

CONCEPÇÕES DE LAZER NA PERSPECTIVA DOS IDOSOS E AS POSSÍVEIS PROPOSTAS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO MUNDO DO TEMPO LIVRE

Rudemar Brizolla de Quadros
Carmen Lúcia da Silva Marques

RESUMO

Este estudo refere-se à pesquisa realizada no projeto de extensão Idoso Natação e Saúde. Busca-se dimensionar a concepção de lazer de idosos e sua possível relação com as intervenções da educação física no mundo do tempo livre, buscando, sobretudo, legitimar as ações da educação física enquanto uma das possibilidades de proporcionar o lazer aos idosos. Os resultados levaram-nos a considerar que cabe à educação física o desafio de encontrar maneiras de tornar legítimas suas ações com a população em questão, considerando, entretanto, em suas propostas, a concepção de lazer, desvelada pelos idosos/sujeitos do tempo livre.

Palavras-chave: Concepção de lazer, Atividades aquáticas, Idosos, Educação Física.

ABSTRACT

This study refers to the research conducted into the Idoso Natação e Saúde fieldwork. It aimed at measuring the elderly leisure concept and its relationship with physical education interventions in the world of free time, seeking, by so, to legitimize the physical education acts as one of the elderly leisure possibilities. The results led us into consider that is destined to the physical education the challenge of finding manners of legitimize its acts by the above mentioned group of people, taking into account, however, in its proposals, the leisure concept unveiled by the elderly/subjects of the free time.

Keywords: Leisure concept, Aquatic Practices, Elderly, Physical Education

RESUMEN

Este estudio se refiere a la investigación en el proyecto de extensión Idoso Natação e Saúde. Se intentó dimensionar la concepción de pasatiempo de mayores y su posible relación con las intervenciones de la educación física en el mundo del tiempo libre, buscando, legitimar las acciones de la educación física en cuanto una de las posibilidades de proporcionar el pasatiempo a los mayores. Considera que cabe a la educación física el desafío de hallar maneras de tornar legítimas sus acciones con la población en cuestión, considerando, en sus propuestas, la concepción del pasatiempo, desvelada por los mayores/sujetos del tiempo libre.

Palabras claves: Concepción de pasatiempo, Actividades Acuáticas, Mayores, Educación Física

Introdução

Podemos dizer que tem se tornado visível o fato de que ao mesmo tempo em que diminui o número de crianças, aumenta, consideravelmente, o número de idosos, em nosso país alterando a estrutura da pirâmide demográfica brasileira. Estas mudanças podem ser associadas ao avanço da medicina, à adesão a hábitos mais saudáveis e às novas expectativas de vida que o mundo atual tem gerado. DEBERT (2000) RAUCHBACH (2001),

O aumento da longevidade desencadeia a necessidade de conhecer, em maior profundidade, o impacto do fenômeno envelhecimento. Por esse motivo, o tema envelhecimento vem ganhando atenção significativa nas últimas décadas, sendo alvo de crescentes discussões não só no meio acadêmico, no qual fomenta o desenvolvimento de pesquisas, mas também na sociedade como um todo, a partir da organização de grupos de Terceira Idade e até mesmo na criação de leis específicas para esta parte da população. Este fenômeno é mais visível nos ambientes frequentados por idosos e criados para atender suas demandas: ocupação do tempo livre, socialização, lazer e manutenção da saúde através de atividades físicas regulares.

Este estudo teve como objetivo dimensionar a concepção de lazer a partir da perspectiva de indivíduos idosos, participantes do Projeto de Extensão Idoso Natação e Saúde (PEINS), junto ao Núcleo Integrado de Estudo e Apoio à Terceira Idade (NIEATI), no Centro de Educação Física e Desporto (CEFD), na Universidade Federal de Santa Maria (UFSM). Além disso, buscamos caracterizar as dimensões do tempo livre, ao qual a maioria desses indivíduos estão submetidos.

Na tentativa de garantir os direitos de cidadania, o governo criou o Estatuto do Idoso em 2003, que garante uma gama de benefícios a todos aqueles que têm mais de 60 anos de idade. De todos os benefícios, atribuímos, neste estudo, especial atenção ao lazer, que é garantido pelo Estatuto do Idoso no Capítulo V, Art.20. No entanto, para que este direito seja usufruído pelo idoso, o lazer deve ser proporcionado de fato pelas diferentes esferas da sociedade onde ele circula o que estimula a ênfase do tema “envelhecimento” em estudos e pesquisas e a criação de grupos que estimulem a integração entre as pessoas dessa faixa etária.

