

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Lucas Cunha Xavier

PRÁTICAS CORPORAIS DESENVOLVIDAS EM GRUPOS DE IDOSOS
VINCULADOS À SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE, RECREAÇÃO E
LAZER DE PORTO ALEGRE

Porto Alegre

2014

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Lucas Cunha Xavier

PRÁTICAS CORPORAIS DESENVOLVIDAS EM GRUPOS DE IDOSOS
VINCULADOS À SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE, RECREAÇÃO E
LAZER DE PORTO ALEGRE.

Monografia apresentada à escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul como pré-requisito para a conclusão do curso de bacharelado em Educação Física.

Orientadora: Prof^ª. Andréa Kruger Gonçalves

Porto Alegre

2014

Lucas Cunha Xavier

**Práticas Corporais Desenvolvidas em Grupos de Idosos Vinculados à
Secretaria Municipal de Esporte, Recreação e Lazer de Porto Alegre**

Conceito final:

Aprovado em de de

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Prof. Dr. – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Orientadora – Prof. Dr. Andréa Kruger Gonçalves – Universidade Federal do Rio Grande do Sul

DEDICATÓRIA

***A todos os profissionais, colegas e à ESEF, que
contribuíram para a minha formação acadêmica e
profissional, deixando um legado de conhecimento e
experiências que tornaram isso possível.***

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à minha mãe e ao meu pai, por terem me proporcionado todo o carinho e apoio incondicional em todas as minhas escolhas, sendo eles os alicerces para que essa conquista se tornasse realidade.

A minha irmã e toda a minha família: primos, tios e avôs, pois por mais corrida e a novos rumos que a vida possa nos levar, esse é um vínculo do qual eu tenho orgulho e satisfação enorme em eternizar.

Não posso deixar de fazer uma menção especial às pessoas e aos locais que fizeram parte desta jornada acadêmica. Assim, agradeço ao Projeto Celari – Centro de Estudos de Lazer e Atividade Física do Idoso -, e a todos os seus alunos por terem me proporcionado anos maravilhosos de aprendizagem e companheirismo. Aos alunos do projeto deixo uma frase citada por mim em um momento especial, que expressa a minha admiração e retribuição por todos esses anos de convivência: “vocês são demais... Obrigado por tudo!”

À coordenadora do projeto e minha orientadora, Andréa Kruger Gonçalves, pela confiança, dedicação e apoio em todos os momentos dessa trajetória.

À também coordenadora e assistente social, Eliane Jost Blessmann, por todas as conversas e conselhos, sempre tranquilizando e direcionando nossas dúvidas e inquietações.

Aos meus amigos e colegas de graduação, dos quais muitos me ajudaram nos momentos de dificuldades, sendo muito solícitos quando precisei.

E a SME e a todos os coordenadores que tornaram possível a realização desse estudo.

RESUMO

O envelhecimento da população é um fenômeno recente na sociedade mundial e decorre de uma série de fatores que foram sendo modificados e melhorados ao longo da história da humanidade. A perspectiva do trabalho na área de Educação Física, a partir do conceito de práticas corporais, possibilita trabalhar com atividades que possuam significados para os envolvidos, favorecendo a continuidade, indo além de benefícios físicos, porém incorporando a noção de historicidade e pertencimento. O objetivo deste estudo é investigar as práticas corporais desenvolvidas em grupos de idosos vinculados a Secretaria Municipal de Esporte, Recreação e Lazer (SME) de Porto Alegre, identificando características, origens e desenvolvimento. O estudo é de caráter qualitativo. A amostra foi composta por 15 unidades (praças, parques, ginásios, centros comunitários) e o instrumento foi uma entrevista semiestruturada. Optou-se pela análise de conteúdo com estabelecimento de categorias baseadas em núcleos de sentido (temas). Os resultados indicaram duas categorias quanto as características das práticas corporais desenvolvidas: práticas corporais físico esportivas e sociais, com destaque para as modalidades de ginástica. Quanto as origens foram: práticas corporais anteriores e práticas corporais na presença da SME, com maior participação e permanência do idoso, após a fixação da secretária nas unidades. Quanto ao motivo da seleção das práticas corporais: práticas corporais relacionadas ao perfil e especificidade dos professores, práticas corporais como demanda da comunidade. Foi possível alcançar os objetivos pretendidos, ressaltando o desenvolvimento de práticas corporais com o público idoso e a importância do poder público nesse processo.

Palavras-chave: Idoso – Práticas Corporais -

ABSTRACT

The phenomenon of aging is recent in society and occurs because of a number of factors that have been modified and improved. A prospect of work in the area of Physical Education is based on the concept of bodily practices, enabling work with activities that have meaning for those involved, incorporating the notion of historicity and promoting continuity. The aim of this study is to investigate the bodily practices developed in older age groups the Municipal Sport, Recreation and Leisure (SME) in Porto Alegre, through the characteristics, origins and development. The study is quality. The sample consisted of 15 units (squares, parks, gyms, community centers) and the instrument was one semi-structured interview. We opted for the content analysis with categories based on themes. Regarding the type of bodily practices have emerged two categories: sporting, social and bodily physical practices, with emphasis on the types of gymnastics. Regarding the origins were earlier bodily practices and body practices in the presence of EMS, which allowed greater participation and retention in the elderly. As to why the selection of bodily practices: bodily practices related to the profile and specificity of teachers, bodily practices as community demand. It was possible to achieve the intended objectives, emphasizing the development of bodily practices with elderly public and the importance of government in this process.

Key Words: Elderly – Bodily Practices -

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	11
2.1 ENVELHECIMENTO.....	11
2.2 PRÁTICAS CORPORAIS E O IDOSO	13
2.2.1 Definição do termo Práticas Corporais.....	13
2.2.2 Historicidade das Práticas Corporais com Idosos	14
2.2.3 A busca por práticas corporais no envelhecimento	16
3. METODOLOGIA.....	18
3.1 TIPO DE ESTUDO	18
3.2 TIPO DE AMOSTRA	18
3.3 INSTRUMENTOS	19
3.4 ANÁLISE DOS DADOS	20
3.5 LIMITAÇÕES DO ESTUDO	21
3.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS.....	21
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO	22
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	33
REFERÊNCIAS	35
APENDICE A - QUESTIONÁRIO	40
APÊNDICE B - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO..	41

1. INTRODUÇÃO

O aumento da expectativa de vida é uma conquista do mundo moderno, uma questão que pode ser atribuída a fatores como avanço das ciências da saúde, especialmente, combate às doenças infectocontagiosas, além de implementação de políticas públicas que resultaram em uma melhora da condição econômica e social na vida da população em geral. De acordo com Jacob Filho e Kikuchi (2011, p.1):

As estimativas já dão conta de que o Brasil terá, em 2025, 34 milhões de idosos, e nossa expectativa de vida que era de 66,3 anos para homens e 73,9 para mulheres em 1999, 10 anos depois em 2009, já atingia uma expectativa de 73,17 anos em média, ou 69,4 para homens e 77 anos para mulheres.

Somado a essas alterações no perfil da população e as melhorias sociais, surge um crescente interesse da comunidade científica em estudar questões relacionadas à velhice, procurando uma melhor compreensão sobre o complexo processo de envelhecimento humano. Deste modo, profissionais de diferentes áreas têm procurado desenvolver procedimentos e intervenções eficientes com o objetivo de proporcionar uma velhice ativa, na qual as dificuldades inerentes a essa fase sejam amenizadas.

Considera-se idoso, em termos cronológicos, o indivíduo com idade igual ou superior a 65 anos, residentes em países desenvolvidos e com 60 anos ou mais para países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil (OMS, 2006). No entanto, a fase da velhice é de difícil delimitação, sendo considerada um período da vida que compreende uma idade avançada: 40, 60 ou 70 anos, levando em consideração as características culturais, sociais, físicas, políticas, econômicas, psicológicas e ambientais de cada população (VERAS, 1994).

A literatura sustenta a ideia de que uma vida ativa pode melhorar as funções mentais, sociais e físicas da pessoa que envelhece (SPIRDUSO, 1995; SHEPHARD, 1997; WENGER et al., 2001 *apud* Farinatti, 2008)¹. Porém, o fato de uma atividade física (prática corporal), realizada de maneira continuada, exercer efeitos positivos sobre a manutenção da capacidade funcional geral do idoso é recente. Segundo a OMS (1985), a imagem que as sociedades fazem

¹ FARINATTI, P.T. V. Envelhecimento, **Promoção da saúde e exercício: bases teóricas e metodológicas**. Barueri, SP: Manole, 2008.

da atividade física alterou-se radicalmente desde algumas décadas. Até os anos 60, a comunidade científica era um tanto quanto cética quando se tratava de considerar o exercício como uma prática saudável para todos (HOLLOSZY, 1983; BLAIER, 1993). Qualquer prática corporal que envolvesse a atividades físicas e o gasto de energia era vista como perigosa ou malsã para os idosos (MCPHERSON, 1994; VERTINSKY, 1995). No Brasil, mais especificamente, as primeiras manifestações relacionadas à influência da atividade física no processo de envelhecimento apareceram com a publicação de um artigo de Fernando Teles Ribeiro, datado de 1968, e o primeiro com abrangência nacional (FARIA JR., 1997). A tendência da educação física nesse período estava baseada nos conhecimentos das ciências biológicas, originária de uma visão médico-higienista do final do século XIX, em que o corpo era considerado objeto e o desenvolvimento das capacidades físicas compunha o objetivo principal (CASTELLANI FILHO, 1991).

