



Gestão do Envelhecimento: Organização e Caracterização das Práticas de Atividade Física, Esporte e Lazer para o público idoso no município de Canindé/CE/Brasil

Aging Management: Organization and Characterization of Physical Activity, Sport and Leisure Practices for the elderly public in the city of Canindé/CE/Brazil

Gestión del Envejecimiento: Organización y Caracterización de las Prácticas de Actividad Física, Deporte y Ocio para el público anciano en la ciudad de Canindé/CE/Brasil

Basílio Rommel Almeida Fechine , Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará (Coordenador Rede Cedes) Fortaleza, Ceará, Brasil - bfechine@gmail.com, **Thaylane Bastos Santos Fechine**, Prefeitura Municipal de Canindé (Pesquisadora Rede Cedes) – Secretaria de Assistência Social - Canindé, Ceará, Brasil - thaybsantos@gmail.com, **Elidia Coelho Bié**, Prefeitura Municipal de Canindé (Pesquisadora Rede Cedes) - Canindé, Ceará, Brasil - bieh_sc@hotmail.com.

Resumo

O Presente estudo teve como objetivo caracterizar as atividades relativas as atividades físicas, ao esporte e ao lazer para o público idosos organizadas no âmbito das políticas públicas municipais, na Cidade de Canindé/CE. A metodologia aplicada teve como parâmetro norteador uma pesquisa exploratória de campo no período de 2018-2019, com levantamentos de dados qualitativos via análise descritiva, de observação dos discursos dos gestores através de uma entrevista semiestruturada, desenvolvida durante visitas a campo, com análise dos documentos legais (frequência e planos de aulas) nos respectivos estabelecimentos. A amostra foi composta por Coordenadores e/ou Monitores responsáveis pelos Programas e/ou Projetos sociais do Centro de Referência da Assistência Social (CRAS); Centro Social Urbano (CSU); Centro de Convivência do Idoso (CCI); e Secretaria da Saúde (NASF). A triangulação das fontes inventariadas, à luz da literatura alcançada apontaram que o desenvolvimento de programas e projetos sociais caracterizados como políticas públicas da gestão municipal na cidade de Canindé, apresentaram uma cobertura populacional pequena de idosos participantes, tornando a abordagem e alcance insuficiente, em termos de abrangência quando comparados ao total de habitantes desse público etário do referido município. Contudo, os Programas/Projetos analisados indicaram que estas práticas de atividade física, esporte e lazer apresentaram-se de natureza diversificada, empreendidas sobre a manifestação da cultura corporal do movimento, em que se revelam pressupostos de melhoria da qualidade de vida em torno dos domínios físico, psicológico e social, previstas na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 1994).

Palavras chave: Atividade Física, Esporte e lazer, Políticas Públicas, Envelhecimento.

Abstract

The present study aimed to characterize the activities related to physical activities, sports and leisure for the elderly public, organized within the scope of municipal public policies, in the City of Canindé/CE. The methodology applied had as a guiding parameter an exploratory field research in the period 2018-2019, with qualitative data surveys via descriptive analysis, observation of the managers' speeches through a semi-structured interview, developed during field visits, with analysis of documents (attendance and lesson plans) in the respective establishments. The sample consisted of Coordinators and/or Monitors responsible for the Social Programs and/or Projects of the Social Assistance Reference Center (CRAS); Urban Social Center (CSU); Elderly Living Center (CCI); and Health Department (NASF). The triangulation of the inventoried sources, in the light of the literature obtained, indicated that the development of social programs and projects characterized as public policies of municipal management in the city of Canindé, presented a small population coverage of elderly participants, making the approach and reach insufficient, in terms of of



coverage when compared to the total population of this age group in that municipality. However, the Programs/Projects analyzed indicated that these practices of physical activity, sport and leisure were of a diversified nature, undertaken on the manifestation of the body culture of movement, in which assumptions for improving the quality of life around the domains are revealed. physical, psychological and social, provided for in the National Health Policy for the Elderly (Brazil, 1994).

Keywords: Physical Activity, Sport and leisure, Public Policies, Aging.

Resumén

El presente estudio tuvo como objetivo caracterizar las actividades relacionadas con la actividad física, el deporte y el ocio para el público anciano, organizadas en el ámbito de las políticas públicas municipales, en el Municipio de Canindé/CE. La metodología aplicada tuvo como parámetro rector una investigación de campo exploratoria en el período 2018-2019, con levantamientos de datos cualitativos vía análisis descriptivo, observación de los discursos de los directivos a través de entrevista semiestructurada, desarrollada durante visitas de campo, con análisis de documentos (asistencia y planes de estudio) en los respectivos establecimientos. La muestra estuvo conformada por Coordinadores y/o Monitores responsables de los Programas y/o Proyectos Sociales del Centro de Referencia de Asistencia Social (CRAS); Centro Social Urbano (CSU); Centro de Vida para Ancianos (CCI); y Departamento de Salud (NASF). La triangulación de las fuentes inventariadas, a la luz de la literatura obtenida, indicó que el desarrollo de programas y proyectos sociales caracterizados como políticas públicas de gestión municipal en la ciudad de Canindé, presentó una pequeña cobertura poblacional de adultos mayores participantes, dificultando el abordaje y alcanzan insuficientes, en términos de cobertura cuando se comparan con la población total de este grupo de edad en ese municipio. Sin embargo, los Programas/Proyectos analizados indicaron que estas prácticas de actividad física, deporte y ocio eran de naturaleza diversificada, emprendidas sobre la manifestación de la cultura corporal del movimiento, en las que se revelan presupuestos para la mejora de la calidad de vida en torno a los dominios. físicos, psicológicos y sociales, previstos en la Política Nacional de Salud del Anciano (Brasil, 1994).