Dentro das diversas ações que buscam contemplar os direitos dos idosos, sejam as leis, seja o estatuto, sejam as ações institucionais que atribuem o lazer como um direito dos mesmos, preocupamo-nos com a conotação do lazer em propostas de atividades específicas, como as desenvolvidas pela Educação Física. Sobre estas, porém, não temos ainda, seja por parte dos próprios idosos, seja por parte dos órgãos responsáveis pelas mesmas, a dimensão de lazer que elas podem apresentar.

De maneira geral, podemos dizer que nossa proposta detém o foco na caracterização das reais dimensões das atividades desenvolvidas pela Educação Física, principalmente se pensarmos:

1. Na possibilidade de se desenvolver ações da educação física em uma perspectiva de lazer;
2. Na dimensão de lazer que ações da educação física podem apresentar no mundo do tempo livre;
3. Na concepção deste lazer atribuída pelos “indivíduos no mundo do tempo livre”, em relação às ações da educação física a eles propostas;

Antes de configurarmos o delineamento das principais ideias no decorrer deste texto, consideramos necessário definir os principais conceitos acerca do lazer, já que o estudo disserta sobre qual é a concepção de lazer que idosos participantes de um projeto

de extensão possuem e qual a sua possível relação com as intervenções da educação física no mundo do tempo livre. Logo, para efeito desse estudo, consideramos o lazer pela perspectiva de Marcellino (1987), atribuindo a ele as características de ausência de obrigação e de presença de prazer ao realizar a atividade.

A pertinência ao se considerar o lazer nas ações da educação física com idosos

O Envelhecimento não é um processo homogêneo, cada pessoa vivencia essa fase da vida de uma forma, considerando sua história particular e todos os aspectos estruturais, classe, gênero e etnia a eles relacionados. Também outros fatores, como saúde, educação e condições econômicas influenciam na percepção do que é a velhice.

É importante salientar que o processo de envelhecimento brasileiro tem experimentado um dos maiores aumentos em relação à proporção de idosos na população total. Isso significa uma acelerada tendência de envelhecimento populacional, confirmada pelos últimos censos da Fundação IBGE.

Segundo as projeções Estatísticas da Organização Mundial da Saúde, apresentada por Rauchbach (2001), a população idosa no Brasil crescerá 16 vezes até 2025 em comparação aos números de 1950. É o maior crescimento populacional do mundo, que colocará o país, caso confirme-se, como a sexta maior população de idosos, mais de 32 milhões de pessoas com mais de 60 anos. Além disso, em 2025, o Brasil ficará em 16º lugar entre os países da América Latina, no que diz respeito à esperança de vida, dados da Organización Panamericana de La Salud, apresentados por MATSUDO (2001).

Seremos uma espécie com média de idade cada vez mais alta, ampliando-se a legião dos centenários, que no Brasil já eram 24,5 mil em 2000, de acordo com o IBGE. Se, por um lado, o ciclo biológico, próprio do ser humano, assemelha-se aos dos outros seres vivos: nascem, crescem e morrem, por outro, as várias etapas da vida são social e culturalmente construídas. As diversas sociedades constroem diferentes práticas e representações sobre a velhice, a posição social dos velhos na comunidade e nas famílias e o tratamento que é de direito ou merece (DEBERT, 2000).

Segundo Baldessin in Netto (1996), o modo como envelhecemos se processa de maneira diferente e individualizada, ou seja, há quem envelheça biologicamente, mas rejuvenesça interiormente e transmita vitalidade, e há aqueles que são mais jovens biologicamente e, por estarem velhos e cansados interiormente, aparentam uma idade mais avançada.

