



**FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE MIRACEMA
CURSO DE SERVIÇO SOCIAL**

LUDIMILA ASSUNÇÃO PEREIRA

A IMPORTÂNCIA DO LAZER NO BEM-ESTAR DO IDOSO

MIRACEMA-TOCANTINS (TO)

2019

LUDIMILA ASSUNÇÃO PEREIRA

A IMPORTÂNCIA DO LAZER NO BEM-ESTAR DO IDOSO

Monografia Apresentada à UFT -
Universidade Federal do Tocantins,
Campus Universitário de Miracema do
Tocantins, para obtenção do título de
bacharel em Serviço Social, sob
orientação da Profa. Dra. Mariléa Borges
de Lima Salvador.

MIRACEMA do TOCANTINS (TO)

2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

P436i Pereira, Ludimila Assunção.
A importância do lazer no bem-estar do idoso. / Ludimila Assunção Pereira. – Miracema, TO, 2019.
57 f.

Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins –
Câmpus Universitário de Miracema - Curso de Serviço Social, 2019.
Orientadora : Mariléa Borges de Lima Salvador

1. Lazer. 2. Bem-estar. 3. Idoso. 4. Envelhecimento. I. Título

CDD 360

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

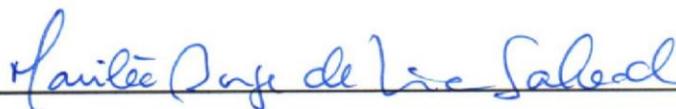
LUDIMILA ASSUNÇÃO PEREIRA

A IMPORTÂNCIA DO LAZER NO BEM-ESTAR DO IDOSO

Monografia Apresentada à UFT -
Universidade Federal do Tocantins,
Campus Universitário de Miracema do
Tocantins, para obtenção do título de
bacharel em Serviço Social, sob
orientação da Profa. Dra. Mariléa Borges
de Lima Salvador.

Data de Aprovação: 30.11.2020

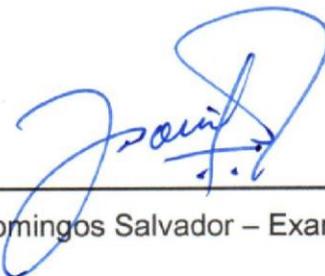
Banca Examinadora:



Prof.^a Dr.^a Mariléa Borges de Lima Salvador – Orientadora – UFT



Profa. Esp. Jamilla Marques de Brito Pinheiro – Examinadora – UFT



Ass. Soc. Esp. João Domingos Salvador – Examinador – Externo

Dedico este trabalho à minha família, em especial ao meu esposo Marquívam e aos meus pequenos Ruan Paulo e José Felipe, que me apoiaram no momento que mais precisei. Filhos, todo o meu esforço dedicarei a vocês.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente a Deus, pois sem ele nada disso teria sentido ou valor. Que me fortaleceu em todos os momentos, desde o início desta caminhada, dando-me sabedoria.

Aos meus pais, José Maria e Elisângela, pelo amor, incentivo, apoio, educação e valores que me passaram e que vou levar por toda a minha vida. Por darem-me a oportunidade de realizar mais esta etapa na minha vida e por tudo o que me deram ao longo dos anos. A minha admiração e gratidão nunca será suficiente. Amo muito vocês!

Agradeço especialmente ao meu esposo Marquivam, por ter-me ajudado tantas vezes, por ser meu companheiro, sempre com palavras de incentivo e coragem aos meus estudos. Amor, te amo! Obrigada por tudo!

Aos meus irmãos Thais e Marcelo que sempre estavam do meu lado, mesmo nos momentos difíceis desta caminhada, incentivando-me e cuidando dos meus filhos com muito carinho. Vocês são especiais, obrigado!

Aos meus pequenos, Ruan Paulo e José Felipe, que mesmo com suas poucas idades, com seus sorrisos lindos e amor incondicional cativaram-me e me deram forças para continuar nessa jornada. Mamãe ama vocês demais!

Às minhas avós Maria José e Maria do Amparo, pessoas que mais admiro pela sua força de vontade.

Às minhas amigas companheiras de batalhas: Ronária, Larissa, Neisa, Ester. Meninas, vocês foram companheiras nas horas que mais precisei; quando pensava em desistir, vocês estavam sempre ao meu lado, incentivando a continuar. Obrigada por tudo, pelas angústias compartilhadas, pelas risadas, pelos ensinamentos e companheirismo. Vocês irão ficar para sempre na minha memória!

À minha orientadora, pela dedicação e compromisso com este trabalho. Muito obrigada,

A Meu vizinho e amigo Macário, este sim fez parte da minha graduação, ajudou a cuidar dos meus filhos quando eu estava fazendo os meus trabalhos. Nas horas que mais precisei, você estava do meu lado.

Enfim, agradeço aos que aqui não foram citados e que de alguma forma colaboraram nesta etapa da minha vida.

Quando a velhice chegar, aceita-a, ama-a. Ela é abundante em prazeres se souberes amá-la. Os anos que vão gradualmente declinando estão entre os mais doces da vida de um homem. Mesmo quando tenhas alcançado o limite extremo dos anos, estes ainda reservam prazeres.

Sêneca.

RESUMO

O Presente Trabalho de Conclusão de Curso tem como tema central a influência do lazer no bem-estar do idoso. O objetivo principal neste trabalho é buscar um aprofundamento teórico no assunto, entender como vive o idoso pobre, na sociedade capitalista, onde sabemos que é desigual, pois prioriza sempre o novo; e onde o idoso não tem a oportunidade de ocupar o seu tempo livre. Para se chegar a elucidar o objetivo principal partimos para a explicitação da gênese e do conceito de lazer como forma de compreensão da principal categoria do estudo proposto. Em seguida, analisamos o lazer na terceira idade e encerramos com a problematização das principais dificuldades para se implementar e vivenciar o lazer na terceira idade. O tema escolhido é fruto de intensas inquietações, que nos levou a mergulhar na busca pelas respostas. Para chegar a alcançarmos o objetivo do debate levantado executamos uma pesquisa básica do tipo bibliográfica, cuja operacionalidade foi resolvida pela leitura, reflexão e interpretação das obras escritas sobre o tema pesquisado. Seguindo essa abordagem metodológica chegamos aos resultados do estudo. O primeiro passo nessa busca fala das principais abordagens explicativas do lazer. Para tanto, trazemos a história do lazer desde o seu surgimento até os vários tipos de lazer existentes. Neste estudo abordamos também o prazer experimentado pelo idoso ao se envolver em atividades recreativas, que são manifestações lúdicas do lazer que apresentam um desenvolvimento pessoal relacionado à satisfação interior e, quando praticadas intensamente, podem promover a saúde e o bem-estar geral de todas as populações. No último passo da reflexão elaborada debatemos as principais dificuldades enfrentadas pelos idosos das classes populares para vivenciarem o lazer como um direito social básico. Ao final do estudo, concluímos que o lazer possui papel social de contribuir para a qualidade de vida do ser humano, pois ele afeta diretamente no estado emocional, na saúde, no bem-estar e no desenvolvimento pessoal do indivíduo. E, principalmente, do indivíduo que já chegou na velhice

Palavras-chaves: Lazer. Bem-estar. Idoso.

ABSTRACT

The Present Course Conclusion Paper has as its central theme the influence of leisure on the well-being of the elderly. The main objective of this work is to seek a theoretical deepening on the subject, to understand how the poor elderly live, in capitalist society, where we know that it is unequal, because it always prioritizes the new; and where the elderly do not have the opportunity to occupy their free time. In order to elucidate the main objective, we started to explain the genesis and the concept of leisure as a way of understanding the main category of the proposed study. Then, we analyzed leisure in old age and ended with the problematization of the main difficulties to implement and experience leisure in old age. The theme chosen is the result of intense concerns, which led us to dive into the search for answers. In order to reach the objective of the raised debate, we performed a basic bibliographic research, whose operability was solved by reading, reflecting and interpreting the works written on the researched theme. Following this methodological approach we arrive at the results of the study. The first step in this search speaks of the main explanatory approaches to leisure. For this, we bring the history of leisure from its emergence to the various types of leisure available. In this study we also address the pleasure experienced by the elderly when engaging in recreational activities, which are playful manifestations of leisure that present a personal development related to inner satisfaction and, when practiced intensely, can promote the health and general well-being of all people. populations. In the last step of the elaborated reflection, we discussed the main difficulties faced by the elderly from the popular classes to experience leisure as a basic social right. At the end of the study, we concluded that leisure has a social role to contribute to the quality of life of the human being, as it directly affects the emotional state, health, well-being and personal development of the individual. And, mainly, of the individual who has already reached old age

Keywords: Recreation. Welfare. Old man.

LISTA DE SIGLAS

UFT	UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
ONU	ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS
CLT	CONSOLIDAÇÃO DAS LEIS DO TRABALHO
TCC	TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO
ABNT	ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 A GÊNESE E O CONCEITO DE LAZER	14
2.1 As principais abordagens explicativas do lazer	14
2.2 Tipos de lazer	26
2.2.1 Lazerres físicos	27
2.2.2 Lazerres artísticos	28
2.2.3 Lazerres práticos	28
2.2.4 Lazerres intelectuais.....	29
2.2.5 Lazerres sociais.....	29
3 O LAZER NA TERCEIRA IDADE	31
3.1 Envelhecimento na Sociedade Capitalista.....	31
3.2 A prática do lazer na terceira idade	36
4 DIFICULDADES NA PRÁTICA DE LAZER.....	39
4.1 Os Desafios dos Idosos das camadas Populares na prática do Lazer.....	39
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	46
REFERÊNCIAS.....	49
ANEXOS.....	55

1 INTRODUÇÃO

Este Trabalho de Conclusão de Curso partiu de intensas indagações e inquietações acerca de um tema que está muito presente na sociedade brasileira (assim como, também, em outros lugares do mundo), entretanto, ainda permanece sem a devida atenção por parte do poder público e também pela sociedade civil.

Começamos a pensar que um tema de tamanha importância como esse, precisava urgentemente ser respeitado (como deve ser) e olhado com mais cuidado, a ponto de se criar maiores alternativas, soluções e/ou resoluções acerca da problemática que envolve esta questão, sobretudo por parte do Estado que, em dado momento conjuntural criou e estabeleceu as políticas públicas voltadas para idoso, as quais hoje encontram-se completamente esquecidas em suas implementações junto aos idosos das camadas populares.

O problema da pesquisa partiu das seguintes perguntas, que buscavam ansiosamente respostas: Qual o significado do lazer para a sociedade? Como vive o idoso, pobre, na sociedade capitalista, tão desigual? E como os idosos se relacionam com o lazer? Será que este idoso, após ter trabalhado tanto durante toda a sua vida, tem uma qualidade de vida que o faça sentir-se bem, disposto e feliz? Será que este idoso tem direitos e consegue usufruir de momentos de lazer, bem-estar e tranquilidade, em sua velhice?

Era preciso, então, mergulhar nos estudos e aprofundar-se na pesquisa, para saber até que ponto, e em que medida, o lazer (como ponto central de nossa pesquisa) era necessário para o bem-estar do idoso, a ponto de proporcionar momentos de prazer e de influenciar em sua saúde, em sua capacidade cognitiva e até mesmo em sua paz interior.

Diante de todas essas questões, o objetivo principal de nossa pesquisa passou a ser a busca por um aprofundamento teórico acerca do assunto. Dessa forma, partimos para uma pesquisa teórica, do tipo bibliográfica. Era preciso ir às fontes bibliográficas, para descobrir quantos trabalhos, quantos estudos existiam sobre o tema. O número de trabalhos existentes era suficiente para colocar em aberto um debate sobre o assunto? Todas as pesquisas, todos os estudos sobre a temática conseguiam, de alguma forma, despertar o interesse de grande parte da população brasileira?

Ao conseguirmos, finalmente, chegar em leituras de autores que se debruçaram sobre o assunto, lançamos mão de livros e artigos (materiais impressos e online) e abrimos o primeiro capítulo falando da gênese e do conceito de lazer, abordando algumas das principais explicações teóricas sobre o assunto, bem como, apresentando os principais tipos e atividades recreativas e/ou lúdicas, relacionadas ao lazer, tais como: atividades físicas, manuais, intelectuais, artísticas, turísticas e também associativas.

Na pesquisa teórica encontramos autores como Camargo (1998), que define o lazer como oposição ao trabalho; Dumazedier (1979) acredita que o lazer também está nas atividades cotidianas, que ele defende como obrigações familiares, sociopolíticas e/ou socioreligiosas; Bramante (1998) enfatiza que o lazer deve ser um fenômeno que ainda precisa ser mais debatido; Gomes (2008) e Elizalde (2012) acreditam que o lazer se coloca na sociedade em diferentes contextos, tais como: educação, saúde, arte, ciência e natureza; Diaz (2009) aposta no lazer como formas de ocupar o tempo livre do homem; Corbin (2001) defende o lazer como algo indispensável ao desenvolvimento do indivíduo; e Marcellino (1987) critica a visão funcionalista do lazer e apresenta (informa) as vertentes dessa visão: a romântica, a moralista e a compensatória (ou utilitarista). Todos trabalhados no primeiro capítulo.

