

## VIVÊNCIAS DE LAZER DA PESSOA IDOSA EM UM PROJETO SOCIAL NA CIDADE DE MACAPÁ

**Ariane Machado Sales<sup>1</sup>**  
Macapá, AP, Brasil

**Gustavo Maneschy Montenegro<sup>2</sup>**  
Macapá, AP, Brasil

**Alisson Vieira Costa<sup>3</sup>**  
Macapá, AP, Brasil

**Demilto Yamaguchi da Pureza<sup>4</sup>**  
Macapá, AP, Brasil

**RESUMO:** Esta pesquisa tem como objetivo identificar as vivências de lazer na vida das pessoas idosas, residentes na cidade de Macapá, participantes do projeto “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”, realizado pela Secretaria de Desporto e Lazer, do estado do Amapá. Na metodologia, combinou-se a pesquisa bibliográfica com a aplicação de um questionário. Participaram do estudo dezessete pessoas. Os resultados indicaram que os participantes compreendem o lazer como vivências de sociabilidade as quais promovem diversão e integração com familiares e amigos. Em relação às vivências de lazer mais realizadas, percebeu-se a preferência por ações de cunho esportivo, seguidas por atividades religiosas, compras e participação em atividades culturais. Foi possível verificar barreiras que impedem o acesso ao lazer, dentre as quais se destacam falta de opções de lazer, de companhia, de dinheiro, além de problemas de saúde. Esta pesquisa mostrou que é necessário implementar mais políticas de lazer para esse público, o que pode auxiliar para a promoção de uma vida com mais qualidade, dignidade, saúde e bem-estar.

**Palavras-chave:** Lazer; pessoas idosas; projeto social.

## LEISURE PRACTICES OF OLDER PEOPLE IN A SOCIAL PROJECT IN THE CITY OF MACAPÁ

**ABSTRACT:** This study aims to identify leisure practices in the lives of older people living in the city of Macapá and participating in the project “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”, implemented by the Department of Sports and Leisure of the State of Amapá. The methodology combined bibliographic research with the application of a questionnaire. Seventeen older people participated in the study and the results showed that participants understood leisure as sociable practices that promote fun and integration with family and friends. Among the most common leisure activities, there was a preference for sports activities, followed by religious activities, shopping, and participation in cultural activities. Based on the results, it was possible to verify the barriers that prevent access to leisure, among which the lack of leisure opportunities, society,

<sup>1</sup> Universidade Federal do Amapá. Email: [arianemachado28@gmail.com](mailto:arianemachado28@gmail.com)

<sup>2</sup> Universidade Federal do Amapá. Email: [gustavo@unifap.br](mailto:gustavo@unifap.br)

<sup>3</sup> Universidade Federal do Amapá. Email: [alisson@unifap.br](mailto:alisson@unifap.br)

<sup>4</sup> Universidade Federal do Amapá. Email: [demilto@unifap.br](mailto:demilto@unifap.br)

money and health problems stand out. This research has shown the need for more leisure policies for this audience to promote a life with more quality, dignity, health and well-being.

**Keywords:** leisure; older people; social project.

## PRÁTICAS DE OCIO DE PERSONAS MAYORES EN UN PROYECTO SOCIAL EN LA CIUDAD DE MACAPÁ

**RESUMEN:** Esta investigación tiene como objetivo identificar las prácticas de ocio en la vida de las personas mayores, residentes de la ciudad de Macapá, participantes del proyecto “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”, realizado por la Secretaría de Deportes y Ocio del estado de Amapá. En la metodología se combinó la investigación bibliográfica con la aplicación de un cuestionario. Diecisiete personas participaron en el estudio. Los resultados indicaron que los participantes entienden el ocio como prácticas de sociabilidad que promueven la diversión y la integración con familiares y amigos. En relación a las actividades de ocio más habituales, hubo preferencia por las actividades deportivas, seguidas de las actividades religiosas, las compras y la participación en actividades culturales. Se pudo constatar barreras que impiden el acceso al ocio, entre las que destacan la falta de opciones de ocio, compañía, dinero, así como problemas de salud. Esta investigación demostró que es necesario implementar más políticas de ocio para este público, que puedan ayudar a promover una vida con mayor calidad, dignidad, salud y bienestar.