A aceitação em torno da relação positiva entre as práticas corporais e a saúde para todas as faixas etárias, assim como a percepção do envelhecimento, também se modificou com o tempo e tem evoluído ao longo da história (BARRETO, 1992). Desta forma, um dos grandes desafios da sociedade atual é tentar entender os limites e possibilidades do ser humano no processo do envelhecimento, bem como as condições capazes de acelerar, retardar, otimizar e compensar os resultados das mudanças decorrentes desta nova etapa de vida. Marques Filho (1998) coloca que as modificações de ordem biológica, psicológica, social e espiritual, que ocorrem em consequência do envelhecimento, são fatores importantes a serem observados porque despertarão e desencadearão um processo de satisfação de necessidades e redimensionamento desses novos valores para a vida.

Com mais tempo para cuidar de si durante a fase da velhice, o idoso tem a chance de trilhar novos caminhos e se permitir novas experiências. Nesse sentido, as práticas corporais de caráter sociais e físico-esportivas surgem como opções emergentes, frente a essa nova realidade a ser enfrentada. Essa tendência é refletida pelo aumento crescente de grupos de idosos nas últimas décadas, onde juntamente com pessoas de outras gerações, buscam novas

possibilidades, capazes de dar sentido a sua existência, e descobrem novas oportunidades que lhes permitem integrar-se a uma sociedade em constante processo de mutação. Segundo Marques Filho (1998), na oportunidade de novas experiências, os idosos têm a descoberta de novos interesses, novas habilidades e, conseqüentemente, novos planos.

Analisando este novo contexto que o idoso está vivendo na sociedade atual, vinculado ao crescimento da procura pelos locais que possuem grupos de idosos e que disponibilizam diversas práticas corporais para esta faixa etária, surgiu o interesse e o questionamento de investigar as práticas corporais que são desenvolvidas para grupos de idosos na cidade de Porto Alegre.

O termo "práticas corporais" permite explorar com maior representatividade os tipos de práticas, tanto físicas quanto sociais, e as suas interrelações que estão bastante presentes nos locais frequentados por esta população. Segundo Lazzarotti *et al* (2010), o termo considera o enraizamento cultural dos movimentos humanos, buscando superar a fragmentação do corpo, além de externar uma preocupação com os sentidos atribuídos às práticas por parte dos sujeitos que a praticam para algo a mais que sua utilidade mais pragmática. Nesse sentido, o conceito de "atividade física" não parecia ser suficiente para dar conta desta complexidade. Caspersen *et al.* (1989) conceituam a atividade física como qualquer movimento corporal produzido pela musculatura e, portanto, voluntário, que resulta num gasto energético acima dos níveis de repouso. Este significado mostra-se reducionista, na medida em que denota uma compreensão mecânica do corpo, estando ausente a importância da subjetividade do sujeito e o desenvolvimento social e pessoal do indivíduo.

O objetivo geral deste trabalho é investigar as práticas corporais desenvolvidas em grupos de idosos vinculados à Secretaria Municipal de Esporte, Recreação e Lazer de Porto Alegre. Enquanto objetivos específicos, procurou-se identificar quais são as práticas corporais desenvolvidas nos grupos desde seu surgimento e desenvolvimento até os dias atuais.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 ENVELHECIMENTO

O envelhecimento é uma parte importante de todas as sociedades humanas, refletindo as mudanças biológicas, mas também as convenções sociais e culturais. O conceito do envelhecimento pode ser definido como universal e heterogêneo: “a primeira verdade sobre o envelhecimento é que todos envelhecem. A segunda verdade é que todos envelhecem de formas diferentes” (SPIRDUSO 2005, p.3).

A expectativa de vida da população idosa vem crescendo a cada década, principalmente nos países desenvolvidos. No Brasil, estima-se que, em 2025, ela será de 75,3 anos (SANTOS 2006), gerando, assim, uma grande alteração no perfil da população que será formada, em grande parte, por idosos. Esse fato é influenciado não apenas pela redução da taxa de fecundidade, mas também pela redução da mortalidade dos próprios idosos (CAMPOS; RODRIGUES, 2004).

Segundo Nicola (1986), existem quatro etapas do envelhecimento, diferenciadas da seguinte forma:

- idade do meio ou crítica (dos 45 aos 60 anos): encontram-se os primeiros sinais de envelhecimento que representam frequentemente uma tendência ou predisposição ao aparecimento de doenças;

- senescência gradual (dos 60 aos 70 anos): é caracterizada pelo aparecimento de alterações fisiológicas e funcionais instaladas, típicas da idade avançada;

- velhice (por volta dos 70 anos): nesta idade, se está frente ao velho ou ancião no sentido estrito;

- longo vivo: aquele com mais de 90 anos.

De maneira geral, os estudiosos em gerontologia são unânimes em salientar que a idade cronológica é utilizada como uma orientação para o profissional quanto à maneira de se abordar a problemática apresentada pelo indivíduo: se preventiva, de reabilitação ou paliativa.

O envelhecimento é definido de diferentes maneiras, e, segundo Mazo *et al.* (2004), está relacionado com os seguintes fatores: ambientais, genéticos, biofisiológicos, psicológicos, sociais, culturais, entre outros. O envelhecimento biológico é um processo que inicia no nascimento e vai até a morte, decorrente do processo de senescência - responsável por perdas orgânicas e funcionais. Tais modificações são caracterizadas por uma tendência geral à atrofia e por diminuição da eficiência funcional. Bee (1997) afirma que durante o envelhecimento ocorre uma desaceleração geral das funções do organismo. A diminuição da função neural, doenças artríticas nas articulações, perda da elasticidade muscular, entre outras, geram dificuldades e aumento no tempo para escrever, amarrar sapatos, adaptar-se a mudanças de temperatura; enfim, as atividades da vida diária tornam-se bem mais difíceis para serem realizadas. Os idosos também são mais susceptíveis a doenças, que podem ocorrer por falhas no sistema imunológico.

Quanto aos fatores psicológicos e sociais do envelhecimento, acredita-se que conforme se envelhece, há perda de funções sociais e consequente afastamento do convívio com outras pessoas (MAZO *et al.*, 2004). Segundo Mendes *et al.* (2005), a função social do idoso exerce grande influência no envelhecimento, pois depende do seu estilo de vida ao longo da vida, como também das condições de vida em que se encontra. A aposentadoria é um marco importante, pois a partir daí o indivíduo passa a ter mais tempo livre para o descanso e lazer, mas ao mesmo tempo deixa de produzir, o que não é bem aceito por uma sociedade capitalista e, muitas vezes, pelo próprio indivíduo. Nesse mesmo período, o idoso deixa de exercer a função de comando sobre sua família e começa a depender de filhos e parentes, o que, muitas vezes, pode gerar um isolamento. Devido a essas circunstâncias, é extremamente importante que o idoso mantenha relações interpessoais, ou seja, precisa fazer parte de um grupo e sentir-se útil. Rauchbach (2001, p.15) indica que:

Em muitas cidades, onde estão funcionando grupos organizados de idosos, com programas que incluem diferentes atividades sociais, culturais e esportivas, tem sido observado como um excelente caminho para que as pessoas se libertem de preconceitos, percam complexos e redescubram a alegria e a espontaneidade, reintegrando-se à sociedade (RAUCHBACH, 2001, p.15).

2.2 PRÁTICAS CORPORAIS E O IDOSO

2.2.1 Definição do termo Práticas Corporais

O termo “práticas corporais” é recente e vem sendo constantemente utilizado nos dias atuais, tanto no âmbito acadêmico, pelos campos da educação física, ciências sociais, psicologia, educação, entre outros, quanto em documentos oficiais, revistas e pela mídia em geral. Entretanto, ainda não se tem um consenso sobre o seu significado e utilização, gerando dúvidas e interpretações distintas.

Segundo Lazzarotti Filho *et al.* (2010), em seu estudo de revisão que analisou 260 artigos científicos e 17 teses/dissertações que se valiam do termo "práticas corporais", o mesmo aparece pela primeira vez em um artigo de 1995, passando a ser utilizado com maior frequência a partir de 2000, ganhando maior relevância acadêmica com o passar dos anos. Neste estudo, os autores observaram que o termo "práticas corporais" apareceu na maioria dos textos como uma expressão que indica diferentes formas de atividade corporalw ou de manifestações culturais, tais como: atividades motoras, de lazer, ginástica, esporte, artes, recreação, exercícios, dietas, danças, jogos, lutas, capoeira, circo etc.

Neste contexto, Carvalho (2006) coloca que as práticas corporais são componentes da cultura corporal dos povos, dizem respeito ao homem em movimento, à sua gestualidade, aos seus modos de se expressar corporalmente. Agregando as mais diversas formas do ser humano se manifestar por meio do corpo e contemplando as duas racionalidades, a ocidental (ginásticas, modalidades esportivas e caminhadas, por exemplo) e a oriental (tai-chi, yoga e lutas, entre outras). Mais recentemente, o Glossário Temático de Promoção da Saúde explicita uma definição para as práticas corporais:

Expressões individuais ou coletivas do movimento corporal, advindo do conhecimento e da experiência em torno do jogo, da dança, do esporte, da luta, da ginástica, construídas de modo sistemático (na escola) ou não sistemático (tempo livre/lazer) (BRASIL, 2012, p.28).

