UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO
CENTRO DE CIÊNCIAS SOCIAIS
DEPARTAMENTO DE TURISMO E HOTELARIA
CURSO DE TURISMO

MARCELA BROER DIEGUEZ

UMA ANÁLISE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA UNITI COMO FORMA DE LAZER PARA A TERCEIRA IDADE EM SÃO LUÍS.

São Luís
2007

MARCELA BROER DIEGUEZ

UMA ANÁLISE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA UNITI COMO FORMA DE LAZER PARA A TERCEIRA IDADE EM SÃO LUÍS.

Trabalho monográfico apresentado ao Curso de Turismo da Universidade Federal do Maranhão para obtenção do grau de Bacharelado em Turismo.

Orientadora: Profª. Ms. Daniela Mª Lucena Rodrigues.

São Luís
2007

MARCELA BROER DIEGUEZ

UMA ANÁLISE SOBRE A IMPORTÂNCIA DA UNITI COMO FORMA DE LAZER PARA A TERCEIRA IDADE EM SÃO LUÍS

Trabalho monográfico apresentado ao Curso de Turismo da Universidade Federal do Maranhão para obtenção do grau de bacharelado em Turismo.

Aprovada em ____ / ____ / ____

_____

Profª. Ms. Daniela Maria Lucena Rodrigues (ORIENTADORA)

Mestre em Turismo e Hotelaria

_____

1º EXAMINADOR

_____

2º EXAMINADOR

A Deus, aos meus pais, as minhas irmãs, ao meu sobrinho e ao meu marido.

AGRADECIMENTOS

Para realizar um trabalho como este, foi necessária a ajuda de muitas pessoas. Agradecê-las é somente uma das formas de mostrar lhes minha gratidão. Por isso, agradeço primeiramente a Deus, que me deu o dom da vida e a força necessária para superar todos os obstáculos em meu caminho.

Agradeço especialmente aos meus pais, Maria Teresa e Alberto, pois são responsáveis pela minha existência e, em parte, por minha jornada até aqui, e pelo apoio e incentivo (tanto emocional quanto financeiro) que me deram em todos os momentos da minha vida, e também ao meu marido que foi e continua sendo essencial na minha vida e esteve presente durante todos os momentos que passei na universidade.

Deixo meus agradecimentos às minhas irmãs Camila e Margarida por sempre estarem dispostas em me ajudar, e ao meu sobrinho Lucas pela alegria que contagia a todos.

Agradeço ainda a todos os funcionários da UNITI, principalmente a pedagoga Marly Abdalla, a coordenadora Hortência Maciel e a professora Maria Feitosa que me receberam muito bem e colaboraram imensamente com a realização desta monografia através de informações e com a aplicação dos questionários junto aos idosos. E não posso deixar de agradecer a colaboração e a paciência que os alunos da UNITI tiveram ao responder o questionário.

Agradeço a todos os mestres pelos ensinamentos e incentivos nas ocasiões em que tive vontade de desistir. Agradeço, em especial, a professora Daniela Lucena, não somente por ter sido a orientadora desta monografia, mas também por sua força de vontade, por tudo que fez para me ajudar na concretização deste trabalho, e principalmente pela paciência que teve comigo ao longo deste trabalho.

E por último agradeço a todos os amigos da minha turma de 2003.1, pois aprendi a lidar com as diferenças de cada um.

“Tornar-se idoso significa passar por numerosas experiências e conseguir que a própria alma faça brilhar cada vez mais a luz da sua natureza divina. Assim, à medida que os anos passam mais plena de belas expressões de amor verdadeiro e da intensa luz de sabedoria”.

Do livro Josei Kyoshitsu

RESUMO

Estudo sobre a importância da UNITI – Universidade Integrada da Terceira Idade como forma de lazer para os idosos de São Luís. Analisando, portanto, o universo em que se encontra a terceira idade, assim como os aspectos gerais relativos ao lazer e ao turismo, destacando também o pioneirismo da UNITI, por ser a primeira e a única Universidade destinada aos idosos ou a pessoas maiores de 50 anos em São Luís, transformando a vida destes através de diversas atividades que tem como objetivo a integração. E enfocando principalmente como as atividades desenvolvidas neste curso de extensão modificam a vida dos participantes, e a sua contribuição para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar tão almejados, propiciando inclusive o estímulo dos idosos a participarem de atividades sócio-culturais nesta fase da vida.

Palavras chave: Terceira idade. Lazer. UNITI. Qualidade de vida. Turismo.

ABSTRACT

Study about the importance of UNITI - Integrated University of the Third Age as leisure form for the elderly from Sao Luis. Analyzing, therefore, the universe that is the third age, as well as the general aspects relative to the leisure and the tourism, also detaching the pioneering of UNITI, for being the first and the only University destined to the elderly or larger people 50 years old in Sao Luis, transforming the life of these people through several activities that it has as objective the integration. And focusing mainly how the activities developed in this extension course modify the life of the participants, and their contribution for the improvement of the life quality and of the well-being so longed for, propitiating including the elderly incentive to participate of partner-cultural activities in this phase of the life.

Word-Keys: Third age. Leisure. UNITI. Quality of life. Tourism.

LISTA DE FOTOS

Foto 1 – Aula de Hidroginástica..... 49
Foto 2 – Sala de aula da UNITI no CEB Velho..... 50
Foto 3 – Aula de Tai-chi-chuan..... 51
Foto 4 – Aula de dança..... 52

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Sexo.....59
Gráfico 2 – Faixa Etária.....60
Gráfico 3 – Estado Civil.....60
Gráfico 4 – Escolaridade..... 61
Gráfico 5 – Renda Mensal.....62
Gráfico 6 – Motivos de ingresso na UNITI.....63
Gráfico 7 – Classificação da estrutura física da UNITI.....64
Gráfico 8 – A prática de lazer que gosta de realizar..... 65
Gráfico 9 – Melhoria na qualidade de vida.....66
Gráfico 10 – Mudanças ocorridas após a UNITI.....67

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AAUNI – Associação dos Amigos da Universidade Integrada da Terceira Idade.

ONU - Organização das Nações Unidas.

SEAPS – Secretaria de Estado de Administração e Previdência Social do Estado

SENAI – Serviço Nacional de Apoio a Indústria.

SESC – Serviço Social de Comércio.

SESI – Serviço Social da Indústria.

UNITI - Universidade Integrada da Terceira Idade.

UEMA – Universidade Estadual do Maranhão.

UFMA – Universidade Federal do Maranhão.

SUMÁRIO

1

INTRODUÇÃO.....
.....13
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....16
2.1 Lazer.....16
2.2 A velhice e sua história..... 20
2.3 A velhice no Brasil.....22
2.4 As características psicossomáticas na velhice.....24
2.5 Lazer e Terceira Idade.....28
2.6 Dimensões do lazer.....33
2.7 Formas de Lazer.....36
2.8 Classificação das Atividades de Lazer.....38
2.9 Os Consumidores de lazer.....39
2.10 Políticas de Lazer.....42
2.11 Organização de Atividades de Lazer para a Terceira Idade.....45
3 CONTEXTUALIZAÇÃO A RESPEITO DA UNITI.....48
3.1 Histórico da UNITI.....48
3.2 Organização da UNITI.....48
3.3 Caracterização do público e dos professores.....50
3.4 Processo de elaboração das atividades.....50
3.5 Atividades desenvolvidas.....51
3.6 Objetivos da UNITI.....53
3.7 Realizações obtidas pela UNITI.....53
3.8 Outras parcerias.....55
3.9 Propostas para o futuro.....55
4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....57
4.1 Abordagem do estudo.....57
4.2 Universo da pesquisa.....57
4.3 Instrumento e coleta de dados.....58
4.4 Tratamento e análise dos dados.....58

5 PERFIL DOS ENTREVISTADOS.....59

5.1Resultados.....62

6 CONSIDERAÇÒES FINAIS E RECOMENDAÇÒES.....69

REFERÊNCIAS.....71

APÊNDICE.....75

1 INTRODUÇÃO

No mundo inteiro está cada vez mais sendo noticiado o aumento da população idosa, principalmente através dos meios de comunicação abordado por especialistas que estudam sobre o assunto.

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, a população da década de 40 com mais de 70 anos era de apenas 0,7 %, no ano de 2000 o número de idosos chegou por volta de 12,5 milhões e em 2025 a expectativa é que chegue a 34 milhões de pessoas com mais de 60 anos, colocando o Brasil em sexto lugar no mundo em população idosa. E em 2050 as projeções do IBGE revelam uma situação difícil de ser imaginada: um percentual de idosos maior do que de crianças abaixo de 14 anos, demonstrando que o crescimento da expectativa de vida tem aumentado consideravelmente no mundo.

Desse modo, tendo em vista que o número de pessoas de faixa etária acima de 60 anos aumenta significativamente em todos os países do mundo, faz-se necessário maiores estudos e pesquisas, que possibilitem a viabilização de recursos que proporcione a esta população, cuidados e atitudes mais saudáveis, a partir dos interesses desses indivíduos. Convém destacar que, a população brasileira que compõe essa faixa etária, apresenta características estruturais, como a condição de saúde, renda, cuidada formal e informal entre outros, que merece muita atenção por parte de toda a sociedade.

Sabe-se que o envelhecimento é um processo que está cercado de muitas concepções falsas, de temores, crenças e mitos. Isto ocorre principalmente pelo fato de que com a idade avançada surgem alguns problemas de saúde e limitações. Mas com o avanço da medicina o processo natural do envelhecimento não é mais um fator impeditivo para a maioria das atividades cotidianas das pessoas que atingem uma determinada idade.

E é devido a esses avanços que o lazer juntamente com a variedade de atividades existentes, torna-se uma excelente opção para a terceira idade, já que propicia convivência social, integração e, recuperação física e psíquica. A prática de atividades de lazer é de fundamental importância para o equilíbrio pessoal, já que os idosos fortalecem a personalidade, adquirem enriquecimento cultural e aumenta seus contatos sociais, podendo dessa forma evitar problemas sérios causados pela solidão como a depressão.

O primeiro projeto brasileiro em prol do idoso começou, com a criação da Escola Aberta à Terceira Idade do Serviço Social do Comércio (SESC, Campinas-SP), em 1977. Desde então, algumas instituições de ensino superior começaram a se interessar pela questão social do idoso e do envelhecimento populacional no Brasil, o que influenciou as áreas do ensino, da pesquisa e da extensão.

É nesse contexto que em 03 de outubro de 1995 surgiu a UNITI – Universidade Integrada da Terceira Idade, com o intuito de oferecer a população idosa integração e preparação para uma velhice digna e prazerosa através de atividades físicas, culturais, turísticas, disciplinas básicas que elevam a auto-estima e também as disciplinas optativas com oficinas.

Percebe-se que graças ao convênio celebrado entre a Universidade Federal do Maranhão - UFMA, Universidade Estadual do Maranhão – UEMA, Serviço Social do Comércio – SESC e da Secretaria de Estado de Administração e Previdência Social do Estado – SEAPS, a questão social da melhor idade ganhou um novo espaço na realidade maranhense com ampla repercussão social, e hoje após doze anos de existência, a UNITI já conta com várias parcerias que ajudam a melhorar cada vez mais o projeto de extensão que tem como objetivo à melhoria da qualidade de vida dos idosos através da integração com outras pessoas de faixas etárias iguais ou bem próximas.

O principal motivo para a realização deste trabalho está na carência em que muitos idosos se encontram, ou seja, o tempo livre que eles possuem e não usufruem de maneira correta, ficando na maioria das vezes abandonados na sociedade e marginalizados por ela. E também pelo fato de ser um tema ainda pouco explorado, poderá servir como fonte de pesquisa para outros trabalhos sobre está temática. É importante acrescentar que houve uma significativa dificuldade em conseguir a literatura específica e em obter outras informações essenciais para a efetivação deste trabalho.

É uma pesquisa respaldada na interdisciplinaridade, uma vez que se desenvolve mediante a discussão de temas relacionados ao lazer para a terceira idade, bem como a relação deste com as práticas de lazer e a qualidade de vida, sendo desta maneira um trabalho exploratório devido ao fato de haver poucos estudos sobre está temática. E descritivo, na medida em que apresenta ações desenvolvidas pela UNITI, seguindo analise de dados.

O trabalho tem como objetivo geral analisar importância da UNITI como forma de lazer para a terceira idade, através das atividades que oferece e a forma como os alunos avaliam a instituição para que tenham um meio eficaz de utilizarem o seu tempo livre.

Dentre os objetivos específicos traçados, iremos dar ênfase às atividades de lazer que os idosos realizam na UNITI, de que forma as atividades de lazer da UNITI são importantes para os idosos de São Luís e o último a ser questionado será o que a UNITI representa para os idosos.

Inicialmente foi utilizada a pesquisa bibliográfica (livros, monografias, revistas e publicações com referências sobre turismo, lazer, terceira idade e a Universidade Integrada da Terceira Idade – UNITI), seguida da aplicação de questionários com questões abertas e fechadas, destinadas aos alunos do ano de 2007 que freqüentaram a UNITI.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa porque dela faz parte à obtenção de dados descritivos mediante contato direto e interativo do pesquisador com a situação objeto de estudo, trazendo também uma mistura de cunho racional e intuitivo capazes de contribuir para a melhor compreensão de fenômenos.

Este trabalho encontra-se dividido em quatro partes, sendo que primeiramente foi feito um apanhado geral sobre a abordagem teórica do lazer, o envelhecimento e suas conseqüências, a fim de buscar subsídios consistentes para fundamentar este trabalho, objetivando identificar as reais necessidades e aspirações dos idosos no mundo e no Brasil, desvendando assim o universo que eles vivem. E ainda neste capítulo questões importantes e imprescindíveis para esta pesquisa como os consumidores de lazer, a organização das atividades de lazer para a terceira idade e também as políticas de lazer existentes no estatuto do idoso.

Abordamos em seguida, no segundo capítulo, a trajetória da UNITI – Universidade Integrada da Terceira Idade, considerando sua história, seu funcionamento, seus objetivos, o público alvo e atividades desenvolvidas. E também serão mencionadas suas realizações e propostas para que dessa forma ocorra um desenvolvimento significativo.

No capítulo seguinte encontra-se a sistematização dos dados, seguidos da análise destes. Sendo, portanto, o perfil dos idosos da UNITI, e a importância das ações desenvolvidas na vida dos participantes desse curso de extensão.

E no último capítulo serão expostas as percepções e conclusões obtidas com a realização deste trabalho.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Lazer

Segundo Camargo (1999), o termo lazer deriva do latim licere, que quer dizer "ser permitido", surgiu na civilização grego-romana, sendo entendido como oposto ao trabalho. Essas civilizações com sociedade baseada na escravidão criaram a cultura do lazer, embora de forma não democratizada. Com este significado, o lazer, considerado por muitos como tudo aquilo que não é trabalho, passou a ser relacionado sempre como um tempo ocioso, inútil.

O lazer é visto como uma atividade não obrigatória, no entanto não pode ser compreendido como o não fazer ou como simples ocupação do tempo, mas sim como ocupação de alto valor. É praticado pela satisfação de desenvolver ações prazerosas, que buscam o relaxamento físico e mental. Encontrando-se no lazer uma oportunidade para preencher a necessidade de descanso, divertimento e ao mesmo tempo a socialização dos indivíduos na sociedade. Por ser um fenômeno recente, bem como o turismo, encontramos diversas definições sobre o tema em questão.

O lazer vem sendo conceituado e definido por diversos autores que levam em consideração as variáveis sócio-culturais e econômicas, que por sua vez são fatores determinantes para o seu objetivo de estudo, e entre os principais trabalhos e conceitos sobre o lazer no Brasil, temos o do sociólogo francês Dumazedier (1976), com suas acepções teóricas.

Segundo Dumazedier (1976, p.34) em sua obra Lazer e Cultura Popular, o lazer é registrado como:

> Um conjunto de ocupações às quais o individuo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se, ou ainda, para desenvolver sua formação ou informação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se das suas obrigações profissionais, familiares e sociais.

De acordo com o conceito de Dumazedier, podemos dizer que o lazer é uma atividade escolhida de livre vontade, tendo como objetivo a diversão, entretenimento e descanso, visando com isso melhorar a qualidade de vida do indivíduo, depois de suas obrigações principais ou de rotina, e é devido ao conceito trabalhado pelo sociólogo francês, que temos a principal fonte de pesquisa sobre o assunto no Brasil.

Apesar de ter sido conhecido como o autor de maior referência Dumazedier não expôs nos seus trabalhos teóricos a importância da influência que o Estado exerce na definição das políticas públicas e na constituição de espaços públicos para a prática social do

lazer. E também não considerou que a conquista do aumento do tempo livre para quem trabalha representa uma conquista de classe.

Para Dumazedier (1974), o lazer também é a busca da auto-satisfação, no qual o indivíduo procura suprir as necessidades do corpo e do espírito. Seguindo essa mesma linha de pensamento temos o conceito de Rolin (1989) que procura entender o lazer dentro de uma perspectiva psicossocial, apresentando-o como um tempo livre, empregado pelo indivíduo na sua realização pessoal como um fim em si mesmo, e de acordo com o conceito deste autor, entende-se que o homem se libera para descansar, repousando e divertindo-se, e ao mesmo tempo desenvolvem de forma intencional as capacidades de seu corpo e espírito.

De acordo com o conceito de Rolin (1989), entendemos que depende apenas do homem querer entregar-se a prática do lazer, é primordial para ele estar motivado a desenvolver atividades de lazer, escolhendo somente o que estiver ao alcance de sua capacidade física e mental. Antes de qualquer coisa o homem tem que estar bem consigo mesmo para se liberar ao lazer.