No segundo capítulo nos ocupamos em apresentar o lazer voltado, especificamente, para a terceira idade. Logo de saída, queríamos saber como andava o envelhecimento na população brasileira. Como era a vida do idoso, numa sociedade de consumo, uma sociedade capitalista, como a nossa?

Tivemos a sorte e a felicidade de encontrar materiais preciosos, de autores que falam de que maneira a velhice, enquanto categoria, tem sido construída - ao longo do tempo - socialmente, culturalmente e politicamente. Ao citar o pensamento de Ptan-Hoted, Simone de Beauvoir (1990) tem uma participação especialíssima, ao apontar uma sociedade que trata os velhos com estereótipos preconceituosos.

Outros autores se ocuparam também em analisar como o capitalismo se comporta diante do fenômeno da velhice. Melhor dizendo, como o velho sobrevive na lógica do capital, já que não pode mais vender a sua força de trabalho? Mergulhados neste assunto, trouxemos autores como Almeida (2003), Birman (1995), Teixeira (2006), Karsch (2003) e Cavalcante (2005).

Neste segundo capítulo também nos preocupamos em estudar de que maneira se dá a prática do lazer, na terceira idade. Foi muito importante citar a ONU

(Organização das Nações Unidas) e o seu estímulo aos governos e demais entidades para criar políticas públicas que ajudassem o idoso a contribuir, de maneira mais participativa, nas sociedades.

Também tivemos a participação de autores que se preocuparam em levantar a questão da aposentadoria do idoso, desmistificando a ideia e o fato de que o idoso, uma vez aposentado e com o tempo livre, poderá usufruir de uma vida mais justa e digna, com momentos preciosos dedicados ao lazer. Marcellino (1995) aponta a questão da aposentadoria como uma grande falácia, uma grande mentira, pois, com a redução dos salários, o idoso, além de sofrer com dificuldades financeiras, ainda enfrenta uma série de preconceitos e tem que aprender a lidar com restrições e limitações de locomoção e problemas variados de saúde.

A questão central levantada pelos autores citados neste trabalho trata de esclarecer que, com a aposentadoria (na verdade) os ganhos mensais reduzem a tal ponto, que fica muito difícil que a grande maioria dos idosos consiga, de fato, promover o seu bem-estar, com momentos preciosos de lazer.

O terceiro e último capítulo aborda exatamente a questão das dificuldades da prática do lazer na velhice. Quais são os desafios que os idosos, principalmente das camadas populares, enfrentam, para conseguir ter a prática do lazer? Que tipos de atividades (incluindo as domésticas) estes idosos ainda exercem, mesmo quando já estão com o seu tempo livre, e já não precisam mais estar nas atividades laborais, fora de casa? Será que muitos ainda conseguem interagir socialmente, ou grande parte vive isolado, na sociedade em que vivem?

Partindo de todas essas questões, levantamos, por meio de vários autores estudados, a necessidade de uma educação para o lazer, quer venha da sociedade civil, quer venha do poder público. O que está em questão neste trabalho de conclusão de curso, ao fim e ao cabo, é revelar a importância do lazer na velhice, a fim de que estes idosos possam usufruir de uma vida de prazer e socialização, na chamada “terceira idade”.

2 A GÊNESE E O CONCEITO DE LAZER

Neste primeiro capítulo vamos abrir uma discussão/debate sobre o conceito de lazer, partindo da compreensão da sua gênese e dos conceitos que têm sido compostos por pesquisadores interessados nessa questão. Nessa primeira abordagem analisamos que ao longo da história até os dias atuais o lazer recebeu várias definições e conceitos, sendo um assunto pouco abordado, apresentado como um fenômeno essencialmente problemático e ambíguo.

2.1 As principais abordagens explicativas do lazer

A primeira abordagem observada está na perspectiva que considera o lazer como a oposição do trabalho, um conjunto de ocupações que pode proporcionar satisfação em algumas necessidades humanas, ou seja, processo social articulado às relações sociais do mundo do trabalho e da cultura, como possibilidades de contribuir na transformação da sociedade humana a partir da perspectiva da inclusão sociocultural, principalmente dos grupos marginalizados. Bramante (1998), Dumazedier (1979), Carmo (2000), Camargo (1998), Gomes (2008) e Elizalde (2012), se mostram os principais representantes dessa ideia de lazer.

Segundo Camargo (1998), o lazer é visto apenas como a oposição ao trabalho, onde o homem ocupava o seu tempo livre caçando, se dedicando às artes, às letras, à filosofia e aos exercícios físicos. Para Camargo (1998), os deveres eram voltados para as atividades militares e políticas; ainda não existia uma divisão do trabalho e do tempo de não trabalho.

Segundo Gomes (2008), os conceitos de lazer foram acompanhando as mudanças de valores e comportamentos, seguindo a história, assim sendo modificado e sempre relacionados aos aspectos sociais, culturais, econômicos, seguido por cada época.

Por isso Gomes (2008), relaciona o lazer com a satisfação de algumas necessidades humanas como o repouso, diversão, recreação, distração, desenvolvimento intelectual. Para o autor lazer é uma atividade, ou inatividade voluntária, onde o homem se sente liberto de qualquer grilhão.

O que se indaga, com frequência, é a simples junção do lazer com experiências individuais vivenciadas, o que reduz o lazer a conceitos de visões parciais, restritas aos conteúdos de determinadas atividades. O lazer, comumente, é relacionado ao divertimento e ao descanso. Contudo, percebe-se que atualmente as pessoas vivem em clima de tensão - devido às obrigações diárias - e acabam deixando de lado o tempo que possuem para o lazer.

Na sociedade em que vivemos, observamos que a preocupação diária está na luta por qualidade de vida, conforto para a família, diversão, a busca por horas de descanso; é nesse momento que o lazer passa a ser valorizado e desperta interesse nos estudiosos, em estudarem o assunto. Através de pesquisas, estudiosos analisam a importância do lazer na vida do ser humano: como a prática do lazer pode contribuir com o bem-estar do indivíduo, diante de riquezas e possibilidades que o lazer oferece? É preciso ressaltar que os estudos da área associam a origem etimológica da palavra *lazer* ao termo latino *licere*, que significa lícito, permitido.

Dumazedier (1979) afirma que foi nos Estados Unidos que a *sociologia do lazer* foi fundada, mas foi nas décadas de 20 e 30 que os primeiros estudos da *sociologia empírica do lazer* surgiram nos Estados Unidos e na França, buscando relacionar os fenômenos do lazer aos outros campos da realidade social. O autor também afirma que foi a partir da segunda guerra mundial que a prática do lazer se tornou comum em outros países, passando assim a se relacionar com outras áreas do conhecimento.

Conforme Dumazedier (1979), existem quatro definições empregadas ao Lazer. A primeira definição mencionada pelo autor é que o lazer vem a ser qualquer atividade praticada pelo ser humano, ou seja, o lazer pode ser encontrado nos afazeres cotidianos do ser humano. Nessa primeira definição, o autor menciona que todas as atividades praticadas na vida do ser humano podem vir a ser lazer, valorizando o prazer que possa ser encontrado em qualquer atividade praticada pelo homem.

A segunda definição, de acordo com Dumazedier (1979), resume o Lazer ao tempo fora do trabalho profissional. Nesse sentido incluem-se, então, as obrigações familiares, sócio-políticas e sócio religiosas. Nessa segunda definição o autor parte do pressuposto de que o lazer possa ser o momento em que o sujeito não esteja trabalhando, resumindo o lazer ao tempo fora das obrigações profissionais, passando a se dedicar à família, às obrigações sócio- religiosas e sócio- políticas.

A penúltima definição de lazer, para este autor, está associada às obrigações doméstico-familiares, sem eliminar as obrigações sócio-políticas e sócio religiosas. Nesta terceira definição o autor deixa bem claro a possibilidade de se ter lazer trabalhando, cuidando das obrigações domésticas e familiares, sem ser preciso eliminar as obrigações sócio-políticas e sócio-religiosas.

Nessa última definição Dumazedier (1979), define lazer como o tempo livre, após o indivíduo desempenhar todos os seus afazeres; tanto pode ser as obrigações familiares, profissionais, como o tempo disponível com finalidade de autossatisfação. Na última definição empregada ao lazer, o sociólogo define o lazer como o tempo ofertado ao indivíduo, depois de ter desempenhado as obrigações do trabalho e da família, tempo esse que deve ser visto como algo que gera satisfação.

Dando continuidade ao pensamento do sociólogo francês Dumazedier (1976), o lazer é visto como algo que o indivíduo pode desenvolver ao longo da sua vida, uma escolha livre, sem fins lucrativos, onde o indivíduo passa a usufruir do lazer no seu tempo livre, no final do dia ou até mesmo num fim de semana ou final do ano. Definindo assim lazer como algo completo, que pode ser praticado conforme o tempo disponível de cada sujeito, durante as férias ou após o trabalho, podendo ser realizado em dias ou momentos especiais.

Em Bramante (1998), acessamos o significado do lazer como um fenômeno que deve ser debatido tanto no âmbito do senso comum como no âmbito científico, para que todos compreendam a verdadeira importância do lazer e o mesmo se torne realidade. Observando essa contradição, é possível compreender que na sua especificidade concreta o lazer é componente da cultura historicamente construída, em sociedades cuja participação cultural e o exercício da cidadania são a base para a renovação da sociedade.

Nas palavras de Bramante (1998), compreendemos que o lazer é um fenômeno que deve ser bem mais explicado, bem mais debatido em todos os âmbitos, para que as pessoas possam entender a importância do lazer nas suas vidas; para este autor o assunto ainda precisa ser mais falado, pois os estudos são escassos nessa área do saber.

Carmo (2000) situa o lazer numa perspectiva cultural, dizendo que o lazer é uma criação da sociedade, fruto da soma de comportamentos apreendidos e compartilhados, sob diversas condições geográficas e sociais. Segundo o autor, o

lazer é símbolo de conquistas e através dessas conquistas, tanto sociais como também de tempo livre, o lazer é permitido. E todos tem direito ao lazer.

Na atualidade, o lazer representa uma válvula de escape, um meio para encontrar a liberdade e a criatividade, uma fórmula para fomentar o desenvolvimento social e cultural, um recurso para a formação pessoal e um direito de todo cidadão (CARMO, 2000, p.30).

De acordo com Gomes e Elizalde (2012), o lazer pode ser reproduzido pelo homem em diferentes contextos, com sentidos e significados distintos, sendo um dos fios tecidos na rede humana de significados, dos símbolos e das significações, constituindo-se com relações de diálogo com campos além do trabalho, tais como: educação, economia, política, linguagem, saúde, arte, ciências e a natureza, sendo parte integrante da sociedade. Seguindo o pensamento de Gomes e Elizalde (2012), o lazer e a cultura que transformam a sociedade em um determinado tempo e espaço, é uma necessidade humana.

Segundo Gomes (2008), o lazer é constituído por diversas manifestações culturais praticadas pela sociedade, uma forma cultural de desfrutar de festas, jogos, passeios, viagens, poesias, grafites, entre outras fruições; são diversas atividades tanto recreativas como esportivas e várias formas de educação popular, tanto local como à distância.

Conforme o pensamento de Gomes (2008), lazer é definido como a prática de uma determinada manifestação com significados culturais, onde cada sujeito ou grupo humano pratica o lazer de uma determinada forma; essa prática de lazer que o autor Gomes (2008) cita, passa valor simbólico para cada pessoa de forma satisfatória, gerando prazer e satisfação entre os sujeitos.

Gomes e Elizalde (2012), fazem um debate sobre o significado de lazer, compreendendo essa prática como uma cultura, com diversas possibilidades.

O lazer é reproduzido pelos sujeitos numa relação com o mundo. Numa sociedade, o lazer é vivenciado pela livre vontade do sujeito, através do passatempo ou do descanso, até mesmo em forma de distração; cada pessoa escolhe como deseja usufruir do lazer. Mas sabemos que na sociedade capitalista é diferente. Segundo Lafargue (1999) e Mészáros (2002), o trabalho faz com que o lazer seja negativo, algo improdutivo, o modo de produção capitalista tem a visão que o lazer serve apenas para refazer as energias dos trabalhadores para um novo dia de trabalho.

Segundo o pensamento de Lafargue (1999), o lazer para o sistema capitalista é uma forma de manipular os trabalhadores, para o sistema lucrar cada vez mais. Lazer é um conto de fadas no mundo capitalista, como se fosse coisa de luxo, tendo significado de consumo e não de descanso; o trabalhador alienado é obrigado a trabalhar sem usufruir do lazer.

Gomes e Elizalde (2012), fazem uma crítica ao modo de produção capitalista, que considera o lazer como improdutivo. As autoras discordam dessa visão, afirmando que o ser humano deve usufruir do lazer, sendo um direito.