A expressão "práticas corporais" está diretamente relacionada ao corpo e toda a sua cultura, onde são atribuídos valores sentidos e significados que trazem sentido para aquela prática (CARVALHO, 2007). Essa representação do corpo é resultado de um processo histórico multifatorial, onde as condicionantes científicas, culturais e técnicas contribuem para a forma como o percebemos e usamos (FRAGA *et al.*, 2013), sublinhando a natureza social das práticas corporais. Assim, o termo vem sendo valorizado pelos pesquisadores que estabelecem relações com as ciências humanas e sociais (LAZZAROTTI 2010), relações estas muito presentes no campo da educação física e, mais especificamente, no trabalho com idosos.

2.2.2 Historicidade das Práticas Corporais com Idosos

No Brasil, os aspectos históricos das práticas corporais para a população idosa têm seu início, de acordo com Debert (2004), sobretudo no final da década de 60 e início da década de 70, que foi quando ocorreu a proliferação dos estudos sobre a velhice no país, dando origem às atividades de intervenção destinadas aos idosos. No entanto, a visão que se tinha naquela época, e muitas vezes ainda é recorrente, era a de que os idosos não deveriam despender as poucas reservas energéticas que lhes restavam. Costumava-se, assim, a aconselhá-los a poupar energia física para uma vida mais longa (ALVES JR, 2004). Neste período, segundo Marquez (1998, p.36):

O caráter das investigações envolvendo idosos está numa relação direta com a prevenção e aquisição de saúde. Assim as considerações feitas sobre o exercício, estão sempre associadas às esferas médicas e fisioterápicas, ganhando com isso uma conotação terapêutica (MARQUEZ, 1998, p.36).

A recomendação da prática de atividade física era realizada principalmente através do conceito de ginástica, de acordo com Bauer e Egeler (1983, *Apud* MARQUEZ 1998)², que objetivavam a ênfase nos aspectos biológico-funcionais, apontando sempre para a concepção do exercício físico

como forma de prevenção de saúde, até então entendida como simplesmente ausência de doenças.

Podemos apontar como precursoras nas práticas de intervenção voltadas para os idosos no país a Legião Brasileira de Assistência (LBA) e o Serviço Social do Comércio (SESC) (TELLES, 2008). Implantando no Brasil segundo Lima (2001, p.40):

Os primeiros trabalhos para idosos não institucionalizados, baseados na percepção de que a condição marginal dos idosos poderia ser revertida com atividades de lazer, que contornassem a ausência de papéis e a solidão do idoso na sociedade contemporânea, encaradas então como os principais problemas de quem envelhece (LIMA, 2001 p. 40).

Essa tentativa de reversão da condição de marginalização do idoso, através da valorização social e de estratégias de ressocialização, fortaleceram e deram origem a estes programas que iniciaram o trabalho com este público.

Tendo em vista a necessidade de suprir esta nova demanda da sociedade, o estado também faz investidas em relação à crescente população de idosos, aprovando a lei que assegura a Política Nacional do Idoso (PNI) que estabelece uma nova relação com a velhice, tendo como uma de suas principais características um maior reconhecimento da autonomia do idoso e de seu papel como sujeito social e político (LIMA, 2001). Com isto, os programas para idosos se tornam um modelo aceito e implementado pela ação estatal, consolidando-se como uma alternativa de política social.

A década de 90 marca o apogeu da expansão dos programas para esta população, através de parcerias entre gestores estaduais e municipais, centros acadêmicos, associações e clubes. Tendo como maior apelo e motivação - então com um maior respaldo científico - a saúde (ALVES JR., 2004; LOVISOLO, 1997). Juntamente com a ampliação destas linhas de trabalho, surgem os cursos em instituições universitárias, como especialização, mestrado e doutorado, que se destinavam a profissionais interessados no público idoso, evidenciando um mercado emergente.

Em Porto Alegre, mais especificamente, onde foi realizada a pesquisa deste trabalho de conclusão, a política pública de recreação e lazer está

diretamente ligada ao início das atividades direcionadas aos idosos, com o trabalho comunitário realizado pela FASC, desde 1976, com ações destinadas a este público nos centros de comunidade. O objetivo era organizar ações com os idosos na área de lazer e recreação, sendo esses os principais interesses dos grupos participantes naquela época. Juntamente com esta política pública, temos a SERP (Supervisão de Esportes e Recreação Pública), com uma longa tradição de atividades de lazer e recreação, datadas a partir de 1926 com os jardins de recreio de Frederico Guilherme Gaelzer, voltadas para a necessidade de ocupar o tempo ocioso dos cidadãos (FEIX; GOELLNER, 2008). Porém, é a partir de 1993 que a SERP passa a ser denominada Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Recreação (SME) e estabelece novas atribuições e diretrizes atendendo a um público com faixa etária da infância à terceira idade, envolvendo efetivamente a comunidade na construção e na realização das políticas de inclusão e na ativação dos Espaços Públicos de Esporte, Recreação e Lazer de Porto Alegre. Desta forma, a SME passa a ser referência no trabalho e desenvolvimento de práticas corporais com o público idoso em Porto Alegre, sendo um dos motivos que me levou a investigar os seus locais de atuação.

2.2.3 A busca por práticas corporais no envelhecimento

O envelhecimento bem sucedido, conforme relata Néri (1993), precisa integrar os aspectos biológicos, psicológicos e sociais de sua vida, tendo em si total responsabilidade pela conquista ou pela falência de seus esforços para atingir uma boa velhice. É importante que haja uma interrelação de quem está envelhecendo com as mudanças de uma sociedade que também está em constante modificação. Conforme a autora, o envelhecimento bem-sucedido depende da história individual, do contexto histórico-cultural e de fatores genético-biológicos dessa população.

A partir do reconhecimento de que a velhice é algo além do envelhecimento fisiológico e psicológico de indivíduos, as práticas de intervenção puderam ser modificadas significativamente, estendendo ao corpo teórico da gerontologia e aos seus profissionais uma outra dualidade: o

individual e o social. Nesse contexto, as práticas corporais podem trazer aos idosos e à sociedade uma nova forma de viver o envelhecimento. Para Freitas *et al.* (2002), Mazo (2001) e Meirelles (1999), entre os aspectos sociais mais relevantes que o exercício físico associado a uma prática corporal pode proporcionar estão a confiança, o estímulo para a competição, a aquisição de novas amizades e a troca de apoio que vai favorecer a inclusão social.

Bagrichevsky *et al.* (2007) falam de práticas corporais como atividades que possuem significado para as pessoas, em especial para um grupo, uma comunidade, caracterizando algo bastante cultural, e ao mesmo tempo não generalista, enfatizando o prazer que essas práticas devem trazer a quem as realiza. Com o envelhecimento nota-se que a busca pelas práticas corporais procura satisfazer algumas necessidades e desejos, como o de fazer parte de um grupo, de conhecer, de estar atualizado, de conquistar a própria autonomia, de fazer parte do mundo e nele sentir-se vivo e atuante. Debert (1999) afirma que o ingresso num grupo de participantes dos programas para a terceira idade é um marco na vida dessas pessoas, pois substitui o período de solidão, seguinte à viuvez, por um período de novas amizades, festas, encontros e passeios.

Okuma (1997) afirma que fazer parte de um grupo dá ao idoso uma nova identidade. Nesses programas, o envelhecimento deixa de ser um processo contínuo de perdas; as experiências vividas e os saberes acumulados são ganhos que propiciariam aos mais velhos oportunidades de explorar novas identidades, realizar projetos abandonados em outras etapas da vida e estabelecer relações mais profícuas com o mundo dos mais jovens e dos mais velhos.

3. METODOLOGIA

3.1 TIPO DE ESTUDO

O estudo é de caráter qualitativo, que tem como característica estudar os fenômenos que envolvem os seres humanos e suas intrincadas relações sociais, estabelecidas em diversos ambientes (GODOY, 1995). Segundo Minayo:

A pesquisa qualitativa visa compreender a lógica interna de grupos, instituições e atores quanto a: valores culturais e representações sobre sua história e temas específicos; relações entre indivíduos, instituições e movimentos sociais; processos históricos, sociais e de implementação de políticas públicas e sociais (MINAYO, 2010, p 23).

Turato (2005) traz que na pesquisa qualitativa o pesquisador não está interessado no fenômeno e, sim, no significado que este representa para o grupo estudado. Nesse sentido, a pesquisa qualitativa está direcionada a desenvolver conhecimento buscando significados entre os objetos estudados. A base analógica desse tipo de investigação é centrada na descrição, na análise e na interpretação e discussão das informações recolhidas no decorrer do processo investigatório, procurando entendê-las de forma contextualizada (NEGRINE, 2010).

3.2 TIPO DE AMOSTRA

A amostra foi composta pelas unidades da SME (praças, parques, ginásios e centros comunitários) da Prefeitura de Porto Alegre que desenvolvem práticas corporais para o público idoso. Para identificar estes locais, foi contactada a SME que indicou uma listagem com 18 unidades. Para compor a amostra, foi estabelecido o critério de totalidade, ou seja, pretendia-se entrevistar todos os coordenadores das unidades. Contudo, a amostra foi composta por 15 coordenadores, pois o restante não foi possível entrevistar

por motivos de impossibilidade de contato e incompatibilidade de horários ou disponibilidade.

