacidades dos indivíduos.

Os estudos científicos que se ocupam desta temática caminham em busca de um trabalho preventivo em relação aos idosos visando, principalmente, prepará-los para um melhor enfrentamento deste período, através de políticas públicas que favoreçam a prática de atividades físicas e de lazer.

Finalmente, outra questão que foi apresentada aos idosos buscava saber se a Associação de moradores do bairro tem desenvolvido projetos para o lazer dos idosos.

Figura 04 – Políticas públicas para o lazer dos idosos



Fonte: Idosos

Nas respostas obtidas junto aos idosos do bairro 100% destes foram enfáticos em dizer que a Associação de moradores do bairro, através do Centro de Mobilização, não oferece políticas de inclusão das atividades de lazer para os idosos e, por causa disso, se sentem desprestigiados e abandonados pelo poder público.

Infelizmente, essa foi a situação presenciada durante a pesquisa de campo realizada. As políticas públicas relacionadas ao lazer são inexistentes, pois acredita-se que outras prioridades sociais devem ser contempladas, o próprio Centro de Mobilização funciona precariamente, com poucos recursos para o patrocínio de atividades de lazer. Além disso, o Poder Público não tem posto em prática ações sociais que beneficiem esse segmento social, o que resulta num sentimento geral de exclusão social e na conseqüente perda da identidade cidadã destes idosos.

Assim, pode-se afirmar que as atividades de lazer para o idoso ainda são insuficientes, pois percebe-se que as políticas públicas para esse segmento ainda são raras.

Acredita-se que as políticas públicas destinadas ao lazer precisam avançar com mais efetividade em relação a esse segmento social, buscando-se sua inserção adequada em atividades diversas.

Quando as iniciativas para a oferta de atividades de lazer ao idoso forem mais amplas, então os princípios de equidade e autonomia passam a se tornar os principais referenciais para que o idoso tenha o direito de se sentir útil e produtivo na sociedade.

Embora se saiba que existem instituições diferenciadas que promovem interação, atendimento, acompanhamento e até proporcione atividades físicas aos idosos, a realidade social é diferente, especialmente quando se trata de proporcionar lazer aos idosos.



#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS OU CONCLUSÕES**

O desenvolvimento do estudo tornou claro a necessidade de formulação e efetivação de políticas públicas voltadas para o lazer de pessoas idosas, com o objetivo de proporcionar a esse segmento populacional melhor qualidade de vida visando mantê-los ativos e integrados no ambiente familiar e social. Nesse ponto, acredita-se que a formulação e concretização de políticas públicas voltadas para o lazer precisam ser parte integrante dos planos e projetos desenvolvidos pelo Poder Público.

Uma vez atendida essa necessidade, novas possibilidades de uma velhice ativa e saudável surgem e, por isso mesmo, precisam ser incentivadas. Assim, políticas de afirmação que protejam e ao mesmo tempo estimulem a criação de projetos voltados para o lazer dos idosos pode proporcionar melhorias físicas e mentais para este segmento populacional.

Deve-se também considerar que a pesquisa teórica mostrou que no aspecto físico a qualidade de vida do idoso possui relação com uma dieta saudável; evitar um estilo de vida potencialmente prejudicial para a saúde e principalmente praticar atividades físicas através do lazer.

Durante a realização do estudo percebeu-se que a ausência de políticas públicas para os idosos do bairro tem comprometido a qualidade de vida de boa parte dessa população. Mais do que apenas elaborar documentos oriundos de propostas desconexas da realidade dos idosos é importante repensar quais as reais necessidades dos indivíduos na 3ª idade, pois somente assim será possível desenvolver atividades de lazer que atendam as perspectivas desse segmento social.

Por isso, acredita-se que qualquer política direcionada aos idosos do bairro precisa estar associada à preocupação com qualidade de vida, à adaptação e inserção do idoso em programas e projetos que ofereçam possibilidades de ajudá-los a interagir com os demais membros da comunidade, oportunizando um convívio social que permita a prevenção de doenças e promovam a qualidade de vida, pois o isolamento é prejudicial e improdutivo em qualquer ambiente, quer no familiar ou institucional.

Assim, notou-se na pesquisa que os objetivos propostos foram alcançados, pois foi possível demonstrar a importância do lazer para a saúde e qualidade de vida na 3ª idade, além de se identificar quais as atividades de lazer oferecidas para a 3ª idade no bairro Nova Esperança, mais precisamente no Centro de Mobilização Social. Entre esses constam jogos adaptados: voleibol, boliche, arremesso a cesta, arremesso de arco, além do baralho e dominó, além de se perceber que não existem projetos, propostas ou planos que contemplem, efetivamente, o lazer destinado aos idosos e que inexitem espaços para a promoção de atividades de lazer ou então estes são mal aproveitados pelo Poder Público.

Confirmou-se a hipótese uma vez que se constatou que os responsáveis pelo Centro de Mobilização Social do bairro Nova Esperança não tem priorizado ou efetivado atividades de lazer que possam promover a qualidade de vida dos idosos do bairro, sendo essa situação resultado direto da atuação inexpressiva do Poder Público junto aos representantes da comunidade do bairro.

Como forma de incentivar a elaboração e implantação de políticas públicas efetivas relacionadas ao lazer dos idosos no Bairro Nova Esperança sugere-se a criação de Centros Integrados de lazer onde fosse possível a prática de diversas modalidades como dança, teatro, natação, música, arte circense, pintura e ginásticas, lembrando sempre que muito embora existam tantas outras necessidades fundamentais, é necessário explicitar que o idoso tem suas necessidades contempladas à medida em que precisa do lazer para usufruir bem-estar e prazer na convivência com seus pares na comunidade.