Historicamente sabemos que a juventude sempre foi preferida à velhice e que a chegada da aposentadoria desperta insegurança e incertezas, pois, em uma sociedade industrial e capitalista, estar aposentado equivale a estar fisicamente incapacitado, a sofrer perdas, a ser economicamente dependente, a experimentar isolamento social e perder status social (LORDA, 1995). Essa realidade é visível, pois não estamos preparados para a aposentadoria e talvez nunca estaremos, muito menos para ficarmos velho Para Baldessin in Neto (1996), só pensamos na velhice quando ficamos velhos, é o momento em que somos pegos de surpresa e desprevenidos. Assim, esta parte da população, cada vez em maior número, força a sociedade a repensar as concepções de velhice. Dessa forma, começa a ser tratada como matéria de interesse público e a ser, cada vez mais, abordada pela mídia a qual abre espaço para um crescente número de especialistas e de serviços voltados para essa população.

Segundo Debert (2000), estamos vivendo em um contexto social no qual o espaço ocupado, o tempo, o curso da vida, o corpo e a saúde ganham novas configurações. A autora argumenta que a transformação da velhice em problema social não pode ser compreendida unicamente como um resultado mecânico de modificações

demográficas. Um problema social é, antes de tudo, uma construção social. A sociedade mobiliza-se criando inúmeros grupos destinados à terceira idade, que começam a se fazer representar nas estruturas democráticas do estado brasileiro. Chega-se assim aos dias atuais, nos quais, através da representação política, a sociedade brasileira consegue promulgar o Estatuto do Idoso, aprovado pelo senado para legislar sobre os direitos das pessoas que tem mais de 60 anos.

Wankel Apud Rodrigues (2002) reforça a idéia de que a busca da interação social constitui uma das fortes razões para o envolvimento na atividade física, pois as atividades em grupo e a convivência com outras experiências, assim como as atividades de lazer, favorecem a troca de afetos, as brincadeiras, o preenchimento de tempo, a comunicação espontânea e a formação de novas amizades. Vivências essas que certamente irão influenciar tanto no aspecto físico quanto no aspecto sócio cultural.

Como é possível perceber na idéia de Wankel, várias razões e diferentes maneiras de atenuar os efeitos negativos causados pelo envelhecimento passam por formas prazerosas de atividades estimuladas pela Educação Física. Assim, chegamos ao ponto central de nossa discussão: estaria a Educação Física cumprindo com este papel? Que concepção de lazer esta área do conhecimento deveria adotar para conseguir proporcionar satisfação e realização entre as pessoas idosas com quem trabalha?

Sendo assim, surge a preocupação em tentar conduzir as ações da educação física para formas legítimas de produção/democratização do lazer. Para isso, dois pontos devem ser levados em consideração para fins analíticos: devemos definir o que está sendo considerado como um conceito de lazer e, em um segundo momento, relacionar este conceito ao que cada participante idoso entende por lazer. Entendemos que, para que os objetivos da Educação Física, de proporcionar lazer nas atividades que realiza, possam ser alcançados, a intervenção de seus profissionais tem de levar em consideração o que o seu público alvo espera e entende por lazer.

Na busca de construir uma reflexão sobre o lazer e contribuir para um debate existente e, talvez, promover novos pontos de reflexão, faz-se necessário explorar os conceitos de alguns autores para melhor compreender suas diferentes concepções. Ao consultarmos entre os teóricos, que estudam o assunto, encontramos Dumazedier (1976), que considera o lazer:

“Um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou ainda para desenvolver sua formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações familiares e sociais” (DUMAZEDIER, 1976, p.34).

Além dessa definição formulada por Dumazedier, acrescentamos outras características definidas por Marcellino (1987), que alerta para o fato de que, para que certo tipo de atividade seja definida como lazer, ela deve estar ausente de qualquer obrigação e devem ser levados em consideração também os aspectos atitude e tempo. O indivíduo deve sentir prazer em realizar a atividade, e esta deve ser realizada durante o período de tempo livre que o mesmo dispõe. Assim, tempo e atitude devem ser considerados conjuntamente, pois o simples isolamento de uma pode provocar desvio dos resultados. Por exemplo, se utilizarmos apenas o tempo para caracterizar o lazer, todas as atitudes no tempo livre serão caracterizadas como lazer. Isto incorreria no erro de considerar que todas as atividades realizadas durante o tempo livre são atividades de lazer. Ora, tendo em vista que o foco do nosso estudo se dirige às pessoas aposentadas,

teoricamente ditas como “pessoas do tempo livre”, tudo o que elas fizessem seria lazer. O mesmo erro ocorreria se considerássemos apenas a atitude, pois indivíduos que gostam muito de suas atividades diárias, por exemplo, estariam em permanente lazer durante a realização das mesmas. Uma atitude na área do trabalho, por mais prazerosa que seja, segundo Marcellino (1987), não pode ser considerada lazer justamente por congrega o peso da obrigação.