Cada coordenador foi contactado por telefone para agendamento de horário para a realização do estudo em suas respectivas unidades.

3.3 INSTRUMENTOS

A entrevista foi utilizada como instrumento de coleta de dados. Segundo Negrine (2010), este instrumento constitui-se em uma estratégia utilizada para obter informações frente a frente com o entrevistado, o que permite ao entrevistador o estabelecimento de um vínculo melhor com o indivíduo e maior profundidade nas perguntas previamente elaboradas como roteiro. Optou-se pelo modelo de entrevista semiestruturada com questões abertas. Boni e Quaresma (2005) colocam como vantagens da entrevista semiestruturada um maior volume de respostas, o tempo que pode ser bem elástico para cobrir com maior profundidade determinado conteúdo, além da maior afetividade entre entrevistado e entrevistador, ajudando nas respostas espontâneas do entrevistado. Para Negrine (2010):

É “semiestruturada” quando o instrumento de coleta está pensado para obter informações de questões concretas, previamente definidas pelo pesquisador, ao mesmo tempo, permite que se realizem explorações não previstas, oferecendo liberdade ao entrevistado para dissertar sobre o tema ou abordar aspectos que sejam relevantes sobre o que pensa (NEGRINI, 2010. p. 73).

As entrevistas contaram com um roteiro composto por 8 questões abertas, divididas em dois blocos organizados a partir dos objetivos específicos do estudo:

A) práticas corporais desenvolvidas nos grupos de idosos, com as questões: Quais são as práticas corporais que o idoso participa no local? Qual a frequência dessas práticas corporais? Quais práticas corporais têm mais procura pelos idosos?

B) surgimento e desenvolvimento das práticas corporais até os dias atuais: Quando começaram a serem desenvolvidas e como surgiram estas práticas corporais no local? Quais são as práticas corporais mais antigas oferecidas? Quais práticas corporais que pararam de ser oferecidas e por qual motivo? Qual a atual equipe de professores e estagiários que atuam com estas práticas corporais? Quantos são os idosos atendidos no local?

O roteiro tem como função principal auxiliar o pesquisador a conduzir a entrevista para o objetivo pretendido, devendo abordar todos os conceitos que serão estudados, auxiliando o pesquisador antes e no momento da entrevista e, também, o entrevistado, de forma indireta, facilitando na elaboração das respostas (MANZINI, 2003).

3.4 ANÁLISE DOS DADOS

As entrevistas foram transcritas em sua totalidade para após realizar uma análise de conteúdo, tendo por tema os núcleos de sentido. Segundo Bardin (2011), a análise de conteúdo é composta pelas seguintes fases: a) a pré-análise composta por leitura flutuante, escolha dos documentos, formação das hipóteses e objetivos, análise documental, referenciação dos índices e a elaboração dos indicadores; b) a exploração do material; e c) o tratamento dos resultados, a inferência e interpretação.

As categorias foram estabelecidas “*a posteriori*”, que segundo Bardin (2011) caracterizam-se por categorias não definidas previamente, emergindo do discurso, do conteúdo a ser analisado e pressupõem constantes idas e voltas do material de análise à teoria. Ampliando o entendimento e a compreensão do objeto de estudo a partir da percepção dos entrevistados sobre a realidade investigada.

3.5 LIMITAÇÕES DO ESTUDO

As limitações do estudo se devem a uma redução de informações e conhecimento de alguns dos coordenadores, referente à trajetória de suas respectivas unidades, uma vez que com a aposentadoria de alguns funcionários da SME houve remanejamento e trocas na coordenação dos locais pesquisados, se perdendo assim um pouco de suas memórias. Outra questão relevante é a disponibilidade de tempo para realizar a entrevista e o interesse no oferecimento das informações dos entrevistados, podendo influenciar nas respostas obtidas.

3.6 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Todos os indivíduos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, ficando uma cópia para o pesquisador e outra para o entrevistado.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quinze coordenadores das unidades da SME foram entrevistados seguindo o roteiro composto por 8 questões abertas. O primeiro bloco de questões fazia referência às práticas corporais que estão sendo desenvolvidas nos locais, que possuíam a participação e a inserção do idoso. As respostas foram divididas em duas categorias: práticas corporais físico-esportivas e práticas corporais sociais.

Na categoria práticas corporais físico-esportivas são incluídas as atividades físicas e esportivas mais sistematizadas e conhecidas no campo da Educação Física, incluindo: ginásticas, danças, caminhada orientada, yoga, alongamento, câmbio, musculação, hidrogenástica, bocha, natação, vôlei máster, adaptação ao meio líquido, reeducação postural e taichi chuan. As frequências das atividades são na sua maioria de duas vezes na semana, e algumas apenas semanais.

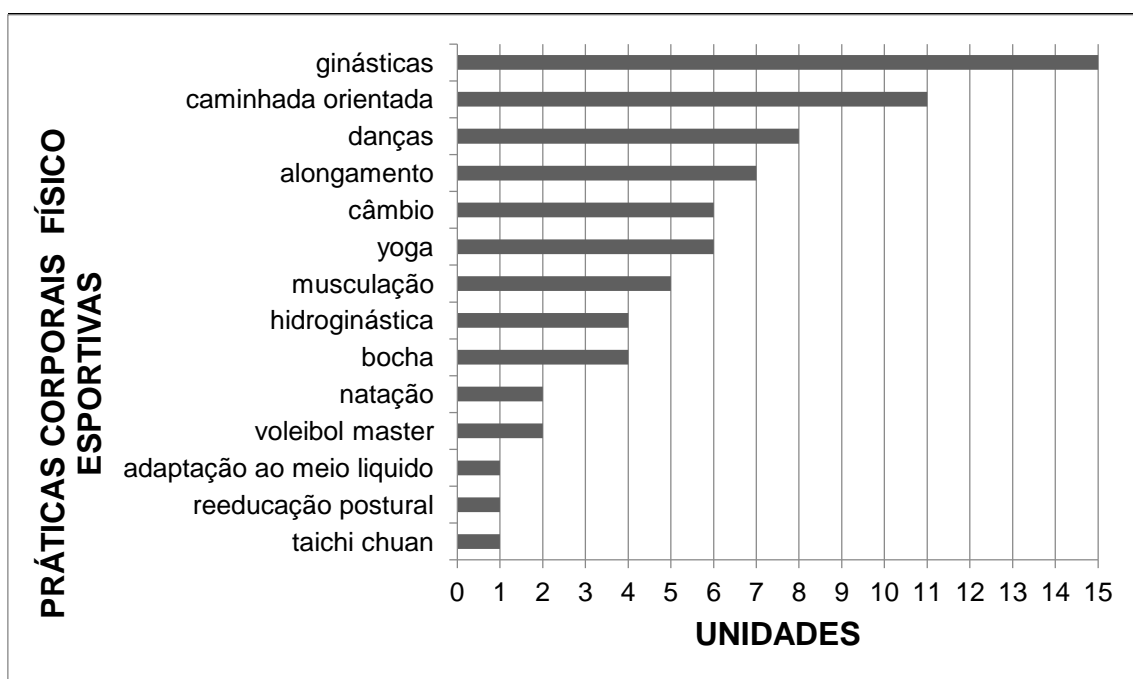


Gráfico 1 – Práticas corporais físico-esportivas desenvolvidas para idosos nas unidades da SME de Porto Alegre-RS.

Pode-se observar no gráfico que a modalidade de ginástica é a prática corporal mais oferecida, estando presente em todas as unidades, seguida pela caminhada orientada e danças. Além da ginástica tradicional, foram mencionadas algumas variações de ginástica que foram introduzidas conforme as características dos alunos e dos professores responsáveis pelas aulas, que foram: ginástica com bola suíça, ginástica na cadeira, aero local, ginástica tridimensional, ginástica chinesa, ginástica de homens da terceira idade e ginástica para a terceira idade. Outra prática corporal com muitas variações foi a dança, com a dança afro, biodança, danças circulares, dança de salão, dança do ventre, ritmos e expressão corporal.

Na categoria práticas corporais sociais são incluídas as atividades de caráter sociais que fazem parte das interações e sociabilizações dos grupos, incluindo: datas e eventos festivos (festas juninas, aniversários, almoços etc.), passeios, chás, palestras, roda de chimarrão, cantos, grupo de convivência, grupo tecer e grupo de pintura. As frequências das atividades mediadas por um professor eram de uma vez por semana, sendo o caso dos grupos de convivência, pintura, tecer e canto; já as outras práticas, com menor frequência, sendo algumas mensais e outras semestrais.