De acordo com Gomes e Elizalde (2012), nos estudos sobre o lazer verificamos que as raízes do lazer estão localizadas na modernidade europeia.

Essas duas interpretações distintas são divergentes em termos da ocorrência histórica do lazer e geram intensos debates acadêmicos. Para alguns, a existência do lazer é observada pela sociedade grega, já para outros, o lazer é específico da modernidade - sociedade urbana e industrializada.

Ambas as interpretações colaboram com a manutenção de uma lógica evolutiva e linear que define os tempos, as histórias, as culturas e as práticas, uma realidade dos povos que almejam o modelo capitalista como também o urbano industrial, tendo como ideal atingir o progresso. Além disso, as duas interpretações sobre uma suposta origem do lazer, destacadas previamente, citam o mito da teoria europeia central como um privilégio para a constituição do mundo, sobretudo do chamado “mundo ocidental”. Desse modo, excluem a decisiva participação de outras realidades em um jogo de poder que envolvem de maneira desigual, vários componentes, dentre os quais os povos e as culturas de outros continentes, tais como América Latina, África e Ásia.

Reforçando o que Gomes e Elizalde (2012) afirmam, conhecimentos supostamente universais estão comprometidos com determinados valores e interesses – explícitos ou ocultos, esses interesses não são de todos, por isso o motivo de entendermos a importância do lazer no mundo, reconhecendo seu surgimento, seus valores, seu contexto histórico, assim como conhecer também os projetos políticos de sociedades com os quais o lazer está comprometido, conhecer e analisar o mundo de ideologias que o lazer está interligado.

Segundo a fala do autor Dumazedier (1973), em seu texto *Lazer e Cultura Popular*, o tema lazer despertou interesses de muitos estudiosos da medicina, considerando que a prática do lazer é capaz de restaurar a saúde das pessoas,

umentando as energias, através de mudanças de hábitos e de rotina. Conforme o autor, os estudiosos da medicina passaram a ter interesse pelo tema lazer, devido a saúde das pessoas ter melhor resultado (depois da prática do lazer), mudanças que geraram bem-estar na vida de cada sujeito.

Segundo Dumazedier (1974), foi com o nascimento da sociedade industrial que o lazer passou a ser praticado com mais frequência pelas pessoas, com a redução do tempo de trabalho e o aumento do tempo livre podendo ser dedicado ao lazer. Segundo este autor, o lazer é uma escolha livre por parte de cada um, é o tempo que cada um tem para si e acontece quando uma pessoa realiza uma atividade de livre vontade, para repousar ou apenas por diversão, sem quaisquer tipos de obrigação. Conforme o que diz o autor, para praticar o lazer é preciso tempo para si próprio, é preciso esquecer as obrigações do trabalho, escolher uma atividade que possa gerar liberdade, satisfação para praticar o lazer, fazer uma escolha que gere tranquilidade, descanso, algo diferente das jornadas de trabalho.

Diaz (2009) define lazer como atividades que têm sido consideradas nos últimos anos como formas de ocupação dos tempos livres do homem. Essas ocupações são vivenciadas apenas por algumas pessoas, o trabalho intenso reduz o tempo livre, fazendo com que os prazeres, a tranquilidade e até o descanso proporcionado pelo lazer fiquem escassos. Segundo a definição do autor, o lazer não é desfrutado por todos, devido à falta de tempo; o trabalho em excesso faz com o que o homem não desfrute de prazeres, deixando de lado o lazer e dedicando-se apenas ao trabalho, que suga toda a energia do ser humano.

Na opinião de Corbin (2001), o significado e a maneira de como o lazer são usados varia, o autor acredita que o lazer é indispensável no que diz respeito ao desenvolvimento do indivíduo, a uma construção coerente do mesmo. Na opinião do autor existem várias formas de vivenciar o lazer e dependem de como o sujeito pretende usar seu tempo livre; assim, o termo lazer corresponde a um conjunto de ocupações que o indivíduo usa para repousar, para se divertir, para desenvolver informação ou formação desinteressada.

Na opinião de Dumazedier (1974), o lazer é visto como uma ocupação não obrigatória, o indivíduo escolhe praticar o lazer ou não, uma prática de livre escolha.

Os autores Diaz (2009), Corbin (2001), Dumazedier (1974) e Requixa (1980) fazem uma definição de lazer muito semelhante. Nessas definições, trazem o lazer

como uma forma de ocupação do tempo livre, numa perspectiva de cultura, de necessidade humana, que é usado para repouso ou apenas como diversão.

De acordo com Castro-Gómez (2000), o conceito de lazer atualmente está relacionado com o objeto de estudo da Sociologia e que, tendo em conta as práticas culturais, permitem observar o lazer. Pode-se referir que o conceito de lazer democratizou o conceito de prática cultural. É manifestação da forma de pensar do ser humano, as pessoas têm direito ao lazer, mas esse direito é sem proteção legal, ou seja, não é juridicamente sistematizado na legislação.

Segundo o pensamento do autor, o lazer é um direito de fundamental importância para o ser humano e através desse direito é possível sentir prazeres, expressar sentimentos como: liberdade, criatividade, que facilita o modo de relacionar-se com as pessoas.

O Estado tem como dever garantir esse direito a todos, oferecendo políticas públicas voltadas para o lazer, principalmente para os idosos, que chegam na velhice depois de longos dias de trabalho; o descanso é fundamental para esse público, a prática desse direito faz com que o indivíduo viva melhor.

A segunda abordagem defende a compreensão do lazer como uma atividade social e humana, associada a práticas de recreação. Nessa perspectiva se enquadram Marcellino (1987) que critica a visão funcionalista de lazer, incluindo-se também os teóricos Brasileiros Requiça e Medeiros (1980).

O autor Marcellino (1987), faz uma crítica em relação a visão funcionalista do lazer. Essa crítica refere-se à visão conservadora que está presente em alguns textos publicados no Brasil. Essa visão conservadora aponta o lazer como um ato social de manter a ordem, ou seja, a imposição de manter as nossas vidas em sociedade.

Segundo a discussão dessa visão funcionalista, trazemos Marcellino (1987). Este autor faz um debate apresentando quatro vertentes diferentes da visão funcionalista de lazer: a primeira vertente é a romântica, em seguida destacamos a moralista, compensatória ou utilitarista. Marcellino (1987) classifica as vertentes através de análises, afirmando que as vertentes não se encontram isoladamente e sim interligadas no pensamento dos vários teóricos.

Repensando esse tema numa visão crítica, Marcellino (1987) situa o lazer como esfera da vida, que surge através da história, emergindo valor, questionando a

sociedade como um todo, exercendo influências na estrutura social vigente. O autor afirma que o lazer é:

Cultura – compreendida no sentido mais amplo – vivenciada no tempo disponível. Não se busca, pelo menos fundamentalmente, outra recompensa, além da satisfação provocada pela situação. A disponibilidade de tempo significa a possibilidade de opção pela atividade prática ou contemplativa” (MARCELLINO, 1987, p. 31).

Marcellino (1987), fala que o lazer está totalmente ligado à nossa cultura, é um elemento central na discussão do tema lazer. No entanto, o autor afirma que é preciso romper com a compreensão restrita que se tem de cultura, relacionando-a principalmente às artes e espetáculos e ao volume de conhecimento adquirido pelos sujeitos.

O autor critica a visão funcionalista que vê o lazer como algo conservador. Para Marcellino (1987), o lazer e a cultura vivenciados no tempo disponível, acabam gerando satisfação, valores. Marcellino (1987) faz uma crítica a alguns teóricos que enxergam o lazer como uma simples atividade recreativa.

Marcellino (1997) apresenta quatro características do lazer. A primeira característica aponta o lazer como uma cultura que pode ser vivida de acordo com o tempo disponível de cada um, longe das obrigações profissionais, sociais e familiar, aspecto que combina com o tempo e atitude. A segunda característica do lazer emerge valores de uma sociedade que exerce estrutura social vigente, ou seja, um fenômeno histórico. A terceira característica enxerga o lazer como um privilégio, um tempo específico para vivenciar valores com mudanças na ordem moral e cultural. A quarta característica do lazer é um aspecto de educar um objeto de educação duplo.

De acordo com Marcelino (2000b), não há consenso a respeito do que seja lazer entre os teóricos e os técnicos da área, ou mesmo no censo comum. Muitas vezes é visto apenas como tempo livre, atividade recreativa ou eventos de massa. A associação do lazer a outras atividades e a outros termos como, por exemplo, recreação e entretenimento, podem ser explicados pela importância que o lazer vem ganhando nas últimas décadas. Essa tendência é ainda reforçada pelos meios de comunicação, o que nos leva a considerar o lazer como um estado de espírito em que é colocado o ser humano, instintivamente (não deliberadamente), dentro do seu tempo livre, em busca do lúdico, diversão, alegria, entretenimento.

Requixa (1980) considerado um autor pioneiro no estudo do lazer no Brasil, define lazer como um conjunto de ocupação onde fica a escolha do indivíduo praticar ou não, escolhas que propiciam condições de recuperação psicossomática e de desenvolvimento pessoal e social (REQUIXA, 1980, p. 35). Requixa (1980), em sua definição de lazer, aponta a livre escolha para a prática do lazer, o lazer nessa visão não é tido como algo preciso, mas, sim, como uma opção na vida de cada indivíduo.

Segundo Medeiros (1980), para quem o lazer é “[...] um tempo que não está comprometido, ao qual usufruímos desse tempo livremente, depois de já termos cumprido as nossas obrigações de trabalho e de vida”. Requixa (1980) e Medeiros (1980) têm conceitos muito parecidos, ambos os autores demonstram uma preocupação com a forma que o homem pratica o lazer e os benefícios dessa prática.

O lazer se traduz por uma dimensão privilegiada da expressão humana dentro de um tempo conquistado, materializada através de uma experiência pessoal criativa, de prazer, e que não se repete no tempo/espço, cujo eixo principal é a ludicidade. Ela é enriquecida pelo seu potencial socializador e determinada, predominantemente, por uma grande motivação intrínseca e realizada dentro de um contexto marcado pela percepção de liberdade. É feita por amor, pode transcender a existência e, muitas vezes, chega a aproximar-se de um ato de fé. A sua vivência está relacionada diretamente às oportunidades de acesso aos bens culturais, os quais são determinados, via de regra, por fatores sócio-político-econômico e influenciados por fatores ambientais (BRAMANTE, 1998, p.09).

Marcellino (2000) também se aproxima da abordagem que compreende o lazer como inclusão sociocultural. Destacando que o lazer são experiências pessoais, experiências que são transformadas e compreendidas como atividades românticas, moralistas, compensatórias e/ou utilitaristas.

Nesse sentido, o lazer é considerado como um tempo privilegiado para a vivência de valores que contribuem para mudanças de ordem moral e cultural, possibilitando, portanto, reivindicação social. Para Marcellino (1995), o lazer é um resgate em que a sociedade participa através de criatividade, com mudanças em busca da instauração de uma nova ordem social e cultural.

Segundo Marcellino (1995), há autores como Davi Riesman, que consideram o lazer como uma atitude, um estilo de vida que não depende de tempo determinado; e há autores que contradizem isso, como Dumazedier e Fourastié, que consideram o lazer como um privilégio de tempo livre de qualquer trabalho e obrigação, seja ela social, religiosa, política.

Alguns autores defendem a ideia de que até mesmo trabalhando pode-se sentir prazer, afirmando que o lazer é atitude, satisfação em fazer o que gosta, praticar atividades que proporcionam satisfação, estipular um determinado tempo para se satisfazer; uma pessoa pode, por exemplo, assistir desenho animado enquanto trabalha, desde que seja satisfatório para essa pessoa.

Como já foi citado anteriormente, a visão funcionalista, segundo Marcellino (1995), divide-se em: romântica, utilitarista e compensatória. O autor critica a visão funcionalista, já que a mesma afirma que o lazer está ligado ao controle social. Para Marcellino (1995), o lazer se divide em algo que compensa, que está ligado a uma conotação diferente do controle social, que seja algo positivo e feliz.

Segundo Marcellino (1995), para os adeptos da visão romântica, como Schmidt, o lazer tem uma conotação extremamente positiva e feliz. O termo lazer tem significados como; pleno de alegria, beleza e liberdade; alguns poetas fazem poesia com a palavra lazer.

Para os adeptos da visão compensatória, como Requixa (1977), o lazer deve ser usado para recuperar, restaurar a qualidade moral do homem, que foi reduzida pelo gasto de energia em trabalhos inumanos. O trabalho torna-se então um meio de vida e não mais fonte de auto-realização ou finalidade de vida. A função do lazer seria gerar satisfação, já que o trabalho apenas aliena o trabalhador.

Por isso, Requixa (1977), define lazer como algo digno e humano que tem a capacidade de compensar a alienação posta pelo trabalho, lazer definido como um instrumento que o homem utiliza no seu tempo livre, tempo privilegiado pelo trabalhador depois de jornadas de trabalho desgastante.