Nesse sentido, é importante retomar o que foi dito na conceitualização feita por Dumazedier e levar em consideração também a variável da obrigação. Esse autor focaliza um amplo leque de oportunidades acerca de como o lazer se realiza. Além disso, no conceito destacado, encontramos, entre essas funções já estabelecidas, o descanso, a recuperação física do esforço, do desgaste e do trabalho, visando recuperar a fadiga e proporcionar a vitalidade.

O lazer está ligado ao prazer ao pensarmos em atividade prazerosa sem obrigatoriedade. Portanto, a busca de lazer como um valor humano e para o ser humano deve ser resultante de livre escolha, participação espontânea, o que não significa dizer que não precise ser incentivada (MEISTER 2005).

No decorrer da história, o lazer ocupou plano coadjuvante e foi associado a situações diversas, como o não fazer nada, a ociosidade, a preguiça e a improdutividade. Nesse sentido, o lazer assumiu uma conotação pejorativa. Meister (2005) afirma que somos educados a sermos produtivos e o lazer passou a ser visto como uma atividade na qual as pessoas são improdutivas. Essa ideia faz com que muitas pessoas que possuem tempo disponível, tempo livre, como é o caso da terceira idade, não consigam cultivar o prazer de ter um lazer, porque a pessoa é a mesma do modo de produção isto é, se não estão produzindo, são inúteis.

Neste sentido, poderemos situar o lazer como cultura, compreendida no seu sentido amplo, vivenciada, praticada ou fluida no tempo disponível. Ao associarmos o lazer à cultura, é importante destacarmos a compreensão do conceito de cultura que é entendida como um conjunto global de modos de fazer, ser, interagir e representar socialmente (MARCELLINO, 1987). Neste sentido, o autor defende a ideia de que, para usufruir do lazer, é necessário primeiramente a prática, o aprendizado, o estímulo, a preparação e a iniciação aos conteúdos culturais.

Ao pensarmos desta forma, nosso interesse é orientar para ter, em nosso tempo, atividades que sejam prazerosas e tornem o lazer uma parte do “fazer, ser e interagir” do cotidiano das pessoas da terceira idade. Além disso, como Meister (2005) sugere, esse deve ser um momento de reciprocidade, onde se consiga estabelecer vínculos importantes com as pessoas. Pensar o lazer é incluir, proporcionar momento de reflexão e de descoberta pessoal.

As visões educativas e do mundo do “capital” acerca do lazer vêm atribuindo, ao mesmo, conceitos positivos, porém distintos. Para Rodrigues (2002), o capitalista torna o lazer um negócio rentável e, no sentido educativo, o lazer está servindo, ainda que timidamente, como um apoio às práticas escolares. Mascarenhas (2001) entende o lazer como um “fenômeno tipicamente moderno, resultante das tensões entre capital e trabalho, que se materializa como um tempo e espaço de vivências lúdicas, lugar de organização de cultura, pensado por relações hegemônicas”.

Logo, o aumento no tempo de vida, aliado ao progresso da economia mundial e à tendência contemporânea, que é a qualidade de vida, acarreta maior tempo livre para a população idosa. Assim, o lazer poderá ser como um fenômeno sócio-cultural na vida destas pessoas, representando, além de uma melhora na auto-estima, maior tempo livre vivido com qualidade e, sobretudo, com escolha.

Neste sentido, o lazer atribuído aos idosos passa a ser um centro de atenção tanto para os profissionais da área da educação como para os interesses da economia, confirmando sua inserção nas propostas tanto de educação como do “mundo do capital”.

Contudo, muitas das ações realizadas pela população com mais de 60 anos em busca de atividades físicas, embora desvinculadas do trabalho formal, relacionam-se com algum tipo de obrigação. Haja vista, a busca desenfreada “pela saúde e qualidade de vida”, na qual a Educação Física é vista como complemento de tratamento, nem sempre relacionada ao prazer.