Temos também outro autor importante que é Camargo (1989, p.27), definindo o lazer como qualquer atividade que não seja profissional ou doméstica, como sendo:

> Um conjunto de atividades gratuitas, prazerosas, e liberatórias, centradas em interesses culturais, físicos, manuais, intelectuais, artísticos e associativos, realizadas num tempo livre, roubado ou conquistado historicamente sobre a jornada de trabalho profissional e doméstico e que interferem no desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos.

Apesar do conceito de Camargo ser geral, ele se refere ao tempo livre conquistado pelo trabalhador, ou seja, ele afirma que o lazer é uma conquista vinculada à jornada de trabalho/tempo livre, e o tempo livre adquirido vem a ser utilizado e associado com o lazer através de inúmeras atividades, exceto as domésticas e as trabalhistas.

Camargo (2000) cita a pesquisa de orçamento-tempo – técnica para estudar como as pessoas gastam seu tempo – constatou que 80% do tempo livre são consumidos dentro de casa. De certa forma, Camargo entende que a sociedade exclui os menos favorecidos de suas possibilidades de entretenimento, e ainda mesmo que de forma limitada, percebe-se que o lazer existe para esse grupo.

Marcelino (2000) afirma que muitos autores consideram que, se os homens sempre trabalharam, sempre houve, então, um tempo de não trabalho que poderia ser ocupado com atividades de lazer, porém outros autores consideram o lazer como fruto da sociedade moderna urbano-industrial.

Antigamente a prática do lazer e o trabalho eram realizados por classes sociais distintas, e Andrade (2001, p. 14) diz que:

> No passado, ser livre significava viver em relação de superioridade social sobre os que eram obrigados a trabalhar para viver. Ser livre era sinônimo de viver sem precisar trabalhar, ou deixando o trabalho para os outros os outros fazerem. Dentro desses parâmetros comportamentais, o lazer e o repouso eram apanágios apenas das pessoas livres.

Ao analisarmos Andrade, podemos concluir que no século XVIII, pouco antes do advento industrial, o ócio era um atributo de classe e não uma divisão do tempo de todas as pessoas. Havia, portanto duas classes sociais, uma que trabalhava e outra que não trabalhava. Os que trabalhavam não tinham uma divisão entre tempo ou local de trabalho e tempo ou local de lazer, o trabalho era realizado em sua própria casa ou terra. E nesse século o conceito de lazer não existia. E os que não trabalhavam constituíam a classe ociosa, gastavam o seu tempo em atividades não-produtivas.

Segundo Castelli (2001), a civilização industrial atribui ao tempo livre um valor singular em virtude dos novos processos de produção. As indústrias começaram a atrair a mão-de-obra que necessitavam, ocasionando excessiva concentração urbana e o "inchaço" das cidades. A poluição visual, sonora, do ar, do solo e das águas afetou o estado físico e psíquico do homem urbano. Nesse contexto, de acordo com Castelli (2001), surge a necessidade de um tempo livre para a prática de atividades de lazer.

Castelli (1990) observou e questionou a prática do lazer nos países do terceiro mundo, e pôde constatar que a massa trabalhadora precisa ter melhores condições de vida, como empregos, salários condizentes, educação, saúde, habitação, para que dessa forma tenha acesso ao lazer. E devido a esses fatores, que Castelli observou uma condição bastante marcante nos tempos atuais, que deveria ser mais questionada pelas entidades governamentais, já que a melhoria da qualidade de vida da população é condição indispensável para se pensar no desenvolvimento do lazer.

De acordo com Castelli (2001), o lazer está presente na vida dos homens desde os tempos remotos, mas só surgiu como necessidade com a divisão do tempo imposta pela Revolução Industrial.

> Depois de massacradas em seus direitos fundamentais ou primários, é que as sociedades de trabalhadores mobilizaram-se e reagiram em busca de seus direitos à produtividade justa, ao repouso necessário e ao lazer conveniente. Após incontestáveis lutas e mortes, conquistaram jornadas regulamentadas, folgas semanais, férias anuais remuneradas e o moderno instituto de aposentadoria. (ANDRADE, 2001, p. 16)

Assim começaram, então, as reivindicações dos trabalhadores pela diminuição da jornada de trabalho, fim de semana livre, férias anuais remuneradas e redução da idade para a aposentadoria. Através das conquistas resultou o reconhecimento público da necessidade social de tempo livre e a busca de condições favoráveis ao livre exercício do lazer e do repouso para os trabalhadores das indústrias, seus familiares e dependentes.

Segundo Andrade (2001), antes do período industrial poucas eram as comunidades produtivas de bens e serviços em nível significativo que, por bondade, espírito de justiça ou mesmo para preservar a força de trabalho de seus empregados, concediam algum tempo para o repouso e para o lazer.

Entende-se que o lazer passou a ser considerado uma necessidade na vida das pessoas, para recompor suas forças de trabalho, e, ao longo do século será considerado um bem de consumo, na medida em que são criados equipamentos e atividades especificas para direcionar o lazer e com um mercado consumidor em alta.

È devido à necessidade das pessoas em praticar o lazer, que inúmeras atividades antes consideradas supérfluas, ou seja, não necessárias para o convívio das pessoas, já fazem e farão parte da vida de muitos, sendo que muitas delas atualmente já integram as necessidades vitais de vários seres humanos, dentre elas temos o turismo, as atividades recreativas, as universidades integradas para a terceira idade, o repouso, ou qualquer outra atividade que traga prazer, etc.

De acordo com as definições analisadas, notamos o fato de o lazer constituir elementos de cunho cultural, social, político e pessoal. Devido à complexidade do tema, por ter suas características baseadas em regiões, costumes, nível econômico, entre outros fatores, surgiram novos conceitos para a prática do lazer, discutido como uma atividade que desfruta do tempo livre e que varia de acordo com a vivência de cada pessoa e, no entanto, vem na contramão das tendências sócio-culturais que cultuam o trabalho.

Percebe-se que o lazer resulta de uma livre escolha, possuindo, portanto, um caráter liberatório, não considerado como uma atividade pragmática, possuindo dessa maneira um caráter desinteressado, para que dessa maneira compense todas as atividades consideradas obrigatórias, realizando atividades que sejam prazerosas e não obrigatórias no seu tempo livre.

2.2 A Velhice e a sua História

De acordo com Debert (1994), a velhice não é uma categoria natural, mas sim uma categoria socialmente produzida. Dessa forma, há uma distinção entre o ciclo biológico

do ser humano – nascimento, crescimento e morte – e um fato social e histórico, que seria a grande variedade de formas pelo qual o envelhecimento é concebido e vivido.

Por essa perspectiva, as representações sobre a velhice, a idade a partir da qual os indivíduos são considerados velhos e a maneira como são tratados possui significados particulares e diferenciados em contextos históricos, sociais e culturais distintos.

Muitas são as expressões utilizadas com o objetivo de mascarar a expressão "velho", que vem acompanhada de estereótipos como perda, improdutividade, fracasso, inutilidade, antigüidade, e às vezes é até usada pejorativamente. Os termos que o substituem, além de terceira idade, são: idade avançada, idoso, melhor idade, ancião, entre outras. Já que assumem uma conotação mais aceitável e expressam novos padrões de comportamento da sociedade. No entanto, para Dourado (2000) o termo "melhor idade" é apenas, mais um estereótipo que tenta diluir o sofrimento da estigmatização do velho.

Debert (1999a) cita o exemplo de Fortes, que realizou uma pesquisa sobre a idade cronológica nas sociedades ocidentais e não-ocidentais. Na maioria destas, estudos antropológicos demonstraram que os estágios de maturidade – etapas da vida como a infância, adolescência e velhice – não são reconhecidos apenas pelo desenvolvimento biológico, mas também pela capacidade de realizar certas tarefas.

Nas sociedades ocidentais, no entanto, a idade cronológica é um mecanismo que atribui à conquista da maioridade legal, da entrada no mercado de trabalho ou do direito à aposentadoria. É um critério que determina os direitos e deveres do cidadão e que envolve praticamente todas as esferas trabalhistas e familiares, interferindo na organização do sistema produtivo e econômico, das instituições educacionais, do mercado de consumo, das políticas públicas etc. Um exemplo disso, segundo Araújo (2000), foi que a ONU (Organização das Nações Unidas) definiu, em 1982, na Assembléia Mundial sobre o envelhecimento, a população idosa como o grupo de pessoas com sessenta anos ou mais.

A questão do envelhecimento é um tema que vem sendo discutido desde a antigüidade, e é o que Lorda (2001, p. 16) afirma que:

> É evidente que ao longo da história do ser humano se colocaram dois problemas básicos em torno da velhice: vantagens e inconvenientes inerentes à mesma e como impedir o processo de envelhecimento. A imortalidade e a possibilidade de renovar a juventude são temas que estiveram presentes nos babilônicos.

Um exemplo que temos é a história épica de Gilgamesh que não queria morrer. A epopéia de Gilgamesh conta que ele era um grande guerreiro e construtor que viveu na mesopotâmia durante a primeira metade do terceiro milênio antes de cristo. Na lenda, Gilgamesh luta para encontrar uma planta perfumada parecida com uma rosa, que tinha o

poder de conceder e preservar a juventude a quem quer que a possuísse, ele então dedicou grande parte de sua vida para conseguir a planta e a protegê-la, e afinal a conseguiu. Mas apesar dos cuidados com a planta, ela foi capturada por uma serpente para renovar sua pele e mantê-la jovem. É, portanto uma história do homem que luta contra a morte e, em certa medida, contra a velhice.

Papaléo (1999) afirma que nas sociedades "primitivas" os velhos eram objetos de veneração e respeito, sendo-lhes confiados negócios de grande importância econômica e social, além de muitos jovens recorreram a eles em busca de conselhos. Na doutrina de Confúcio (551-479 a.C.) todos os elementos da família deveriam obedecer aos mais velhos, havendo, portanto, uma supervalorização da tradição e dos ensinamentos dos mais idosos.

De acordo com Lorda, a morte e a velhice estavam entre os Keres (os males da vida) para os gregos, os quais eram os dois mais implacáveis e inevitáveis. O caráter irremediável da velhice era visto como um castigo. Na Grécia a idealização era pela beleza, pela força e pela juventude, e relegavam os velhos anciãos a um lugar subalterno.

"A velhice era vista por William Shakespeare como uma época de declínio e infortúnio". (LORDA, 2001, p. 25)

Na obra "O Rei Lear" de Shakespeare, escrita no começo do século XVII, o personagem representa um homem que chega à idade avançada sem alcançar a sabedoria e a humanidade que deve trazer a madureza. Nesta obra se resumem toda a angústia e a ambigüidade da senilidade e ressalta-se novamente o conflito entre gerações. Tanto Shakespeare como seus contemporâneos enfatizavam, em seus escritos, a deterioração física que acompanha a velhice.

Lorda cita em sua obra "Recreação na Terceira Idade", o poder de decisão que os mais velhos tinham em Roma antigamente, sendo da seguinte forma:

> No mundo dos romanos, os anciãos tinham um papel essencial, ao menos no que se refere à tomada de decisões. O direito romano concedia uma autoridade muito particular aos anciãos na figura do pater familiae. Este era o chefe absoluto, que exercia direito sobre todos os membros da família, com uma autoridade sem limites. (LORDA, 2001, p. 19)

Em Roma, os anciãos tinham apenas o poder de tomar decisões por serem mais experientes e também pelo tempo de vivência, sendo delegados aos mais jovens o poder da força física.

Lorda (2001) caracteriza a Idade Média, também, pela vigência da lei do mais forte, física e militarmente. Os mais débeis entre eles os anciãos, estavam submetidos aos mais fortes, sendo parte da população escrava e serviçal.

E durante a República, estes enormes poderes dados aos anciãos romanos trouxeram conflitos de gerações e um incipiente ódio aos anciãos. Os poderes instituídos aos chefes anciãos eram abominados pelas novas gerações. E essa imagem negativa do ancião foi combatida por Sêneca, que tinha uma opinião mais equilibrada sobre a velhice.

No entanto, sabe-se que com a Revolução Industrial e os avanços tecnológicos dela resultantes, a força de produção ganhou extrema importância e o indivíduo passou a ser julgado por sua capacidade de produzir. Quanto mais nova a "máquina", maior é a produção.

Segundo Debert (1999a), esse movimento que marcou as sociedades modernas – a partir da segunda metade do século XIX – levou a velhice a ser tratada como uma etapa da vida caracterizada pela decadência física e ausência de papéis sociais. Debert afirma o avanço da idade como um processo de perdas e dependência que acabou por originar uma identidade de condições aos idosos, é o responsável pelas imagens negativas associadas à velhice. Mas em nossa sociedade, mesmo que a velhice não se associe à pobreza ou à invalidez, esta tende a ser vista como um período dramático por implicar a passagem de um mundo amplo e público para um mundo restrito e privado.

Há, portanto, diversas concepções acerca da velhice ao decorrer da história, que varia de cultura para cultura, de tempo, e de lugar para lugar, devido a isso não temos uma concepção única ou definitiva da velhice.

Diante disso, é evidente que através da história, a juventude foi preferida à velhice. E devido a esses fatores, os jovens sempre temem a chegada da velhice e os velhos menosprezam a juventude.

2.3 Velhice no Brasil

Segundo dados do IBGE (2003) a expectativa média de vida ao nascer do brasileiro em 2003 para ambos os sexos, subiu para 71,3 anos, colocando o Brasil na 86ª posição no ranking da ONU, considerando as estimativas para 192 países áreas no período de 2000-2005. Foi um aumento de 0,8 anos em relação à de 2000 (70,5 anos), e em relação a 1980 a elevação foi de 8,8 anos (7,9 anos para os homens e mais 9,5 anos para as mulheres).

Segundo Araújo (2000/2001), algumas análises demográficas realizadas pela Divisão de População da Organização das Nações Unidas (ONU, 1999), têm apontado a tendência de envelhecimento da população mundial. As previsões indicam para o ano de 2050 uma população com sessenta anos ou mais bem próxima dos dois bilhões de pessoas.

Segundo Debert (1994), a Gerontologia (ciência que estuda a velhice) brasileira está empenhada em transformar o envelhecimento num processo bem-sucedido. Mas há alguns fatores que dificultam este objetivo e que fazem os gerontólogos reavaliarem o seu discurso.

O primeiro deles é a explosão demográfica, que exigirá um aumento dos gastos públicos para atender as necessidades da população idosa. Até pouco tempo atrás o Brasil era chamado de país dos jovens. Mas essa realidade está se transformando e, num futuro breve, o Brasil talvez se transforme num país de idosos.

Para o Brasil, os custos do envelhecimento são desafiadores e alarmantes, pois os mecanismos que este possui para lidar com os problemas da velhice avançada são precários e escassos. Os custos médicos, assistenciais e da aposentadoria indicam que o sistema atual para a gestão da velhice é inviável e que, provavelmente, não poderá arcar com esses gastos sociais num futuro bem próximo.

Outro elemento que Debert (1994) destaca é a forma como o capitalismo – enquanto sistema econômico – impõe-se no Brasil. O idoso é abandonado pela sociedade e pelo Estado a partir do momento que não se constitui mais mão-de-obra apta ao trabalho e, dessa forma, a miséria e a exclusão (tão presentes para uma grande maioria da população brasileira) se acentuam ainda mais na velhice. Assim, a imagem do velho brasileiro acaba sendo quase sempre a de vítima do sofrimento, um ser discriminado, pobre, isolado e dependente da família ou do governo.

Segundo a Organização Mundial da Saúde - OMS, o Brasil será o sexto país mais idoso do mundo, perdendo apenas para a China, Índia, Rússia, Estados Unidos e Japão, com um contingente de 34 milhões de idosos em 2050, cerca de 15 % da população. Hoje, o Brasil ocupa o oitavo no mundo em número de idosos, segundo o IBGE.

> Atualmente, uma em cada dez pessoas tem sessenta anos ou mais, e estudos das Nações Unidas projetam que, em 2050, uma em cada cinco estarão com essa idade e, pela primeira vez na história da humanidade, o número de pessoas com sessenta anos ou mais será maior do que a população de crianças (0-14 anos). (ARAÚJO, 2000/2001, p. 10)

Diante isso se observa que o número de idosos está crescendo mais rapidamente que o de crianças. Em 1980, havia mais de 16 idosos para cada 100 crianças; em 2000, essa relação praticamente dobrou, passando para quase 32 idosos por 100 crianças (IBGE, 2000).

A razão para tão drástica redução da taxa de crescimento populacional brasileira é o persistente declínio dos níveis de fecundidade da mulher brasileira. E isso Carvalho (1978) assegura que em 1960 eram 5,8 filhos por mulher, sendo que atualmente essa taxa diminuiu

consideravelmente conforme Berquó e Cavenaghi (2005) que é de 2,1 filhos por mulher. Este fator está, portanto, contribuindo progressivamente para o aumento de idosos na população.

No Brasil, observa-se através dos censos demográficos realizados pelo IBGE, que a mudança demográfica desde meados da década de 60 com a queda da taxa de natalidade e o aumento da longevidade, vem alterando a estrutura por idade da população brasileira. No bojo dessa tendência atual de tornar visível socialmente, à velhice foi criada a idéia de terceira idade, designando uma nova etapa na vida interposta entre a idade adulta e a velhice, acompanhada de práticas institucionais e profissionais para demarcar e atender às necessidades desses indivíduos.

Visto que o crescimento da população idosa é um fenômeno social, torna-se importante respeitar e valorizar esta etapa do desenvolvimento humano, como qualquer outra fase da vida. Nos dias de hoje, observa-se muitos preconceitos com esta fase, principalmente em relação à forma nominal de tratá-la, criando inúmeros sinônimos, tais como a "melhor idade" e a "maior idade". No entanto, a problemática vai muito além das questões de terminologia, sendo que a valorização e o respeito por esta faixa etária, obviamente não deveria se restringir apenas à maneira de nomeá-la, mas sim à forma de tratá-la pela sociedade.