O lazer tem as suas funções reduzidas quando a visão utilitarista afirma que o lazer tem como principal função recuperar as forças e energias do trabalhador, descansar para estar apto ao trabalho no dia seguinte. Pelo contrário, o lazer exerce a função da busca pelo prazer, a diversão e o lazer devem possibilitar ao trabalhador a reflexão ao pensar, vivenciar a realidade social, com os conflitos e crises que o permeiam e não apenas descansar para gerar lucro para o capitalista.

Devemos considerar o tempo de lazer como algo privilegiado, capaz de proporcionar mudanças sociais, políticas e morais. Assim, afirmamos que na sociedade em que vivemos o tempo de lazer é escasso, pois vivem em um mundo onde as pessoas são alienadas e controladas pelo modo de produção capitalista. Na

verdade, o lazer deveria nos fazer pensar em nossa realidade social, no momento dedicado para diversão; e não alienação.

Conforme a CLT (Consolidação das leis do trabalho), encontramos algumas manifestações para garantir o caráter do lazer, já que sabemos que na Constituição Federal (1988), no art. 6º o lazer é um direito que deve ser garantido a todos os cidadãos, e todos os seres humanos devem fazer uso deste direito. A importância do direito ao lazer, que é constantemente suprimida e desvalorizada, está relacionado a outros direitos essenciais ao ser humano, também estabelecidos em lei.

Os direitos fundamentais do homem são direitos sociais, individuais, coletivos, nacionais, políticos e democráticos da cidadania, sendo o lazer também um direito fundamental. Na citação a seguir, Moraes (2000) fala das funções de direitos de defesa dos cidadãos. Segundo Canotilho (apud MORAES, 2000, p. 56) aos direitos fundamentais cumprem:

A função de direitos de defesa dos cidadãos sob uma dupla perspectiva: 1- constituem, num plano jurídico-objectivo, normas de competência negativa para os poderes públicos, proibindo fundamentalmente as ingerências destes na esfera jurídica individual; 2 - implicam, num plano jurídico-subjectivo, o poder de exercer positivamente direitos fundamentais (liberdade positiva) e de exigir omissões dos poderes públicos, de forma a evitar agressões lesivas por parte dos mesmos (liberdade negativa) (MORAES, 2000, p. 56).

O Estado tem como dever proporcionar ao trabalhador o direito ao lazer, sendo de fundamental importância esse direito, mas segundo Moraes (2000), o poder público tem competências negativas ao viabilizar o lazer aos cidadãos. O direito ao lazer é um direito fundamental, social, que é imprescindível, irrenunciável, indelegável, proporcionando ao homem a liberdade, a criatividade, que restaura as energias durante o trabalho e esse direito precisa ser reconhecido como direito positivo.

A importância do lazer, atualmente, encontra-se na legislação brasileira de forma dispersa e juntamente com outras garantias.

Seguindo uma linha de pensamento muito parecida com a de Marcellino (1995), que considera o lazer como uma possibilidade de desenvolvimento pessoal, além do descanso e do divertimento, Requiza *apud* Marcellino (1995, p.25) considera que “o lazer é uma ocupação não obrigatória, de livre escolha do indivíduo que a vive, e cujos valores propiciam condições de recuperações psicossomáticas e de desenvolvimento pessoal e social”, que é totalmente contrária a ideia de

antiluzes, que “são atividades realizadas por pessoas de alto nível de pressões e preocupações com o tempo” (MARCELLINO, 1995, p.13).

Complementando o conceito de lazer de Marcellino, Dumazedier, citado em Marcellino (1990), considera:

O lazer como o conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se, entreter-se ou ainda para desenvolver sua formação desinteressada, sua participação voluntária, ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais (MARCELLINO, 1990, p. 13).

Seguindo a linha de pensamento de Marcellino (2000), o lazer é entendido como: atitude/tempo, uma atividade que integra as pessoas na sociedade, realizando as necessidades de cada indivíduo, proporcionando prazer, podendo ser praticado através da livre escolha, sem ser obrigatório, associado a mudanças de ambiente, assim sendo muito parecido com a prática do turismo; exemplo disso é curtir as paisagens, os estilos de vida, troca de ambientes, as necessidades que o lazer gera são férias, para satisfazer as necessidades psicológicas do indivíduo.

Marcellino (2000) ainda aponta as aspirações ligadas ao lazer, como as atividades culturais, as oportunidades de conhecimento, ligando o lazer a todas as práticas de enriquecimento social, percepção de experiências, satisfação do ser humano, preenchendo as necessidades tanto físicas quanto pessoais ou sociais; essas atividades citadas pelo autor só são desenvolvidas pelo homem se houver tempo livre disponível.

Satisfação provocada pela atividade. O lazer como tempo considera as atividades desenvolvidas no tempo liberado do trabalho, ou no tempo livre, não só das obrigações profissionais, mas também das familiares, sociais e religiosas (MARCELLINO, 2000, p. 08).

O lazer é 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 participação tanto social quanto voluntária, após livrar-se das obrigações.

Marcellino (2000) relaciona o lazer com a satisfação de algumas necessidades humanas como o repouso, diversão, recreação, distração, desenvolvimento intelectual. Para o autor, o lazer é uma atividade na qual o indivíduo pode entregar-se de livre vontade.

O que se verifica, com frequência, é a simples associação do lazer com experiências vivenciadas, com conceitos restritos a determinadas atividades, na maioria das vezes o lazer está ligado ao ato de descansar e se divertir, que reduz o conceito de visões que faz parte de um todo, com limites de conteúdos de determinadas atividades.

Durante a prática do lazer os homens podem sentir uma satisfação, podendo escolher quais atividades de lazer desejam praticar, entre elas, podemos citar: praticar esportes, sair para dançar, escrever um livro, dentre outras.

2.2 Tipos de lazer

São vários os tipos de lazer, todos com o mesmo objetivo: proporcionar prazer ao indivíduo. Existem diversas atividades que podem ser realizadas durante uma prática de lazer, algumas atividades podem ser praticadas até mesmo dentro do próprio lar, com a participação da família, como por exemplo: assistir TV, navegar na internet, praticar jogos, etc. O lazer turístico tem como propósito relaxar, conhecer novos horizontes, viajar, visitar parentes e amigos; esse tipo de lazer tem grande relação com as férias.

Dumazedier, mencionado em Chemin (2003), classifica as atividades de lazer como:

- Atividades físicas de lazer: caminhadas ao ar livre, prática de esporte, ginástica, exercício de várias tarefas dentro do horário de trabalho, de maneira informal e formal - espaços tecnicamente planejados ou não técnicos;
- Atividades manuais de lazer: estão associadas ao prazer de manipulação, explorando e transformando a natureza;
- Atividades intelectuais e artísticas de lazer: interesses artísticos estão ligados à busca do imaginário, do sonho, da arte, do cinema, do teatro, da literatura, das artes plásticas;
- Atividades associativas de lazer: exprimem interesse cultural centrado no contato com as pessoas, cujas atividades vão desde as formas de semi-lazer doméstico, até a frequência a grupos e associações;

- Atividades turísticas de lazer - o interesse cultural central das pessoas que buscam este gênero de atividade é a mudança de paisagem, ritmo e estilo de vida, procurando, num curto período de tempo, alterar a rotina cotidiana.

As atividades relacionadas à área de lazer são diversas. Dentre elas podemos citar as atividades físicas, artes, cultura, dança, recreação, entre outras. Por isso há grande dificuldade de se definir políticas públicas para o lazer, capaz de satisfazer todos os segmentos. Quando se fala em lazer, primeiramente, se associam às atividades de divertimento e descanso, não levando em consideração os valores culturais, de desenvolvimento pessoal e social.

Segundo Dumazedier (1974), é difícil classificar as atividades ligadas ao lazer, pois o que é lazer para um, pode não ser para outro. No entanto, o autor classifica o lazer em cinco grandes categorias, constituídas de acordo com as necessidades de realização do corpo e do espírito de cada indivíduo.

2.2.1 Lazer físicos

Dumazedier (1974), conclui que o desporto é menos praticado pelas pessoas idosas - e mais pelos homens do que pelas mulheres. Contudo, é de salientar de que a “atividade física desportiva mantida ao longo da vida favorece uma notável ação sobre o envelhecimento de certas funções, nomeadamente sobre o intelecto e o comportamento” (BIZE & VALLIER, 1985, p. 187). Caminhadas e passeios são também atividades de lazer físico bastante divulgadas entre as pessoas idosas. “A verdade é que alguns trabalhos têm demonstrado que com o exercício físico de baixa intensidade também é possível obter bons resultados” (PINTO, 2001, p. 126).

Nesta categoria estão contempladas, ainda, as férias e as viagens. Entende-se como férias a ausência do idoso do local onde habitualmente reside, por um determinado período de tempo. Na opinião de Jacob (2007, p. 18), “o Turismo Sénior é o turismo dirigido especialmente aos mais velhos e que patenteia um cuidado especial com as questões da acessibilidade e com a duração e intensidade das viagens”.

Como nosso objetivo nesse trabalho é falar da influência do lazer na terceira idade, as atividades de lazer aqui citadas estão voltadas às pessoas idosas, sendo assim, Dumazedier (1974) classifica o lazer em cinco grandes categorias, de acordo com as necessidades de cada indivíduo, em especial o idoso.

A primeira atividade citada pelo autor é o lazer físico, essa atividade é menos praticada por idosos e mais pelos homens do que pelas mulheres, lembrando também que caminhada e passeio faz parte do lazer físico, sendo uma ótima opção para os idosos praticarem, além de trazer benefícios à saúde, podendo ainda melhorar a autoestima, trazendo conforto e satisfação. As férias e as viagens que, segundo o autor, entra nessa categoria de lazer, também pode ser uma opção bastante agradável de lazer.

2.2.2 Lazer artístico

Dumazedier (1974) refere-se ao espetáculo, ao cinema, ao teatro, aos concertos e outras atividades congêneres. É de salientar que “o fraco comparecimento aos espetáculos externos é principalmente de origem sociocultural, mas também se deve à idade” (idem, p. 125). Verifica-se que com a idade existe um decréscimo da frequência de espetáculos. Para Silva e Iwanowicz (1998), os idosos que frequentam programas de dança procuram se divertir e também se socializar. As festas representam a identidade cultural de um povo, proporcionando momentos de alegria e diversão, contudo, são também locais para promover o convívio e a interação com a sociedade. Segundo Ander-Egg (2000), são locais favorecidos para implementar outras técnicas de animação, como a música e a dança.

Essa segunda opção de lazer que refere-se ao espetáculo, ao cinema, ao teatro, à dança, enfim, onde a diversão está sempre em primeiro lugar, é a opção onde pessoas idosas gostam bastante de manter sua identidade cultural, e as festas representam também essa identidade. Os idosos que frequentam esses lugares citados pelo autor procuram, de fato, divertimento e socialização.

2.2.3 Lazer prático

O autor Dumazedier (1974), coloca as atividades manuais, tais como: a bricolagem, a jardinagem e os labores nesta categoria. Estas atividades apresentam um caráter de entretenimento e de utilidade, na medida em que permite ao idoso sentir-se útil a fazer algo, e também desempenham um papel importante nos aspectos psicológicos. As artes plásticas são uma excelente forma de os indivíduos se exprimirem. É uma forma de estimular a criatividade e a imaginação através de

várias formas de expressão. Este tipo de atividades dá ainda a possibilidade de desenvolver “a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora” (JACOB, 2007, p.88). Esta técnica proporciona atividades de grande satisfação.

Segundo Dumazedier (1974), os lazeres práticos são ótimas opções para o idoso desenvolver atividades manuais, permitindo que o idoso se sinta útil a fazer algo, sendo uma forma de distração e entretenimento. O idoso que ocupa seu tempo livre, dedicando-se às artes plásticas e estimulando a sua criatividade, com certeza terá uma vida mais cheia de sentidos e satisfação.

2.2.4 Lazer es intelectuais

Mais uma vez Dumazedier (1974,) refere-se a lazeres intelectuais coisas como: leitura de jornais, de revistas ou de livros. “A leitura é, portanto, parte das atividades de lazer que se desenvolvem com a idade” (idem, p. 125). É importante estimular as pessoas de forma a manterem uma boa atividade mental, evitando desta forma perdas de aptidão cognitiva. O exercício mental regular é fundamental, pois este pode “aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade perceptiva e prevenir o surgimento de doenças degenerativas” (JACOB, 2007, p.72). É importante estimular a capacidade cognitiva, do pensamento, da concentração e da memória. Esse tipo de lazer é bastante usado pelas pessoas idosas; uma leitura em jornal, por exemplo, acaba fazendo com que o tempo passe mais rápido, sendo uma forma de distração.

2.2.5 Lazer es sociais

No âmbito dos lazeres sociais, Dumazedier (1974), refere-se às visitas realizadas e as visitas recebidas, nesta categoria. Os idosos citam as reuniões entre amigos como parte das suas duas principais atividades de lazer.