A maioria dos idosos realiza atividades físicas por orientação médica e como forma de manutenção e restabelecimento da saúde. Sabe-se que, aos profissionais de Educação Física, por algumas questões paradigmáticas, sobre as quais acarretam muitas críticas e discussões, cabe o papel de “promotor da saúde”. As relações entre saúde e educação física são históricas, fazendo-se constantemente presentes em seu discurso profissional, oficial e científico. Faria Junior In: Farinatti & Ferreira (2006), relata que:

Calcadas em dados epidemiológicos, entretanto, as propostas muitas vezes resvalam na simplicidade de um certo otimismo ingênuo, como se o exercício físico fosse uma panacéia para todos os problemas: uma vez fisicamente ativo, o individuo teria mais energia, ficaria menos doente, teria a auto-estima aumentada, melhor inserção social e ainda por cima, viveria mais. Esquecem o fato de que se pode também ter tudo isso sendo sedentário ou que nem todas as pessoas fisicamente ativas morrem mais tarde, estão em paz com a vida ou não ficam doentes. Imputam, assim, uma relação de causa-efeito entre saúde e exercício. (...). (FARINATTI & FERREIRA 2006, p.17)

Portanto, podemos inferir que o campo de atuação do profissional de Educação Física é mais amplo. Cabe a ele educar para a vivência do lazer. De acordo com Velasco (1997), os profissionais de Educação Física possuem uma grande missão com as pessoas acima de 60 anos que, além de importante, é necessária: reativar o corpo apesar das dificuldades e fazer com que eles redescubram a sua auto-estima.

Estudos anteriores realizados com idosos que praticam atividades aquáticas junto ao NIEATI mostraram que a grande maioria dos idosos chegou até o programa por orientações médicas ou pela necessidade de cuidar da saúde. No decorrer da convivência estabelecida com essas pessoas, percebemos que, com o passar do tempo, elas pareciam encarar as atividades de maneira prazerosa, na qual conseguem um grupo novo de sociabilidade.

Assim, para a realização desta pesquisa, partimos da hipótese de que nosso trabalho estava diretamente ligado a uma forma de lazer para esses idosos. A pesquisa foi realizada buscando dimensionar o que se caracterizava como lazer a partir da perspectiva dos mesmos.

A idéia de lazer apresentada neste estudo fez parte da necessidade de se ampliar a discussão acadêmica sobre o tema, que há muito vem sendo trabalhado nas aulas de hidroginástica de maneira camuflada ou ainda tímida, pois acreditamos que uma aula de hidroginástica vai além de adaptação ao meio aquático e de sequência de exercícios físicos. As ações envolvem aprendizagem com caráter lúdico e recreativo, momentos esses de descontração, de prazer, de encantamento e socialização das aulas. Embora, para alguns autores, os motivos mais comuns para a busca da prática de exercícios

físicos entre os idosos sejam os problemas de saúde, foi possível verificar as mudanças de postura no âmbito social e cultural com o passar do tempo.

Metodologia

A amostra foi extraída entre os idosos que praticam atividades aquáticas no PEINS/NIEATI/CEFD/UFSM. Para os objetivos deste estudo, foram selecionados indivíduos de ambos os sexos, com mais de 60 anos, aposentados (as), contemplando-se (02) dois representantes de cada uma das (06) seis turmas, determinados por sorteio a partir da lista de inscrição. A coleta de dados baseou-se em questões norteadoras para a realização da entrevista semi-estruturada, segundo Lüdke & André (1986).

As entrevistas foram realizadas junto à piscina térmica do CEFD, no momento anterior ao início de cada aula, em sala anexa, com o auxílio de (01) um gravador. As mesmas contemplavam as seguintes questões:

O que o senhor (a) entende por tempo livre?

Como o senhor (a) ocupa o seu tempo livre?

O que o senhor (a) entende por atividades de lazer?

Quais as principais atividades de lazer que o senhor (a) realiza?

Como o senhor (a) considera as ações da Educação Física nas atividades das quais participa?