Palabras Clave: Actividad Física, Deporte y ocio, Políticas Públicas, Envejecimiento.

Introdução

A Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 aponta na sua liturgia das leis, que é dever do estado garantir o bem-estar, a dignidade e o direito à vida para população idosa, via políticas públicas, que amparem esta população em território nacional (Brasil, 1988, p.454):

Art. 203. Define a política pública de assistência social a quem dela necessitar, independente de contribuição à seguridade social, e tem por objetivos: proteção à família, à maternidade, à infância, à adolescência e à velhice.

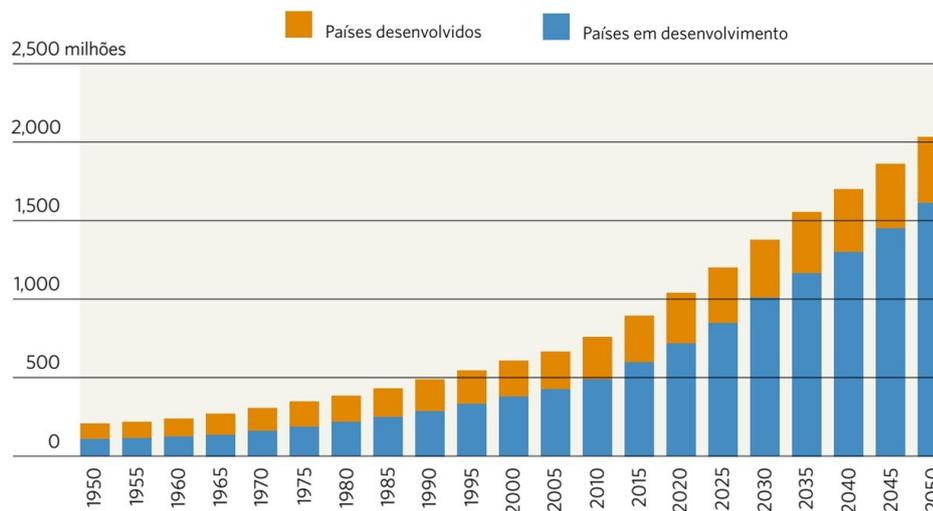
Art. 230. A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida.

Nesta compreensão, a figura do idoso tem função vital para a sobre vivência da cultura de todo o planeta. O ser envelhecido é um elo que medeia o passado e o presente, o arcaico e o tecnológico, a antiga e a nova geração.

O homem sempre se preocupou com o envelhecimento, mas nem sempre o processo foi encarado da mesma forma, diferenciando-se quanto ao grau de importância. Nas sociedades antigas, as pessoas o caracterizavam como um período de crescente vulnerabilidade e dependência, mas de um saber ímpar dado somente aos grandes oráculos. Na Idade Média, porém consideravam o homem idoso como um ser em processo de diminuição geral das capacidades, que afetava a produção do trabalho feudal; e outras, ainda, como as tribos indígenas, veneravam a velhice como o ponto mais alto da serenidade e sabedoria.

Cada uma dessas atitudes corresponde a uma verdade parcial, mas nenhuma representa a sua totalidade. Dados da Organização das Nações Unidas (ONU) demonstram um aumento considerável da população de mais de 60 anos, para as próximas décadas. É uma tendência que continuará, pelos próximos anos, e no ano de 2020 serão mais de 1 milhão de pessoas idosas. No ano de 2050, em todo o mundo, o número de idosos terá ultrapassado o total de jovens e atingido a marca de 2 bilhões (UN, 2012). O Gráfico 1 ilustra as projeções do quantitativo de idosos com 60 anos ou mais, no período compreendido entre 1950 e 2050.

Gráfico 1 – Número de pessoas com 60 anos ou mais



Fonte: Adaptado de UN (2012).

Os dados relatados trazem consigo um conjunto de problemas, ao nível de gestão das políticas públicas, dentre elas: saúde, educação, sistemas de segurança social e qualidade de vida; e nem mesmo os países tecnicamente mais avançados ainda conseguiram se adaptar. O rápido envelhecimento da população brasileira aponta que, no ano de 2025, o Brasil poderá ser o quinto país em idosos, em números absolutos. Segundo a ONU (2012), a população brasileira com 60 anos ou mais corresponde a 8,6% da população total, enquanto que projeções para os próximos 25 anos exibem dados que poderão ultrapassar a marca de 30 milhões de habitantes.

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2016), a população idosa triplicará, no Brasil, em 30 anos, alcançando a marca de 66,5 milhões de pessoas, em 2050. Indica, ainda, que, em 2030, o número absoluto de brasileiros com 60 anos ou mais ultrapassará o de crianças de 0 a 14 anos.

No Estado do Ceará, o Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará (IPECE), indica importante constatação, a partir da análise das pirâmides etárias de 2012 a 2018, ao apontar uma tendência de envelhecimento da população cearense, mesmo em um período relativamente curto. Em 2012, a base da pirâmide se apresentava mais larga e com cume mais estreito, o que significava altas taxas de natalidade, e participação maior da população mais jovem. Em contrapartida, a parte superior era mais estreita, indicando menor participação da população cearense mais idosa na sociedade, resultando em baixa expectativa de vida.

Passados seis anos, em 2018, a pirâmide etária sinalizava uma tendência de aumento da população de 20 anos ou mais, com maior ênfase para o grupo populacional com 60 anos ou mais, devido à melhoria da expectativa de vida e redução da taxa de natalidade e, por consequência, numa nova remodelação estrutural da sociedade cearense, com os idosos assumindo um novo protagonismo socioeconômico (IPECE, 2019).