Segundo Ferreira (2009), as atividades lúdicas promovem a comunicação, melhorando o aspeto relacional e fazem do lazer um elemento determinante da qualidade de vida de uma instituição. Por vezes, estes aspetos são condicionados pelo dinamismo da estrutura de acolhimento, a qualidade de vida e o bem-estar dos residentes e dos funcionários das instituições. O conjunto destas atividades facilita o acesso a uma vida mais criativa e ativa, com uma melhor relação e comunicação

com os outros, com uma participação mais ativa na comunidade, promovendo assim a personalidade do indivíduo e a sua autonomia.

3 O LAZER NA TERCEIRA IDADE

3.1 Envelhecimento na sociedade capitalista

Neste segundo capítulo abordaremos o tema “Lazer na terceira idade”, buscando entender o envelhecimento na sociedade capitalista. O capítulo está dividido em dois sub-tópicos: o primeiro tem o privilégio de estudar o envelhecimento no Brasil, principalmente na sociedade de consumo, sociedade capitalista. Já no segundo, falaremos do lazer na terceira idade trazendo grandes estudiosos da área, com um aprofundamento teórico de grande relevância. Abordaremos definições de alguns autores do que seria a concepção do envelhecimento, trazendo também uma contextualização das mudanças relativas ao idoso no Brasil e no mundo.

O envelhecimento na Sociedade capitalista é um fenômeno mundial, que nos anos mais recentes ganhou mais importância nos países em desenvolvimento. É fato que o envelhecimento não é um fenômeno que acontece apenas no Brasil, e sim no mundo todo, e cada ano que passa vem ganhando mais importância, uma vez que a população idosa vem crescendo consideravelmente nos países desenvolvidos; diante disso, a necessidade de estudos no assunto só aumenta.

Segundo o autor Berzins (2003), nos últimos anos a velhice vem ganhando destaque nos estudos, destaque esse que está relacionado ao processo de envelhecimento populacional do mundo. A velhice vem sendo um assunto bastante estudado nas últimas décadas, sendo um fenômeno recente na história da humanidade, com avanços na área da saúde, com melhorias na diminuição das taxas de fecundidade e também de natalidade e condições sanitárias.

A população mundial está envelhecendo num ritmo muito acentuado e sem precedentes na história da humanidade. Estima-se que a população mundial de idosos seja de 629 milhões de pessoas, com um crescimento anual na taxa de 2%, ritmo este consideravelmente mais alto em relação ao resto da população e três vezes mais do que há 50 anos (BERZINS, 2003, p. 22).

Segundo Berzins (2003), nos últimos anos o estudo sobre a velhice vem ganhando destaque no mundo, e a população está envelhecendo num ritmo muito acelerado. No Brasil, o número de pessoas idosas também vem crescendo cada vez mais.

Berzins (2003) destaca que, de acordo com dados da ONU, cerca de 360 milhões da população mundial idosa (total de 629 milhões ao crescimento anual de 2%) reside nos países em desenvolvimento. Conforme a previsão da ONU, por volta do ano 2050, pela primeira vez na história, o número de idosos será maior que o de crianças abaixo de 14 anos, isto é, a população mundial deve saltar de 6 bilhões para 10 bilhões, sendo que o número de pessoas idosas deve triplicar para 2 bilhões, ou seja, quase 25% da população do planeta. O envelhecimento mundial ocorre num ritmo bastante acentuado e sem precedentes na história da humanidade.

No Brasil, como já dissemos anteriormente, a população idosa vem crescendo cada vez mais, e com o aumento dessa população surgem efeitos que já estão sendo percebidos nas demandas sociais.

Segundo a ONU - Organização das Nações Unidas (1982), o ser idoso difere em países desenvolvidos e em países em desenvolvimento. Nos países desenvolvidos são considerados idosos os seres humanos com 65 anos e mais; já nos países em desenvolvimento são idosos aqueles com 60 anos e mais. No Brasil, é considerado idoso quem tem 60 anos. Ou ainda, para determinadas ações governamentais, considerando-se as diferenças regionais verificadas no país, aquele que, mesmo tendo menos de 60 anos, apresenta acelerado processo de envelhecimento (Brasil, 1996).

Essa definição foi estabelecida pela ONU em 1982, através da Resolução 39/125, durante a Primeira Assembleia Mundial das Nações Unidas sobre o Envelhecimento da População, relacionando-se com a expectativa de vida ao nascer e com a qualidade de vida que as nações propiciam a seus cidadãos.

Bobbio (1997), relata que o envelhecimento não é uma cisão em relação à vida precedente, mas é, na verdade, uma continuação da adolescência, da juventude e da maturidade que podem ter sido vividas de diversas maneiras. Para esse autor, também as circunstâncias históricas, que ele relaciona tanto à vida privada quanto à vida pública, exercem muita importância nos determinantes da velhice, o envelhecimento e a continuidade de uma vida.

Segundo Bruno (2003, p.76) “a velhice como categoria construída socialmente tem sido vista e tratada de maneira diferente, de acordo com períodos históricos e com estrutura social, cultural, econômica e política de cada povo”. O autor diz que não há um conceito absoluto da velhice e aponta para a possibilidade

do surgimento de novos entendimentos sobre o conceito de velhice em dados contextos, situações e construções histórico-sociais.

A sociedade moderna, historicamente, tem sido considerada responsável por generalizar o processo de envelhecimento, revelando essa etapa da vida com estigmas e estereótipos ao produzir conceitos e práticas que depreciam e inferioizam os velhos e suas contribuições para a sociedade. Mas, os contrastes que envolvem o cotidiano dos idosos vêm desde os tempos antigos. O texto abaixo, de 2.500 A.C., escrito por Ptan-hoted, demonstra essa assertiva:

Como é penoso o fim de um velho! Ele se enfraquece a cada dia, sua vista cansa, seus ouvidos tornam-se surdos; sua força declina; seu coração não tem mais repouso; sua boca torna-se silenciosa e não fala mais. Suas dificuldades intelectuais diminuem e lhe é impossível lembrar-se hoje do que aconteceu ontem. Todos os seus ossos doem. As ocupações que até recentemente causavam prazer só se realizam com dificuldade, e o sentido do paladar desaparece. A velhice é o pior dos infortúnios que pode afligir um homem. O nariz entope, e não se pode mais sentir nenhum odor (Apud BEAUVOIR, 1990, p. 114).

Ptan- Hoted (apud Beauvoir, 1990), na citação acima, faz uma crítica à sociedade que trata o processo de envelhecimento com estereótipos preconceituosos; o autor pensa o fim da pessoa velha e as enormes dificuldades que o mesmo sofre, devido às limitações que aparecem no fim da vida. A sociedade acaba taxando o idoso como algo inútil, alguém que não tem mais capacidade de contribuir com a sociedade.

Foi no contexto da modernidade que infância, adolescência e velhice foram alçadas à condição de etapas singulares da vida. Nesse processo de demarcação das etapas da vida, a construção social da velhice é, portanto, recente, ligando-se à nova configuração das relações entre o trabalho e o capital, sob o modo capitalista de produção (ALMEIDA, 2003, p. 40).

Almeida (2003), ressalta que ao longo da vida vem acontecendo a construção da velhice, que está totalmente ligada ao trabalho e ao capital sobre o modo capitalista; o velho que um dia vendeu sua força de trabalho e sofreu uma grande exploração pelo capital, quando chega na velhice é taxado como improdutivo, não gerando mais lucro para o capitalista.

Nessa linha de raciocínio, Birman (1995), afirma que no capitalismo as possibilidades de reprodução e acumulação da riqueza levam a que as diversas etapas etárias da vida do indivíduo sejam consideradas a partir de valores diversos na relação que cada indivíduo possa contribuir com a produção da riqueza. É a partir

de então que “a velhice passa a ocupar um lugar marginalizado. Na medida em que a individualidade já teria realizado seus potenciais evolutivos, perderia então seu valor social” (BIRMAN, 1995, p.33).

Esse conjunto de ideias mostra que, historicamente, tem havido uma ideia bastante difundida de que na etapa etária da velhice há um conjunto de perdas: desde as perdas relacionadas às propriedades físicas, corporais e mentais até aquelas relacionadas aos aspectos sociais e culturais, entre outras. Mas é na vigência do capitalismo que a problemática do envelhecimento adquire dimensões singulares. Como diz Teixeira (2006, p. 40):

O capitalismo, através do controle das práticas temporais, espaciais e dos meios de produção, aloca e realoca o tempo de vida dos trabalhadores ou o tempo social, redefinido pelas necessidades reprodutivas ampliadas do capital, seja enquanto tempo de trabalho, “tempo livre” ou tempo de envelhecer. Constituindo o envelhecimento do trabalhador, enquanto tempo de vida, objeto de controle social e de fonte de experiências negativas com essa perspectiva de tempo, que associado às desvalorizações sociais [...], pobreza e às restrições físicas e sociais, configuram parte dos problemas que essa classe enfrenta na velhice (TEIXEIRA, 2006, p. 40).

Como aponta Teixeira (2006), o capitalismo controla a vida do ser humano através dos meios de produção, controlando também o tempo de cada indivíduo; quando chega a velhice, o capitalismo passa a ter experiências negativas sobre essa classe, contribuindo para que a pobreza faça parte da realidade do velho.

Karsch (2003), refletindo sobre o processo de envelhecimento, ressalta que:

Só há algumas décadas que a sociedade brasileira vem notando que o país está envelhecendo, tanto pela longevidade de seus habitantes, como no número de idosos, apontados pelos censos e pelos estudos demográficos. Esta sociedade, habituada a ver o Brasil como país de jovens, muito recentemente vem percebendo que já não nascem mais tantas crianças como antes, e que os velhos estão ficando cada vez mais velhos, e em número cada vez maior (KARSH, 2003, p. 104).

Karsch (2003), vem reforçando o que foi falado anteriormente: que a sociedade brasileira está envelhecendo em um ritmo muito acelerado. Antes, o Brasil era visto como um país onde a maioria das pessoas eram jovens, mas recentemente estudos mostram que os velhos estão ficando cada vez mais velhos e em números maiores.

Teixeira (2006), ao refletir sobre a velhice no Brasil, desenvolve uma análise sobre o envelhecimento do trabalhador a partir das respostas do Estado e da

sociedade a essa questão, buscando identificar o desenho e as tendências da política social contemporânea. A autora aponta que o trabalhador velho, ao perder o seu valor de uso para o capital, se torna improdutivo, perdendo assim seu valor; o trabalhador velho produz menos em um ritmo desacelerado.

Quando o trabalhador se encontra na condição de velho é descartado pelo capital, que não lhe dá condições de sobrevivência. Sem as políticas sociais, o trabalhador sente que sua vida foi desapropriada, suas necessidades aumentam e com elas a impossibilidade de satisfazê-las, e aí já não encontra mais lugar no mundo.

Segundo Cavalcante (2005), nota-se na sociedade a cultura de descartar tudo o que é considerado “velho”. Vive-se uma fase em que tudo se torna rapidamente obsoleto e aqueles que não acompanharem mais a grande onda, tornam-se, rapidamente, desinteressantes, como o idoso. Cavalcante (2005) fala da lógica do capital, de eliminar tudo o que não gera lucro; o velho na sociedade capitalista é visto como algo não interessante.

Simone de Beauvoir (1970), vem falando a respeito dos países capitalistas onde o interesse era do “capital e não dos indivíduos” e diz:

Eliminados muito depressa do mercado de trabalho, os aposentados constituem um encargo que as sociedades baseadas no lucro assumem de maneira mesquinha. A solução mais correta seria permitir aos trabalhadores que continuassem ativos enquanto pudessem, garantindo-lhes, em seguida, uma existência decente (BEAUVOIR, 1970, p. 253).

A autora fala do idoso na sociedade e das dificuldades do idoso em entrar para o mercado de trabalho; não adianta um idoso apresentar o seu currículo, pois a vaga sempre será de um jovem. Como bem colocou Costa (1998), que:

Na sociedade industrial ou tecnológica não se admite alguém que não produza. Quando o indivíduo vai se aproximando da chamada meia-idade, percebe que uma vasta quantidade de “portas sociais” começa a se fechar para ele. Neste país, onde o aforismo “Brasil – país de jovens” se evidencia, se a pessoa idosa perde um emprego, dificilmente encontrará outro. Os anúncios em jornal mencionam sempre uma idade, que varia no máximo entre 30 e 40 anos, como condição para se obter uma colocação (exceções pequenas existem principalmente para aqueles cargos menores, de salários baixos e sem projeção, como por exemplo os famosos “carregadores de placas” que deambulam pelas capitais brasileiras, oferecendo empregos para diversas funções). Se ele se aposenta, então, também está fadado a ser um inútil (COSTA, 1998, p. 52).