Portanto, quando este idoso tem uma existência sem lazer toda a sua vida se torna limitada e desgastante e faz com que se sinta ainda mais excluído do convívio social e isso contraria o direito que cada ser humano tem de usufruir dignidade e autonomia.

Considera-se que o estudo contribuiu para que a visão particular que se tinha sobre o assunto fosse ampliada, uma vez que o lazer, segundo o referencial teórico e a realidade demonstram, precisa receber atenção das políticas públicas em todas as esferas do Poder. Além disso, a pesquisa contribuiu para que na atuação profissional o tema lazer, qualidade de vida e atividades físicas venham a constituir uma preocupação constante, o que pode incentivar o aprofundamento de outros estudos que tenham a temática como ponto de partida para a valorização das atividades de lazer direcionadas a homens e mulheres na 3ª idade.

Acredita-se que é essencial a mobilização em torno da elaboração de políticas públicas que atendam realmente as necessidades desse segmento, primeiro o Poder Público fazendo sua parte por formular projetos e dispor dos recursos necessários para a concretização, depois os representantes do bairro incentivando a população a participar na execução dos projetos.

Finalmente, espera-se com essa pesquisa a compreensão mais detalhada sobre o tema exposto, a saber, tanto em nível acadêmico, quanto em nível empírico, e que esse estudo possa abrir um leque de outros questionamentos que possibilitem a contribuição para a busca incessante por respostas em outras produções acadêmicas a respeito do lazer na 3ª idade, assim como as variáveis que dela venham a surgir, a fim de enriquecer a história acadêmica de todos que pesquisam sobre a temática, e também como forma de mostrar o compromisso e seriedade da Universidade Nacional de Brasília através das contribuições científicas que, advindas deste estudo, possa ser difundida.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALMEIDA, Celso R. **Atividades de lazer entre idosos**. São Paulo: Atlas, 2005.
- BARROS, João Celso. **Lazer: Princípios, tipos e formas na vida e no trabalho**. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.
- BORGES, José Maria; COIMBRA, Alan S. **Atividade física e o idoso: concepção gerontológica**. Porto Alegre: Sulina, 2008.
- BRASIL. **Estatuto do Idoso**. Brasília: Ministério da Justiça, 2007.
- DHOME, Vânia. **Dimensões do lazer e da recreação: Questões espaciais, sociais e psicológicas**. Angelotti: São Paulo, 2002.
- DUMITH, Samuel de Carvalho; SILVEIRA, Raquel Moreira. **Promoção da saúde no contexto da educação física escolar: uma reflexão crítica**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte – 2010, 9(1): 03-14.
- GOMES, Sandro M. **Lazer e cultura na velhice**. Encontro Nacional de Recreação e Lazer, 9, Belo Horizonte. Coletânea... Belo Horizonte, PBH/CELAR, pp. 130-136, 2003.
- MARCELINO, N.C. **Estudos do lazer: Uma introdução**. 2 ed. Campinas, São Paulo: Autores Associados, 2001.
- KISHIMOTO, Tizuko M. **O lazer do idoso e o desenvolvimento prossocial**. In: BRUHNS, H.T. (Org.). **Temas sobre Lazer**. Campinas, Autores associados, p.101-127, 2002.
- REBELATTO, Nilson; MORELLI, Pedro. **Lazer e Qualidade de vida: um enfoque na Faculdade da Terceira Idade- FEFISA**. Revista Licere. Belo Horizonte, CELAR, v. 2, n. 1, p.153-163, 2007.
- SILVA, Eder S. **Lazer e cultura popular**. São Paulo: Perspectiva, 2006.
- SOUZA, Paulo L. **Idoso: uma perspectiva gerontológica**. São Paulo: Atlas, 2003.

## ANEXOS 1 – ENTREVISTA

### ENTREVISTA

#### (Idosos)

1 – Costuma participar de atividades de lazer? Quantas vezes em média por semana?

( ) Sim. 01 à 02 vezes

( ) Sim. 02 à 03 vezes

( ) Sim. Mais de 03 vezes

( ) Não

2 – Nessas ocasiões como se sente durante e após a atividade?

( ) Muito bem

( ) Satisfeito

( ) Ativo

3 – Que dificuldades enfrenta para participar das atividades de lazer?

( ) Tempo

( ) Falta de proposta

( ) Companhia de outras pessoas

( ) Outros

5 – Durante as atividades consegue interagir com outros idosos?

( ) Sim

( ) Não

6 – A Associação de Moradores do bairro tem desenvolvido projetos para o lazer dos idosos?

( ) Sim

( ) Não

**ENTREVISTA**  
**(Representante de Bairro)**

1 – Quais as políticas existentes para oferecer lazer aos idosos?

---

---

---

---

2 – Como são tomadas as decisões na representação do bairro quanto aos projetos e políticas a serem implementadas.?

---

---

---

---

3 – Quais as dificuldades enfrentadas para que as políticas públicas relacionadas ao lazer sejam concretizadas?

---

---

---

---

4 – Existe algum projeto em execução ou em fase de elaboração que contemple o lazer aos idosos?

---

---

---

---

5 – Que atividades de lazer são priorizadas nos projetos desenvolvidos?

---

---

---

6 – A comunidade do bairro participa dos projetos de lazer voltados para o idoso?

---

---

---

7 – Os idosos costumam participar das atividades e projetos de lazer? Com que frequência?

---

---

---



## FOTOS DOS ENCONTROS