Embora o aumento da esperança de vida constitua fenômeno positivo, receia-se, no entanto, que o otimismo gerado por essa tendência revele aspectos de natureza mais quantitativa do que qualitativa. Essa tendência comporta consequências econômicas e sociais consideráveis, entre outras, no que respeita ao mercado de trabalho, à segurança social, proteção social e às respectivas



implicações na política de seguros. Esse relato poderá, no futuro, ter imensa influência no domínio da gestão da saúde pública e nas despesas da saúde.

Evidências científicas relacionadas aos idosos apontam que a prática de atividades físicas corrobora com o efeito benéfico para um estilo de vida ativo, como também para a manutenção da capacidade funcional, promovendo, assim, a adequada autonomia física durante o processo de envelhecimento e diminuindo os custos com a saúde (OMS, 2005). Diante disso, as políticas públicas desenvolvidas por meio de projetos sociais devem possuir, em sua essência, a promoção da melhoria da qualidade de vida, como forma de resgatar a dignidade e autoestima do idoso (Alves, 2011).

Corroborando essas evidências, um aumento significativo de programas/projetos sociais a relacionados a práticas de atividades físicas com idosos e a melhora na qualidade de vida desempenharam e continuam a desempenhar importante papel no mundo. São exemplos, projetos como: Pessoas Saudáveis, na Inglaterra; Viver Ativo, no Canadá; No Porto, a Vida é Longa, Mexa-se Mais, Coimbra Sênior, de Portugal, dentre outros, que são oferecidos pelos órgãos governamentais locais e estatais, com a intenção de promover a saúde por meio de atividades físicas, como incentivo à promoção e ao retardo de patologias inerentes ao processo natural de envelhecimento.

Contudo, no Brasil, as políticas públicas que favorecem esses programas e projetos ainda são reduzidas (Bankoff; Zamai, 2011) e/ou apresentam características de descontinuidade pela instabilidade governamental e os entraves políticos. Ainda assim, é possível reconhecer algumas delas, como as atividades desenvolvidas pelo Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF), estreitado ao Pacto pela Saúde (2006), na perspectiva do apoio matricial proporcionado por equipes multiprofissionais em saúde; e o projeto Academia da Saúde, fundada em 2011, reforça a estratégia de promoção à saúde que objetiva a prática de atividade física a diversas faixas etárias e as necessidades diagnosticadas.

A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), regulamentada pela Portaria no 2.528, de 19 de outubro de 2006, tem como finalidade primordial a recuperação, manutenção e promoção da autonomia e independência desse público, direcionando programas e projetos coletivos e/ou individuais de saúde (Brasil, 2006). Nesse sentido, Pilger *et al.* (2013) relatam que os profissionais de saúde devem entender o processo do envelhecimento de modo integral, para intervir nas mudanças biológicas, psicológicas e sociais para um bom trabalho, realizando assim uma assistência adequada.

De acordo com o artigo 24 da Declaração Universal dos Direitos Humanos, aprovada pela ONU, em 1948, “*toda pessoa tem direito ao repouso e aos lazeres [...]*” (Brasil, 2003). É necessário que diferentes entidades elaborem protocolos/planos para proteger e promover a população idosa a usufruir de melhores condições de vida (Magalhães, 2016). Nesse sentido, as políticas sociais devem analisar, identificar e prever as consequências no andamento dos projetos e nas suas ações, a fim de favorecer melhores condições para que se possa atuar preventivamente na correção de rumos e no bom aproveitamento das oportunidades que se esboçam (Moreira, 1995).

O aumento do número de anos com vida saudável e a diminuição do total de anos com doença e incapacidade parecem constituir a melhor estratégia para travar a subida de custos com a saúde. Iniciativas que envolvam o idoso em atividades físicas e de interação social, no quadro de redes de suporte social informal ou formal, parecem ser determinantes para a revitalização das independências funcional, cognitiva e social (Fechine, Trompieri 2011; Fechine, Trompieri 2012; Fechine *et al.* 2013, Fechine *et al.* 2013b; Silva *et al.* 2014).

Nesse sentido, como modo de reflexividade sobre as políticas públicas de esporte e lazer para a população idosa, com interface na qualidade de vida, delineou-se como objeto geral deste estudo:

- A caracterização de atividades relativas as atividades físicas, ao esporte e ao lazer para os idosos no âmbito das políticas públicas municipais, na Cidade de Canindé/CE.

O cenário escolhido coloca-se como território de Canindé-Ceará, onde está situado um dos núcleos do Centro de investigação da Rede Centros de Desenvolvimento do Esporte Recreativo e do

Lazer (REDE CEDES), no Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Ceará, Curso de Licenciatura em Educação Física.

Métodos

Tipo de pesquisa

Trata-se de um estudo de campo, descritivo, com abordagem predominantemente qualitativa. Estudo descritivo engloba informações que o pesquisador apenas registra, e descreve os fatos observados, sem interferir neles. Segundo Gil (2010), nesse tipo de estudo utilizam-se técnicas padronizadas de coleta de dados para descrever as características determinantes do objeto de estudo, estabelecendo relações entre as variáveis consolidadas.