Como é colocado pelo autor, na sociedade capitalista não há lugar para o velho, quem predomina é o novo; no contexto do capitalismo o envelhecimento é tido como algo desqualificado, os trabalhadores mais velhos são excluídos do mercado de trabalho. A sociabilidade do capital valoriza apenas quem produz, o idoso é taxado como um sujeito desvalorizado, o velho é visto como algo descartável; na correria do trabalho, ninguém tem tempo de respeitar o tempo do idoso, uma empresa não contrata a pessoa velha alegando prejuízo financeiro, as empresas seguem visando apenas o lucro.

“O termo idoso carrega em si o peso de uma conotação negativa desde o seu significado: velho. Velho, remete a desusado, antiquado, antigo, gasto pelo uso, etc” (FERREIRA, 1960. p.1225). Daí percebermos o forte preconceito existente para com o idoso, o que resulta em sua exclusão social.

Sendo o homem um ser de subjetivação, necessita de um contexto favorável para contribuir com este processo, para isso é importante a ética do cuidado, que valoriza o respeito, essencial ao crescimento contínuo. Sabemos que muitos dos problemas em relação ao envelhecimento têm sua origem no social, principalmente no que concerne ao isolamento. A sociedade capitalista, voltada para a produção, isola o idoso porque este não acompanha a sua demanda, ou seja, o seu ritmo.

3.2 A prática do lazer na terceira idade

Conforme citado por Macperson (2000, p.29), o lazer na terceira idade está ligado à aposentadoria, “já que esta fase da vida do ser humano não é mais retratada como período de doença, dependência, solidão, pobreza, tanto cognitiva como física, do isolamento”.

Graças aos progressos médicos, alimentares e de estilos de vida, a expectativa de vida ativa está aumentando na maioria dos países, e, em decorrência disso, mais idosos são capazes de aderir ao lazer ativo e às oportunidades de turismo, por um período maior na terceira idade. Com isso, vêm surgindo preocupações com o tempo destinado para o lazer, devido ao aumento da expectativa de vida.

Segundo DE MASI (1999, p. 51), em artigo na revista ISTO É VOCÊ, “a média de vida na década de 90 é de 79 anos para os homens e de 82 para as mulheres”, estas que estão assumindo um papel de significativa importância no lazer, já que

elas vivem mais que os homens, estão trabalhando mais e participando mais das atividades de lazer.

A Terceira idade não é um problema social e, sim, um processo social que dura por toda vida. É um problema para pequena parte dos idosos, e geralmente no final da vida, quando há indícios de fraqueza física. O declínio da saúde e da energia, perda de interesse por atividades, falta de companheiro, diminuição de recursos econômicos, incapacidades físicas, entre outras, são as principais barreiras enfrentadas pelos idosos, que podem tornar-se mais amenas se houver a prática do lazer na assistência e serviços prestados em instituições para o lazer. Esta preocupação com os idosos vem influenciando a opinião pública e política.

De acordo com Mcperson (2000), em 1982 a Organização das Nações Unidas (ONU) apresentou o lema: “acrescentar vida aos anos que foram aumentados à nossa vida”. Para alcançar o objetivo desse lema, a ONU estimulou os governos e entidades a estabelecer políticas e definir programas baseados em cinco princípios, para que os idosos pudessem contribuir de modo participativo nas atividades da sociedade. São eles: Independência - o direito de permanecer independente; Participação - o direito de participar plenamente em todos os setores da sociedade; Assistência - receber assistências e cuidados em qualquer nível; Auto realização - alcançar a auto realização na terceira idade; Dignidade - manter a sensação de dignidade, independentemente das condições de saúde e do status econômico.

A partir destes princípios espera-se que haja maior envolvimento do setor público e privado na elaboração de políticas públicas definidas e eficientes para a terceira idade.

Conforme colocações de Marcellino (1995, p.54), teoricamente, por já haverem “dado sua contribuição enquanto produtores, teriam direito a entrar no ‘paraíso do lazer’ - a aposentadoria. Nada de horários, de obrigações, mas somente ‘gozar da vida’”. No entanto, não há condições e o que é pior, nem mesmo disposição para isso.

Segundo Marcellino (1995), em termos econômicos, a aposentadoria se revela uma grande mentira, reduzindo bruscamente os ganhos mensais e obrigando, dessa forma, a cortes nos gastos ditos supérfluos, entre os quais se inclui, invariavelmente, o lazer. Além das dificuldades econômicas, de saúde e de locomoção, os velhos sofrem uma série de preconceitos e passam a ser apontados, quando ousam quebrá-los.

Sabemos ser dever do Estado garantir o exercício da cidadania, cuidando da saúde, educação e segurança dos indivíduos. No tocante à pessoa idosa, percebemos que muito ainda precisa ser pensado e mudado, principalmente no que diz respeito à discriminação e indiferença da aplicabilidade da lei do Estatuto do Idoso (2003), que nas palavras de Marcellino (1995), diz que:

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária (MARCELLINO, 1995, p. 54).

Segundo Alcântara (2004, p. 16), “o envelhecimento de indivíduos implica mudanças no contexto socioeconômico brasileiro”. Diante da complexidade desta realidade crescente em nossa sociedade – a longevidade - faz-se necessário que novas medidas sejam tomadas, no sentido de promoção de segurança aos idosos. Urge uma conscientização e sensibilização de todos os grupos sociais, ou seja, uma ação conjunta de toda a sociedade, buscando desenvolver estratégias de ação que assegurem melhor qualidade de vida para os idosos.

Afinal, no Art. 10 do Estatuto do Idoso (2003, p. 11) reza que é obrigação do Estado e da Sociedade “assegurar à pessoa idosa a liberdade, o respeito e a dignidade, como pessoa humana e sujeito de direitos civis, políticos, individuais e sociais, garantidos”.

As práticas de lazer para idosos passam a ser direitos com prioridade, desde que haja políticas destinadas para sua interação integrada. Barbosa e Campagna (2006), apontam que: o âmbito do lazer, uma dessas esferas de inserção humana e que funciona como catalisador dos processos de aprimoramento pessoal e social mostra-se, então, como campo profissional promissor para a ressignificação de cada uma das etapas de construção do ser humano - especialmente na velhice -, do papel e da imagem social do idoso (BARBOSA; CAMPAGNA, 2006, p. 147).

4 DIFICULDADES NA PRÁTICA DE LAZER

4.1 Os desafios dos idosos das camadas populares na prática do lazer

Neste terceiro e último capítulo nos preocupamos em abordar os desafios dos idosos na prática do lazer nas classes populares. O nosso objetivo é falar das dificuldades enfrentadas pelos idosos pobres na prática do lazer, e entendermos quais são os desafios enfrentados pelo idoso ao realizar essa prática. Uma inquietação que trazemos nesse capítulo é entender como o lazer pode desligar o indivíduo idoso de suas obrigações. Além desta inquietação trazemos também nesse o percurso metodológico utilizado na elaboração do TCC.

Como falado no capítulo anterior, sabemos que a pessoa da terceira idade, principalmente aquelas mais desfavorecidas economicamente, tem poucas oportunidades de ocupar seu tempo livre, para obterem melhoria em seu bem-estar social e saúde. O idoso enfrenta diversas barreiras no usufruto do lazer e para que isso não ocorra é preciso, urgentemente, de uma educação para o lazer.

O idoso pobre passa a metade de sua vida trabalhando, ganhando um salário que mal dá para o sustento de sua família; quando chega na terceira idade, tem que se contentar com uma aposentadoria que não é capaz de suprir as necessidades básicas de uma pessoa e, por isso, é preciso muitas vezes aceitar ajuda financeira de familiares. Se o dinheiro que a pessoa idosa ganha do governo mal dá para os remédios e comida, será impossível gastar com lazer, viagens e passeios. Na vida do idoso subalterno, isso é uma realidade distante.

Os idosos, na maioria das vezes, ficam em suas casas exercendo as atividades diárias, como: cuidar da casa, dos netos e outros afazeres, deixando de ter uma relação social com outras pessoas. Muitos idosos vivem isolados, alguns vivem longe de seus familiares e outros dedicam seu tempo para cuidar dos netos, deixando de lado sua própria vida. E assim, o lazer na vida desse idoso acaba sendo esquecido.

O idoso enfrenta diversas barreiras no usufruto do lazer, e para que isso não ocorra, é preciso urgente de uma educação para o lazer que estimule as pessoas por toda a vida. O lazer consegue aproximar as pessoas, tem a capacidade de fazer descobrir novas coisas. É preciso estimular os idosos a vivenciarem o lazer,

fazer com que mudem suas rotinas, frequentem equipamento que propiciem momentos de prazer e socialização.

Sabemos que é dever do Poder Público, preocupar-se com uma política que priorize ações que estimulem e beneficiem o idoso, nos segmentos da cultura, lazer, esporte e educação, tendo como meta a promoção da cidadania na terceira idade, preparando-os para uma maturidade e vida felizes, e ainda, proporcionar uma maior integração entre os idosos, oferecendo oportunidades do descobrimento de mais fontes de satisfação de vida, através do entretenimento e do lazer, motivando-os ao convívio social, descobrindo valores e estimulando-os a uma melhor qualidade de vida, pois é necessário não sentir a presença da velhice como uma decadência.

Mesmo sendo um dever do Poder Público viabilizar políticas que priorizem o bem-estar do idoso, sabemos que, na verdade, não é isso que acontece. A falta de intervenção do governo só faz com que a pessoa velha (idosa) sofra mais ainda, com a falta de dedicar seu tempo livre praticando o lazer.

No Brasil, as pessoas não vivem com a tranquilidade e o suporte esperado, quando se atinge uma idade avançada, visto que a maioria dos direitos e princípios previstos pelo Estatuto do Idoso não fazem parte da realidade em que vivem. Geralmente, convivem com diversos desafios no cotidiano, que envolve aspectos como a falta de mobilidade urbana adequada, a ausência do respeito, o descaso, ações discriminatórias, entre outras situações. Dessa forma, o país não está preparado para atender as necessidades que essa população demanda, em um processo cada vez mais frequente (BERTOLIN; VIECILI, 2014).

Bertolin e Viecili (2014), ressaltam que muita coisa ainda é preciso mudar, no que se refere ao lazer para o idoso. No Brasil, mesmo estabelecido em lei os direitos do idoso, ainda é negado, principalmente, o lazer. A pessoa quando chega na terceira idade é vista pelo Poder Público como algo improdutivo, sem nenhum valor. Na verdade, o que a pessoa idosa vive no Brasil é um descaso, discriminação, pelo simples fato de ser idoso.

Apesar do lazer ser importante para os indivíduos e reconhecido pelos idosos, isto não garante que ele seja acessível para todos. Rodrigues (2002, p.106) interpreta este assunto: “entretanto, este ideal de vida de lazer, além de vir acompanhado de uma visão funcionalista, procurando encobrir os problemas sociais e econômicos que atingem estas pessoas, é acessível apenas a uma minoria”.

Cabe aqui uma reflexão, pois entende-se que em razão da baixa renda que a aposentadoria proporciona aos idosos e ao fato de que muitos programas de lazer precisam de dinheiro para seu acesso, mesmo assegurado desconto ao idoso com mais de 60 anos através do Estatuto do Idoso, ainda exclui muitos idosos que não obtêm uma renda para usufruir de momentos de lazer, sendo esta atividade restrita para alguns.

O Estatuto do Idoso trouxe importante contribuição para a recuperação do prestígio e da dignidade desse grupo. Programas especiais têm sido elaborados para seu atendimento, em termos de saúde psicológica e mental (CNBB, 2002).

No entanto, o idoso continua sendo desrespeitado na cena urbana, onde os espaços não são adequados ao seu andar lento e calculado; nas filas dos bancos, cujos lucros fabulosos nunca se transformaram em conforto para seus usuários; no sistema de saúde, cujas “liturgias” burocráticas nem sempre são adaptadas às suas necessidades; no sistema de promoção social, cujos funcionários não compreendem que direitos humanos são inalienáveis e que, portanto, conceder benefícios estabelecidos como direitos não significa tratar o idoso pobre como se estivesse pedindo esmola.

Contudo, o idoso na sociedade moderna passa a ser um indivíduo que necessita de auxílio, “[...] a situação atual, em que os idosos se transformam em um peso para a família e para o Estado, opunha-se a uma Idade de Ouro em que eles, dada a sua sabedoria e experiência, eram membros respeitados na família e na comunidade” (DEBERT, 1999, p.17).

Debert (1999), reforça que o idoso necessita de auxílio, seja para reconhecer seu direito, seja para desfrutar do lazer. Nos dias atuais, o idoso é visto pelo Estado e até mesmo pelos seus familiares, como um peso.

O idoso que pratica o lazer passa a ter uma experiência pessoal que aumenta o processo de integração entre as pessoas. Porém, muitos valores deturpados e até mesmo preconceituosos, tendem a guiar as concepções de lazer dentro da própria comunidade idosa.

Para algumas pessoas os idosos não precisam mais de lazer, porque já estão velhos, cansados, já viveram tudo o que tinham para viver. Pessoas com esse pensamento preconceituoso faz com que o próprio idoso pense da mesma maneira, mas para que isso não aconteça é preciso ainda mais estudos nessa área, e precisa

também de profissionais aptos a desenvolverem seu trabalho, voltado ao lazer, para o público idoso.