Resultados

Considerando os objetivos propostos em relação aos sujeitos investigados, os quais se encontram no mundo do tempo livre, inseridos nesse contexto por serem idosos aposentados, percebemos que os mesmos possuem a consciência de que são os sujeitos deste tempo livre, que após se aposentar tudo é tempo livre. Essa concepção foi identificada, ao longo das entrevistas, nas quais apareciam vários sinônimos para representar esse tempo:

“Tempo sem compromisso, depois que me aposentei tudo é tempo livre, [...] faço tudo que posso fazer, a minha vida é um completo tempo livre” (Entrevistado nº7, masculino, 60 anos).

“Tempo de liberdade, sem obrigação, tempo de folga, tempo dedicado para fazer lazer, [...] conversar com os amigos e vizinhos, tomar chimarrão, fazer o que eu gosto” (Entrevistado nº 4, feminino, 66 anos).

“Tudo o que eu gosto de fazer, Cozinhar, passear, viajar, jardinagem, “tudo que eu gosto de fazer”, trabalhos manuais, tricô, crochê, tudo que a velhice dá direito [...]. Ah! já estava esquecendo, as caminhadas que é muito importante para manter-se com saúde. Acho que se tivesse mais tempo ficaria falando o dia inteiro, pois assim estaria ocupando meu tempo livre conversando com você professor” (Entrevistado nº 2, feminino, 69 anos).

Como é possível perceber e comprovar, com as respostas diretas e indiretas, todo o tempo é ocupado com atividades que lhes proporcionam prazer, ou seja, fazem o que gostam. Fica evidenciado na fala dos entrevistados(as), que seus tempos livres é preenchidos com atividades cotidianas que lhes deem prazer e satisfação, sendo as mais

relevantes as conversas com amigos e vizinhos e a realização de trabalhos manuais (crochê, tricô, bordado – haja vista que o maior número de entrevistados era mulheres).

Por lazer, pudemos perceber, através da entrevista, que os idosos entendem como a realização de atividades que estimulam e dão prazer, também é um momento de especial atenção para conviver com a família e com os amigos. Assim, destacam-se dois pontos principais em suas respostas que podem ser agrupadas nas seguintes categorias:

a) Lazer relacionado às atividades e a socialização: as atividades e a socialização aparecem em quase todas as respostas dos entrevistados, com ênfase para as seguintes atividades: baile, festas, atividade física, atividade de grupo, pequenas viagens e ida à praia evidenciam as atividades realizadas em companhias de outros, com destaque para a família e vizinhos.

“Atividades de grupo, conversar com amigos, uma turma de pessoas, isso é muito bom, ter amigos, viajar, baile, festa, reunir a família, pois a família é muito importante” (Entrevistado n° 4, feminino, 66 anos).

“Junto da família, filhos, netos, brincar com os netos, sem ter hora marcada, outra coisa que eu gosto é de viajar” (Entrevistado n° 9, feminino, 65 anos).

Como podemos perceber, há uma super valorização da socialização entre os indivíduos da família e com os vizinhos.

b) Lazer como oposição às obrigações: Mesmo estando aposentados (sujeitos do tempo livre), os entrevistados veem certas tarefas como uma rotina diária (obrigações para com o bem-estar de seu grupo familiar), ao contrário de outras que realizam com satisfação em momentos distintos. Assim, o lazer é visto como oposição às obrigações diárias.

“Atividades de final de semana, [...] baile, festa juntos com os amigos, tudo que dá para fazer no final de semana, daí é lazer” (Entrevistado n° 12, feminino, 65 anos).

“Momento despreocupado com a família e com amigos, sem ter horário para começar nem para terminar, [...] passear, isso é muito bom”. (Entrevistado n° 8, feminino, 65 anos).

A partir das respostas sobre tempo livre, percebemos a interligação deste com o lazer. Essa visão corrobora as idéias de Marcellino (1987), pois, seja o lazer visto como uma atividade, como um momento de socialização ou como de liberdade das obrigações, ele ocorre em momentos de tempo livre.

No entanto, em nenhuma das respostas, as atividades aquáticas, praticadas pelos entrevistados no projeto idoso, natação e saúde, foram citadas como lazer, como foi pressuposto a partir da idealização da pesquisa. Ao interpretarmos as ações da educação física nas atividades descritas pelos idosos, percebemos que os mesmos vivem um conflito entre caracterizá-la como interventora na ocupação do tempo livre, proporcionando lazer ou como responsável pela manutenção de um corpo sadio. Em quase todas as respostas, a educação física, em um primeiro momento, foi colocada como ocupação do tempo livre:

“...sentar numa sombra, ficar com a família e amigos, beber uma cerveja é muito bom, tomar um chimarrão, fazer hidroginástica ou ginástica, ficar com a família é a principal ocupação do tempo livre que tenho” (Entrevistado n° 5, feminino, 76 anos).