O estudo descritivo tem como objetivo observar, descrever, explorar, classificar e interpretar os fatos acontecidos com sua frequência e características (Dyniewicz, 2009). A pesquisa qualitativa, em sua ação indagativa, move-se de maneira dinâmica, em ambos os sentidos: entre os fatos e sua interpretação, e é um processo mais “circular”, no qual a sequência nem sempre é a mesma, pois varia de acordo com cada estudo específico (Sampieri; Collado e Lucio, 2013)

Local do estudo

O estudo foi realizado na cidade de Canindé/CE, no âmbito das Políticas Públicas municipais. As instituições públicas analisadas, aconteceram após visitas a Prefeitura Municipal, respectivamente as Secretarias Administrativas da Assistência Social, da Saúde e do Esporte. Envolvendo no corpo de conhecimento dos trabalhos desenvolvidos, prioritariamente a área da Educação Física e suas ações de atividades físicas, de esporte e de lazer para o público idoso. Desta maneira, as intuições catalogadas com esta especificação foram:

- Centro de Referência da Assistência Social (CRAS);
- Centro Social Urbano (CSU) – Projeto Bombeiros;
- Centro de Convivência do Idoso (CCI);
- Secretaria da Saúde - Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF),

Essa triagem inicial está em consonância com o diagnóstico sobre as políticas públicas de atividades de esporte e lazer para esse público, realizado pela REDE CEDES nos anos de 2015 e 2016 na referida cidade do Sertão Central.

A cidade de Canindé, está situada na região central, dentro do complexo dos Sertões de Canindé, no Estado do Ceará, Brasil. Possui área territorial com 3.218,48 quilômetros quadrados, e população estimada, no ano de 2017, em 77.514 habitantes. Com vocações turística e religiosa, Canindé, anualmente, recebe 2,5 milhões de peregrinos de todo o País, por possuir o maior Santuário Franciscano da América Latina e registrar a segunda maior romaria franciscana do mundo; a primeira ocorre em Assis, na Itália, cidade de origem do santo (Cruz, 2016; IBGE, 2017).

Na cidade, existe o projeto Patrimônio dos Sertões: Cultura, Arte e Religiosidade, que prestigia a interface de conhecimentos sobre as variadas manifestações culturais no município, de forma a fomentar o turismo da região (Bezerra, 2016). As necessidades espirituais crescem, à medida que as pessoas se aproximam da fase terminal, e esse enlace fortifica-se, influenciando positivamente a saúde do idoso (Lucchetti, 2011).

Caracterização da amostra

A amostra foi composta pelos coordenadores e/ou monitores responsáveis pelos programas e/ou projetos sociais públicos desenvolvidos no município de Canindé para a população idosa nos anos de 2018-2019, conforme as instituições citadas, inclusive aqueles com atuação no projeto a, no mínimo, seis meses. Totalizando um total de 08 (oito) coordenadores entrevistados.

Coleta de dados



Foi utilizada, como instrumento de coleta de dados, uma entrevista semiestruturada, desenvolvida durante visitas a campo, nos respectivos estabelecimentos. Assim, como análise das fichas de frequência dos participantes idosos e os respectivos planos de aula semanais.

Análise os dados

Para a análise interpretativa dos dados, considerou-se a triangulação das fontes inventariadas, à luz da literatura alcançada, sistematizadas em quadros e gráficos.

Aspectos éticos

Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), contendo a explicação completa e detalhada sobre a natureza da pesquisa, sua justificativa, os objetivos, métodos e demais informações consideradas relevantes, autorizando sua participação voluntária. Essa pesquisa respeitou todos os aspectos éticos de abordagens realizadas com seres humanos, de acordo com a Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

Resultados e Discussão

Conforme apreensão dos dados, no que tange à caracterização das atividades físicas, ao esporte e ao lazer para o idoso, no cenário investigado, foi possível identificar uma multiplicidade de práticas organizadas e desenvolvidas no mínimo três vezes na semana, no âmbito das políticas públicas, entre elas: alongamentos, atividades físicas de baixo impacto, treinamento funcional, exercício físico sistematizado com pesos, dança (forró), dinâmicas de grupo, serviços de convivência, palestras socioeducativas, atividades lúdicas, educação e saúde, roda de conversa, temas transversais do cotidiano, conforme apresenta o (Quadro 1).

Quadro 1 – Caracterização das atividades desenvolvidas como esporte e lazer

INSTITUIÇÕES	PROJETOS E ATIVIDADES DESENVOLVIDAS
CRAS	CRÁS I: SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA CONTINUA
	Atividade física
	Palestras socioeducativas
	Atividades lúdico-recreativas
	CRÁS II – MOVA-SE
	Atividade Física
	Palestra socioeducativas
	Artes
	Socialização
	CRÁS III – MELHOR IDADE
	Atividade Física
	Roda de Conversa
	CRAS IV – ENVELHECENDO COM CIDADANIA
	Alongamento
	Dinâmicas
Serviços de Convivência	
NASF	NASF
	Exercício Físico
	Educação em Saúde
	GRUPO 3ª IDADE AMIGOS
	Atividade Física
	Educação em Saúde
	GRUPOS CAMINHANDO COM SAÚDE
	Atividade Física
	Educação em Saúde
AMIGOS DE SÃO JOSÉ	

	Atividade Física
	Educação em Saúde
CCI	PROJETO CCI
	Forró
	Dança
	Caminhadas
	Atividades lúdicas: jogos, bate papo, dinâmicas
BOMBEIROS	PROJETO SAÚDE BOMBEIROS E SOCIEDADE
	Atividade Física de Baixo Impacto
	Atividades Físicas Funcionais

Fonte: Dados da pesquisa.

Conforme apresentado no quadro acima, a prática esportiva, seja de esportes individuais, seja coletivas, não foram indicadas como elementos contidos entre as atividades realizadas nos projetos apresentados, salvo as caminhadas com intuito de recondicionamento cardiopulmonar e não competitivo, contudo, atividades como jogos de cooperação, jogos de tabuleiro como Dama/Gamão/Xadrez, e carteados com o baralho (paciência, canastra e buraco) e uno, foram encontrados em específico, desenvolvidos no CCI.

É possível inferir a existência de práticas atividades físicas e de lazer/recreativas para a população idosa, no município de Canindé, cuja caracterização apresenta diversidade de manifestação na cultura corporal do movimento, fundadas em pressupostos da melhoria da qualidade de vida em torno dos domínios físico, psicológico e social.