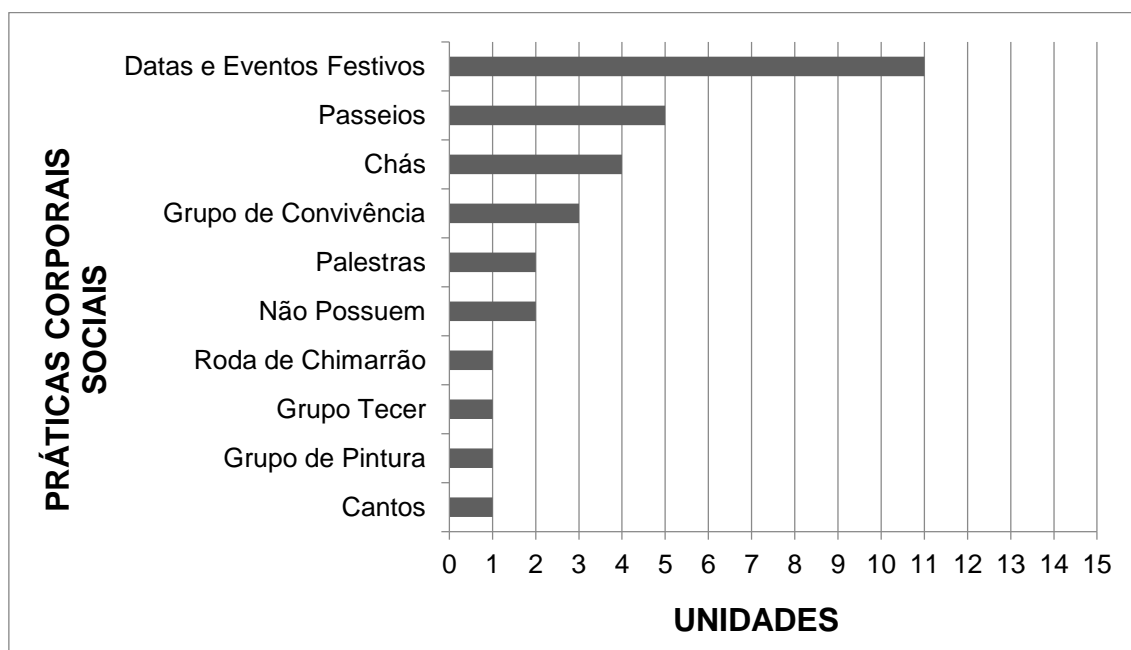


Gráfico 2 – Práticas corporais sociais desenvolvidas para idosos nas unidades da SME de Porto Alegre-RS

As práticas sociais mais presentes foram as datas e eventos festivos, os passeios e os chás.

Questionados sobre qual das práticas corporais, citadas anteriormente, tinham a maior procura pelo público idoso, o maior percentual de respostas foi a ginástica com 53%, seguido pelo alongamento com 20%. Cito como exemplos os entrevistados H, L e C: [...] “A ginástica é o carro-chefe” (ENTREVISTADO H); “A que tem mais procura com certeza é a ginástica” (ENTREVISTADO L); “Eu acho que é o alongamento a preferida” (ENTREVISTADO C).

Segundo SOARES (2005), a ginástica que surge no século XIX nos países europeus, tem grande influência na constituição das práticas corporais no Brasil, e começa a ter um lugar garantido na opinião pública, uma vez que é explicada com base em preceitos científicos, sobretudo na anatomia fisiológica, higiene e mecânica, pensada exclusivamente em função do bom desempenho de grupos musculares e do aprimoramento das funções orgânicas.

O próximo bloco de questões trazia o entrevistado a abordar a historicidade da unidade investigada, refletindo sobre o surgimento e o desenvolvimento destas práticas corporais no grupo de idosos. Em relação ao início das práticas, as respostas foram divididas em duas categorias: práticas corporais anteriores a SME e práticas corporais na SME.

A categoria práticas corporais anteriores a SME tem sua origem nas unidades mais antigas (localizadas em parques, praças e centros comunitários) eram espaços de referência para os moradores das regiões, antes mesmo da SME estar inserida nestes locais. Nestas unidades, as práticas corporais já eram desenvolvidas pela população (como o futebol, a bocha e o bingo, por exemplo), de maneira orientada por profissionais que já atuavam nos locais ou organizadas pela própria comunidade, sendo que o idoso também estava inserido nesse contexto:

“Isso aqui tem muito tempo, existe a 50 anos, começou com o futebol. O ginásio tá com 17, 18 anos é mais recente [...] Algumas pessoas da comunidade se uniram, seguiram todo o esquema para conseguir ter representatividade e conseguiram a construção do ginásio”[...] (ENTREVISTADO A).

“Ih, faz muitos anos, antes da gente estar aqui. Da SME aqui foi em 97/98 que começou enquanto SME [...] 1972 isso começou que era todo um movimento em função da coisa do esporte, lazer, de ocupação dos espaços públicos e horas livres das pessoas, foi quando foi montado os centros de comunidade dessa época, Parques e praças é diferente porque tem a sua história própria [...] Aqui tem essa característica de sempre ter tido idoso”[...] (ENTREVISTADO P).

“Há muitos anos atrás aqui, lá na década de 70, o trabalho com terceira idade era um trabalho que não existia naquela época [...] começou naquela época, tinha um coordenador aqui e ele decidiu então junto com outra professora da necessidade do lazer pra esse pessoal, naquele tempo nem se falava em terceira idade e aí foi uma dificuldade muito grande de trazer o idoso, tirá-lo de dentro de casa para o salão, pra atividade. Então no começo eles faziam um joguinho de carta, faziam bingo e tomavam chá” [...] (ENTREVISTADO J).

“Eu te diria que é uma coisa já bem antiga porque ele foi inaugurado na década de 50 [...] Com isso ele vem numa perspectiva de lazer e qualidade de vida também, pensando já num movimento decorrente assim da escola nova, tendências pedagógicas, valorização do espaço livre, dos espaços de recreio, dos momentos de hora livre, qualificando isso pro trabalhador [...] Então, se for pensar desde as suas raízes a ideia do idoso tá presente neh, como um lugar público de convivência, do encontro, dos espaços de sociabilidade, atendendo também ao idoso”[...] (ENTREVISTADO L).

Já a categoria práticas corporais na SME tem seu começo a partir do final da década de 80, quando a SME começa a fixar-se definitivamente nestes locais, assumindo e desenvolvendo atividades mais sistemáticas, envolvendo efetivamente a comunidade na construção e na realização das políticas de inclusão e na ativação dos espaços públicos de esporte, recreação e lazer de Porto Alegre. Estas políticas públicas são conceituadas como diretrizes, princípios, metas coletivas conscientes que procuram atender ao interesse público e direcionar as atividades do Estado (GARCIA, 2000).

“O local foi entregue em 1990, e no início acho que não tinha esse trabalho com idoso, ele tinha mais a característica esportiva mesmo [...] quando se começou a se trabalhar com a população idosa na SME foi um grande desafio para todos os professores [...] Vou te dizer assim, talvez o diferencial da

SME, não foi só oferecer atividades pra essa população, foi pensar uma nova filosofia de atividade pra essa população. E aí o que aconteceu, os professores da SME que até então não trabalhavam com o idoso viram que era um trabalho grande e foram estudando junto, então foi se desenvolvendo também junto uma cara de trabalhar com o idoso” (ENTREVISTADO C).

“A SME está aqui a uns 12 anos, porque assim, depois que houve uma mudança de filosofia no trabalho em Porto Alegre [...] então as pesquisas foram surgindo, os cursos foram aparecendo. Na época, o governo e as secretarias começaram a se preocupar com a atividade física pra os idosos” (ENTREVISTADO J).

“Bah, eu trabalho aqui há 10 anos e já existia. A SME deve ta aqui há uns 11 anos, claro que a gente foi construindo um trabalho né, quando a gente chegou não tinha nada daí a gente foi fazendo ginástica, uma turma de alongamento, então a gente foi construindo até chegar no câmbio que é assim bem da terceira idade e que veio vindo aos poucos assim né” (ENTREVISTADO M).

“Quando eu entrei em 97 eu comecei a ouvir essa coisa de valorização do idoso, do envelhecimento saudável, o embrião dessas ideias [...] então já se pensa ali o que que a gente vai fazer pra esse idoso, pro adulto daquele que vai ser o idoso saudável daqui a 10, 20 anos. Então ali se começava essa ideia e a ginástica mostra isso claramente, os grupos hoje são de 80, 90% de idosos” (ENTREVISTADO R)

“Eu acredito que como em outros locais que passaram para a SME, como eu te falei no ano 2000, é a mesma situação, tudo eram grupos de ginástica adulta que se transformaram em terceira idade desde que esse programa começou a ser incentivado entendeu [...] mas especificamente para a terceira idade foi de um tempo para cá nos centros de comunidade. Antigamente como é que era, tu abria uma turma de ginástica adulta aí quatro, cinco idosas vinham pedir para participar, hoje tá o inverso” (ENTREVISTADO E).

Pode-se observar nos relatos transcritos que, no início do desenvolvimento das práticas corporais, já sob responsabilidade da SME, a participação do idoso ainda era reduzida. Apesar dos comunicados e informativos da OMS, neste período já enfatizavam e promoviam os benefícios de um envelhecimento ativo através de diálogos, discussões e debates na

arena política, no setor educacional, em fóruns públicos e na mídia, como em programas de rádio e de televisão (OMS, 2006).