Dessa forma, segundo Marcellino, as ações da Educação Física se caracterizam como lazer. Porém, ao perguntar sobre o que consideravam como ações da educação física, a resposta foi maciça: a educação física representa, antes de qualquer coisa, saúde, atividades voltadas para a saúde.

“Saúde em primeiro lugar, a saúde, sem dúvida a saúde, por que depois da saúde é que vem o lazer, [...], pois sem a saúde a pessoa não consegue ter lazer” (Entrevistado n° 1, feminino, 77 anos).

“... mais é saúde que é muito importante, pois a minha melhorou muito, temos as atividade de dança e grupos, que é lazer, alongamento para a saúde é muito bom, [...] falta mais horários para fazer isso sim. Ah! me proporcionou mais amizades, os reencontros com amigos” (Entrevistado n° 3, feminino, 65 anos).

“É bom para aprender a dançar melhor, dá mais disposição e melhora a saúde, [...] eu gostava da educação física por motivo da saúde, pois a minha saúde melhorou muito depois que comecei a praticar de atividade da educação física hidroginástica e ginástica que eu faço” (Entrevistado n° 6, feminino, 60 anos).

Mesmo colocando a importância do lazer nas atividades físicas, a educação física parece ser entendida, por conceitos já estabelecidos pelo senso comum e pela hegemonia representada pela área da saúde, como uma ação de ordem biológica sobre aqueles que dela se valem. Portanto, percebemos as atividades de lazer representadas nas falas dos entrevistados como coadjuvante neste plano, embora constantemente citadas como atividades de lazer, as ações da educação física são interpretadas a partir do viés da saúde e não como uma proposta de lazer em si mesma.

Neste âmbito, são importantes as reflexões de Farinatti (2006):

“Quando são consideradas as relações entre saúde, atividades físicas e envelhecimento, as possíveis críticas e estratégias nesses campos não se restringem ao fato destas se revelarem inócuas. Além disso, parece que a justificativa epidemiológica é igualmente injusta: as curvas do risco epidemiológico tende a modificar seu padrão à medida que se envelhece (...) Ora, quanto mais se envelhece, mais o risco de desenvolvimento de doenças apresenta-se diminuído em relação às taxas mortalidade, pelo simples fato de que a morte não é mais precoce. (...) Não podemos deixar de pensar, portanto, na inadequação do pensamento que impõe esse indivíduo a obrigação de ser fisicamente ativo para prevenir doenças ao melhorar sua saúde” (FARINATTI & FERREIRA, 2006, p.18).

De acordo com WHO – organização mundial da saúde - 1947 apud FARINATTI (2006), “a saúde traduz um estado de completo bem-estar físico, mental e

social, não consistindo apenas na ausência de doenças ou enfermidades”. Assim, é de relevante importância desvincular a idéia de que a Educação Física possui um caráter exclusivo de tratamento da saúde.

Conclusões

Tendo em vista que o número de pessoas com mais de 60 anos de idade aumenta significativamente a cada ano em todos os países, torna-se relevante desenvolver mais estudos e pesquisas que viabilizem e possibilitem a ampliação da visão acerca do fenômeno do envelhecimento; além disso, que proporcionem um olhar crítico, de toda a sociedade e, principalmente, dos sujeitos que estão nesta faixa etária, garantindo seus direitos como cidadãos, não apenas como participantes da comunidade, mas também como agentes culturais, sociais e de transformação.

De modo geral, o público da 3ª idade busca ocupar seu tempo livre com novas amizades, com novas culturas e, portanto, as participações em eventos e em atividades regulares fazem parte do cotidiano. Isso sinaliza que o lazer representa um potencial a ser trabalhado (desenvolvido) com a população de idosos, que aumenta significativamente no país.