2.4 Características psicossomáticas na velhice

No final do século XIX, com o avanço da medicina, se separam os conceitos da velhice e enfermidade no velho. Surgindo dessa forma a geriatria e a gerontologia como disciplinas formais, sendo caracterizado por Lorda (2001, p. 26) da seguinte forma:

> A geriatria, sendo o campo da medicina, é a ciência médica que estuda e trata as enfermidades e as mudanças da velhice. Em um amplo sentido, este ramo da medicina abarca também os aspectos de saúde do ancião. E a gerontologia se define como o estudo científico do processo de envelhecimento e dos problemas especiais do envelhecimento. Esse conceito abarca todos os aspectos fisiológicos, sociais e psicológicos da velhice.

Diante disso, convém frisar a importância da geriatria e a gerontologia para o estudo do idoso em nossa sociedade, trazendo benefícios tanto na esfera da medicina quanto na social. E é através de ambas que o número dos idosos está crescendo, aumentando a perspectiva de vida dos indivíduos.

De acordo com Lima (1983), a velhice enquanto uma categoria também é uma construção da sociedade. Para a autora, existe uma variabilidade cultural e histórica nas concepções que cada sociedade constrói sobre a velhice e o envelhecimento passa a ser, então,

um processo biológico que foi culturalmente conceituado e socialmente construído. Por isso, ela propõe uma distinção entre o processo de envelhecimento – enquanto noção biológica de desenvolvimento dos indivíduos – e a velhice, um conceito referente à forma como cada sociedade conceitua esta fase da vida. Lima usa como exemplo as sociedades industrializadas, nas quais a velhice como categoria social surgiu na medida em que os velhos foram caracterizados como seres inativos, não consumistas e sem controle sobre o próprio corpo.

Nesta perspectiva, Featherstone (1994) afirma que a perda dos controles físicos – fala audição, visão, mobilidade – e dos controles emocionais – raiva, choro, desespero etc - constituem a máscara da velhice, institucionalizada e encarada como uma espécie de doença social.

Para Lorda (2001), aposentar-se é sinônimo – para a maioria – de entrada na Terceira Idade, representando uma verdadeira quebra na existência do aposentado.

Com a análise de Lorda (2001), entende-se que o indivíduo ao aposentar-se desenvolve um sentimento de inutilidade, de marginalização da vida comunitária, ou seja, o idoso nesta etapa da vida sofre discriminação por todos os setores da sociedade, desde a família e a comunidade até o próprio estado.

Segundo Lorda (2001, p. 36) apud Dr. Paul Vanuxem:

"Na solidão dos dias vazios, a pessoa que havia esquecido mais ou menos a presença de seu corpo, reinicia com ele um diálogo desafinado, e observa com inquietude e desagrado os handicaps, fatos que se tornam mais evidentes com a inatividade".

Nota-se que o ser humano ao chegar a Terceira Idade começa a sentir diferenças no aparelho locomotor, músculos, articulações, ossos, aparelho respiratório, aparelho cardiovascular, pele, ouvido e olhos. Lorda cita as características psicossomáticas na velhice como:

a) A Aposentadoria

Com a chegada da aposentadoria o idoso sente-se inútil e solitário, e com o passar do tempo o círculo de relações familiares e de amigos diminui pelo processo de dispersão, óbitos etc., ficando o aposentado com a impressão de perder bruscamente a base de sua razão de ser social.

b) O Aparelho Locomotor

Em geral, a estatura diminui por volta dos cinqüenta e os cinqüenta e cinco anos de idade, sendo que a mulher experimenta este fenômeno antes que o homem. A diminuição é de uns três ou quatro centímetros, a curvatura central curva-se, os joelhos dobram, levando a

uma constante perda de equilíbrio diante das mudanças de direção realizadas com um mínimo de rapidez.

c) Os Músculos

O envelhecimento traz consigo transtornos de dois tipos:

1 – a diminuição do tônus

2 – a perda da força

A diminuição do tônus muscular se tem comprovado a nível de reações elétricas; seus resultados revelam uma redução sensível na atividade das fibras musculares com o passar dos anos. Com respeito à força muscular observada no dinamômetro, vemos que é entre os vinte e trinta anos seu máximo ponto e que aos oitenta anos não representa mais que a metade.

Os dois transtornos citados trazem como conseqüência a atrofia muscular que predominará nas grandes massas musculares: ombros, glúteos, coxas etc., o que explica por que é tão penosa para as pessoas idosas uma carga pesada. Já a nível manual a atividade pode prolongar-se durante muito tempo, sempre que não se manifestem situações traumáticas.

d) As Articulações

Sofrem grande mudança, perdem a mobilidade e a elasticidade, convertendo-se em centro de lesões degenerativas devido à involução do aparelho capsular, o que se conhece com o nome de artrose.

São muito conhecidos os sinais de alerta, entre os quais a rigidez ao levantar-se, rangendo as articulações aos primeiros movimentos após um período mais ou menos de inquietude.

e) Os Ossos

O problema mais característico é a osteoporose. Trata-se de transformação progressiva do osso, de um estado consistente a outro esponjoso, produzindo-se também alguma deformação do osso. Processo que aumenta a descalcificação do osso, em conseqüência de perturbações bioquímicas que fazem diminuir o poder de fixação do cálcio. O exercício físico é um dos elementos mais importantes para estimular afixação do cálcio, tornando mais lento esse processo. Fato que ocorre fisiologicamente com a idade, sendo mais prematuro na mulher do que no homem.

f) O Aparelho Respiratório

O envelhecimento do aparelho broncopulmonar é conhecido desde que um médico francês chamado René-Theophile Hyacinthe Laennec (1781 – 1826), inventor do estetoscópio, realizou os primeiros estudos a respeito. Todo o sistema respiratório sofre o envelhecimento: as mucosas do nariz, da faringe, da laringe, o que é demonstrado pela gota do nariz, rouquidão da garganta, voz quebrada e uma necessidade constante de expectorar.

g) O Aparelho Cardiovascular

Com o passar dos anos a deterioração repercute também no aparelho cardiovascular. A arteriosclerose é o transtorno que com maior freqüência vemos como sinônimo de velhice. A arteriosclerose conduz à perda da elasticidade, o que produz um aumento da força, da onda pulsátil, incrementando os fenômenos de ressonância nas artérias periféricas, acarretando uma limitação da capacidade funcional do coração. O volume sistólico começa a diminuir já a partir dos trinta anos. As pressões sistólica e diastólica se elevam; alargam-se os ciclos cardíacos; e em conseqüência, diminui a circulação sanguínea.

h) A Pele

A pele se enruga, perde seu frescor, sua suavidade; delata os primeiros sintomas que anunciam a chegada do envelhecimento. Sua tonicidade e elasticidade se atenuam; ao tato a pele parece mais fofa e seca; à vista a pele se parece com um pergaminho. Tudo isso é acompanhado pela queda do cabelo, mais no homem do que na mulher; ao mesmo tempo o cabelo se torna mais fino.

i) O Ouvido

O ouvido é um órgão que envelhece rapidamente. É comum associar-se surdez com velhice. As agressões externas que sofremos ao longo dos anos aceleram o processo (música muito forte, escapamentos de automóveis etc., sempre com decibéis acima do aceitável, quer dizer, acima de oitenta e noventa decibéis); o ouvido, um órgão sensível, se vê, por causa disso, altamente afetado.

j) Os Olhos

Quando se chega à velhice, parece inevitável usar óculos. A nível pupilar, o mais característico é a miose senil. O diâmetro pupilar tende a diminuir com os anos, de 5 mm a aproximadamente 3,5mm aos vinte anos e aos oitenta e cinco anos, com iluminação standart.

A isso se acrescenta geralmente uma redução na resposta pupilar à luz, com diminuição do reflexo foto motor.

Ao chegar à terceira idade os indivíduos necessitam de uma série de cuidados essenciais para viverem da melhor maneira possível os últimos anos de suas vidas, entre eles uma boa alimentação, condições adequadas de moradia, estabelecimento e manutenção de contatos sociais, acesso a serviços e remuneração compatível com necessidades de gastos.

Diante das características psicossomáticas da velhice, devemos dar um sentido especial, ou seja, uma qualidade a esta terceira etapa da existência humana, valorizando as pessoas da terceira idade antes seus próprios olhos e os da comunidade, reintegrando estas nas relações sociais, através das mais variadas formas de lazer existentes. Já que o lazer na terceira idade é uma forma de melhoria na qualidade de vida, bem-estar, saúde física e mental e ocupação do tempo livre de forma racional e integrada.

2.5 Lazer e terceira idade

De acordo com Debert (1997), a expressão Terceira Idade originou-se na França, com a invenção das Universidades para a Terceira Idade, na década de 1970. Alguns pesquisadores que estudam a velhice atribuem essa expressão como uma forma de tratamento para as pessoas de mais idade, expressão essa que ainda não adquiriu uma conotação depreciativa, não estando associada, portanto, com uma idade cronológica precisa. Atualmente, o termo Terceira Idade vem sendo substituído também por Melhor Idade.

Para a maioria das pessoas, terceira idade é sinônimo de pouca saúde, limitações motoras e um sem número de problemas associados ao passar dos anos.

Este conceito está, no entanto, cada vez mais ultrapassado. Pesquisas recentes comprovam que o processo natural de envelhecimento não é um fator impeditivo para a maioria das atividades quotidianas.

É, no entanto é natural que a partir dos 65 anos, a vida seja encarada de outra forma. O idoso valoriza a participação social e a cultura, e são cada vez mais os que dedicam o seu tempo a atividades de lazer, turismo e desporto, não só em busca de melhor qualidade de vida, mas também como resposta à solidão, grande parte das vezes associada a este grupo etário.

Segundo Montejano (2001), o terceiro segmento do turismo social é o turismo dos aposentados ou da terceira idade, em que tanto os órgãos públicos como a iniciativa privada realiza serviços e atividades para pessoas idosas, levando em conta a idade e estado de saúde, poder aquisitivo e a disponibilidade de tempo.

E também cita que os idosos consomem serviços e atividades a preços econômicos em hospedagens turísticas durante a baixa temporada ou em hospedagens especiais, viagens organizadas por agências de viagens especializadas com subvenção e ajuda pública e por último, visitas culturais e atividades de tempo livre como exposições, cursos, bailes, etc.

Embora essa seja uma abordagem muito nova, sabe-se que na última década a atividade turística tornou-se uma opção a mais para os programas sociais de apoio ao idoso no Brasil. Trazendo uma oportunidade para esta faixa etária, já que o número de idosos com baixo poder aquisitivo é bem elevado, impossibilitando dessa forma a inserção da maioria destes na atividade turística sem o apoio de programas sociais.

A conscientização para a importância deste tipo de turismo através de programas sociais tem contribuído cada vez mais para que os idosos tenham acesso a este tipo de lazer de forma mais acessível, e ao mesmo tempo tornam-se um mercado promissor para as agências de viagens que apostam neste segmento, oferecendo variados roteiros e programas específicos para idosos.

O francês Philippe Ariès (apud Debert, 1999b) apontou três mudanças ao longo do período que vai do final do século XIX até os dias atuais que explicam as diferentes formas como cada geração de idosos viveu o período da velhice.

De acordo com Áries (1999), para a geração nascida em meados do século XIX, a velhice era vivida como uma etapa de transformações significativas no estilo de vida, costumes, roupas, adornos usados e até na postura em público. Era como se, a partir de uma determinada faixa etária, as pessoas se uniformizassem. Já os indivíduos nascidos nas duas últimas décadas do século XIX viveram o que se chama de "a geração do progresso", demonstrando verdadeiro horror à velhice. Para eles, as tecnologias da vida moderna permitiam viver esse período sem incômodos e por isso não viam razão para a aposentadoria e o abandono do poder e das posições sociais ocupadas na idade adulta.

Áries (1999) afirma que, ao contrário destes, a terceira geração (nascida entre 1910 e 1920) começou a ver com satisfação a aposentadoria e a partir desse momento desenvolveu-se um mercado para a terceira idade, com a formação de profissionais especialistas nesse campo.

Para Debert (1997), a terceira idade foi um termo inventado e constitui-se de uma nova etapa que se interpõe entre a idade adulta e a velhice, criada especialmente para reincorporar os mais velhos na sociedade.

Dada essa perspectiva, a autora afirma que a invenção da terceira idade pode ser compreendida como fruto do processo de socialização da gestão da velhice, que se

transformou em uma questão pública, mas que durante muito tempo foi considerada um problema privado e familiar, de previdência individual ou de associações filantrópicas. Um dos fatores que proporcionou e ainda proporciona a participação de idosos em grupos da terceira idade foi à universalização do direito à aposentadoria, que garantiu uma remuneração na última etapa da vida. Para estes, a aposentadoria deixou de ser um momento de descanso e recolhimento, e passou a ser um período de práticas de atividades de lazer, inclusive de turismo.

Ainda de acordo com Debert (1997), a terceira idade pode ser encarada como um agente de combate à velhice, através de programas que visam transformar o envelhecimento em uma experiência mais gratificante, ou seja, um período propício para a satisfação pessoal, o prazer e a realização de sonhos adiados ao longo da vida. Nestes programas está englobado um conjunto bem diversificado de iniciativas por parte de agências públicas e privadas voltadas aos mais idosos, como, por exemplo, as escolas e universidades para a terceira idade, os grupos de convivência de idosos, clubes da terceira idade etc., todos com o objetivo de proporcionar um convívio social aos participantes.

Gaelzer (1979), referindo-se também ao conceito de lazer em âmbito nacional, propõe sua compreensão, subdividindo-o em três elementos: *como tempo,* no qual o lazer é o resultado da organização social do trabalho, conseqüente do progresso e da revolução tecnológica; *como atitude,* na qual o lazer está atrelado às questões de valores, crenças e uso do tempo, valorizando o crescimento pessoal; e *como atividade,* na qual o lazer passa a ser visto como sinônimo de recreação vivenciada no tempo livre.

A autora Gaelzer (1979) enfatiza que a utilização adequada do tempo livre deveria ser motivada desde a infância, pois, só assim, o idoso encontraria razões para vivenciar o tempo de forma prazerosa. O tempo livre usado de forma racional traz benefícios em qualquer idade, sendo bem mais importante à utilização deste constantemente ao longo da vida.

Marcellino (1983) relata que a maioria dos idosos menospreza as atividades de lazer, provavelmente, por participarem de uma sociedade que valoriza muito o trabalho. Este mesmo autor, em outro estudo (Marcellino, 1987), acrescenta que o lazer refere-se às atividades vivenciadas no tempo disponível das obrigações profissionais, escolares, familiares ou sociais, as quais devem proporcionar satisfação e desenvolvimento pessoal e social, juntamente com os aspectos de atitude positiva para tal tempo. Este tempo refere-se à possibilidade de desfrutar de vivências, cujos valores possam contribuir para mudanças, tanto de ordem moral, como cultural. Portanto, este tempo não serviria somente como possibilidade de descanso, mas de desenvolvimento integral do indivíduo.

Debert (1997) aponta que muitos destes programas voltados para a terceira idade são utilizados pela mídia e pelos especialistas em Gerontologia como exemplos para demonstrar que o envelhecimento pode ser vivido de maneira inovadora, satisfatória e gratificante. Na maior parte das vezes, as atividades desenvolvidas por estes programas são organizadas por especialistas com formação ou treinamento nessa área e se constituem, basicamente, de trabalhos manuais, bailes, passeios, excursões, ginásticas, viagens, bingos ou outras atividades de lazer. Já nas escolas e universidades a ênfase maior é em aulas, palestras e conferências, que podem proporcionar aprendizados e experiências que dão uma nova identidade ao grupo e uma particularidade no processo de envelhecimento de cada um.

A autora enfatiza também que a própria mídia transformou o envelhecimento num novo mercado de consumo, no qual este processo pode ser retardado através de alguns procedimentos e tecnologias, como: uma nova carreira profissional, atividades que envolvam a manutenção do corpo (dança e ginástica), uso de cosméticos, vestuário e outras que façam com que os mais velhos sintam-se rejuvenescidos.

Segundo Laslett (apud Debert, 1994), a invenção da terceira idade é uma experiência inusitada de envelhecimento, cuja compreensão não se deve somente ao prolongamento da vida nas sociedades contemporâneas. Segundo este autor essa invenção requer a existência de uma "comunidade de aposentados", com saúde, independência financeira e outros meios apropriados para tornar essa fase da vida propícia à auto-realização e satisfação pessoal.

A exploração do potencial idoso deve ocorrer com atividades que proporcionem a melhoria da qualidade de vida dos mesmos, o que segundo Beauvoir (1990, p. 131) pode dar-se através do lazer:

> A Terceira Idade tem como ponto central para melhorar sua qualidade de vida, a oportunidade de refazer seu orçamento-tempo, através do desenvolvimento de atividades que lhe proporcionem e possibilite a socialização, comunicabilidade e a expansão do universo.

A terceira idade precisa antes de tudo destinar um espaço para suas obrigações cotidianas, e paralelamente a elas deve realizar o que lhe traz prazer, para que dessa forma tenha uma qualidade de vida melhor através da racionalização do seu tempo.

Para Debert (1997), a terceira idade é um elemento ativo no processo de reprivatização da velhice – ou seja, a transformação desta em uma responsabilidade individual – pois a conquista de experiências inovadoras e bem-sucedidas não deixa espaço para situações de dependência e abandono (tão comuns em instituições caritativas que abrigam idosos). Debert conclui, portanto, que para fazer parte da terceira idade o idoso precisa

enquadrar-se num estilo de vida e padrão de consumo específico, com possibilidades econômicas e psico-motoras de praticar atividades de lazer e turismo. Assim, o idoso acaba por constituir-se em um ator político e o envelhecimento num novo mercado de consumo, envelhecimento este que deve ser, antes de tudo, um compromisso de envelhecimento positivo.