De acordo com as narrativas dos entrevistados, este cenário começa a se modificar no momento em que esta população continua a frequentar os espaços, dando continuidade e criando vínculos com as suas práticas corporais e, principalmente, com o local onde as realizam. Essa referência sobre a continuidade e o envelhecimento da população local se fez presente na fala da maioria dos entrevistados. Abaixo algumas delas:

“O parque tem uma história já dessa atividade de ginástica a mais de 20 anos e essa comunidade foi envelhecendo aqui dentro, esse público foi envelhecendo aos poucos, envelhecendo naturalmente e permaneceram, e elas acabaram se tornando da terceira idade”[...] (ENTREVISTADO A).

“Este professor que está terça e quinta aqui já está há 15 anos, então estas pessoas começaram com ele com ginástica aqui e foram vindo vindo até chegar à terceira idade e o professor foi se adequando a este público. É o mesmo público que desde aquela época segue com ele [...] quando ele começou as pessoas tinham 50, 50 e poucos anos, e hoje têm 70, 80 anos” (ENTREVISTADO B).

“Na medida que esses grupos de idosos foram se estruturando eles tiveram cada vez mais a atenção de diversas entidades: Sesc, Sesi, Prefeitura, Estado. E muitas pessoas que já foram até adultos em muitas atividades que tu já teve” (ENTREVISTADO E).

“Começou um grupo jovem, que era tudo mais moço que eu, com o tempo o negócio foi crescendo, fomos trazendo outras atividades para a praça aqui [...] Era basicamente só adulto, o que aconteceu foi que esse grupo que era adulto a 20 anos atrás se mesclou e deve ter uns 50% adulto e idoso hoje em dia, porque eles criaram um vínculo e envelheceram juntos” (ENTREVISTADO G).

“Eu tenho alunos que fazem ginástica aqui desde que começou, tem gente fazendo ginástica há 15, 16 anos aqui, então algumas até envelheceram, passaram da idade adulta para a terceira idade aqui”[...] (ENTREVISTADO N).

[...]”tudo eram grupos de ginástica adulta que se transformarão em terceira idade desde que esse programa

começou a ser incentivado entendeu, porque não existia ginástica para a terceira idade nestes locais e hoje muitas mulheres foram frequentadoras dos grupos de adultos aqui” (ENTREVISTADO R).

Alguns estudos buscaram investigar os motivos que levam as pessoas a procurar por práticas corporais, principalmente nos grupos voltados para a maturidade. Foram destacados o convívio social como um dos fatores principais de aderência e permanência de adultos e idosos em grupos de atividades (SILVEIRA, 2007, MAZO *et al.*, 2006 e SUZUKI, 2005).

Segundo Silva (2005) a compreensão de que as práticas corporais devem ser tratadas pelas ciências humanas e sociais, pela arte, pela filosofia e pelos saberes populares, sem desprezar as ciências biológicas, dado que esta dimensão é constituinte fundamental do humano, aliada a um contexto social favorável, faz com que os programas sociais e políticas públicas voltadas à promoção da saúde, e também ao lazer, consigam atrair, manter, constituir e ampliar a adesão dos grupos comunitários que têm nas práticas corporais um direito social a ser conquistado.

Vinculado a esse contexto de permanência e continuidade dos idosos nas práticas corporais, buscou-se dialogar com os entrevistados sobre os motivos que levaram as unidades pesquisadas a desenvolver e oferecer, especificamente aqueles tipos de práticas que foram listadas anteriormente. Na tentativa de aproximação e compreensão dos processos de desdobramentos que estas práticas corporais tiveram junto ao local, a comunidade e aos seus profissionais.

A partir das narrativas foram estabelecidas duas categorias: perfil e especificidade do professor e demanda da comunidade. Prevalendo a categoria perfil e especificidade do professor, que fazia referência ao perfil do mesmo e a sua experiência de atuação, como um dos principais responsáveis e incentivadores pelos tipos de modalidades a serem oferecidas e da adesão dos alunos às mesmas.

“É o que tem e na verdade cada vez se tem menos profissionais querendo assumir essas atividades, porque cansa muito e tão todos ficando velhos. Mais a coisa era muito a cara

do profissional, então as habilidades do professor fortalecem o grupo e atraem as pessoas” (ENTREVISTADO A).

“São demandas de interesse, as coisas estão entrelaçadas, mais veio primeiro o professor, porque tu tem que entender que historicamente o idoso que participa de atividade física também é uma coisa recente” (ENTREVISTADO C).

“Os espaços são públicos e a população se organiza nos espaços que estão por aí. Toda vez que o governo coloca um profissional na atividade, o profissional tá ali para organizar o espaço e nessa organização do espaço [...]A população não conhecia yoga, se não fosse o professor ir lá propor. Isso é responsabilidade nossa como professor de educação física” (ENTREVISTADO D).

“Olha começa muito a partir do perfil do profissional que tá aqui, da disponibilidade dele pro trabalho, em que ele quer trabalhar e procura também; a gente vai identificando a demanda que vai surgindo. Vem mais da gente que vem vindo, com uma ou outra sugestão que a gente acatou, mais que acontece a gente identificou neh essa demanda e aí a coordenação colocou e o professor se prontificou “não, eu faço isso”. O câmbio quando veio para cá por exemplo, o professor trouxe o câmbio pra cá e aí depois o câmbio seguiu com as próprias pernas, até se modificou” (ENTREVISTADO F).

“A 20 anos atrás aí a gente começou a trabalhar o lazer e saúde aqui (caminhada orientada), aí eu aumentei minha carga horária, com turno sobrando foi aí que comecei a propor dividir o turno e trabalhar a ginástica, aí eu batia de porta em porta e vinha convidando o pessoal [...] Eu trabalhei desde antes da faculdade com ginástica, aí pensei bom é uma coisa que eu gosto de fazer e que eu sei, vamos trabalhar neh”[...] (ENTREVISTADO G).

Zibete e Souza (2007) colocam que o professor é definido como um ator, ou seja, um sujeito que assume sua prática de acordo com o sentido que ele mesmo lhe atribui, possuindo conhecimento e um saber-fazer que são oriundos de sua própria atividade docente a partir da qual ele a estrutura e a orienta. Segundo Nunes (2001), as pesquisas sobre a formação dos professores e os saberes surgem com o desenvolvimento de estudos que utilizam uma abordagem teórico-metodológica que dá voz ao professor, a partir da análise de suas trajetórias, histórias de vida etc. A partir dessa ideia de que o pessoal

e o profissional se complementam na prática educativa do professor a uma valorização do seu pensar, do seu sentir, de suas crenças e seus valores como aspectos importantes para se compreender o seu fazer, pois os professores não se limitam a executar currículos, também elaboram, definem, reinterpretem (PIMENTA, 2006).

Em um estudo de Falsarella e Salve (2007) sobre a relação de alunos e professores de educação física em grupos de idosos, indicou-se uma satisfação crescente em relação às orientações dos profissionais durante as aulas, e na adequação dos materiais utilizados nas mesmas. O autor afirma que o profissional de educação física encontra-se melhor preparado para lidar com esta população, resultando em uma significativa satisfação dos idosos sobre as qualidades do tratamento dos professores para com os mesmos, contribuindo para a motivação dos alunos na continuidade de seus programas de práticas corporais. Deste modo, poderá ocorrer de modo mais efetivo a melhoria dos aspectos biológicos, psicológicos, sociais e afetivos, assegurando as habilidades básicas executadas e, conseqüentemente, influenciando a manutenção da autonomia para essa população e sua qualidade de vida.

Em menor número, a categoria demanda da comunidade trazia nas suas respostas as relações de procura e solicitações comunitárias para justificar as modalidades de práticas corporais desenvolvidas.

“Eu acho que foi pedido, primeiro começou com o futebol aqui ai depois as pessoas foram pedindo negócio de ginástica [...] A comunidade pedia e a prefeitura nos abraçou. E essas pessoas que faziam e permaneceram, elas acabaram mantendo essa demanda da ginástica” (ENTREVISTADO N)

“Eles que pedem. Foi feito uma divulgação muito grande do ginásio, chamando a comunidade para propor atividades e ai nesse meio tempo que se fez esse questionário, fez essa divulgação, o pessoal veio fez reunião e coisa, daí que surgiu a ideia da associação e esse pessoal que veio, que foi chamado no primeiro momento, é que foi basicamente os que propuseram as atividades e são as atividades que estão ai até hoje” (ENTREVISTADO H).

“A procura fez com que nós nos voltássemos para atender o público. A demanda veio da comunidade, nós viemos

para cá e a comunidade começa... claro que a sempre um indicio do que eles querem” (ENTREVISTADO B).

Daolio (1994) afirma que cada sociedade destaca e valoriza determinadas formas do uso do corpo ou determinados movimentos corporais, em consequência dos símbolos e valores que neles são colocados pela sociedade - em cada momento histórico específico. A mobilização e a participação comunitária possibilitam a criação de espaços de trocas e construções constantes de saberes, linguagens e práticas corporais. Segundo Moretti *et al.* (2008), é um esforço da comunidade se organizar para alcançar políticas e programas que melhorem as condições de vida da população assegurando a manutenção e melhoramento da qualidade de vida.

Das práticas corporais que estão sendo oferecidas nas unidades, a atividade de ginástica se mostrou como a prática mais antiga a ser desenvolvida nos locais com 80% das respostas, seguido pela dança e caminhada orientada. Houve também práticas que pararam de serem oferecidas temporariamente, até um novo profissional assumir as aulas, e outras se extinguiram definitivamente, pois não houve as reposições necessárias para suprirem as ausências por remanejamento e aposentadorias.