As atividades apresentadas comportam uma aproximação com as atividades previstas na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 1994). Cabe ressaltar que a cobertura populacional das atividades/práticas analisadas foram de 300 idosos, aproximadamente 3,36% da população idosa de Canindé, portanto, insuficiente, em termos de abrangência, mas significativa em termos de retrato social destas práticas no sertão central.

Destacam-se que na sua maioria, 85% dos praticantes eram do sexo feminino, corroborando com que inferiu o IBGE (2002; 2009), para um avanço populacional do sexo feminino em todas as camadas/grupos etários que compõem o ciclo do envelhecimento (Gráfico 2).

Gráfico 2 – Distribuição/projeções da população idosa no período de 2000 a 2020

	2000		2010		2020	
	Masculina	Feminina	Masculina	Feminina	Masculina	Feminina
Proporção de população idosa (60 e mais)	7,8%	9,3%	8,4%	10,5%	11,1%	14,0%
<i>Proporção da população</i>						
Grupos de idades						
60-64	46,8%	53,2%	46,4%	53,6%	45,6%	54,4%
65-69	45,8%	54,2%	45,2%	54,8%	44,5%	55,5%
70-74	44,8%	55,2%	43,2%	56,8%	42,8%	57,2%
75-79	43,9%	56,1%	40,2%	59,8%	39,9%	60,1%
80 ou mais	39,9%	60,1%	34,7%	65,3%	33,8%	66,2%
População idosa	6.533.784	8.002.245	7.952.773	10.271.470	11.328.144	15.005.250

Fonte: Adaptado de IBGE (2002; 2009)

A maioria ampla do sexo feminino nos grupos etários que compõem o envelhecimento é fruto tipicamente urbano, pois, existe uma maior participação das mulheres no fluxo migratório para as cidades. Por outro lado, o sexo masculino contido na sua maioria em regiões rurais (IBGE 2002; 2009), podem no futuro próximo implicar em isolamento e abandono. Tais reflexões constatadas em dados, podem ser um reflexo da maior participação das mulheres nos projetos para o idoso na cidade de Canindé.

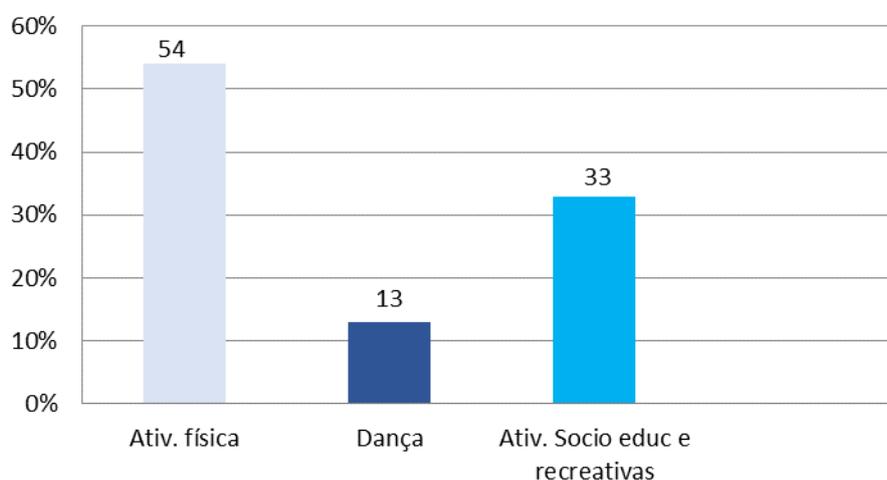
Ao considerar a ordem de prevalência das práticas de atividades organizada e realizadas nos projetos analisados, encontrou-se como resultado: 1. Atividades físicas funcionais (54%); 2.



Atividades socioeducativas e recreativas (outros) (33%); e 3. Dança (13%), conforme respostas dos sujeitos da pesquisa (Gráfico 3).

Vale salientar que estes resultados encontrados foram considerados e interpretados frente ao último censo de 2010 da população idosa do município de Canindé, respectivamente com um quantitativo de 8.917 habitantes (IBGE, 2017).

Gráfico 3 – Prevalência de atividades desenvolvidas com esporte e lazer



Fonte: Dados da pesquisa.

Segundo Paschoal (2002), a sociedade que proporciona maior participação do idoso em atividades fora do ambiente onde este reside, têm alargada a capacidade de garantir-lhe independência e autonomia, estimulando o estabelecimento de novos contatos sociais e qualidade de vida. Assim, Atividades físicas funcionais podem favorecer os mecanismos de ação sobre as Atividades da Vida Diárias (AVD), de modo a estimular a aptidão física relacionada à saúde (Gallhue, 2005) e a melhora Cognitiva (Fechine, Trompieri 2011; Fechine, Trompieri 2012). As atividades de socialização e socioeducativas permitem desenvolver o conhecimento de si próprio e do outro, como movimento das relações de convivência social. Silva (2016) e Silva (2009) relatam que atividades que envolvam qualquer movimento muscular promovem bem-estar físico e mental. Idosos relatam se sentir mais úteis, em meio à sociedade em que vivem e assim, mais autônomos e produtivos.

Já a dança promove a cultura da corporeidade, de modo a promover bem-estar físico, psicológico e social, influenciando na capacidade cognitiva, por meio do aumento da destreza dos movimentos rítmicos e dos passos memorizados de forma compassada, além da melhoria do desempenho aeróbico (Rocha, 2017). Verghese *et al.* (2003) relatam que, em estudos com praticantes regulares de dança; não praticantes; e os que pouco praticavam, o grupo que praticava conseguiu melhores resultados de memória, sugerindo que a dança pode prevenir o desenvolvimento de demências. Capacidades perceptivo motoras, como coordenação oculomaneira e oculopedal, percepção espacial e temporal, equilíbrio, abstração, flexibilidade mental, exigência da atenção, memorização, antecipação e velocidade perceptiva, fazem parte das capacidades que auxiliam o idoso na dança.