A categoria "terceira idade" exclui os idosos não-consumidores, muito velhos e com problemas físicos e psicológicos, presentes na velhice mais avançada. O idoso que não possui recursos financeiros, boas condições físicas, motoras e psicológicas não é capaz de responsabilizar-se pelo seu próprio processo de envelhecimento e acaba não tendo a "receita" para fazer parte da terceira idade. Torna-se, então, abandonado ou dependente e essa situação passa a ser vista como uma conseqüência da falta de envolvimento em atividades motivadoras ou da adoção de formas de consumo e estilos de vida inadequados.

Segundo a "A Carta do lazer" (Organização Mundial do lazer, WRLA, 1998), documento que procura propagar uma concepção mundialmente aceita sobre lazer, uma vez que este termo diz respeito à opção livre por experiências, que proporcionam satisfação pessoal, melhoria da qualidade de vida, um mínimo de estabilidade social e oportunidades para relações inter-pessoais.

Para Camargo (1998), a preparação para o lazer deveria ocorrer simultaneamente à entrada do indivíduo na vida profissional, cultivando-se as diversas atividades paralelas, envolvendo trabalho, família e lazer, pois quando se perde de vista esta diversidade de interesses, torna-se necessário desenvolver uma espécie de "reengenharia existencial", que resgate gostos e interesses e, sobretudo, que auxilie os indivíduos a repensarem sobre essa nova fase de vida.

De acordo com a análise de Camargo, podemos acrescentar que os aposentados, ainda hoje, padecem de resquícios dessa cultura tradicional, pois ao chegar a esta fase não possuem mais responsabilidades com trabalho, e de outro enfrentam o peso de uma tradição que lhes negam o direito de reconstruírem suas vidas, no plano afetivo, sexual e de lazer. E nesse momento sofrem uma transformação, tendo, portanto que readaptarem seu modo de viver, fato que acaba tornando dramática a vida de muitos deles, por não terem tido condições de preparar-se para esta nova vida e também pela falta de uma educação voltada para o lazer.

Devemos destacar que, a prática do lazer é uma experiência pessoal que aumenta o processo de integração entre as pessoas, trazendo uma série de benefícios tanto para os jovens como também para as pessoas idosas, sem diferenciar a idade do indivíduo, fato que pode ser comprovado pelas definições de lazer já mencionadas no trabalho.

2.6 Dimensões do lazer

Andrade (2000) cita que segundo explanação do Novo Dicionário da Língua Portuguesa, de Aurélio Buarque de Holanda Ferreira, editado em 1975, a palavra lazer provém do verbo latino licere, que significa ser lícito, ser permitido. Chegou a Língua Portuguesa através do arcaísmo lezer. Atualmente, o sentido firmado do termo é ócio, folgar, vagar. Em outros dicionários além do mesmo significado, encontramos o lazer como passatempo e também o registro de tempo disponível para se fazer alguma coisa devagar.

Ao analisarmos as dimensões do lazer, nos deparamos com inúmeros conceitos, e a maioria deles considera o fenômeno apenas como o tempo que não é destinado à produção metódica e habitual de bens de valor econômico ou de mercado. E a menor parte deles tende a identificar o lazer como sendo apenas recreação. Dentre eles podemos citar o autor Jacques Dumazedier que entre seus conceitos situa o lazer exclusivamente nas faixas de tempo e espaço que se inter-relacionam no cumprimento das obrigações pessoais e profissionais.

"O lazer aparece como realidade integrante da vida pessoal, da mesma forma que o trabalho, a religião, a cultura e outros fatos que, naturalmente ou por aquisição cultural, compõem o cotidiano humano". (ANDRADE, 2001, p. 42)

Devemos observar que a pobreza não impede a realização do lazer, e nem a riqueza garante a qualificação ou excelência deste. Vários são os fatores que influenciam as expectativas de lazer, já que dependem da variedade dos fatores socioeconômicos e psicossociais. Como exemplo deles pode-se citar: as origens familiares, a idade, o sexo, as opções religiosas, a profissão, o estado civil e as condições de saúde física e mental, pois estes interferem no modo de ver o lazer, ou seja, a prática do lazer vai depender de vários fatores.

Segundo Andrade (2001) as dimensões básicas do lazer são: o lazer como atitude, o homem e o tempo, o tempo livre como lazer, o lazer como atividade, o lazer e a recreação.

a) Lazer como atitude

"O lazer é um dos tipos de atitude que exige esforços e supõe responsabilidades de opções nem sempre simples, porque, mesmo o repouso e os relaxamentos podem tornar-se frustrantes e surpreender as pessoas em seu senso de organização". (Andrade, 2001, p. 43)

Andrade (2001, p. 43) cita que Gordon Dahl oferece uma significativa conceituação funcional e estrutural de lazer, quando afirma que:

“O lazer de que as pessoas necessitam hoje, não é tempo livre, mas um espírito livre; em lugar de “hobbies” ou de diversões, elas precisam de graça e de paz, capaz de erguê-las acima de suas vidas tão ocupadas”.

Atualmente as pessoas não necessitam apenas em ter um tempo livre após suas obrigações profissionais, precisam que seu tempo livre seja de qualidade, ou seja, com a presença de alegria, descontração, atividades prazerosas fazendo com que levante a auto-estima delas. Cada um de nós deve aderir às práticas de lazer que lhe tragam satisfação, já que varia de pessoa para pessoa a cultura, as necessidades, as conveniências, as posições pessoais e o próprio equilíbrio psicossomático, e devido a isso não se pode julgar a qualidade de lazer alheio. Já que cada indivíduo tem a sua maneira de se divertir.

b) O homem e o Tempo

Para viver em harmonia e se sentir realizado, o homem precisa antes de tudo assimilar o seu tempo para resolver suas obrigações no dia-a-dia. O tempo é passageiro e fugaz em todas as circunstâncias que marcam as pessoas e todos os demais seres criados em seus movimentos de desenvolvimento, deslocamentos e mortes. Ele é essencial, porque é através dele que ocorrem as realizações humanas.

“A idéia que a sociedade tem a respeito do tempo é de que nós somos escravos, porque ricos e pobres, líderes e liderados, sadios e doentes, ignorantes e sábios, todos dependem dele, porque não podem aumentá-lo nem reduzi-lo”. (ANDRADE, 2001, p.45)

O ser humano em geral, depende do tempo para realizar as suas tarefas ou obrigações, não havendo distinção do tempo para o preto e o branco, rico e o pobre, velho e o jovem, empregado e o empregador, o tempo tem duração igual para todos, o que diferencia o tempo de cada um é a divisão que ele faz com o tempo para realizar suas atividades.

c) O tempo livre como lazer

Para Andrade (2001, p. 47) tempo livre é:

> A pausa na preocupação ou na dedicação produtiva de tarefas sistemáticas que dizem respeito aos diversos atos ou procedimentos relativos ao conjunto de cargos, funções e atividades, lucrativas ou não, em termos de ganhos de bens diversos, sejam estes materiais ou não.

O tempo livre decorre das limitações da capacidade humana que obriga os indivíduos a diminuir os seus esforços, para que assim possam racionalizar a quantidade de energias despendidas e a melhor qualificação de suas atividades habituais, sejam elas obrigatórias ou não.

d) O lazer como atividade

O lazer como atividade deve ser analisado como empreendimento ou ato de recreação, com destacadas características para jogos, viagens e ocupações de natureza lúdica competitiva ou de posturas que denotem empenho físico ou psicológico. Nas atividades e ocupações de características físicas ocorre o destaque do tato, o paladar e a degustação, e nas atividades de natureza preferencialmente psicológica, sobressaem à audição, o olfato e a fala.

e) O lazer e a recreação

O termo lazer refere-se ao estado de espírito, à capacidade, psíquica, e a integração total dos indivíduos, visando ao melhor aproveitamento, de todas as realidades do corpo e da mente, do tempo e do esforço.

O termo recreação traduz ação lúdica, regulamentada ou livre, descompromissada com trabalhos profissionais, que são atitudes que visam diretamente a finalidades de lucratividade financeira ou econômica.

2.7 Formas de lazer

O trabalho em geral desgasta muito as pessoas e lhe trazem diferentes tensões e cansaços. Entretanto, temos o lazer como alternativa para revigorar psicologicamente e fisicamente o ser humano, uma vez que este as relaxa e as ajuda a viver com alegria, tornando-o produtivo, realista e, talvez otimista com respeito a perspectivas que alimentam.

A prática do lazer varia bastante de uma pessoa para outra, há pessoas que procuram lazer em atos estranhos, outras se distraem e se conformam com ações simples do ato corriqueiro e sentem-se felizes e já determinadas pessoas precisam se organizar para praticar lazer que são bastante comuns na sociedade, como viajar, ir ao cinema, etc.

De acordo com Andrade (2001), as formas básicas de lazer são classificadas em: lazer espontâneo, lazer programado, lazer esporádico e o lazer habitual.

a) O lazer espontâneo

“O lazer espontâneo é conseqüência não prevista de alguma ação fundamentada naturalmente em decorrência de algum evento ou de uma série de eventos, situações ou circunstancias previstas ou imprevistas”. (ANDRADE, 2001, p. 110)

Entende-se por lazer espontâneo o surgimento de uma situação inesperada e de relevante valor, algo que não estava programado, causando efeitos que assumem importância de alta qualificação, devido, portanto a mudança de rotina do dia-a-dia.

Atualmente reconhece-se que o lazer espontâneo é um tipo de lazer bastante raro, pois a sociedade está cada vez mais comprometida com horários estabelecidos e longos, e está sujeita à competitividade permanente e desgastante, e não se sente livre do clima de violência que aflige o mundo inteiro.

a) O lazer programado

"O lazer programado é o mais conhecido, o mais praticado e o mais exposto por causa dos interesses comerciais, o lazer programado se analisado como recurso para recomposição de energias físicas e psíquicas, é o menos eficiente". (ANDRADE, 2001, p. 111)

O lazer programado é o mais praticado pelas pessoas, pois a maioria das pessoas não podem ausentar-se dos seus locais de trabalho para praticá-lo sem ter programado, tendo, portanto que aguardarem os fins de semana, feriados prolongados, férias, e outros recessos para a prática do lazer e do turismo e o outro motivo pela escolha desta forma de lazer são as ofertas por atividades de lazer que cresceu bastante, principalmente de pacotes promocionais com várias formas de pagamento e destinos.

c) O lazer esporádico

> Por lazer esporádico entende-se o conjunto de atividades especificas que se efetuam segundo a disponibilidade de tempo, sem as características que determinam ou exigem periodicidades certas e durações determinadas. É também denominado lazer de ocasião, lazer de oportunidade, lazer de acontecimento fortuito. (ANDRADE, 2001, p. 113)

A opção pelo lazer esporádico traz para o indivíduo uma sensação de liberdade e de não obrigatoriedade, pois ele não necessita escolher a época para se liberar da rotina, poupando-se do ônus do planejamento e lhe propicia boas possibilidades de descontrair-se. Este tipo de lazer é praticado quando o indivíduo repentinamente tem uma oportunidade para realizá-lo.

d) O lazer habitual

“O lazer habitual perfaz-se a partir das sensações percebidas no hiato normal entre as atividades costumeiras vinculadas à produtividade sistemática, à consciência do dever cumprido e às simples expectativas da diversão e da relaxação”. (ANDRADE, 2001, p. 114)

Por lazer habitual podemos dizer que são as atividades que realizamos frequentemente, ou seja, com o propósito de repousar e descontrair. As atividades repetidas constantemente que se gosta de fazer não diminui o prazer, nem traz obrigação. As pessoas acabam se acostumando com certas atividades por serem realizadas sempre, como por exemplo, assistir televisão, ouvir músicas, e acabam tornando despercebidas em aceitarem este como lazer.

O lazer não possui formas exatas e padronizadas, varia de povo para povo, de região para região e de pessoa para pessoa, entretanto dentre as formas existentes abordamos a de Andrade para facilitar o entendimento sobre o lazer.

2.8 Classificação das atividades de lazer

A classificação das atividades de lazer é muito controvertida, principalmente devido ao número de autores existentes que classificam as atividades de lazer através de vários critérios. Segundo Camargo (1992, p. 18) dentre as classificações a mais satisfatória é a do sociólogo francês Joffre Dumazedier, o criador da sociologia do lazer. Baseado no princípio do interesse cultural central de cada atividade de lazer, ele as classifica em físicas, manuais, intelectuais, artísticas e sociais. Não podemos afirmar que esta classificação é perfeita, porque nenhuma o é. E por esse motivo Camargo acrescenta mais uma área de interesse cultural no lazer, o turístico. O autor analisa cada uma delas:

a) Atividades Físicas de Lazer

Nela se incluem as caminhadas, a ginástica, o esporte e atividades correlatas, executadas de maneira formal ou informal, em espaços tecnicamente planejados, como pistas, academias, estádios, ou não-técnicos, como ruas, residências, terrenos baldios, praias.

b) Atividades Manuais de Lazer

Como atividades manuais, entendem-se atividades ligadas ao prazer de manipular, explorar e transformar a natureza.

São muitos os exemplos de atividade manual de lazer: desde lavar o automóvel em fins de semana, onde o prazer da manipulação da água envolve ludicamente pais, filhos e

vizinhos, desde cultivar hortaliças e animais de corte nos quintais urbanos, o crochê, o tricô, desde o consertar e desmontar para consertar de novo engenhocas e aparelhos domésticos, até a invenção de pequenas máquinas, a fabricação de suas próprias estantes, mesas e armários, a montagem de estufas para a criação de plantas ou a criação de animais domésticos.

c) Atividades Artísticas de Lazer

Por atividades artísticas, entendem-se habitualmente a prática e a assistência de todas as formas de cultura erudita conceituadas como arte, tais como cinema, teatro, literatura, artes plásticas, etc. Entretanto essas atividades não fazem parte do universo cultural da maioria da população. E não podemos imaginar que alguma pessoa consiga algum equilíbrio na vida cotidiana, sem seu espaço de sonho, de aventura, de encantamento, de beleza.

d) Atividades Intelectuais de Lazer

O lazer é um tempo precioso para o exercício do conhecimento e satisfação da curiosidade intelectual, em todos os campos, seja através da conversação aparentemente banal com os amigos, seja através dos meios de difusão eletrônica, seja através da consulta especializada.

e) Atividades Associativas de Lazer

Em todas as atividades de lazer, pode existir um forte conteúdo de sociabilidade, expresso no contato com amigos, parentes, colegas de trabalho ou de bairro. As atividades vão desde as formas de semi-lazer doméstico, como jogos e passeios com os filhos, visitas a parentes e amigos, até a freqüência de grupos e até mesmo, finalmente a freqüência a associações e movimentos culturais.

f) Atividades Turísticas de Lazer

O interesse cultural central dos indivíduos que buscam este gênero de atividades é a mudança de paisagem, ritmo e estilo de vida. De todas as atividades de lazer, o turismo é certamente a que mais provoca ansiedade nos indivíduos. O indivíduo ao praticar o turismo passa a conhecer novos lugares, novas formas de vida e, além de tudo, pode num pequeno período alterar a rotina cotidiana, utilizando-se o tempo de férias e fins de semana.

Dentre as atividades de lazer, a turística é atualmente a mais consumida pelas pessoas, principalmente devido à imensa oferta oferecida pelas agências de viagens. E dentre

os destinos turísticos mais procurados segundo Camargo (1992), a praia é a intenção número um, seguida das montanhas, do campo e dos lugares históricos.

2.9 Consumidores de lazer

> Segundo pesquisas realizadas em dados extraídos de questionários aplicados após diferentes eventos, inclusive viagens, os fatores que mais influem nas opções de lazer são: duração de tempo disponível; situação física e/ou psicológica no momento da opção; profissão; classe ou categoria socioeconômica; nível de integração cultural; nível dos diversos tipos entendimento pessoal; qualidade das relações pessoais do pesquisado em família e/ou fora dela; formação e/ou vivencia religiosa; integração pessoal em grupo eclesial ou de crença; convicção filosófica; solidariedade; camaradagem; grau do ato reconhecido como necessário; desejo e/ou necessidade de promoção sócia; oportunidade. (ANDRADE, 2001, p. 129).

Diante dos fatores citados, temos que as opções individuais por tipos, formas e modos de lazer dependem de motivações e conveniências internas e externas, que varia de acordo com a formação de cada um. E Andrade (2001) afirma que há diferenças, consideradas universais, a respeito de tendências e preferências gerais de lazer de acordo com as faixas etárias, portanto ele classifica - as em: as crianças e os pré-adolescentes, os adolescentes e os jovens da primeira faixa etária, os adultos; os adultos da terceira idade.

a) As crianças e os pré-adolescentes

As crianças e os pré-adolescentes gostam de gastar o tempo de que dispõem, seja ele limitado ou longo, em atividades em que possam movimentar-se, com liberdade para pular, correr, gesticular, falar e gritar, sem preocupar-se com limites convencionais ou arbitrários. Eles se identificam e se relacionam com todas as diversões e todos os tipos de recursos que se apresentem como novidade, raridade, esquisitice ou desafio.

b) Os adolescentes e os jovens da primeira faixa

Os adolescentes e os jovens sadios repousam e se divertem com cada um dos tipos que eles mesmos descobrem em seus novos relacionamento familiares ou amistosos, formais ou informais. Consideram-se importantes por poderem escolher desde os exercícios físicos mais pesados até os encontros mais piegas e sentimentais, os namoricos irresponsáveis e experimentais e o sono profundo e demorado, em plena luz do dia.

c) Os adultos

Essa faixa etária é antecede à quase oficialmente denominada terceira idade, eles são considerados como os que atingem seu desenvolvimento biológico pleno.