“Diminuiu alguma coisa por falta de professor, tinham grupos de dança, e hoje eles tão começando a se reconstituir. As atividades continuaram mais reduzidas. A gente tenta manter, não deixar elas se acabarem” (ENTREVISTADO C).

“Dança contemporânea parou, a professora se aposentou” (ENTREVISTADO M)

“Já teve ioga e alongamento, por questão de remanejamento de profissionais elas pararam” (ENTREVISTADO H).

“A dança parou de ser oferecida [...] Tudo, Lucas, depende muito do professor, o professor ainda é o grande mestre, o grande incentivador” (ENTREVISTADO J).

A aposentadoria e o remanejamento de professores na SME é uma realidade a ser enfrentada pelas unidades, pois não ocorreram mais concursos públicos para a reposição no quadro de profissionais de educação física e, segundo muitos dos relatos, não há nenhuma perspectiva de novos editais. Desta forma, os futuros direcionamentos da secretaria e a manutenção das suas diversas práticas corporais tornam-se um desafio e motivo de preocupação para os profissionais e para as comunidades que fazem desses locais uma extensão de suas relações de vida diária.

Atualmente, as 15 unidades contam com um somatório de 63 educadores físicos, porém o número total no quadro de funcionários é menor, pois muitos dos profissionais cumprem suas cargas horárias em mais de um local. Também existem 20 estagiários remunerados e a possibilidade de estagiários curriculares dos cursos de educação física, atendendo mensalmente a uma estimativa superior a 2.500 idosos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da transcrição e análise das entrevistas, foram estabelecidas categorias e relações sobre as práticas corporais desenvolvidas nos grupos de idosos da SME, identificando estas práticas, suas origens e desenvolvimento.

Dentre as práticas corporais que são promovidas destacaram-se duas categorias: práticas físico-esportivas (ginásticas, danças, caminhada orientada, yoga, entre outras) e práticas sociais (atividades de grupos de convivência, datas e eventos festivos e chás, por exemplo).

A prática corporal mais destacada em todas as unidades foi a ginástica em diferentes modalidades, sendo a mais antiga, procurada e oferecida nos locais investigados. Esta prática corporal foi relacionada diretamente com o início da inserção do idoso nas práticas corporais.

Quanto ao surgimento, a categoria práticas corporais anteriores a SME evidenciaram que, no passado, o idoso já vivenciava os espaços públicos de esporte, recreação e lazer da cidade, como praças, parques e centros comunitários. Com a inserção da SME, os diversos tipos de práticas corporais tornam-se instituídas, sendo que muitas ainda hoje são oferecidas, resultando na categoria práticas corporais na SME. No entanto, a participação deste público ainda era limitada, começando a se modificar no momento em que a população continua a frequentar esses ambientes, envelhecendo e criando vínculos com as suas práticas corporais e com o local onde as realizam. O convívio social é o principal responsável pela continuidade nestes grupos de idosos.

Em relação aos tipos de práticas corporais que estão sendo trabalhadas nesses grupos, duas justificativas apareceram de forma mais enfática nas entrevistas. A categoria perfil e especificidade do professor, que se referiam às características pessoais e profissionais dos mesmos, destacando-se como um dos motivos principais para a realização das modalidades nas unidades. Seguido pela categoria demanda da comunidade, que traziam práticas na perspectiva de suprir uma necessidade da comunidade, a qual através de

mobilizações e solicitações, buscaram a sua organização para solicitar programas do seu interesse.

Com o passar dos anos algumas práticas corporais pararam de serem oferecidas, temporariamente ou definitivamente, devido à falta de professores, por motivos de remanejamento ou aposentadoria, razão pela qual muitas turmas foram reduzidas ou extintas, mostrando como o professor ainda está fortemente vinculado à adesão e à continuidade das mesmas. Este assunto se mostrou de grande preocupação por parte da amostra, que não percebe perspectivas positivas para esta situação.

A partir deste estudo, foi possível se aproximar dos processos de desdobramentos das práticas corporais para os idosos e suas interações com os grupos que se formaram e continuam a crescer, ano após ano, em Porto Alegre. Contudo, são necessárias maiores investigações sobre esta temática nas unidades e demais instituições que são referência no trabalho destinado ao público idoso, com o propósito de não se perder informações e relatos importantes. O público idoso e os professores são os 'arquivos' dessa história, possibilitando acompanhar o surgimento e o desenvolvimento destas práticas corporais até os dias atuais, idealizando o seu futuro.

REFERÊNCIAS

ALVES JR., E. D. **A pastoral do envelhecimento ativo**. 609 f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2004.

ANTUNES, Priscilla de Castro. **Corpo Saúde e Práticas Corporais: uma análise da produção científica do campo da educação física acerca das pessoas na meia-idade**. Brasília: Gráfica e Editora Ideal, 2011. 168 p.

BAGRICHEVSKY, Marcos et al. Sedentários 'sem vergonha', saudável 'responsável'? Problematizando a difusão do 'estilo de vida ativo' no campo sanitário. In: BAGRICHEVSKY, Marcos; ESTEVÃO, Adriana; PALMA, Alexandre (Org.). **A saúde em debate na educação física**. Ilhéus: Editus, 2007. P. 209-230.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011. 279p.

BARRETO, M.L. **Admirável mundo velho: velhice, fantasia e realidade social**. Ática, São Paulo, 1992.

BAUER. R.; EGELER. R.. **Ginástica, jogos e esportes para idosos**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1993.

BEE, Helen. **O ciclo vital**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

BLAIR, S.N. *C.H. McCloy research lecture: physical activity, physical fitness and health*. **Res. Quart. Exerc.**, 1993; 64: 365-76.

BONI, Valdete; QUARESMA, Silvia Jurema. Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevistas em Ciências Sociais. **Revista Eletrônica dos Pós-Graduandos em Sociologia Política da UFSC**, v. 2nº 1 (3), janeiro/julho, 2005, p. 68-80.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Glossário temático: promoção da saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012.

CAMPOS N.O.B., RODRIGUES R.N. Ritmo de declínio nas taxas de mortalidade dos idosos nos estados do Sudeste, 1980-2000. **R Bras Est Pop.**, 2004; 21(2):323-342.

CARVALHO Yara Maria de. Promoção da saúde, práticas corporais e atenção básica. **Revista Brasileira de Saúde da Família**, Brasília, v. 7, p. 33-45, 2006.

CASPERSEN CJ, POWELL KF, CHRISTENSON GM. *Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research*. **Public Health Rep.**, 1985; 100:126-31.

CASTELLANI, F. Lino. **Educação física no Brasil: A história que não se conta**. 3º Ed. Campinas: Papyrus. 1991.

DAOLIO, J. **Da cultura do corpo**. Campinas: Papyrus, 1994.

DEBERT, G. G. **A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento**. Campinas: Edusp, 2004.

DEBERT, G.G. **A Reinvenção da Velhice**. São Paulo: Universidade de São Paulo, 1999.

FALSARELLA, Gláucia Regina; SALVE, Mariângela Gagliardi Caro. Envelhecimento e atividade física análise das relações pedagógicas professor-aluno. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, Sp, v. 7, n. 10, p.61-75, jan./jun. 2007. Disponível em: <http://ferramentas.unipinhal.edu.br/ojs/movimentoepercepcao/viewarticle.php?id=101&layout=abstract>. Acesso em: 01 nov. 2014.

FARIA Jr. A. G. Atividade física - Conceito, modelo e suas especificidades no caso das pessoas idosas. **Atividades Físicas para Terceira Idade**. Brasília; p. 13-22, 1997.

FARINATTI, Paulo de Tarso Veras. Envelhecimento, **Promoção da saúde e exercício: bases teóricas e metodológicas**. Barueri, SP: Manole, 2008. p.3.

FEIX, Eneida; GOELLNER, Silvana Vilodre. O florescimento dos espaços públicos de lazer e de recreação em porto alegre e o protagonismo de Frederico Guilherme Gaelzer. **Licere**, Belo Horizonte, v. 11, n. 3, p.1-18, dez. 2008.

FRAGA, Alex Branco; CARVALHO, Yara Maria de; GOMES, Ivan Marcelo (Org.). **As práticas corporais no campo da saúde**. São Paulo: Hucitec, 2013. 229 p.

FREITAS, Elizabete V.; GHORAYEB, Nabil; PEREIRA, Josbel B. M.; GHORAYEB, Carolina. Atividade física no idoso. In: FREITAS, Elizabete *et al.* **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. Cap. 49. p. 604-605.

GODOY, Arilda Schmidt. Introdução à pesquisa qualitativa e suas possibilidades. **RAI – Revista de Administração de Empresas**, São Paulo, v. 35, n. 2, p. 57-63, 1995.

HOLLOSZY, J.O. *Exercise, health and aging: A need for more information*. **Med. Sci. Spt. Exerc.**, 1983; 15: 1-5.

JACOB FILHO, Wilson; KIKUCHI, Elina Lika. **Geriatria e Gerontologia Básicas**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.

LAZZAROTTI, Ari. *et al.* O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 1, p.11-29, abr. 2010.