O estudo de Monteiro (2017) relacionado aos idosos demonstrou que a dança, nessa fase, atua significativamente na manutenção do equilíbrio, estabilizando a musculatura responsável pela flexão/extensão da articulação quadril, joelho e tornozelo, dando ênfase ao controle postural das atividades locomotoras

As pesquisas de Meurer *et al.* (2012) trazem que as atividades físicas e atividades socializáveis favorecem a elevação da autoestima e baixa ocorrência de sintomas depressivos.

Já Ferreira *et al.* (2014) afirmam que as práticas são um fator determinante na prevenção da depressão, em pessoas idosas, favorecendo a prevalência da socialização durante o programa em que estiver inserido.

Os níveis de atividade física e o estado de saúde são indicadores reconhecidos de longevidade e envelhecimento bem-sucedido. A atividade física não é só benéfica no envelhecimento, mas também em todas as idades, uma singularidade à parte, que permite ao idoso acreditar em suas próprias competências, tornando suas habilidades individuais mais confiáveis.

Quando essas atividades físicas são desenvolvidas de forma mais diversificada, em sua metodologia, nos projetos e programas, proporcionam ao praticante uma gama de possibilidades, como ganhos de transferência, que ultrapassam a mera questão biológica e alcança o sociocognitivo. Ou seja, proporcionando um envelhecimento bem-sucedido que proporciona ganhos motores, físicos e, acima de tudo, cognitivo, redirecionando para uma maior inclusão social, fruto da restauração da autoestima (Fechine, Trompieri 2011; Fechine, Trompieri 2012; Fechine *et al.* 2013, Fechine *et al.* 2013b).

À medida que o corpo se modifica, reflete-se em uma tendência de rejuvenescimento observado no envelhecimento, destacando-se como um indicador de saúde e qualidade de vida (Magalhães, 2016). As condições de saúde são propósitos adquiridos com atividade física e lazer, entre os idosos, apontando para melhorias na ansiedade e no humor, com evidências significativas na avaliação da evolução mental (Pegorari *et al.* 2015).

Uma reflexão sobre tais possibilidades de programas variados, com diversas características e modalidades, pode acontecer também fora da Educação Física, como os exemplos interessantes de Clarkson-Smith e Hartley (1990), com o jogo de *brigde*; Krampe e Ericsson (1996) e Kausler (1994), com datilógrafos e pianistas. Os estudiosos constataram que idosos bem adaptados e treinados no jogo de *brigde* (jogo de cartas) possuem também desempenho melhor em tarefas que avaliam a capacidade da memória (auditiva e visual) do que idosos não treinados, propondo, assim, que a prática contínua de uma tarefa que delega recursos à memória age preventivamente contra o declínio associado à idade.

Spiriduso (2005, p. 242-243) acentua que “Wolfgang Mozart (possivelmente o maior prodígio musical infantil que o mundo conheceu) tornou-se pianista aos 5 anos; e que aos 17 anos pôde alcançar a sofisticada e refinada coordenação óculo manual necessária para vencer um campeonato de tênis”. Como se evidencia, segundo tal afirmação, Mozart nunca jogou tênis, mas a quantidade de informações visuais e manuais que o piano lhe proporcionou, possivelmente, o ajudaria efetivamente numa partida de tênis. E isso pode ser transferido para outros desportos, ou práticas de atividade física, como também para públicos etários diversos, desde que tais atividades atribuam ao aluno tarefas que imponham demandas constantes à cognição, mais especificamente à memória. Com idosos, as possibilidades de ganhos em relação à transferência de aprendizagem são reais e latentes.

Assim como no jogo de *brigde*, ou como no tocar de um pianista, programas/projetos/atividades sociais, desenvolvidos para e praticado com o idoso, devem proporcionar uma diversidade de atividades, para que possam se sentir adaptados à sociedade, integrando-se humanamente a condições outrora perdidas.

Desta maneira, o estudo aqui abordado objetivou caracterizar as atividades relativas as atividades físicas, ao esporte e ao lazer para os idosos organizadas no âmbito das políticas públicas municipais, na Cidade de Canindé/CE. Cujos resultados apontaram para atividades com natureza diversificada, empreendidas sobre a manifestação da cultura corporal do movimento, em que se revelam pressupostos de melhoria da qualidade de vida em torno dos domínios físico, psicológico e social, previstas na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (Brasil, 1994). Conforme indica Veras (1994) o poder público municipal deve responsabilizar-se e apoiar o surgimento e criação de centros de lazer e clubes sociais voltados a terceira idade, como missão de promover a socialização e o desenvolvimento de atividades de recreação e lazer.

Concluímos, que o desenvolvimento de programas e projetos sociais caracterizados como políticas públicas na cidade de Canindé, permitiu identificar e entender as ações de atividades físicas, de esporte e de lazer desenvolvidas pelo poder público, estratificados pelos setores



institucionais responsáveis, apontando para uma cobertura populacional pequena de idosos, insuficiente em termos de abrangência quando comparado ao total dos habitantes desta faixa etária do referido município. Permitindo entender que as rotinas de atividades dos programas e projetos analisados, remonta para uma rotina diversificada (resumidamente: atividades físicas funcionais; atividades de socialização recreativas; dança), contudo, necessitando tornassem mais amplas no quesito amostral e em suas práticas metodológicas diárias, pois são de extrema importância para o público idoso, nos quesitos biológico e cognitivo, ao aglutinar variáveis, como a memória e atenção, tão importantes para o recorte autobiográfico do envolvido. Ocasionalmente a médio e a longo prazo, como registra a literatura científica, diminuição dos problemas da mente e, por conseguinte, de uso hospitalar, reverberando para melhorar o bem-estar físico, cognitivo e social, reencaminhando e inserindo o idoso no seio familiar e, conseqüentemente, na sociedade. Corroborando com que afirma Bauman (2001), onde o poder público municipal deve possibilitar aos seus habitantes atividades cidadãs, voltadas a coletividade.