Os adultos de modo geral tendem a apegarem-se a hábitos adquiridos e a pessoas, coisas e atividades às quais se habituaram, pela rotina, pelo afeto, por convivências ou por necessidade. E com isso temem em perder o seu prestígio, conquistas e posses, cargos e empregos.

d) Os adultos da terceira idade

Os adultos da terceira idade são os que, até recentemente, eram chamados de velhos ou idosos. Em geral, apresentam-se com algumas ou varias limitações orgânicas ou reflexivas que os obriga a movimentos comedidos e a permitir-se apenas prudentes saídas das rotinas, para não correrem riscos desnecessários.

Os adultos da terceira idade são conscientes que o tempo torna-se sempre mais escasso para eles e mais difícil de ser bem aproveitado e por isso tentam aproveita-lo ao máximo. Mas quando possuem limitações, aborrecem-se, e com razão, porque todos os humanos anseiam conquistar sempre mais, tornarem-se sempre mais fortes e mais dispostos, mais respeitados e mais felizes.

Segundo Andrade (2001), a psicóloga Ana Perwin Fraiman, ao discorrer sobre os fenômenos da terceira idade, acentua que, nela, a pessoa “sofre várias perdas físicas e afetivas, em freqüência maior e mais intensa que em nenhuma outra idade. A angustia, o medo do novo, o desejo de manter a situação antiga já conhecida, o estigma da morte iminente e outros mitos povoam a mente do velho e levam-no a um estado maior de insegurança e à necessidade de se adaptar à sua nova imagem...”.

As pessoas da terceira idade e também todas as demais, mesmo quando doentes ou combatidas pela depressão, devem ser estimuladas a investir suas energias na busca de novos caminhos e/ou soluções alternativas.

Atualmente temos uma sociedade consumista, que buscam a cada dia diversos tipos de lazeres diferentes, ou seja, exóticos, através de procedimentos estranhos e, às vezes, manifestando desequilíbrios.

O turismo destinado à terceira idade tem se destacado nos últimos anos, desfazendo equívocos a respeito desses consumidores mais velhos, já vez que este segmento tem crescido a cada ano a uma velocidade assustadora, aumentando desta maneira, o público potencial que está em busca de uma melhor qualidade de vida, por isso tem priorizado as atividades de lazer, incluindo o turismo, já que este fenômeno propicia oportunidade de

aproximação social, vivência e divertimento, sendo deste modo, muito significativo para contornar os aspectos negativos que rondam esta fase da vida.

Para Andrade (2001), o lazer não pode tornar-se um simples ato de rotina para ocupação do tempo livre, pois dessa forma a humanidade poderá perder o bom humor, que é um bem renovável e precisa ser dinamizado pela prática do lazer de maneira certa, no tempo devido e na medida exata.

E seguindo esta mesma linha de pensamento, Salgado (1980) cita que as atividades de lazer devem possibilitar o desenvolvimento pessoal ou, unicamente à distração capaz de aliviar as tensões e de eliminar o desgaste físico-mental produzidos pelos compromissos cotidianos.

E, além disso, temos a saturação do lazer que ocorre quando surgem sinais de cansaço ocasionado pela repetitividade de determinados tipos e formas de lazer, ou quando não há condições para fazer crescer mais o leque das opções pessoais ou mantê-los em bom nível em que se encontram, suficientes ou programados. A saturação do lazer revela-se pela sensação de perda de tempo e/ou dinheiro, de sacrifício pessoal ou de cansaço psicológico, pois a pratica freqüente do mesmo tipo de lazer acaba tornado-se algo comum e ao mesmo tempo rotineiro.

2.10 Políticas de lazer

Segundo Andrade (2001), são mundialmente escassos os registros de informações sobre o lazer, seus tratamentos técnicos e jurídicos e a sistematização de políticas para seu planejamento e sua estruturação. Não é somente nos países de terceiro mundo que ocorre a falta de planejamento para o lazer, em países do primeiro mundo não há muita diferença, pois nestes os encarregados de funções de liderança, apenas dão a devida importância aos valores de cidadania, mas não se esforçam para elevar o lazer e o repouso aos níveis pelo menos razoáveis ou desejáveis.

Para que haja um planejamento adequado no lazer, é necessário que todos os envolvidos no estabelecimento das políticas, na destinação de capitais e na gestão do lazer, seja ele público ou privado, devem trabalhar em conjunto na reflexão e nas formulações, na coordenação e na execução dos ordenamentos básicos, tendo em vista as realidades nacionais e/ou regionais. As autoridades responsáveis pelas políticas de lazer têm a missão de vigiar e prevenir para que na prática de seu justo lazer, os cidadãos não se exponham a riscos de violência e a outros perigos que podem ser evitado.

Sabe-se que no Brasil os tipos de lazer são insuficientes e de baixa qualidade, o que deixa a maioria da população a desejar, e mesmo assim eles não reclamam dos recursos que utilizam e nada reivindicam no setor, porque lhes falta consciência de seus plenos direitos.

De acordo com Andrade (2001), ao compararmos o Brasil com outros países observa-se que os estrangeiros reclamam muito dos serviços de lazer em seus países e sempre reivindicam melhores condições para melhorá-los e dinamizá-los, de acordo com as exigências da modernidade.

Nos últimos anos, devido à quase inexistência de um planejamento de lazer destinado a população, percebe-se que os cidadãos estão exercendo tipos de lazer criados por eles mesmos, baseados em improvisações que vão de acordo com a sua renda familiar. E esta situação leva as pessoas, principalmente às de menor renda a se satisfazerem com atividades básicas rotineiras, e ao mesmo tempo de valores irrisórios a na maioria das vezes gratuitas. E é, contudo um fato que ocorre frequentemente, pois a maioria da população vive de salários insignificantes ou andam em sofridas peregrinações à procura de empregos e serviços, sempre mais raros e, quando encontrados, pouco ou nada promissores, e, além disso, ainda tem que pagar por tributos muito elevados.

Atualmente o Brasil já possui significativos empreendimentos de lazer, mas ainda é pouco perante a população total, fato que acaba deixando muitos sem a prática do lazer, entre os mais conhecidos temos o Sesc, o Senai, o Senac e outras notáveis agremiações sindicais, culturais e artísticas que estimulam, mantêm e gerem programas de educação completa e/ou complementar, incluindo variadas atividades sociais, culturais, desportivas e de lazer para o idoso.

A Constituição da República Federativa do Brasil, promulgada a 5 de outubro de 1988, consagra os fundamentos para o lazer, reconhecendo-o como exercício social [1] e determinando que o salário mínimo, fixado por lei, deve ser capaz de atender este exercício necessário do lazer. [2]

Para garantir sua aplicação, ela determina durações das jornadas de trabalho, [3] repouso semanal remunerado [4] e férias anuais remuneradas, com salários acrescidos de trinta por cento. [5] Contempla a aposentadoria, [6] que é instituto individual e social da mais alta

[1] Cf. Artigo 6.
[2] Cf. Artigo 7, IV.
[3] Cf. Artigo 7, XIII, XIV.
[4] Cf. Artigo 7, XV.
[5] Cf. Artigo 7, XVI I.
[6] Cf. Artigo 7, XXIV.

relevância em todas as sociedades organizadas, pois ela relaciona as pessoas merecedoras de repouso com o direito ao lazer mais freqüente. Também Reconhece como dever do estado, o fomento de práticas desportivas formais e não - formais para atendimento dos direitos individuais dos cidadãos. [7]

Leva-se em conta que a Constituição trata o lazer como parte da educação básica e dá a entender que o cidadão deve se entregar as práticas de lazer, ter o direito de escolha e que não deve jamais deixar esse tempo livre ser preenchido pela preguiça.

Para que haja o pleno funcionamento do lazer e da recreação dos adultos da terceira idade, sendo esta uma das faixas etárias que mais precisam do auxílio dos organizadores e das estruturas comunitárias, Andrade (2001, p.70 e 71) cita sugestões considerando o que é básico e apropriado:

> E para o atendimento do idoso é necessário não apenas muita criatividade, mas saber reconhecer que os anos acumulados valem respeito, pois o idoso é aquela pessoa que mesmo demonstrando alegria no seu convívio social, revela as limitações de sua capacidade de reagir a estímulos rápidos, bruscos e fortes; emociona-se e irrita-se com facilidade; aprecia a paz do silencio e as belezas da natureza.

Para assegurar os direitos do idoso temos o Estatuto do Idoso – projeto apresentado à câmara dos deputados em 1997 pelo Deputado Paulo Paim (PT/RS) – foi votado, aprovado e transformado na lei n° 10.741, em 2003, que é um dos símbolos do amadurecimento e da renovação da sociedade brasileira, que determina em leis especiais o respeito aos nossos idosos. E também a Política Nacional do Idoso que criou o Conselho Nacional do Idoso.

A lei n° 10.741, de 1° de outubro de 2003, dispõe sobre o estatuto do idoso e dá outras providencias. O artigo 1° relata que as pessoas com idade igual ou superior a 60 anos têm seus direitos assegurados. São consideradas idosas apenas as pessoas a partir dos 60 anos de idade.

No capítulo V desta lei, que trata da educação, cultura, esporte e lazer, é importante destacarmos o artigo 23°, que permite a participação do idoso em atividades culturais e de lazer mediante desconto de pelo menos 50% (cinqüenta por cento) nos ingressos para eventos artísticos, culturais, esportivos e de lazer, entretanto é de extrema importância o que diz este artigo, já que a maioria dos idosos do nosso país recebem aposentadorias com valores insignificante, e de acordo com a lei as pessoas da terceira idade(com 60 anos ou mais) podem ter um pouco mais do lazer pagando somente a metade dos ingressos de eventos.

[7] Cf. Artigo 217.

E também temos o artigo 25 que cita o apoio do poder público para a criação de universidades abertas para as pessoas idosas e o incentivo de livros e periódicos adequados para estas. A criação de universidades abertas para os idosos traz muitos benefícios para estes, como por exemplo, a auto-estima, reintegração na sociedade e ao mesmo tempo abre novos horizontes. Em São Luís temos a Universidade Integrada da Terceira Idade (UNITI), sendo o tema da pesquisa em questão, e uma opção a mais para o idoso se reintegrar na sociedade.

A lei n° 8.842, de 4 de janeiro de 1994, dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências, no artigo 1° desta lei, a política nacional do idoso tem por objetivo assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade.

Diante dessas leis, pode-se afirmar que na década de 90 houve um significativo aumento das ações em benefício dos idosos, através de políticas, projetos e programas voltados para a melhoria da qualidade de vida das pessoas dessa faixa etária, que teve início com a Política Nacional do Idoso (PNI) e a criação do Conselho Nacional do idoso em 1994.

A criação do Estatuto do Idoso é um instrumento que colaborará na conquista da dignidade e da cidadania humana na terceira idade, mas como as outras leis brasileiras, se não houver lutas, manifestações e reações, pouco do que está no documento será cumprido.

2.11 A Organização de atividades de lazer para a terceira idade

Segundo Andrade (2001) o atendimento correto dos idosos é prioritário no mundo todo, porque as novas dimensões antropológicas mostram que, à medida dos avanços da ciência, a faixa etária da terceira idade é a que mais se avoluma e a que, segundo as probabilidades, durante a terceira década do século XXI, será a de maior densidade populacional, em todo o mundo.

Atualmente há empresas de vários tipos, temos as que oferecem serviços para pessoas de níveis socioeconômicos mais elevados ou às que procuram exclusivamente lazer e repouso singulares ou personalizados, possuindo estruturas capazes de garantir sua alta qualificação e suas valiosas marcas. E também existem as mais simples e os organismos públicos de atendimento social que são isentas de excessos, porém estas devem ter todas as qualidades principais para suprir a necessidade dos que dispõe de pouco capital.

Ao organizar atividades de lazer destinadas à terceira idade, as empresas tanto as públicas como as privadas devem levar em conta algumas condições, como: o estado de saúde, o poder aquisitivo, a qualidade das estruturas e dos equipamentos turísticos.

Andrade (2001) diz que mesmo quando simples, as estruturas devem funcionar para atender, com eficiência, crianças, jovens, adultos e idosos. Os pavilhões, os galpões e quadras devem ser equipados de bebedouros, chuveiros e, se possível, de banheiros que permitam hidromassagens. Os locais de jogos, leituras, danças e reuniões devem ser bem iluminados e ventilados. Os acessos devem ser dotados de rampas e escadas e as superfícies não podem apresentar protuberâncias ou saliências que possam provocar causar ou produzir contusões ou ferimentos.

Já a escolha pelas viagens para a ocupação do tempo de lazer é um acontecimento marcante na sociedade atual. O turismo traz enriquecimento cultural, intercâmbio de conhecimentos e novas oportunidades de lazer, novas relações, novos amigos e maior interação entre todos, contribuindo para a saúde física e mental.

Entre as manifestações do lazer contemporâneo que atendem às necessidades da melhor idade, a atividade turística tem um merecido destaque, já que se constitui não apenas um fenômeno social e cultural, mas também um novo valor criado pelo homem pós-moderno, buscando momentos únicos e prazerosos.

É necessário que a população de idade avançada tenha acesso aos espaços e equipamentos de lazer, com profissionais capacitados, respeitando sempre os desejos e as limitações deste público.

Segundo Moleta (2000, p. 08) pode-se conceituar o turismo da terceira idade como sendo:

"Um tipo de turismo para as necessidades e possibilidades de pessoas com mais de 50 anos, que dispõem de tempo livre e condições favoráveis para aproveitar o turismo".

Percebe-se então que o turismo para a melhor idade precisa ser cuidadosamente esquematizado e orientado, levando em consideração as limitações e os desejos dos idosos. Além disso, é necessário ampliar, adaptar e melhorar a oferta dos destinos turísticos. Tranqüilidade e conforto são também condições essenciais para atrair o turista idoso.

São Luís já possui diversos projetos em prol dos idosos dentre eles: a Escolinha da Melhor Idade da FUNDEL; Universidade da Terceira Idade – UNITI; Associação Brasileira de Clubes da Melhor Idade – ABCMI; Centro de Atenção Integrada à Saúde do Idoso – CAISI; Centro de Convivência do Idoso do Anil – CECIA; Renascer; Flor de Prata; Programa de Atenção ao Idoso – PAI; Associação dos Amigos da Universidade da Terceira Idade – AAUNI; e Vida Ativa, da Secretaria Municipal da Criança e Assistência Social, além dos conselhos municipal e estadual do idoso.

No âmbito educacional temos as universidades abertas à terceira idade (UNATI), dentre as existentes podemos citar a Escola Superior de Agricultura Luís de Queiroz/ Universidade de São Paulo (Campus de Piracicaba – SP), que tem como seu objetivo geral promover a autonomia do idoso, bem como ampliar sua visão crítico - reflexiva perante a condição do aposentado e o seu processo de envelhecimento. Esta oferece aos idosos, disciplinas regulares, atividades complementares didático-culturais (origami, danças) e atividades físico-esportivas (caminhadas, ginásticas).

Além das UNATI, outro projeto social de grande importância que temos no Brasil é o SESC que oferece um programa de assistência ao idoso, e em especial convém citar a unidade do Ceará, voltado para o público com idade acima de 50 anos, o programa contribui para a socialização, a elevação da auto-estima, a reconstrução da auto-imagem e da autonomia do idoso estimulando-o a se integrar como cidadão participante da comunidade. Oferece diversas atividades para os idosos, entre elas: reuniões de convivência; passeios/ excursões; dinâmicas/vivências; bailes/ Comemorações; intercâmbio com outros grupos, dança, pintura etc.

Dentre as instituições que promovem trabalho social para a melhor idade em São Luís, a UNITI merece destaque. O curso de extensão executa atividades para pessoas maiores de cinqüenta anos, como atividades físicas, culturais, trabalhos manuais, disciplinas básicas que promovem o aumento da auto-estima dos alunos, pequenas excursões, com o intuito de promover a reintegração do idoso, a redescoberta da motivação e novas propostas de vida através de atividades culturais e de lazer.

3 UNIVERSIDADE INTEGRADA DA TERCEIRA IDADE (UNITI)

3.1 Histórico da UNITI

A Universidade Integrada da Terceira Idade – UNITI, é um projeto de extensão que foi criado em 03 de outubro de 1995, desenvolvido através da Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Estudantis da UFMA, em parceria com a Universidade Estadual do Maranhão – UEMA, a Secretaria de Estado de Administração e Previdência Social – SEAPS e o Serviço Social do Comércio – SESC, objetivando o resgate da cidadania da população idosa e promovendo sua inserção na sociedade, com o intuito de proporcionar à pessoa idosa integração e preparação para uma velhice digna e prazerosa, representando hoje um novo espaço na realidade maranhense com ampla repercussão social.

As atividades da UNITI foram iniciadas com a realização do Seminário Preparatório: Maturidade, Caminho, Evolução e Conquista, no período de 06 a 08 de novembro de 1995, no Campus do Bacanga, com o objetivo de sensibilizar e motivar o público em potencial para o ingresso no curso de formação continuada, de 1996.

Através do convênio celebrado entre as instituições parceiras, ficaram definidas as obrigações comuns e específicas de cada uma para com o funcionamento da UNITI, que teve início a partir de 08 de março de 1996. A UFMA oferece o espaço físico com água, luz, telefone, três salas de aulas, uma sala ampla onde funciona a coordenação da UNITI e duas bolsas de extensão para estudantes, a UEMA e a SEAPS são responsáveis pelo pagamento dos professores e estagiários e o SESC pelo pagamento de supervisão, de equipamentos e materiais de consumos.