No entanto, podemos dizer que a observação dos resultados permitiu verificar as possíveis relações entre Tempo-Livre-Lazer-Educação Física. Os resultados apresentados na pesquisa indicam a necessidade de a Educação Física representar uma intervenção maior nas experiências de lazer dos idosos, ao menos enquanto percepções desveladas pelos mesmos sobre os possíveis papéis que esta represente nas suas experiências de vida. Fica em aberto questionar por que isso ocorre: teria a própria Educação Física sido responsável pela criação de uma imagem vinculada à saúde?

Não podemos esquecer que a tão almejada boa saúde caminha junto ao desejo de viver com dignidade, o que significa permanecer capaz de cuidar de si mesmo, ter perspectivas futuras, ter uma razão de ser, ou de que fazer e ter um papel social a desempenhar. Isso faz com que muitos idosos busquem uma vida mais ativa, novas e significativas aprendizagens, mais opções para manter sua saúde e também mais formas de lazer.

Assim, cabe discutir o lazer levando em consideração todas as formas em que ele pode ser percebido, bem como, mostrar que as atividades físicas com idosos também podem ser uma forma de lazer e, sobretudo, legitimar as ações da Educação Física enquanto possibilidade de trabalho com idosos, além das concepções de lazer como possibilidades legítimas de ações desta área de atuação.

Este último instante, não se caracteriza como um momento de trazer conclusões. Não temos a pretensão de considerar este trabalho acabado, mas de trazer reflexões que possam auxiliar no processo de extensão, pesquisa e ensino e, prioritariamente, determinar outros papéis que as ações da Educação Física podem e devem abranger.

Referências

DEBERT, G. G. A Reinvenção da Velhice. São Paulo: Edusp, 1999.

DEBERT, G. G. Terceira idade e solidariedade entre gerações. In: GOLDSTEIN, D.M (org). Política do corpo e o curso da vida . São Paulo: Sumaré, 2000.

DUMAZEDIER, J. Lazer e cultura popular. São Paulo: Perspectiva, 1976.

FARINATTI, V. T. P. & FERREIRA, S. M. Saúde, promoção da Saúde e educação física. Conceitos, princípios e aplicações Ed. UERJ, 2006.

LUDKE, M.; ANDRE, M. E. D. A. Pesquisa em educação: Abordagens qualitativas. São Paulo; EPU, 1986.

MARCELINO, N. C. Lazer e Educação. Campinas, SP, Papyrus, 1987.

MARCELINO, N. C. Lazer e humanização. 2º ed. Campinas, SP- Papyrus, 1995.

MARCELINO, N. C. C. O estudo do Lazer: uma introdução. Campinas: Autores associados, 1996.

MASCARENHAS, F. Lazer e Trabalho: Liberdade ainda que Tardia. In: SEMINÁRIO “O Lazer em Debate” 2, Belo Horizonte, Coletânea. Belo Horizonte: Imprensa Universitária/CELAR/DEF/UFMG. 2001.

MATSUDO, S. M. M. Envelhecimento & Atividade Física. Londrina Midiograf, 2001.

MEISTER, J. A. F. Lazer e Prazer é só Fazer. In: Dormelles & costa. Lazer, Realização do Ser Humano uma Abordagem para Além dos 60 anos. Porto Alegre, editora, Dora Luzzatto, 2005.

MINAYO, M. C S. O desafio do conhecimento, São Paulo ‘ Hucitcc, 1994.

OKUMA, S. S. O Idoso e a atividade física; Fundamentos e Pesquisa. Campinas, SP. Papyrus, 1998.

RAUCHBACH, R. Atividade Física para a Terceira Idade Envelhecimento ativo: Proposta para a vida, 2ª ed. In: Revista ampliada. Londrina: Midiograf, 2001.

RODRIGUES. M.C. O Lazer e o idoso: Uma Possibilidade de Intervenção: Dissertação de Mestrado - UEC. Universidade Estadual de Campinas-Campinas 2002.

VELASCO, C. G. Natação 2º a psicomotricidade. 2ª ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

NIEATI/CEFD/UFMS
Avenida Roraima S/N
Bairro Camobi
Cep.97105-900
Santa Maria, RS - Brasil
Fone: (055) 32208883

rudemarbq@yahoo.com.br
carminhahidro@yahoo.com.br

¹rudemarbq@yahoo.com.br

[2carminhahidro@yahoo.com.br](mailto:carminhahidro@yahoo.com.br)

Recurso tecnológico: Datashow