Nesse sentido, é preciso multiplicar os programas e projetos municipais com atenção à saúde da população idosa, diversificando suas metodologias, com vistas à melhoria da sua qualidade de vida, enfatizando, responsabilizando e dando suporte às concretizações das políticas públicas. Integrando os setores que administram a qualidade de vida deste respectivo grupo populacional.

Conclusões e recomendações

Os resultados encontrados neste estudo frente as práticas desenvolvidas no âmbito das políticas públicas municipais da cidade de Canindé-Ce, relacionadas a atividade física, ao esporte e ao lazer, apontam para uma cobertura populacional de 300 idosos, aproximadamente 3,36% da população idosa de Canindé (8.917 habitantes idosos), portanto, insuficiente em termos de abrangência. Com sua maioria, 85% pertencentes ao sexo feminino.

Nas últimas duas décadas, ocorreram diversos avanços científicos e tecnológicos quanto ao incentivo e à prática de atividade física como política pública para a terceira idade no Brasil. Avanços estes que colocam a atividade física como elemento não farmacológico capaz de retardar os efeitos do envelhecimento e por consequência diminuir o uso hospitalar via Sistema Único de Saúde – SUS, que é público, gratuito e gerido pelo governo brasileiro.

Frente a este desenvolvimento intelectual da ciência relativa as políticas públicas de atividade física, esporte e lazer para o sujeito idoso, o estudo apresentado também indicou, dados em contraposição, em específico, para a cidade de Canindé-Ceará, onde grande parte da sua população idosa está fisicamente inativa, ou seja, sedentária. Necessitando de um maior aporte seja municipal ou estadual de ações que abracem esse grupo populacional.

Dados como deste estudo, tem como intuito possibilitar aos setores de Gestão da saúde, da Assistência Social e do Esporte um importante papel na promoção da atividade física, do Esporte e do lazer. Subsidiando com informações, profissionais e gestores da Saúde, do Sistema Único de Saúde (SUS) e dos demais setores relacionados com a promoção da qualidade de vida, convergindo para esforços intersetoriais que influenciem administrativamente, programas e projetos que aumentem os níveis de atividade física em específicos dos canindeenses, quiçá dos Cearenses e brasileiros idosos.

Torna-se necessário maior flexibilidade e futuros estudos que apreendam essa temática sobre outras territorialidades, assim como enfoques investigativos sobre a permanência e êxito dessas políticas.

Referências

Alves, R. (2011). *Psicologia da saúde: teoria, intervenção e pesquisa*. EDUEPB, Bankoff, Antonia Dalla Pria., Zamai, Carlos

Aparecido. Estudos sobre políticas públicas de esporte e lazer de prefeituras municipais do Estado de São Paulo. *Conexões*, v. 9, n. 2.