A primeira turma teve início em 1996 com 150 alunos, dentre eles a maioria eram mulheres, formando 143 alunos em dezembro de 1996, o que representa um baixo índice de evasão, e neste ano de 2007 o curso teve 145 alunos matriculados, e aproximadamente 110 formaram-se, completando a décima segunda turma de formandos da UNITI. E com isso observamos que a UNITI ao longo de seus 12 anos de existência continua tendo uma boa aceitação por parte do público em questão.

3.2 Organização da UNITI

Atualmente a UNITI oferece 130 vagas por ano, para ingressar neste projeto de extensão o candidato após realizar a sua inscrição passa por uma entrevista e os que forem selecionados nesta etapa participam de um Seminário sobre o funcionamento da UNITI, e por último são submetidos a exames médicos e físicos para poderem dar início às atividades. As vagas respeitam a parceria convênio e são divididas em: 10 (dez) vagas para a SEAPS, 10 (dez) para o SESC, 10 (dez) para a SEPLAN, 10 (dez) para a UEMA, 10 (dez) para a UFMA e 80 (oitenta) para a comunidade.

Os alunos são distribuídos em três salas, que foram denominadas de sala amarela, verde e azul, tendo em média 40 alunos em cada turma. As aulas da UNITI são realizadas de segunda a sexta pela tarde na UFMA, sendo que nas quartas e sextas pela tarde são realizadas as atividades físicas como a hidroginástica, ginástica, tai-chi-chuan e a dança, e nas terças e sextas pela manhã com aulas de informática e oficinas. As atividades físicas são realizadas no núcleo de esporte da UFMA. (ver foto 01)

FOTO 01 – Aula de Hidroginástica

As salas de aulas estão localizadas no CEB Velho, no prédio de odontologia (NUDEPRO) e no Herbário. (ver foto 02).

FOTO 02 – Sala de Aula da UNITI no CEB Velho

3.3 Caracterização do público e dos professores

A clientela constitui-se de pessoas maiores de 50 anos procedentes de diversos segmentos da sociedade e vinculadas aos programas e órgãos conveniados, baseia-se numa metodologia extensionista, dinâmica e auto-construída, através de atividades sócio-educativas, esportivas, culturais e de lazer.

O corpo docente da UNITI é composto por professores formados em pedagogia e assistência social, dos Departamentos Acadêmicos das Universidades parceiras (UFMA e UEMA), do Serviço Social do Comércio, profissionais pertencentes à comunidade com experiência comprovada em atividades voltadas para a Terceira Idade, e também é composto por alunos (estagiários) da UFMA, como por exemplo, os de educação física que dão aulas de natação, tai-chi-chuan e dança.

3.4 Processo de elaboração das atividades

O curso de formação continuada (UNITI) tem duração de um ano e a sua carga horária é de 280 horas cujo eixo centra-se no idoso enquanto agente de sua própria história, valorizando sua experiência de vida, o curso é distribuído em duas fases operacionais, compostas de disciplinas básicas e optativas (oficinas), atividades físicas e extraclasse. O primeiro semestre vai de março a junho e o segundo de agosto até novembro, ou seja, o ano letivo da UNITI funciona de acordo com o calendário da UFMA.

O curso de formação continuada não possui avaliações, sendo apenas exigido dos alunos a presença nas aulas e a participação nas atividades para receberem o certificado ao final do curso. São desenvolvidos módulos formados por disciplinas e oficinas pedagógicas voltadas para a problemática do idoso.

3.5 Atividades desenvolvidas

Os alunos participam de seminários, encontros, palestras e atividades de lazer e turismo, tendo como disciplinas básicas: Vida e Espiritualidade, que enfoca a valorização da vida e a auto-estima; Noções básicas de Gerontologia e Geriatria social; Técnicas de Concentração e Memória; Turismo e Terceira Idade; Psicologia na Terceira Idade e Conhecendo e Sentindo o Corpo na 3° Idade, o conteúdo tem como parâmetro as questões relativas ao idoso, mesclando ensinamentos teóricos - práticos com a experiência vivida. Dentre as disciplinas optativas temos: Imagem e Reflexão; Atividades Psicomotoras com Arte; Informática na Terceira Idade; Artesanato; Fitoterapia; Terapia Ocupacional e Historia da Arte. Dentre as atividades físicas oferecidas tem-se: Atividades aquáticas (hidroginástica), Movimentos e Ritmos, Tai-chi-chuan e Ginástica na Terceira Idade. (ver foto 03).

FOTO 03 – Aula de Tai-chi-chuan

E por último às atividades extraclasse com: O Canto Coral, Caminhada no Parque do Bom Menino (orientadas), Visitas Orientadas (museus, cinema), Pequenas Excursões e Seminários Integrativos.

Na primeira fase do curso são oferecidas três disciplinas básicas, que são: Noções Básicas de Gerontologia Social, Vida e Espiritualidade e Conhecendo e sentindo o corpo; e

temos as Atividades Físicas e as Oficinas Eletivas. E na segunda fase além da disciplina de Gerontologia Social, são oferecidas Noções Básicas de Geriatria, Psicologia na 3° idade e Lazer e Turismo na 3° idade; Atividades Físicas e Oficinas Eletivas. E durante as duas fases ocorrem também as atividades extraclasses. As atividades físicas e de extraclasse ficam a critério dos alunos e são de livre escolha. (ver foto 04).

FOTO 04 – Aula de Dança

E neste ano de 2007 teve início o Projeto "UNITI vai ao seu bairro", que tem como finalidade a promoção de ações para a melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, propiciando condições para o desenvolvimento pessoal e grupal, ampliando assim a participação na comunidade. A sua clientela são os moradores das comunidades do Sá Viana, Vila Embratel e Anjo da Guarda, maiores de 50 anos. Esse projeto surgiu da união entre a UNITI, a Prefeitura Municipal de São Luís, a UFMA e a Secretaria de Planejamento para a sua realização.

As linhas de ação da UNITI apóiam-se nas diretrizes políticas nacionais voltadas, com vistas ao enfrentamento de problemas específicos da Terceira Idade, no Estado do Maranhão.

3.6 Objetivos da UNITI

Segundo a UFMA, a UNITI vem obtendo êxito no estado, pois é fruto de um projeto de extensão, voltado para a realidade da comunidade maranhense, tendo como objetivos:

- Possibilitar a participação social e política do idoso, num processo de envelhecimento assumido conscientemente, de modo a exercer sua cidadania plena;

- Oportunizar as pessoas idosas o reingresso num processo de formação continuada, em cursos de extensão, através de atividades educacionais, culturais e sociais.

- Favorecer o desenvolvimento da autoconfiança de pessoas na terceira idade;

- Oferecer oportunidade de ocupação do tempo disponível do idoso, em atividades que lhe causem prazer.

3.7 Realizações obtidas pela UNITI

A UNITI obteve diversas realizações importantes durante seus 12 anos de existência, dentre elas temos:

- Atendimento a 1350 idosos de 1996 a 2003 no curso de formação continuada;

- A criação da AAUNI - Associação dos Amigos da Universidade Integrada da Terceira Idade – 1996, contando atualmente com 470 sócios;

- Criação do Canto Coral Raio de Luz Chorus, com 70 participantes – 1997;

- Transformação da AAUNI em Organização Social – reconhecida pelo Governo Estadual através do Decreto n° 18.228, em 29 de outubro de 2001;

- Realização do VII Fórum Nacional de Coordenadores de Projetos da Terceira Idade e VI Encontro Nacional de Estudantes da Terceira Idade de Instituições de Ensino Superior, com o tema "O Idoso Brasileiro no século XXI – Responsabilidade de todos", com o objetivo de ampliar o diálogo entre Instituições de Ensino Superior, aprofundar a discussão e a reflexão em torno da questão do envelhecimento, oportunizar o intercâmbio de experiências desenvolvidas com a Terceira Idade;

- Campo de estágio para acadêmicos dos cursos de: medicina, odontologia, pedagogia, serviço social, psicologia, educação física, terapia ocupacional, fonoaudiologia, biblioteconomia e economia;

- Workshop de Cooperação Técnica Internacional entre o Maranhão e Portugal visando à troca de experiências – 1998;

- Lançamentos de livros produzidos pelos alunos da UNITI, como: 30 anos de Miritiba – Raimundo Antunes (1996) e Primavera a Tempo (Coletânea) em 2002;

- Produção do Boletim Informativo da UNITI (bimestral);

- Participação na publicação do Centro de Tecnologia, Trabalho e Cidadania – Oficina Social, "Caminhos para mudar o Brasil", com o apoio do Comitê de Entidades Públicas no combate à fome e pela vida – COEP;

- Participação no Programa de Qualificação Profissional – Projeto "Cuidando Bem do Idoso" – Capacitação profissional para o mercado de trabalho, na área de cuidadores de idosos, treinando 720 pessoas de 42 municípios do Estado do Maranhão, contribuindo para a formação de mão-de-obra qualificada;

- Realização anual de Encontro de Planejamento, Integração e Orientação Pedagógica aos professores, coordenadores, técnicos e estagiários do Projeto visando a unificação do trabalho educativo a ser desenvolvido pelo corpo docente e equipe técnica da UNITI de maneira a otimizar as atividades desenvolvidas em benefício dos alunos idosos;

- Participação do Coral Raio de Luz Chorus no Festival Maranhense de Corus/ FEMACO;

- Participação de professores da UNITI no curso de Geriatria e Gerontologia Social em Macapá (AP) – 2000;

- Participação da Coordenação Geral no I Seminário de Estudos " Universidade abraça a Terceira Idade" – Universidade Federal do Amapá/ Pró- Reitoria de Ensino de Graduação, Extensão e Interiorização – Mesa Redonda: Experiências de Projetos da Universidade para a Terceira Idade. Macapá (AP) – 2000;

- Participação da Coordenação de Administração no I Encontro Gerontológico, com vistas à implementação para um programa da Terceira Idade – UFF/ 1998;

- Participação das Coordenações, técnicos e professores em Congressos, fóruns, seminários, palestras e estudos sobre a Terceira Idade;

- Colaboração com a Universidade Federal do Piauí, com vistas à implementação de um programa para a Terceira Idade;

- Comemoração dos 10 anos do Projeto da UNITI com o tema: "Universidade Integrada da Terceira Idade – Onde viver é muito mais que um sonho";

- Realização de exames médicos e físicos dos alunos, por ocasião das inscrições;

- Assinatura de Convênio com a Prefeitura Municipal de Governador Nunes Freire para a realização do Projeto de Capacitação de Facilitadores no Município / 2006;

- Realização de Fóruns para a Terceira Idade nos Municípios de Pinheiro e Cantanhêde.

3.8 Outras parcerias

Além das parcerias já mencionadas, a UNITI tem parceria com a ALUMAR; que é responsável pelo financiamento da reforma e adaptação das 03 salas de aulas destinadas ao Projeto e também o patrocínio financeiro para execução de oficinas pedagógicas e supervisão escolar, a Companhia Vale do Rio Doce (CVRD), sendo responsável pelo patrocínio para execução de oficinas pedagógicas e manutenção do Projeto. E também possui parceria com cine Praia Grande para exibição de filmes a preço simbólico, para alunos do Curso de Formação Continuada e com a faculdade de Odontologia/UFMA para execução de serviço odontológico junto aos alunos carentes do Projeto.

3.9 Propostas para o futuro

Apesar do crescimento que a UNITI já teve com o passar dos anos, as pessoas que trabalham para ela, como os professores, a coordenação, os estagiários, as instituições parceiras, fazem planos para que o curso de formação continuada traga cada vez mais benefícios para a população idosa maranhense, tornando-se dessa forma uma opção para pessoas que possuam tempo livre e não sabem como preenchê-lo no dia-a-dia. E dentre esses planos a UNITI propõe:

- Gestões junto aos parceiros para a criação de um Centro de Excelência de atendimento ao segmento idoso do Estado do Maranhão;

- Buscar patrocínio visando à construção da sede própria da UNITI, no Campus Universitário do Bacanga;

- Aumentar o número de vagas de 120 alunos para 150 alunos, a partir de 2008;

- Aumentar o número de turmas de 03 para 05;

- Qualificar professores na área de Gerontologia Social;

- Oferecer Curso de Cuidadores de Idosos, em parceria com o Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Maranhão;

- Participação dos técnicos do Projeto em Seminários, Fóruns e Congressos, dentro e fora do Estado do Maranhão com o objetivo de ampliar conhecimentos e partilhar experiências.

O Projeto tem respondido positivamente ao atendimento específico da Terceira Idade, através de novos alunos que retornam aos bancos escolares, agora mais modernos, compartilhando informações e experiências vividas.

Ao longo desses anos a UNITI atendeu um total de 1.750 idosos na tentativa de readaptá-los à vida, para desfrutar de uma velhice com qualidade, de maneira a permanecer útil à sociedade, até quando for possível.

A UNITI é a única universidade direcionada para os idosos em São Luís, uma vez que surgiu para beneficiar o público da melhor idade, ou seja, trouxe para a realidade deles uma melhor forma de como aproveitar a vida depois dos 50 anos, através de atividades e aulas que lhe resgatam a vontade de viver com qualidade de vida.

As Universidades destinadas para o público em questão são exemplos de que não há idade certa para aprender e conhecer novas atividades, e é na aposentadoria que muito deles deixam para aproveitam o seu tempo livre, já não possuindo obrigações profissionais e nem compromissos com horários pré-estabelecidos. É com o surgimento desse tempo livre que o idoso sente a necessidade de buscar programas de integração e socialização, como uma alternativa para fugir da solidão e ao mesmo tempo conhecer pessoas e adquirir novas experiências.

No ano de 1996, a união entre as instituições parceiras da UNITI, fez a vida de muitos idosos se transformarem, proporcionando ao público da terceira idade uma preparação melhor para esta etapa da vida. E devido à projeção que a UNITI conquistou pode-se afirmar que o curso de extensão já faz parte da vida de muitos ludovicenses e que ele possui uma estrutura que beneficiou, beneficia e com o passar dos anos terá cada vez mais avanços, com o intuito de reintegrar a terceira idade na sociedade.

4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 Abordagem de Estudo

Este trabalho trata-se de um estudo de natureza qualitativa, desenvolvido por meio de pesquisa exploratória. Estudos com abordagem qualitativa permitem descrever, analisar,

compreender e classificar qualquer tipo de processo vivenciado por diferentes grupos sociais. (Richardson, 1989).

Isto, por sua vez, permite aprofundar nas relações de entendimento dos fenômenos sociais, nos diferentes modos de comportamento, nos conceitos e nas particularidades da vida dos indivíduos. Paralelamente, a pesquisa exploratória permite adentrar o universo da população analisada, o que auxilia no conhecimento da situação e facilita a reflexão. (Richardson, 1989; Thiollent, 1992).

4.2 Universo da pesquisa

Para se realizar uma análise coerente e consistente de como as atividades de lazer e turismo oferecidas pela Universidade Integrada da Terceira Idade modificam a vida dos idosos que a compõem, fez necessária a elaboração de questionários e posteriormente a aplicação destes com perguntas abertas e fechadas.

Os questionários foram utilizados com o objetivo de identificar o perfil destes idosos, assim como obter informações sobre a importância das atividades realizadas pela UNITI para os alunos, e consequentemente as mudanças significativas que ocorreram durante o período de permanência na instituição e de que forma se deu a transformação na vida de cada um.

Em seguida, foram aplicados 50 questionários, que se deu de forma parcelada, devido os alunos encontrarem-se bastante divididos durante as aulas de dança, tai-chi-chuan, hidroginástica e de gerontologia que ocorreram nos dias 31 de outubro, 01 de novembro e no dia 12 de novembro de 2007.

4.3 Instrumento e coleta de dados

Para proceder à coleta dos dados, primeiramente, consultou-se a coordenação do referido projeto e, de posse da sua anuência, fez-se o primeiro contato com os profissionais diretamente envolvidos com o desenvolvimento das atividades da UNITI. Posteriormente, foi apresentado aos alunos, o conteúdo e a importância do estudo, e posteriormente foi solicitada a participação de voluntários para o preenchimento do questionário.

O questionário foi aplicado pessoalmente, tendo, portanto a ajuda da professora presente, juntamente com a coordenadora e pedagoga Marly Abdalla durante o período das atividades físicas em que se concentrava o maior número de alunos para a pesquisa, e também durante as aulas de gerontologia e de noções de odontologia. A coleta dos dados foi realizada em três dias, com número semelhante de voluntários em cada período, para melhor apreensão dos resultados.

O questionário tem sua estrutura dividida em 5(cinco) tópicos, uma vez que dessa forma pudemos ter uma melhor organização ao coletarmos e analisarmos os dados. Sua organização está na seguinte seqüência, onde foram abordadas questões sobre: dados de identificação (perfil dos alunos), ingresso na UNITI (motivo), estrutura da UNITI (organização), atividades (tipos) e no último tópico questões relacionadas à UNITI e ao lazer (importância).

4.4 Tratamento e forma de análise de dados

Após a coleta de dados foi procedida a tabulação dos itens de repostas fechadas para a construção de gráficos que possibilitem melhor análise e cruzamento de informações. As questões abertas foram tratadas de forma qualitativa, para que dessa forma pudéssemos descrever, analisar e classificar o tipo de processo presente, chegando assim ao objeto de estudo deste trabalho.

5 PERFIL DOS ENTREVISTADOS

Os objetivos deste trabalho transcendem a simples delimitação de perfil do público atendido pela UNITI. Porém, para melhor compreensão geral se faz necessária uma explanação a respeito dos aspectos de gênero, faixa etária, estado civil, escolaridade e renda dos participantes, descritos a seguir.