Ser idoso não é assim tão ruim como a maioria das pessoas pensam, afinal, para não envelhecer, só morrendo jovem, o que seria uma tragédia, pois deixaríamos de viver as coisas belas da vida. Ser idoso é muito mais, é refletir sobre a vida, sobre as experiências vividas, sobre as amizades, erros e acertos, passar experiências, segurança e coragem para a juventude atual.

A família e a sociedade têm o dever de amparar o idoso, dando-lhe as garantias da vida, da felicidade, do carinho. Infelizmente, muitas pessoas indagam que os idosos tem benefícios a mais do que pessoas normais, discordando até das facilidades que a terceira idade possui, como juros mais baixos em empréstimos e facilidades em atendimento ao público, porém, é o mínimo que conseguimos oferecer às pessoas que se dedicaram exclusivamente ao país que temos hoje. Não é perfeito, mas é o melhor que conseguiram fazer.

Todavia, muito embora seja a velhice, na sua qualidade de destino biológico, uma realidade trans-histórica, ainda assim subsiste o fato de que este destino é vivido de maneira variável, segundo o contexto social. [...] A diferenciação das velhices individuais ainda tem outras causas: saúde, família, etc. São, entretanto, duas categorias de velho, uma extremamente ampla e outra restrita a pequena minoria, e criada pela oposição de exploradores e de explorados (BEAUVOIR, 1990, p.14-15).

Os direitos dos idosos se estendem pelo direito à vida, ao atendimento básico de suas necessidades, à saúde, à moradia, à educação, à justiça, ao transporte, ao lazer, ao esporte, tudo isso para lhes garantir uma maior dignidade nessa fase da sua vida.

Um dos problemas que podemos chamar de dificuldade, ao praticar o lazer, é a questão do tempo, ou seja, muitas pessoas não têm tempo para a prática do lazer, e muitas vezes nem fazem questão desse tempo, como, por exemplo: uma pessoa que mora em uma cidade grande e trabalha a semana inteira, e aos finais de semana o que poderia ser um tempo para a prática do lazer, elas preferem trabalhar, para assim aumentar a sua renda.

Segundo Marcellino (2002), também existem aqueles indivíduos que trabalham a semana inteira, às vezes não tem tempo nem para ir almoçar em casa, almoçando na rua mesmo; quando chega em casa só toma um banho e já vai para a escola, faculdade ou curso técnico, fazendo isso a semana inteira. Chega no final de

semana, ele só quer dormir e descansar, e com isso não tem tempo para nada, nem para o lazer, ficando restrito ao ambiente doméstico, e isso é muito prejudicial para a sua qualidade de vida.

Marcellino (2002), afirma que a falta de tempo pode ser um dos grandes motivos do idoso não praticar o lazer, e ficando restrito apenas ao ambiente doméstico, alguns idosos dedicam seu tempo para os afazeres domésticos, ou até mesmo trabalham em suas terras, no caso do idoso que mora na zona rural; sendo assim, acabam deixando de lado, ou até mesmo dando menos importância, ao usufruto do lazer.

A questão de ter pouco dinheiro é também uma dificuldade para o lazer, como já vimos anteriormente no início deste trabalho, com isso Marcellino (2002) chamou esse fato de uns seres serem mais beneficiados economicamente que outros, de “barreiras intercalasse sociais”. Esses fatores podem acarretar vários problemas, que inibem e dificultam a prática do lazer, como, por exemplo: uma pessoa que quer ir a uma festa, ou até mesmo fazer uma viagem para espairecer, relaxar, esquecer-se dos problemas, muitas vezes não tem dinheiro suficiente para realizar seus desejos; isso é muito comum e acontece constantemente na sociedade brasileira.

O autor Marcellino (2002), continua afirmando que existem várias barreiras na prática do lazer na terceira idade e uma dessas barreiras pode ser a falta de dinheiro; o idoso pobre ganha pouco dinheiro e acaba não tendo condições de fazer uma viagem ou executar um lazer que gere custo financeiro.

Se observarmos bem, dá para se notar que o sexo feminino é muito menos favorecido a praticar o lazer que o homem, às vezes pela rotina doméstica e, também, por trabalhar fora; isso acontece, muitas vezes, pela sociedade ser muito machista. Às vezes não paramos para pensar na situação de muitas mulheres brasileiras que trabalham o dia inteiro em seus empregos, e depois chegam em casa e tem que fazer comida, lavar roupa, limpar a casa; às vezes não percebemos o quanto isso pode ser estressante e prejudicial para a qualidade de vida, pois ela tem poucos momentos de lazer (MARCELLINO, 2002).

Na vida da mulher idosa não é diferente, pois ela dedica a maior parte de suas vidas ao trabalho, aos netos e aos afazeres domésticos; mesmo sendo uma idosa, é preciso continuar sua vida cuidando da casa, das roupas, fazendo comida, doces para agradar os netos, porque na maioria das vezes não tem quem desenvolva esse trabalho.

O aspecto da faixa etária é também uma problemática para a prática do lazer, pois os idosos, por muitas vezes, por não mais estarem trabalhando, às vezes tem certas barreiras em participar de atividades de lazer, muitas vezes por falta de oportunidades, o que não pode acontecer, pois eles também precisam ter uma vida saudável e satisfatória e o lazer pode contribuir muito para a melhora da qualidade de vida dessas pessoas (MARCELLINO (2002).

Marcellino (2002), afirma que no lazer existe uma série de dificuldades que podem intervir em sua prática, como já dissemos: classe social, nível de instrução, sexo, faixa etária e outras que não dissemos, como por exemplo, a violência que vem só crescendo nos grandes centros urbanos. Esses fatores que citamos nada mais são, do que indicadores indesejáveis que não podemos deixar nos atrapalhar, quando formos praticar nossos momentos de lazer.

Segundo Camargo (1998), existem alguns preconceitos sobre a prática do lazer, e são os que mais acontecem na sociedade; e isso prejudica muito a visão das pessoas sobre o lazer. Aqui iremos falar um pouco sobre alguns desses preconceitos que acontecem, como, por exemplo: o lúdico é uma ocupação somente para os ricos, a importância do lazer é menor que a do trabalho, o lazer atrapalha o ato de trabalhar e que a realização das atividades de lazer é fácil.

Agora iremos relatar sobre esses argumentos. Dizer que somente os ricos tem direito a um lazer digno, essa é uma problemática que acontece muito na sociedade, pensar que a diversão é somente ocupação dos ricos. Este preconceito trata a pobreza como se o fato de ser pobre inibisse as pessoas de se divertir, e até mesmo de praticar atividades em que haja uma sociabilização. Muitas pessoas lamentam por não poder praticar um lazer de alto nível, por questões econômicas, sem saber que para se divertir não precisamos de muito dinheiro.

Nas palavras de Camargo (1998), quando formos falar sobre o lazer não devemos ter falta de solidariedade com os que possuem menos, muito pelo contrario, devemos sempre apoiar programas e propostas de melhoria para a prática do lazer, de pessoas menos favorecidas.

As práticas de atividades de lazer colaboram para a inserção dos idosos em grupos, contribuindo para a sua convivência interpessoal, aumentando sua autoestima e seu condicionamento biopsicossocial e, assim, promovendo uma melhor qualidade de vida. Com isso, percebe-se que proporcionar as atividades de lazer, tais como a dança, música, artesanatos, pinturas, caminhadas, entre outras,

se executadas corretamente, podem promover uma melhoria na qualidade de vida e bem-estar para os idosos (WICHMANN *et al.*, 2013).

[...] no Brasil, não há políticas públicas de lazer na esfera municipal, estadual ou federal. O que existe, em geral, são projetos e ações isolados, normalmente pensados de forma fragmentada e com forte cunho utilitarista. Identificamos assim traços de políticas públicas que indicam algumas regularidades e ausência nesse campo. Aliás, tais iniciativas geralmente constituem o lócus analítico dos (poucos) estudiosos que têm se dedicado às políticas públicas de lazer no Brasil (STAREPRAVO, *et al.*, 2018, p. 125).

A partir das críticas sobre o lazer e o tempo livre, Teixeira(2007), conclui sobre o peso e a importância, ligando as potencialidades do lazer no trabalho social com idosos, gerando autoestima, socialização, formas de convivência, aprendizagem voluntária, mas destaca-se o seu revés, ou seja, pensá-lo como uma atividade autônoma, livre dos condicionamentos sociais, um mundo apartado da vida cotidiana, das relações de produção, como se a alienação e o estranhamento ficassem lá fora, no mundo produtivo e não no mundo reprodutivo, do consumo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Aceitar a ideia de que o lazer se apresenta como necessidade básica do ser humano é a condição fundamental para o estudo desta temática, em qualquer que seja o espaço/tempo e a sua destinação. É evidente, além de comprovado pelas investigações científicas, que para a consolidação da existência humana faz-se indispensável a dimensão lúdica, que é marca característica do lazer.

Segundo a ONU, através da resolução 39/125, no Brasil é considerado idoso quem tem acima de 60 anos; para determinadas ações governamentais, considerando-se as diferenças regionais verificadas no país, aquele que, mesmo tendo menos de 60 anos, apresenta acelerado processo de envelhecimento (Brasil, 1996), relacionando assim o envelhecimento com a expectativa de vida e com a qualidade de vida que os cidadãos possuem.

O que nos instigou a caminhar nessa trajetória de pesquisa foi o fato de observar que no município de Miranorte, no Tocantins, as pessoas da terceira idade, principalmente aquelas desfavorecidas economicamente, tem pouca ou nenhuma oportunidade de ocupar o seu tempo livre de modo a produzirem melhoria na sua saúde e bem-estar social. Isso nos fez perceber a importância de estudar a terceira idade, principalmente no que diz respeito às práticas e os efeitos do lazer nessa geração, além das implicações sociais das atividades de lazer no bem-estar do idoso.

Toda essa aproximação com a temática levou-nos a buscar respostas para as questões que nortearam o estudo realizado sobre a natureza, a processualidade e a importância do lazer desenvolvido para as pessoas idosas, como forma de tornar um conhecimento científico.

Na primeira aproximação conclusiva chegamos a compreensão de que o lazer proporciona um envelhecimento mais saudável, fazendo com que o idoso viva mais, pois traz benefícios para a saúde física e mental. Dumazedier (1994), afirma que o lazer faz com que o indivíduo se desligue das suas obrigações, tenha uma vida melhor e com diversos benefícios para a saúde, tanto física como mental.

Segundo a Constituição da República Federal do Brasil, o lazer ocupa o lugar de necessidades básicas do ser humano por ser tão fundamental quanto o transporte, a educação, a moradia, a saúde, o saneamento básico e a alimentação (BRASIL, 1988).

Com Marcellino (2000) concluímos que o lazer hoje é fruto da constituição social, própria da sociedade urbana e geralmente pode ser entendido como a cultura vivenciada no tempo disponível fora das obrigações humanas, combinando os aspectos tempo e atitude, e desenvolvido como uma das áreas de manifestação humana em estreita relação com outras esferas de atuação, como o trabalho, a educação, etc., fato que pode exercer valores questionadores na sociedade, assim como, sofrer influências da estrutura social vigente. Pode ser, portanto, um tempo privilegiado para a vivência de valores que contribuem para mudanças de ordem moral e cultural.

Concluímos, também que, quando tratamos do lazer dirigido à pessoa idosa precisamos entender a questão do envelhecimento no país enquanto um fenômeno mundial, que nos anos mais recentes ganhou mais importância nos países em desenvolvimento. Segundo Berzins (2003), a ONU alerta que nos países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil, vivem cerca de 360 milhões da população mundial idosa (total de 629 milhões ao crescimento anual de 2%). E, concordamos com Berzins (2003), quando afirma que no ano de 2050, o número de pessoas idosas será bem maior do que crianças abaixo de 14 anos. Ademais, a ONU afirma que pela primeira vez na história a população aumentou de 6 bilhões para 10 bilhões. O que significa dizer que o envelhecimento mundial ocorre num ritmo bastante acentuado e sem precedentes, na história da humanidade.

Chegamos a mais uma conclusão: que o aceleração do envelhecimento é uma realidade que tem exigido estudos sobre as condições objetivas e subjetivas que envolvem a vida social da pessoa idosa. Neste contexto, estudar o lazer próprio da pessoa idosa como forma de bem-estar a um ser social foi o mérito da pesquisa, que se produziu com o objetivo de analisar os efeitos do lazer no bem-Estar do Idoso. Pois, corroborando com Dumazedier (1994), aprendemos que o lazer surge durante a segunda metade do século XXI, com conceitos que foram modificados ao longo dos anos, acompanhando as mudanças que surgiram no mundo, como forma de se adequar às necessidades do homem. Um dos principais resultados das mudanças são as várias definições do que venha ser o lazer encontradas nos estudos atuais, possuindo diferentes conotações entre estudiosos da área.