- Bauman, Z. (2001). *Modernidade Líquida*. Rio de Janeiro, Zahar Editor, 2001.
- Bezerra, J. M. G. (2016) Aspectos simbólicos da anunciação e (de)marcação no sino da basílica de São Francisco das Chagas de Canindé/ Ce. TCC.
- Brasil. (1988). *Constituição da República Federativa do Brasil*, Brasília, DF.
- Brasil. (1994) Lei no 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. *Diário Oficial da União*, 5 jan.
- Brasil. (2003) Lei no 10.741, de 1o de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, 3 out.
- Brasil. (2006) Ministério da Saúde. Portaria GM no 399, de 22 de fevereiro de 2006. Dá divulgação ao Pacto pela Saúde 2006 – Consolidação do SUS e dá outras providências. *Diário Oficial da União*, Poder Executivo, Brasília, 22 fev.
- Clarkson-Smith, L. E., Hartley, A. A. (1990). The game of bridge as an exercise in working memory and reasoning. *Journals of Gerontology*, 1990, v. 45, p. 233-238.
- Cruz, F. J. S. (2016) *A visão dos frades menores de Canindé/CE: a romaria e o turismo religioso como alternativa para o desenvolvimento local*, TCC.
- Dyniewicz, A. M. (2009) Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes. In: *Metodologia da pesquisa em saúde para iniciantes*. Difusão.
- Fechine, B. R. A., Trompieri F. N. (2011). Memória e envelhecimento: a relação existente entre a memória do idoso e os fatores sociodemográficos e a prática de atividade física. *InterSciencePlace – Revista Científica Internacional*, ISSN: 1679-9844, v. 1, p. 77-189.
- Fechine, B. R. A., Vasconcelos, O., Botelho, M., Trompieri, N., Carvalho, J. (2013) Memória, exercício físico e envelhecimento: um estudo sobre a relação existente entre a memória visuomotora e idosos praticantes e não praticantes de atividade física. *InterSciencePlace – Revista Científica Internacional*, ISSN: 1679-9844, v.1, p. 170-192.
- Fechine, B. R. A., Costa, A. V., Vasconcelos, O., Botelho, M., Carvalho, J. (2013). Cognição e atividade física: a relação existente entre atenção e a velocidade perceptiva em idosas praticantes e não praticantes de atividade física. *InterSciencePlace – Revista Científica Internacional*, ISSN: 1679-9844, v. 1, p. 116-138.
- Fechine, B. R. A., Trompieri F. N. (2012). O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *InterSciencePlace – Revista Científica Internacional*, ISSN: 1679-9844. v. 1, p. 106-132.
- Ferreira, L. *et al.* (2014) Avaliação dos níveis de depressão em idosos praticantes de diferentes exercícios físicos. *ConScientiae Saúde*, v. 13, n. 3, p. 405-410.
- Gallahue, David L. (2005). *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. 3. ed. São Paulo: Phorte, 2005, 585p. ISBN 8576550164.
- Gil, A. C. (2010). Métodos e técnicas de pesquisa social. In: *Métodos e técnicas de pesquisa social*. Atlas.
- IBGE, (2002). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Pesquisa nacional por amostra de domicílios (Pnad)*, Brasília.
- IBGE, (2009). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Pesquisa nacional por amostra de domicílios (Pnad)*, Brasília.
- IBGE, (2016). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Pesquisa nacional por amostra de domicílios (Pnad)*, Brasília.
- IBGE. (2017). Diretoria de Pesquisas. Coordenação de População e Indicadores Sociais. *Estimativas da população residente com data de referência 1o de julho*.
- IPECE (2019). Instituto de Pesquisa e Estratégia Econômica do Ceará. *Fortaleza – Ceará: Ipece*. ISSN: 2594-8717.
- Kausler, D. H. (1994). *Learning and memory in normal aging*. San Diego, CA: Academic Press, 1994.
- Kramer, A. F., Erickson, K. I. (2007). Effects of physical activity on cognition, well-being, and brain: Human interventions. *Alzheimer and Dementia*, v. 3, n. S, p. 45-51.
- Lucchetti, G. *et al.* (2011) O idoso e sua espiritualidade: impacto sobre diferentes aspectos do envelhecimento. *Rev Bras Geriatr Gerontol*, v. 14, n. 1, p. 159-67.
- Magalhães, E. M. C. (2016). *Envelhecer já não é o que era. Envelhecimento activo e universidades sénior: um estudo de caso*. Dissertação (Mestrado) – Universidade Fernando Pessoa, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Porto.
- Meurer, S. T. *et al.* (2012) Associação entre sintomas depressivos, motivação e autoestima de idosos praticantes de



- exercícios físicos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, v. 34, n. 3.
- Monteiro, W. et al. (2017). Análise do equilíbrio dinâmico em idosas praticantes de dança de salão. *Fisioterapia em Movimento*, v. 20, n. 4.
- Moreira, D. F. N. (1995). *Sociedade, estado e administração pública: perspectivas visando ao realinhamento constitucional brasileiro*. Ed: topbooks-Rio de Janeiro, 169p. CDU 342(81).
- Organização Mundial De Saúde (OMS). (2005) *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: Organização Pan-americana da Saúde.
- Paschoal, S. M. P. (2002). Qualidade de vida na velhice. In: FREITAS, E.V. et al. (eds.). *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 79-84. Disponível em: <http://www.portaldoenvelhecimento.com/acervo/pforum/eqvsp4.htm>.
- Pegorari, M. S., Dias, F. A., Santos, N. M. F. T., Santos, D.M. (2015) Prática de atividade física no lazer entre idosos de área rural: condições de saúde e qualidade de vida. *Rev. educ. fis. UEM [on-line]*. v. 26, n. 2, p.233-241. ISSN 0103-3948.
- Pilger, C., Dias, J., Kanawava, C., Baratieri, L. T. (2013). Carreira acciones, comprensión sobre el envejecimiento y; de salud, primaria. Compreensão sobre o envelhecimento e ações desenvolvidas pelo enfermeiro na atenção primária à saúde. *Ciência y Enfermería*, v. 19, p. 1.
- Rocha, S. I. T. M. (2017) *Capacidade cognitiva e relações sociais nos idosos institucionalizados: influência das danças tradicionais portuguesas na capacidade cognitiva e nas relações sociais de idosos institucionalizados*. Dissertação (Mestrado).
- Sampieri, R. H., Callado, C. F., Lucio, M. D. P. B. (2013). *Metodologia de pesquisa*. Porto Alegre: Penso.
- Silva, J., Carvalho, J., Rodrigues, P., Botelho, M., Fechine, B. R. A.; Vasconcelos, O. (2014) Visuomotor memory in elderly: effect of a physical exercise program. *Rev. bras. educ. fis. esporte*, São Paulo, v. 28, n. 4, p. 641-649.
- Silva, M. et al. (2016) *Os benefícios das oficinas terapêuticas na percepção do idoso institucionalizado*. CIAIQ2016, v. 2.
- Silva, V. et al. (2009) *Velhice e envelhecimento: qualidade de vida para os idosos inseridos nos projetos Sesc-Estreito*.
- Spiriduso, W.W. (2005) *Dimensões físicas do envelhecimento*. Barueri: Manole.
- UN. (2012). United Nations. *World population prospects*. The 2000 Revision. Nova York: United Nations.
- Veras, R. P (1994). *País Jovem Com Cabelos Brancos: A Saúde do Idoso no Brasil*, Rio de Janeiro: Relume-Dumará: UERJ
- Verghese, J., Lipton, R. B., Katz, M. J., et al. (2003) Leisure activities and the risk of dementia in the elderly. *New England Journal of Medicine*, v. 348, n. 25, p. 2508-2516.

Recebido em: 20/03/2022

Aceite em: 28/08/2022

Endereço para correspondência:

Basílio Rommel Almeida Fechine

bfechine@gmail.com



Esta obra está licenciada sob uma Licença Creative Commons Attribution 3.0