*** Sexo**

Verifica-se que o predomínio de mulheres idosas sobre homens idosos é uma tendência mundial concluída por muitos estudos e observações de diversos autores de áreas afins. Portanto, dos entrevistados, 88% são do sexo feminino, enquanto que apenas 12% representam o masculino. O gráfico 01 ilustra tais dados.

Em relação à baixa participação masculina nos projetos organizados para terceira idade Vendrusculo e Lovisolo (1997) constataram que os homens com mais de sessenta anos têm mais opções de pontos de encontros, tais como bares, cafés públicos, clubes, grêmios recreativos, praças públicas etc., do que as mulheres. Os autores mencionaram que as instituições que organizam projetos e/ou atividades para os idosos, talvez, sem pretender, estejam aumentando as possibilidades de participação feminina em locais de convívio social.

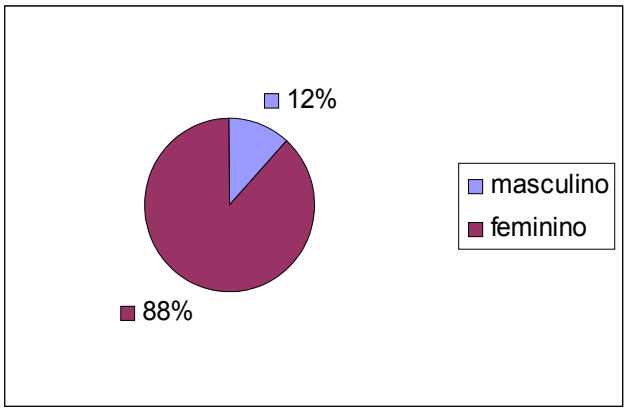


Gráfico 01: Sexo
Fonte: Dados de pesquisa

*** Faixa Etária**

Quanto à idade, a mais relevante é a faixa etária compreendida entre 62 e 68 com 38% dos entrevistados. Em seguida está a que abrange pessoas entre 56 e 61, representando 30%. As pessoas que tem mais de 69 equivalem a 22%. E as que possuem entre 50 a 55 correspondem a 10%, sendo a minoria. Veja o gráfico 02.

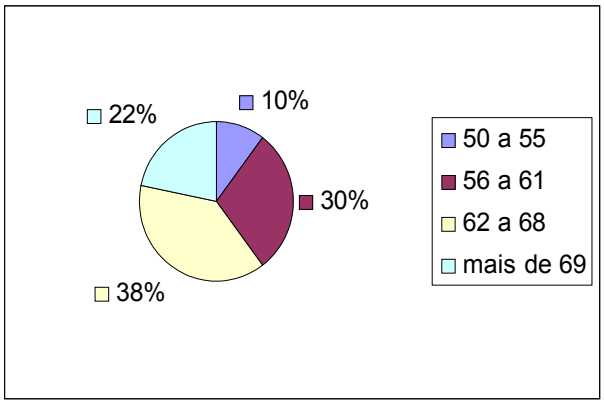
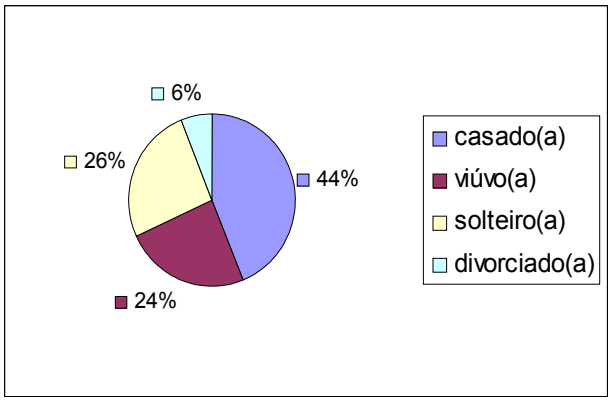


Gráfico 02: Faixa Etária
Fonte: Dados de pesquisa

*** Estado Civil**

O índice dos idosos casados (44%) é maior que o dos solteiros (26%). N a ordem segue o número de idosos viúvos (24%) e divorciado (6%). Verificou-se, portanto, que a maioria dos entrevistados deste grupo são casados, principalmente devido a idade da maioria dos entrevistados ainda não ser tão avançada (Gráfico 03).



Fonte: Dados de pesquisa

*** Escolaridade**

Quanto à escolaridade a que predomina é o ensino médio completo – 46%. Em seguida o fundamental incompleto apresenta-se com 22%, e o fundamental completo juntamente com o médio incompleto com 12%. E apenas 8% responderam que completaram o Ensino Superior (Gráfico 04).

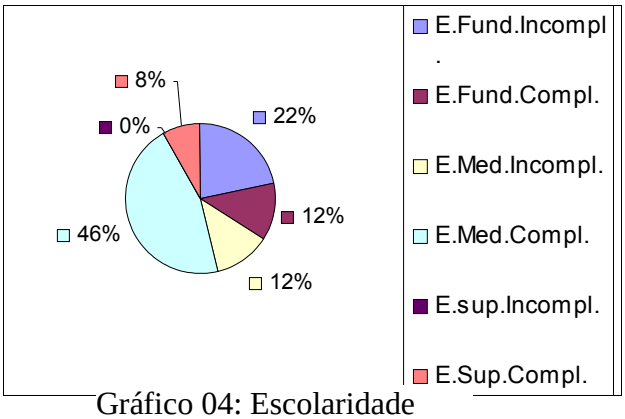


Gráfico 04: Escolaridade
Fonte: Dados de pesquisa

*** Renda Mensal**

A renda mensal que predomina é de 1 a 2 salários o que representa 42% dos entrevistados, depois temos os que não possuem renda fixa com 22%. E 20% representam os que possuem de 2 a 3 salários por mês (Gráfico 05).

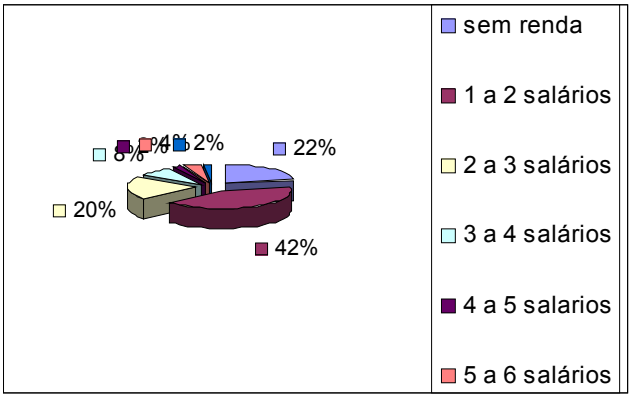


Gráfico 05: Renda Mensal
Fonte: Dados de pesquisa

5.1 Resultados da pesquisa

Após traçarmos o perfil do público-alvo, a próxima etapa é efetivamente adentrar no objeto de estudo da pesquisa, fazendo a análise do que foi proposto.

De acordo com análise de dados verifica-se que a diferença entre os que se encontram aposentados (56%) e os que ainda realizam algum tipo de atividade remunerada (44%) é pequena. Mesmo havendo essa pequena diferença, é notória a presença de pessoas que ainda não se aposentaram, e principalmente os aposentados ou pensionistas procurarem grupos de socialização para a terceira idade com variados propósitos. Vale ressaltar que os aposentados dispõem de um tempo livre considerável, o que facilita o ingresso destes em grupos de socialização. E de acordo com Cachioni (1998) a participação de idosos neste tipo de projeto, possibilita a disseminação de uma ideologia sobre a velhice desprovida de preconceitos colaborando para uma concepção do envelhecimento bem-sucedido baseado no bem-estar subjetivo de seus participantes.

Quando questionados sobre a profissão, as mais citadas foram professor e funcionário público, sendo que a maioria das mulheres são donas de casa.

Geralmente os idosos moram com seus respectivos companheiros, filhos ou netos. E isso influi na vida dos mais velhos diretamente.

> As relações familiares são as que o velho vive com mais assiduidade e intensidade, e a importância da estrutura familiar em sua vida é fundamental em muitos sentidos, desde a época da família nas sociedades primitivas até a família na sociedade contemporânea. (RODRIGUES, 2000, P. 60).

Portanto, fez-se necessário abordar essa questão na pesquisa e se constatou que a maioria mora somente com seus filhos (46%), em segunda opção fica os que moram apenas com o companheiro (22%) e a opção com a família toda (20%) incluindo marido, filhos e netos. E em menor número respondeu com “outros” (12%).

Ao serem questionados sobre os motivos pelos quais os idosos ingressaram na UNITI, muitos (36%) responderam que o motivo maior foi para fugir da rotina, praticando variadas atividades que a UNITI oferece e também conhecendo pessoas novas. Outra parcela significativa (28%) respondeu o tempo livre. Tivemos também como resposta “outros motivos” (20%). Entre outros fatores só que em menor escala tivemos como resposta a aposentadoria (10%) e apenas (6%) preferiu a alternativa “solidão”, ou seja, buscou a UNITI com o objetivo de evitar o isolamento social e consequentemente a depressão (Gráfico 06).

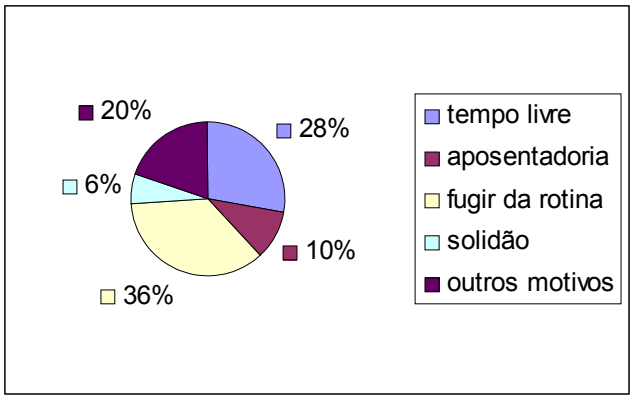


Gráfico 06: Motivos de ingresso na UNITI
Fonte: Dados de pesquisa

Temos outra questão que se remete diretamente ao objeto de estudo deste trabalho que é o tempo de participação efetiva dos idosos que freqüentam a UNITI. A maioria (47%) já participa entre 6 meses a 1 ano, ou seja, entraram este ano, 28% está há um período de tempo correspondido entre 2 e 3 anos. Os que responderam entre 1 a 2 anos representam 25%, diante disso concluímos que é cada vez mais freqüente o número de idosos que continuam na UNITI por vários anos, principalmente devido à variedade de atividades oferecidas e também pela atenção que os professores dão a eles.

> É perceptível que o tempo de permanência em grupos de convivência contribui para uma conquista cada vez maior do equilíbrio e da vontade de viver tão necessários para uma vida feliz, pois o idoso se tornará mais confiante e seguro de si mesmo, aumentando assim, sua auto-estima e fortalecendo sua personalidade (SALGADO, 1980).

Esta pesquisa também questionou como os alunos classificam os professores da instituição e concluiu que a maioria (40%) escolheu a alternativa excelente, em seguida classificou (32%) como bons, já a opção “ótima” (24%) e apenas (4%) classificou como regular. Através deste questionamento pode-se afirmar que os professores da UNITI são um motivo a mais para os idosos freqüentarem as aulas.

Outro ponto importante do questionamento é como os alunos classificam a estrutura física onde são realizadas as aulas. E a classificação mais aceita foi “boa” (36%), e logo em seguida a alternativa “regular” (24%) devido, sobretudo a falta de salas em apenas um único prédio, fazendo com que as salas fiquem distribuídas cada uma em um prédio diferente, fato que traz desconforto e a necessidade de deslocamento dos alunos durante uma aula e outra, e também causa o isolamento entre as turmas. A alternativa “excelente” (16%) e as opções “ótima e ruim” (12%) tiverem o mesmo percentual. (ver gráfico 07).

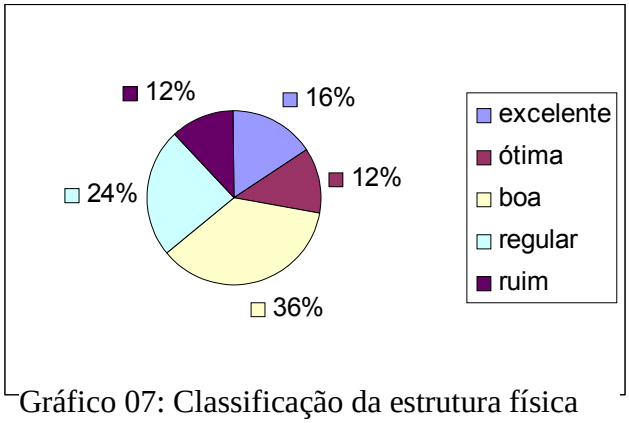


Gráfico 07: Classificação da estrutura física
Fonte: Dados de pesquisa

.

Dentre as atividades de lazer preferidas pelos idosos entrevistados, cabe ressaltar que todas as alternativas foram citadas, prevalecendo às viagens com 36%, em seguida a opção “mais de uma delas” com 34%, responderam que gostam de realizar diversas atividades. Logo após, vem à dança representando 12%. E por último temos as atividades recreativas com 10% e a opção “ler” correspondendo a 8%. Logo, percebe-se que as atividades que despertam maior interesse são as relacionadas À sociabilidade e realização pessoal. (Gráfico 08).

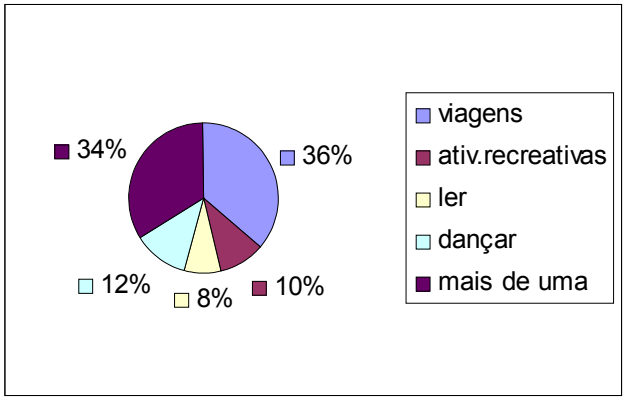


Gráfico 08: Prática de lazer que mais gosta de realizar
Fonte: Dados de pesquisa

Com relação ao nível importância das atividades oferecidas pela UNITI, 50% responderam que todas as atividades são importantes, em seguida as atividades físicas (tai-chi-chuan, dança, hidroginástica) com 24%. As disciplinas básicas são citadas por 20% dos entrevistados, e em menor número as atividades optativas com 4% e as atividades extra classes com apenas 2%.

Outro questionamento realizado foi com relação à atividade que gostariam que a UNITI oferecesse. E a maioria (60%) respondeu “nenhuma”, pois a UNITI já possui todas as atividades que consideram essenciais para a vida. E o restante respondeu (40%) que deveria ser oferecida dança de salão, vôlei, natação.

Outra questão que se refere diretamente ao objeto de estudo é quanto à prática de lazer, onde 54% responderam que antes de participar da UNITI não realizavam nenhuma atividade de lazer, e 46% já praticavam alguma atividade de lazer. Dentre os que afirmaram já praticarem atividades de lazer antes da UNITI, respondeu que praticavam atividades recreativas, hidroginástica, realizavam passeios, participavam de festas e alguns deles freqüentavam outros grupos de idosos.

Ao responderem sobre como avaliam a importância da UNITI, 72% consideram muito importante à participação dos idosos na universidade e 28% classificam apenas como importante.

Gaio (1998) relata que as UNATI (Universidade Aberta à Terceira Idade) facilitam o entendimento da importância da ocupação do tempo livre como fator estimulador para o desenvolvimento, tentando-se, desta forma, mudar as expectativas do idoso em relação à qualidade de vida, tornando esta fase da vida mais prazerosa.

A maioria dos alunos acredita que participar da UNITI ou de qualquer outro projeto direcionado aos idosos ajuda a melhorar a qualidade de vida, devido principalmente as mais variadas atividades que são oferecidas com o propósito de trazer o lazer para o seu convívio diário. E quando questionados sobre o motivo, 33% disseram que melhora a auto-estima, em seguida com pequena diferença afirmam que fazem muitas amizades (31%), ou seja, sentem-se menos solitários. E a minoria respondeu que melhora a saúde (14%), depois com 12% estão às atividades praticadas e por último (10%) aumenta os conhecimentos (Gráfico 09).

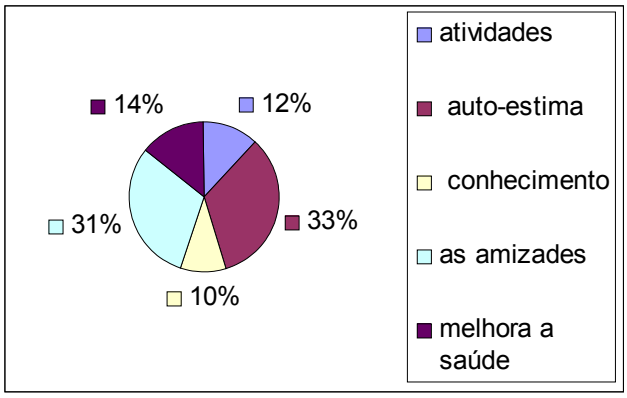


Gráfico 09: Melhoria na qualidade de vida
Fonte: Dados de pesquisa

Esta pesquisa apontou ainda que 98% tiveram mais motivação para praticar atividades de lazer ao participarem da UNITI e apenas 2% afirmaram que não precisaram desta para conseguir motivação para o lazer, ou seja, já a possuíam antes.