Quando optamos por realizar essa pesquisa, já havíamos constatado a importância do lazer em todas as faixas etárias, em todas as classes sociais, para todas as pessoas, independente de sua cultura ou da região onde habitam. Se, do

lazer depende a qualidade de vida e se a vida é o bem mais precioso do ser humano, é preciso que busquemos a todo custo esta realização, sem, no entanto, deixar de ser uma atividade prazerosa e, principalmente, na vida do trabalhador que precisa desse tempo em seu cotidiano, proporcionando assim um aumento significativo de seu bem-estar.

Acreditamos que deve haver lazer em todos os setores da sociedade, começando nos nossos lares, onde pais e filhos possam viver se respeitando, porém num ambiente descontraído e alegre. As escolas também devem adotar essa pedagogia lúdica onde os alunos aprendam com prazer e, porque não, no trabalho, onde o tempo destinado ao lazer será de suma importância, pois irá contribuir plenamente para o desenvolvimento global e harmônico do trabalhador?

Depois de termos observado vários estudos em que o lazer é o principal assunto, podemos apresentar a conclusão final de que este tem importante papel em contribuir para a qualidade de vida do ser humano, pois ele afeta diretamente no estado emocional, na saúde, no bem-estar e no desenvolvimento pessoal do indivíduo. E, principalmente, do indivíduo que já chegou na velhice.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Adriana de Oliveira. **Velhos Institucionalizados e Família: entre abafos e desabafos**. Campinas, SP: Ed. Alínea, 2004.

ALMEIDA, Vera Lúcia Valsechi. Modernidade e Velhice. **Serviço Social e Sociedade**. 75. São Paulo: Cortez, 2003.

AMUI, Selma. **Professor: Profissão ou Sina?** Araguari: Minas, 1997.

ANDER-EGG, Ezequiel. **Metologogía y Práctica de la Animación Sociocultural**. Madrid: Editorial. Andrews, 2000.

AQUINO, André Carlos Busanelli de. Estratégias de orientação e estudos de campo em contabilidade. **Revista Contabilidade**, Vista & Revista, v. 20, n. 2, p. 135-160, abr./jun. 2009.

BARBOSA, Felipe Soligo; CAMPAGNA, Jossett. **A animação sociocultural e o segmento idoso: reflexões e sugestões**. Lazer e recreação: repertório de atividades por fases da vida. Campinas: Papirus, p. 147-185, 2006.

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice: A Realidade Incômoda**. São Paulo: Editora Difusão Europeia do livro, 1970.

BERTOLIN, Giuliana; VIECILI, Mariza. Abandono Afetivo do Idoso: Reparação Civil ao Ato de (não) amar? **Revista Eletrônica de Iniciação Científica**. Itajaí, v.5, n.1, p. 338-360, 2014.

BERZINS, Marília Anselmo Viana da Silva. Envelhecimento populacional. **Serviço Social e Sociedade**, 75. São Paulo: Cortez, 2003.

BIRMAN, Joel. Futuro de todos nós. In: VERAS, R. (org.). **Terceira idade**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1995.

BIZE, P.R; VALLIER, C. **Uma vida nova: a terceira idade**. Lisboa: editora Verbo, 1985.

BOBBIO, Norberto. **O tempo da memória**: de senectude e outros escritos autobiográficos. Rio de Janeiro: Campus, 1997.

BRAMANTE, Antonio Carlos. Lazer: concepções e significados. **Licere**, Belo Horizonte, Vol.1, nº. 1 - p. 09-17, 1998.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. 1988

BRASIL, Lei 10741 de 2003. **Estatuto do Idoso**. Brasília: Senado Federal, Secretaria Especial de Editoração e Publicações. Câmara dos Deputados, Coordenação de Publicações, 2003.

BRASIL. CLT – **Consolidação das Leis do Trabalho**. Decreto-lei 5452/43 | Decreto-lei nº 5.452, de 1º de maio de 1943.

BRUNO, Marta Regina Pastor. Cidadania não tem idade. **Serviço Social e Sociedade**, 75. São Paulo: Cortez, 2003.

CAMARGO, Luiz Octavio de Lima. **Educação Para o Lazer**. São Paulo SP: Moderna, 1998.

CAMARGO, Luiz Octavio de Lima. **O que é lazer?** São Paulo: Brasiliense, 1986.

CARBONI, Rosadélia Malheiros; NOGUEIRA, Valnice de Oliveira. Facilidades e dificuldades na elaboração de trabalhos de conclusão de curso. **ConScientia e Saúde**, v. 3, p. 65-72. São Paulo: UNINOVE, 2004.

CARMO, Evanice Silva do. **Análise histórico-espacial do fenômeno turismo em uma perspectiva filosófica**. Dissertação de Mestrado em Turismo e Hotelaria. Faculdade de Turismo, Universidade do Vale do Itajaí, Santa Catarina, 2000.

CASTRO-GÓMEZ, Santiago. **Ciencias sociales, violencia epistémica y el problema de la “invención del otro”**. In: LANDER, E. (Org.) La colonialidad del saber: eurocentrismo y ciencias sociales. Perspectivas Latinoamericanas. Buenos Aires: CLACSO, Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales, 2000.

CAVALCANTE, Lidiany de Lima. O papel da família frente ao idoso institucionalizado. In: CONGRESSO SOCIAL DA AMAZÔNIA. Centro de convenções do Centur. Belém-Pará, 2005.

CORBIN, Alain. **História dos Tempos Livres: o advento do Lazer**. Lisboa: Editorial Teorema, 2001.

COSTA, Elizabeth Maria Sene. **Gerontodrama: a velhice em cena**. São Paulo: Editora Ágora, 1998.

CHEMIN, Beatriz Francisca. **Constituição e Lazer: uma perspectiva do tempo livre na vida do (trabalhador) brasileiro**. Curitiba, PR - Juruá, 2002.

DEBERT, Guita Grin. **A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento**. São Paulo: Edusp, 1999.

DE MASI, Domenico. **Vamos ter cada vez mais ócio**. Revista Isto é com você, São Paulo. p.50-55, 1999.

DIAS, Sonia Maria Rodrigues Calado; PATRUS, Roberto; MAGALHÃES, Yana Torres de. Quem ensina um professor a ser orientador? Proposta de um modelo de orientação de monografias, dissertações e teses. **Administração: ensino e pesquisa**, v. 12, n. 4, p. 697-721, out/dez. 2011.

DIAZ, Viviane. Lazer em idosos, Campinas, São Paulo, Brasil. **Cad. Saúde Pública** [online]. 2009, vol.23, n.6, pp. 1329-1338. ISSN 0102-311.

DUMAZEDIER, Joffre. **A Revolução Cultural do Tempo Livre**. São Paulo: Studio Nobel: SESC, 1994.

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e Cultura Popular**. São Paulo: Perspectiva, 3ª edição, 1973.

DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia Empírica do Lazer**. São Paulo: Editora Perspectiva, 1974.

DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia empírica do Lazer**. São Paulo: Perspectiva: SESC, 1979.

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e cultura popular – Debates**. São Paulo: Perspectiva, 1976.

ESTATUTO do Idoso. Lei nº10.741. **Dispõe sobre o estatuto do idoso e das outras providências.** Brasília: Senado Federal, 2003.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Hollanda. **Pequeno Dicionário Brasileiro da Língua Portuguesa.** 10ª Edição. Rio de Janeiro: Editora Civilização Brasileira S.A., 1960.

FERREIRA, Cecília Alexandra Nunes Farinha. **Envelhecimento e Lazer.** Dissertação de Mestrado. Faculdade de Medicina. Universidade de Coimbra, 2009.

GOMES, Christianne Luce. **Lazer, Trabalho e Educação: Relações Históricas, questões contemporâneas.** 2ª ed. Belo Horizonte: Ed. da UFMG, 2008.

GOMES, Christiane Luce.; ELIZALDE, Rodrigo. **Horizontes latino-americanos do lazer/Horizontes latinoamericanos del ocio.** Belo Horizonte: Editora UFMG, 2012.

JACOB, Luís. **Animação de idosos: Atividades.** Porto: Ambar, 2007.

KARSCH, Ursula Margarida. Cuidadores familiares de idosos. **Serviço Social e Sociedade**, 75. São Paulo: Cortez, 2003.

LAFARGUE, Paul. **O direito à preguiça.** São Paulo: Hucitec, 1999.

MCPERSON, Barry. Envelhecimento populacional do Lazer. In: GARCIA, Erivelton; LOBO, francis. **Lazer numa sociedade globalizada.** São Paulo: sesc/wlra, 2000.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e Humanização.** Campinas: Papyrus, 1983.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e Educação.** Campinas: Papyrus, 1987.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Pedagogia da Animação.** Campinas: Papyrus, 1990.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer: formação e atuação profissional.** Campinas: Papyrus, 1995.

MARCELLINO, Nelson. Carvalho. **Estudos do lazer: uma introdução**. 2ª edição. Campinas/SP: Autores Associados, 2000.

MARCELINO, Nelson Carvalho. **Estudo do Lazer: uma introdução**. Campinas-SP, Autores associados, 2002.

MASSI, Luciana; QUEIROZ, Salete Linhares. Estudos sobre Iniciação Científica no Brasil: uma revisão. **Cadernos de Pesquisa**, v. 40, n. 139, p.173-197, jan/abr, 2010.

MEDEIROS, Ethel Bauzer. Educação para o Lazer. **Boletim Intercâmbio**. Rio de Janeiro, SESC (3), p. 37-54, jul/set, 1980.

MÉSZÁROS; István. **Para além do capital**. Campinas, Editora da Unicamp - São Paulo: Boitempo, 2002.

MORAES, Alexandre de. **Direito constitucional**. 9ª edição, São Paulo, Editora Atlas, 2000.

MORAES, Alexandre de. **Direitos Humanos Fundamentais: teoria geral, comentários aos artigos 1º a 5º da Constituição da República Federativa do Brasil, doutrina e jurisprudência**. 3.ed. São Paulo: Atlas, 2000.

PINTO, Anabela. **Envelhecer vivendo**. Coimbra: Quarteto, 2001.

REQUIXA, Renato. **O Lazer no Brasil**. São Paulo: Brasiliense, 1977.

REQUIXA, Renato. **Sugestões de diretrizes para uma política nacional de lazer**. São Paulo: Sesc / Celazer, 1980.

RODRIGUES, Minéia Carvalho. O lazer do idoso: barreiras a superar **Rev. Bras. Ciência e Mov**. Brasília v.10, n. 4, outubro 2002, pp.105-108.

SILVA, Antonio Carlos Ribeiro da. **Metodologia da pesquisa aplicada à contabilidade**. 2ª ed. São Paulo: Atlas, 2006.

SILVA, Andrea Catarina da; SANTOS, Roseane Moreira dos. **Relação professor aluno: uma reflexão dos problemas educacionais**. Trabalho de Conclusão de Curso

apresentado ao Curso de Pedagogia da Universidade da Amazônia – UNAMA. Belém – Pará, 2002.

SILVA, Andressa Hennig; VIEIRA, Kelmara Mendes. Síndrome de burnout em estudantes de pós-graduação: análise da influência da autoestima e relação orientador-orientando. **Pretexto**, v. 16, n. 1, p. 52-68, jan/mar, 2015.

SILVA, V M T; IWANOWICZ, Josefa Barbara. A importância dos programas de Universidade na Terceira Idade para os idosos que deles participam. In: CONGRESSO MUNDIAL, 1988.

STAREPRAVO, Fernando Augusto et al. Programa Esporte e Lazer da Cidade: onde o político/burocrático e o científico/acadêmico se encontram? **Lazer e esporte no século XXI**: novidades no horizonte? Curitiba. Intersaberes, p.125 - 2018.

TEIXEIRA, Solange Maria. **Envelhecimento do trabalhador no tempo do capital**. Tese de Doutorado em Políticas Públicas. Universidade Federal do Maranhão, São Luís, 2006.

TEIXEIRA Solange Maria. Lazer e tempo livre na “terceira idade”. **Revista Kairós**. São Paulo, 10(2), p. 169-188. Dez. 2007.

VIANA Quixadá, VEIGA, Cleide Maria Quevedo; ALENCASTRO, Ilma Passos. **Orientação acadêmica**: uma relação de solidão ou de solidariedade? Didática, 2007.

VIANNA, Ilca Oliveira de Almeida. **Metodologia do Trabalho Científico**. São Paulo: E.P.U., 2001.

WICHMANN, Francisca Maria Assmann et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Revista Brasileira GeriatrGerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 821-832, 2013.

ANEXO A – FIGURA 1 – LAZER COM O IDOSO

ANEXO B - FIGURA 2 – IDOSOS EM PASSEIO DE BICICLETA

ANEXO A – FIGURA 1 – LAZER COM O IDOSO

Fonte: Google Imagens.

ANEXO B - FIGURA 2 – IDOSOS EM PASSEIO DE BICICLETA

Fonte: Google Imagens.