LIMA, Marcelo Alves. A Gestão da Experiência de Envelhecer em um Programa para a Terceira Idade: a Unati/ Uerj. In: VERAS, Renato Peixoto (Org.). **Velhice numa perspectiva de futuro saudável**. Rio de Janeiro: Uerj, Unati, 2001. p. 33-98. Disponível em: <http://www.crde-unati.uerj.br/publicacoes/textos_Unati/unati2.pdf>. Acesso em: 05 out. 2014.

LOVISOLO, H. R. **Problematizando a questão da terceira idade no contexto atual da sociedade**. Motus Corporis: Revista de Divulgação Científica do Mestrado e Doutorado em Educação Física. Rio de Janeiro, v.4, n.2, p. 09-11, 1997.

MANZINI, E. J. Considerações sobre a elaboração de roteiro para entrevista semi-estruturada. In: Maria Cristina Marquezine, Maria Amélia Almeida, Sadao Omote (orgs.). **Colóquios sobre pesquisa em educação especial**. Londrina: Eduel, 2003, p. 11-25.

MARQUES FILHO, Ernesto. **Atividade física no processo de envelhecimento**. Campinas: [s. n.], 1998.

MAZO, G. *et al.* Programa de hidroginástica para idosos: motivação, auto-estima e auto-imagem. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**, Florianópolis, v. 6, n. 2, p. 67-72, 2006.

MAZO, G.Z.; BENEDETTI, T.B.; MOTA, J. e BARROS, M. V. G. Validade Concorrente e Reprodutibilidade Teste-Retestes do Questionário de Baecke Modificado para Idosos. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**. Paraná v.6(1). 2001: p.5-11.

MAZO, GZ; LOPES, MA; BENEDETTI, TB. **Atividade Física e o Idoso: Conceção Gerontológica**. 2º ed. Porto Alegre: Sulina, 2004.

MCPHERSON, B.D. *Sociocultural perspectives on aging and physical activity*. **J. Aging Phys. Activity**, 1994; 2: 329-53.

MEIRELLES, Morgana A. E. **Atividade na Terceira Idade**. 2º ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1999.

Mendes MRSSB, Gusmão JL, Faro ACM, Leite RCBO. **A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração**. Acta Paul Enferm, v. 18, n. 4, p. 422-6, 2005.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 12. ed. São Paulo: Hucitec, 2010. 407 p.

MORETTI, Andrezza C. et al. Práticas Corporais/Atividade Física e Políticas Públicas de Promoção da Saúde. **Revista Saúde e Sociedade**, São Paulo, v. 18, n. 2, p.346-354, set. 2008.

NEGRINE, Airton. Instrumentos de coleta de informações na pesquisa qualitativa. In: MOLINA NETO, Vicente; TRIVIÑOS, Augusto N. S. (Org.). **A Pesquisa Qualitativa na Educação Física: Alternativas Metodológicas**. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2010. p. 61-99.

NÉRI, A.L. Qualidade de vida no adulto maduro: Interpretações teórica e evidências de pesquisa. In: Néri, A.L.(ORG). **Qualidade de Vida e idade madura**. Campinas: Papirus, 1993, p. 9-55.

NICOLA, Pietro de. **Fundamentos de Geriatria e Gerontologia**. Porto Alegre: D. C. Luzzato, 1986. 386 p.

NUNES, Célia Maria Fernandes. Saberes docentes e formação de professores: um breve panorama da pesquisa brasileira. **Educação & Sociedade**, ano XXII, n. 74, p. 28-42, abril, 2001.

OKUMA, S. S. **O Significado da atividade Física para o idoso: um estudo fenomenológico**. Tese de Doutorado – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. São Paulo: 1997, 381p.

ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ. **Les buts de la santé pour tous 2000: Buts de la stratégie régionale européenne de la santé pour tous**. Copenhage: OMS, 1985.

Organização mundial da saúde (Org.). **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-americana de Saúde, 2006.

PIMENTA, Selma Garrido. Professor reflexivo: construindo uma crítica. In: PIMENTA, Selma Garrido; GHEDIN, Evandro (orgs.). **Professor reflexivo no Brasil: gênese e crítica de um conceito**. 4. Ed. São Paulo: Cortez, 2006.

RAUCHBACH, R. **A Atividade física para terceira idade; envelhecimento ativo, uma proposta para a vida**. 2. ed. Londrina: Midiograf, 2001. p. 15.

SANTOS, Carolina B. M. **Tendências a estados depressivos e ansiedade em homens e mulheres da meia-idade (idade de 45 aos 59 anos) e da terceira idade (idade superior ou igual a 60 anos) praticantes de hidroginástica**. Monografia (Conclusão de curso) – Educação física, Universidade Luterana do Brasil, Canoas, 2006.

SILVA, A. M.; DAMIANI, I. R. As práticas corporais em foco: a análise da experiência em questão. In: SILVA, A. M.; DAMIANI, I. R. (Orgs.) **Práticas Corporais: experiências em Educação Física para outra formação humana**. Florianópolis: Nauemblu Ciência&Arte, 2005. p. 187-2.

SILVEIRA, R.; STIGGER, M. P. Espaço de jogo – espaço de envelhecimento: sociabilidade lúdica na Sociedade Esportiva Recanto da Alegria. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas v. 29, n. 1, p. 177-192, set/2007.

SOARES, Carmen Lúcia. Práticas corporais: invenção de pedagogias? In: SILVA, Ana Maria; DAMIANI, Regina (Org.). **Práticas corporais: gênese de um movimento investigativo em educação física**. Florianópolis: Nauemblu Ciência & Arte, 2005. p. 43-64.

SPIRDUSO, W. W. **Questões de Quantidade e Qualidade de Vida: Dimensões Físicas do Envelhecimento**. Barueri, SP: Manole, 2005. p. 3.

SPIRDUSO, W. W. **Physical dimensions of aging**. Champaign: Human Kinetics, 1995. 432p.

SUZUKI, C. **Aderência a atividade física em mulheres da Universidade Aberta da Terceira Idade**. Dissertação (Mestrado) –Universidade de São Paulo. Ribeirão Preto, 2005.

TELLES, S. de C. C. **A construção do campo do conhecimento sobre as atividades físicas para idosos no Brasil**. Tese (Doutorado em Educação Física). Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 2008.

TURATO, Egberto Ribeiro. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetivos de pesquisa. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 3, p. 507-514, 2005.

VERAS, R. P. **País jovem com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil**. Rio de Janeiro: Relume Dumará: UERJ, 1994. 224 p.

VERTINSKY, P.A. *Stereotypes of aging women and exercise: A historical perspective*. **J.Aging Phys. Activity**, 1995; 3: 223-37.

ZIBERTTI, Marli Lúcia Tonatto; SOUZA, Marilene Proença Rebello. Apropriação e mobilização de saberes na prática pedagógica: contribuição para a formação de professores. **Educação e pesquisa**, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 247-262, maio/ago. 2007.

APENDICE A - QUESTIONÁRIO



Questionário Práticas Corporais

Instituição:	Data:
Nome do responsável:	

1. Quais são as práticas corporais que o idoso participa no local?
2. Qual a frequência dessas práticas corporais?
3. Quais práticas corporais têm mais procura pelos idosos?
4. Quando começaram a serem desenvolvidas e como surgiram estas práticas corporais no local?
5. Quais são as práticas corporais mais antigas oferecidas?
6. Quais práticas corporais que pararam de ser oferecidas e por qual motivo?
7. Qual a atual equipe de professores e estagiários que atuam com estas práticas corporais?
8. Quantos são os idosos atendidos no local?

APÊNDICE B – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO



UFRGS
UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO GRANDE DO SUL

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Escola de Educação Física

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Título do projeto: Práticas Corporais desenvolvidas nos grupos de terceira idade vinculados a prefeitura de Porto Alegre

Pesquisador responsável: Lucas Cunha Xavier – Acadêmico do curso de Educação Física Bacharelado pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Orientação: Prof. Dra. Andréa Kruger Gonçalves

Convidamos você a participar da pesquisa titulada “Práticas Corporais desenvolvidas nos grupos de terceira idade vinculados a prefeitura de Porto Alegre” que tem como objetivo investigar as práticas corporais desenvolvidas nos grupos de terceira idade do vinculados a prefeitura de Porto Alegre

Procedimentos

Será realizada uma entrevista semi-estruturada pelo pesquisador, seguindo um roteiro de oito perguntas. Os registros serão de forma descritiva, não havendo registro que emita juízo de valor. O relatório final deste estudo também lhe será devolvido para leitura e apreciação das informações coletadas e interpretações realizadas.

Confidencialidade

Suas respostas serão tratadas de forma anônima e confidencial. Em nenhum momento será divulgado o seu nome e local de trabalho. Quando for necessário exemplificar determinada situação, sua privacidade será assegurada uma vez que seu nome será substituído de forma aleatória.

Voluntariedade

Sua participação é voluntária. A qualquer momento você pode recusar-se a responder qualquer pergunta ou desistir de participar, retirando seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com o pesquisador ou com a instituição.

Assim, assino o presente documento em duas vias de igual teor e forma, ficando uma em minha posse, e autorizando a utilização dos resultados obtidos com o questionário.

Porto Alegre, _____ de _____ de 201__.

Nome: _____

RG: _____

Assinatura: _____

Assinatura do pesquisador responsável: _____

Lucas Cunha Xavier telefone: (51) 96221027

Andréa Kruger Gonçalves