Nas questões abertas, as pessoas se estenderam muito em suas respostas dando depoimentos surpreendentes, enfatizando sempre os benefícios adquiridos na Universidade. Para muitos, essa participação significa um recomeço, uma vida com mais liberdade e mais realizações pessoais, sendo uma forma de esquecer os problemas e as dificuldades, fugindo dos pensamentos negativos na vida, buscando sempre se sentir valorizado pela sociedade, para consequentemente obter o devido reconhecimento que merecem.

“Pelas condições de vida, pelos próprios traumas ocasionados por lutos ou perdas, pela precariedade do que resta em termos funcionais, o lazer assume para o idoso uma significação existencial”. (SALGADO, 1980, p. 68).

Uma das alunas relatou o que sentia e o que achava da UNITI com muita emoção em seu depoimento:

> Com a minha entrada na UNITI me sinto mais capaz de realizar atividades que trazem lazer do que antes, como por exemplo, a dança, a hidroginástica, passeios [...], já que anteriormente não possuía os conhecimentos adequados sobre a terceira idade e sua preparação. Parabéns a UNITI, com ela não somos velhos, somos pessoas como outra qualquer. (Depoimento de uma aluna da UNITI em 11/2007)

“O lazer cria outras perspectivas de vida, produz valores sociais que humanizam as relações da sociedade com seus participantes, acrescentando-se no seu desenvolvimento” (SALGADO, 1980, p.62).

Dentre os entrevistados, constatamos que 96% perceberam alguma mudança em sua vida depois que começaram a participar da UNITI e somente 4% não perceberam

nenhuma mudança, pois já realizavam algumas atividades antes desta. Ao serem abordados sobre o que mudaram em suas vidas, 31% respondeu que a auto-estima melhorou bastante, ou seja, sentiram-se mais úteis e capazes de viver com mais alegria. Em seguida, com 23% foi o contato social, 21% disseram que mudou tudo, 15% afirmaram que melhorou a saúde e por último com 10% tivemos os que responderam que aumentou os conhecimentos.

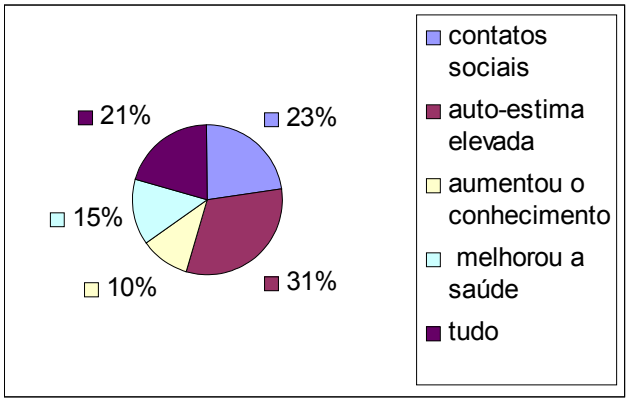


Gráfico 10: Mudanças ocorridas após a UNITI.
Fonte: Dados de pesquisa

E por fim, foi destinado um espaço no questionário para comentários. Neste, a maioria dos entrevistados resolveram fazer relatos para agradecer à instituição pela oportunidade e foram unânimes no reconhecimento do trabalho realizado pelos professores que, segundo eles, vêem desempenhando um papel exemplar enquanto educadores, incentivando os idosos a aproveitarem suas vidas da melhor maneira possível, principalmente através de atividades que lhe proporcionem lazer.

6 CONCLUSÃO

Diante do foi exposto ao longo do trabalho, percebe-se que a situação do idoso vem melhorando, por conta da maior visibilidade conquistada no decorrer dos últimos anos, se consolidando com a criação do estatuto do idoso, Lei n° 10.741de 1° de outubro de 2003, determinando e mostrando para a sociedade os direitos e deveres destes cidadãos.

Analisar a situação do velho na sociedade atual junto ao trabalho realizado pela UNITI foi bastante gratificante, enriquecedor e inovador, uma vez que se trata de um tema ainda pouco explorado no curso de Turismo, podendo ser uma fonte de pesquisa para futuros estudos acerca desta temática. E também por ser um trabalho que tem por objetivo de inserir o lazer na vida dos idosos através da universidade.

Mesmo a velhice sendo considerada por muitos como uma etapa da vida caracterizada por uma série de doenças e pela perda da força, um fato que gera implicações sociais e psicológicas, acredita-se cada vez mais que os idosos estão modificando seu modo de viver, quebrando os estereótipos e trazendo uma nova visão da velhice para a sociedade.

A realização desta pesquisa de campo foi de extrema necessidade não apenas para analisar a importância das atividades de lazer na vida dos mais velhos, mas também serviu para demonstrar à sociedade que o idoso não é mais aquele que ficava em casa esperando a morte o levar. O idoso de hoje é o que dança, viaja, faz amizades, realiza atividades físicas com muita disposição e, é ainda inteligente, criativo e muito divertido.

Compreende-se então a importância do lazer como fonte de expressão e desenvolvimento pessoal em um vasto grupo social, ou seja, a integração e reintegração do homem como ser social, em que emergem o direito à escolha e o exercício à liberdade de opção.

Na análise de dados da pesquisa notou-se que a maioria dos entrevistados é do sexo feminino, lembrando que isso se deve entre outros fatores à discriminação que os homens têm em participar de projetos sociais destinados a integração da terceira idade, ou sejam, acreditam que as atividades oferecidas são apenas de interesse feminino.

Percebe-se também que a participação dos idosos na UNITI é uma opção para uma melhor qualidade de vida destes, pois traz aumento da auto-estima, mais amizades, praticam diversas atividades, melhora a saúde, aumenta os conhecimentos, fazendo com que os idosos sintam-se mais valorizados e realizados.

Quanto às mudanças que ocorreram na vida dos que ingressaram neste projeto, muitos relatam que aprenderam a aproveitar melhor o tempo livre, adquirindo muito mais conhecimento sobre a velhice através das disciplinas de gerontologia e geriatria. Entretanto, a maior parcela do universo pesquisado afirmou que houve um aumento consubstancial da auto-estima, bem como os contatos sociais, a capacidade de realizar atividades, o aprendizado, contribuindo para melhor a atual situação do idoso na sociedade.

Quando questionados sobre a importância do trabalho desenvolvido, os alunos da universidade foram unânimes com as respostas positivas e ao mesmo tempo elogiaram a instituição. Logo, cabe ressaltar que o trabalho que a UNITI oferece para a melhor idade é um instrumento para a integração e preparação para uma velhice digna e prazerosa, através de uma metodologia adequada para este etapa da vida.

Portanto, torna-se fundamental que os espaços acadêmicos evidenciem as propostas que valorize a vivência qualitativa do tempo livre, fomentando as reflexões acerca desta temática. De fato, este estudo mostrou que durante a velhice também se deve apostar na educação para o lazer, atrelando-a aos projetos em prol do idoso.

Neste sentido, torna-se premente que, cada vez mais cedo, possam ser veiculadas novas atitudes e valores referentes à educação para o lazer, favorecendo vivências

significativas do tempo livre, para que o processo de envelhecimento possa, efetivamente, representar mais uma etapa do desenvolvimento pessoal.

Uma das propostas seria levar para o interior do estado, a ampliação deste tipo de projeto junto às universidades públicas e privadas, com o objetivo de dar para um maior número de idosos melhores condições de vida, usando o seu tempo livre de forma mais benéfica através das aulas teóricas e práticas, e mostrando para este público que o lazer é uma das opções que traz melhoria efetiva da qualidade de vida na melhor idade.

E a outra proposta seria a implantação de um centro de excelência planejado junto ao governo e a iniciativa privada, destinado aos idosos de São Luís, com equipamentos para a realização de diversas atividades.

REFERENCIAS

ANDRADE**,** José Vicente de**. Lazer – princípios, tipos e formas na vida e no trabalho,** Belo Horizonte: Autêntica, 2001.

ARAÚJO, Cleida Maria Silva. **Turismo para a terceira idade**: Refletindo o Futuro. IN: Turismo: Visão e Ação. Vale do Itajaí: ano 3 nº. 7. Revista Científica do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Turismo e Hotelaria/UNIVALI, out. 2000/mar. 2001.

ARIÈS, Philippe. "**A aposentadoria e a invenção da terceira idade**", IN: DEBERT, Guita Grin & SIMÕES, Júlio Assis. **Antropologia e velhice**: textos didáticos, IFCH/UNICAMP, 1 (13): 31- 48 mar. 1994.

BACAL, S**. Lazer, teoria e pesquisa**. São Paulo: Loyola, 1988.

BERQUÓ**,** Elza; CAVENAGHI, Susana. **Brasilian fertility regimes**: profiles of women below and above replacement levels. Apresentado na International Cnference da International Union for the Scientific Study of Population (IUSSP). Tours, França, julho de 2005.

BEAUVOIR, Simone**. A velhice**: a realidade incômoda. Rio de Janeiro: DIFEL, 1976.

CACHIONI, M. **Envelhecimento bem-sucedido e participação numa universidade para a terceira idade**: a experiência dos alunos da Universidade São Francisco. 1998. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.

CAMARGO**,** Luis O. Lima. **O que é lazer**. São Paulo: Brasiliense, 1999. (Coleção Primeira Passos).

CARVALHO**,** José Alberto M. de. **Fecundidade e mortalidade no Brasil**: 1960/1970. Belo Horizonte: CEDEPLAR/ UFMG, 1978.

CASTELLI, Geraldo**. Turismo: atividade marcante.** 4ª ed. revisada e ampliada, Caxias do Sul: EDUCS, 2001.

DEBERT, Guita Grin**. A construção e a reconstrução da velhice**: família, classe social e etnicidade. In: NERI, A.L.; DEBERT, G.G. (Orgs.). Velhice e sociedade. Campinas, Papirus, 1999.

DOURADO**,** M.C.N. **Há menos de mim hoje do que havia ontem:** demência e subjetividade. Rio de Janeiro: PUC, 2000.

DUMAZEDIER, Joffre. "**A querela das definições**", IN: Sociologia Empírica do Lazer. São Paulo: Perspectiva, 1974.

Estatuto do idoso / organizado por Paulo Paim. – Brasília: Senado Federal Subsecretaria de Edições técnicas, 2003. 68 p.

FEATHERSTONE, Mike. **"O curso da vida**: corpo, cultura e o imaginário no processo de envelhecimento", IN: DEBERT, Guita Grin & SIMÕES, Júlio Assis. Antropologia e Velhice: textos didáticos, IFCH/UNICAMP, 1(13): 73-134, mar. 1994.

FREIRE, Vanda Maria Mendes. **Turismo e terceira idade**. Um estudo da importância da atividade turística para os idosos. São Luís, 1997. 109p.

GAELZER, L **Lazer, benção ou maldição**. Porto Alegre: Sulina, 1979.

GAIO, R**. Lazer e universidade da terceira idade**: discussões preliminares. In: GUIA brasileiro da 3a. idade. São Paulo: Edição São Paulo, 1999. N.4.

KRIPENDORF, Jost. **Sociologia do Turismo**: para uma nova compreensão do lazer e das viagens. São Paulo: Aleph, 2001.

LIMA, Antonia Pedroso da; VIEGAS, Susana de Matos. **"A diversidade cultural do envelhecimento**: a construção social da categoria de velhice". IN: Psicologia, VI, 1: 149- 158. Centro de Estudos de Antropologia Social – ISCTE, 1983.

LORDA, C.Raul; SANCHEZ**,** Carmem Delia. **Recreação na terceira idade**. Rio de Janeiro: 3° edição: Sprint, 2001.

MASI, Domênico de. **Perspectivas para o trabalho e o tempo livre**. In: Garcia, Brivelto B., LOBO, Francis (Ed.). Lazer numa sociedade globalizada. São Paulo: SESC/WRLA, 2000.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Estudos do lazer:** uma introdução. 2° ed., Campinas, SP: Autores Associados, 2000.

_____.Lazer e educação. Campinas: Papirus, 1987.

_____.Lazer: concepções e significados. Licere, Belo Horizonte, v.1, n.1, p.37-43, 1998.

MENDES, Ana Claudia. **Possibilidades e práticas do turismo na velhice**. Centro Universitário Salesiano de São Paulo-Centro Unisal: Americana-SP, 2002, 37 p.

MONTEJANO**,** Rick Taner. Estrutura do Mercado Turístico. 2º edição. São Paulo: Roca, 2001.

MOLETTA, Vânia Florentino; GOIDANICH, K. L**. Turismo para a terceira idade**. 2 ed. Porto Alegre: SEBRAE/RS, 2000.

MOTA, Maria Luiza dos Santos, **Cartilha do idoso**: A Terceira Idade e seus Direitos. São Paulo, 2005,71 p.

PAPALÉO NETTO, Matheus (Coord**.**). **Gerontologia**: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu, 1999.

RICHARDSON, R.J. **Pesquisa social**: métodos e técnicas. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1989.

ROLIN, Liz Cintra. **Educação e lazer** – A Aprendizagem Permanente. São Paulo – SP, Editora Ática, 1989. 118p.

SALGADO, Marcelo Antônio. **Velhice**: uma nova questão social. São Paulo: Sesc, 1980.

SESC. **Programa Assistência**. Disponível em: <http:// www.fecomercio – Ce.org. br/content/aplicação/Sesc – Ce/2007- principal/gerados/Sesc. asp>. Acesso em: 22 dez. 2007.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa ação.** São Paulo: Cortez, 1992.

UNATI. **Universidade Aberta à Terceira Idade e a Perspectiva da Ressignificação do Lazer.** Disponível em: <http:// www.UNATI. UERJ. br >. Acesso em: 21 dez. 2007.

UFMA. **Universidade Integrada da Terceira Idade**. Disponível em: <http:// www.ufma.br/noticias. php?id=2983>. Acesso em: 20 dez. 2007.

VENDRUSCULO, R.; LOVISOLO, **H. Representações de pessoas idosas sobre as atividades corporais.** Motus Corporis, Rio de Janeiro, v.4, n.2, p.14-48, 1997.

WRLA. Carta do lazer In: **Congresso Mundial do lazer,** 5. 1998. São Paulo. Anais... São Paulo: WRLA, 1998.

APÊNDICE

Apêndice A - Questionário

Questionário de coleta de dados para pesquisa do trabalho de conclusão do Curso de Turismo da Universidade Federal do Maranhão com o intuito de analisar a importância da UNITI como forma de lazer para a melhor idade de São Luís.

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO:

Sexo

( ) Masculino ( ) Feminino

Idade

( ) 50 a 55 ( ) 62 a 68

( ) 56 a 61 ( ) mais de 69

Estado Civil

( ) casado(a) ( ) solteiro(a)

( ) viúvo(a) ( ) divorciado(a)

Escolaridade

( ) Ensino Fundamental Incompleto ( ) Ensino Médio Completo

( ) Ensino Fundamental Completo ( ) Ensino Superior Incompleto

( ) Ensino Médio Incompleto ( ) Ensino Superior Completo

Renda Mensal

( ) Sem renda fixa ( ) 4 a 5 salários

( ) 1 a 2 salários ( ) 5 a 6 salários

( ) 2 a 3 salários ( ) acima de 6 salários

( ) 3 a 4 salários

Profissão: _____

Está aposentado?

( ) Sim ( ) Não

Mora com quem?

( ) esposo/ esposa ( ) filhos

( ) netos ( ) toda a família

INGRESSO NA UNITI:

O que te levou a ingressar na UNITI?

( ) o tempo livre ( ) a solidão

( ) a aposentadoria ( ) outros motivos

( ) fugir da rotina

Há quanto tempo você participa da UNITI?

_____

Como ficou sabendo da existência da UNITI?

( ) através de amigos ( ) através da própria família

( ) pelos meios de comunicação ( ) através de outros programas de socialização ao idoso

ESTRUTURA:

Como você classifica os professores da UNITI?

( ) excelente ( ) bom ( ) ruim

( ) ótimo ( ) regular

Como você classifica a estrutura física onde são oferecidas as atividades da UNITI?

( ) excelente ( ) ótima ( ) ruim

( ) boa ( ) regular

ATIVIDADES:

Independente da UNITI, qual a prática de lazer você mais gosta realizar?

( ) viagens ( ) city tours ( ) mais de uma

( ) atividades recreativas ( ) ler

( ) cinema ( ) dançar

Como você classifica as atividades oferecidas pela UNITI?

( ) excelente ( ) regular

( ) ótima ( ) ruim

( ) boa

Qual a atividade oferecida pela UNITI que você considera mais importante?

( ) as disciplinas básicas ( ) as atividades físicas

( ) as disciplinas optativas ( ) atividades extraclass

( ) todas

Entre as atividades oferecidas pela UNITI, enumere-as da mais importante para a menos importante de acordo com a sua preferência:

( ) Atividades físicas ( ) Artesanato

( ) Fitoterapia ( ) Modelagem em papel

( ) Criação literária ( ) Pintura

( ) Terapia Ocupacional ( ) Informática

( ) Atividades psicomotoras com arte

Qual é a atividade que a UNITI ainda não oferece, mas você gostaria que fosse oferecida?

UNITI:

Antes de participar da UNITI você já praticava alguma atividade de lazer?

( ) Sim ( ) Não

Qual(is)?_____

Você considera a UNITI como uma opção para a melhoria da sua qualidade de vida?

( ) Sim ( ) Não

Por quê?_____

Como você avalia a importância da UNITI?

( ) muito importante ( ) importante

( ) menos importante

Participar da UNITI já lhe trouxe algum benefício?

( ) Sim ( ) Não

Qual(is)?_____

A UNITI trouxe alguma motivação para você praticar atividades de lazer?

( ) Sim ( ) Não

Você percebeu alguma mudança na sua vida depois que começou a participar das atividades da UNITI? Obs: Se a resposta for sim responda a próxima questão.

( ) Sim ( ) Não

O que mudou em sua vida após participar da UNITI?

Comentários:

_____