**Palabras-clave:** ocio; personas mayores; proyecto social.

### Introdução

O lazer é considerado uma prática social, de cunho lúdico, que engloba uma multiplicidade de vivências culturais presentes no cotidiano, em todos os tempos, lugares e contextos. Pode representar diversos significados para o público que o vivencia, principalmente para as pessoas idosas, que buscam, por meio das vivências de lazer, momentos de descontração, hábitos mais saudáveis e, por conseguinte, melhor qualidade de vida.

Diante das inúmeras vivências que a universidade proporciona, os conteúdos da Disciplina Recreação e Lazer Integrada à Natureza<sup>5</sup> contribuíram para a elaboração de conceitos sobre a temática em tela e, conseqüentemente, para a definição da escolha do tema abordado neste estudo, além do registro dos possíveis limites que esse grupo social enfrenta para ter garantidas suas experiências de lazer.

O lazer é um fenômeno complexo que mantém relações com outras dimensões da vida, tais como: educação, saúde, política, trabalho (Marcellino, 2013; Gomes, 2011; 2014). As vivências de lazer abrangem diversas manifestações, incluindo festas, cinema, teatro, brincadeiras, jogos, músicas, internet e várias outras possibilidades, sendo entendidas como

<sup>5</sup> Disciplina ofertada pelo Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Federal do Amapá - UNIFAP

uma necessidade humana, uma extensão da cultura, caracterizadas pelo lúdico e por manifestações culturais no tempo/espaço social (Gomes, 2011).

A escolha pessoal é uma característica do lazer, embora se saiba que determinantes sociais, como classe social, gênero, relações étnico-raciais e geracionais, exercem influência no acesso e na permanência no lazer. Assim, ao buscar vivenciá-lo, diversos objetivos podem estar incluídos pelas pessoas, tais como a sociabilidade, o descanso e a participação social. Com isso, as vivências de lazer podem desencadear benefícios, tanto biológicos quanto sociais, sendo um importante meio de promoção da saúde e qualidade de vida (Batista; Ribeiro; Nunes Júnior, 2012).

A população idosa vem crescendo gradativamente em diferentes partes do mundo. Com isso, é importante um olhar mais específico para as necessidades que permeiam esse grupo social, pois é nessa fase da vida que diversas limitações surgem e interferem no processo de um envelhecimento bem-sucedido. Apesar das limitações, a velhice pode ser também um momento de desenvolvimento de experiências, sensações, sociabilidades e de descobertas na vida.

Para tanto, essas pessoas precisam vencer os muitos desafios impostos pela sociedade e pelo próprio processo do envelhecimento e buscar novos espaços para a realização de atividades produtivas ou prazerosas que elevem sua autoestima e desenvolvam a sua criatividade do ponto de vista psicossocial.

De acordo com dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE (2019), o índice de crescimento de pessoas idosas no país foi de 18% (de 2012 a 2017), representando 4,8 milhões de pessoas idosas, mantendo, assim, a tendência de envelhecimento que superou a marca de 30,2 milhões em 2017. Com isso, é importante salientar as experiências de lazer vividas pelas pessoas idosas, visto que os cuidados com a saúde, durante o processo de envelhecimento, são apresentados de modo singular para cada indivíduo, inserido em diferentes contextos sociais (Borges; Brito; Monteiro, 2020).

Segundo Mori e Silva (2010), no período da aposentadoria, o lazer deveria ser essencial na vida da pessoa idosa, possibilitando atividades e desenvolvimento no tempo livre, gerando benefícios e uma melhor qualidade de vida. Assim, a garantia do lazer pode contribuir para o enfrentamento de problemas decorrentes do dia-a-dia, bem como das modificações advindas do processo de envelhecimento (Mazo *et al.*, 2008).

Concorda-se com Bramante (1998), quando diz que as oportunidades de acesso ao lazer estão relacionadas à disponibilidade de políticas públicas, ou seja, de ações desenvolvidas pelos governos democráticos que visam transformar objetivos em projetos que

resultam em transformações no mundo (Souza, 2006).

Portanto, usufruir do lazer transita entre a motivação e a liberdade, dependendo de fatores internos e externos aos indivíduos. Considera-se o lazer como campo de estudos, de pesquisas e de intervenção profissional, capaz de proporcionar políticas públicas para uma vida com mais qualidade de toda a sociedade e, no contexto deste trabalho, do segmento social das pessoas idosas.

Desse modo, o objetivo deste trabalho é identificar as vivências de lazer das pessoas idosas na cidade de Macapá/AP, no projeto “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”, tendo como objetivos específicos: conhecer a definição de lazer sustentada por esse grupo social e mapear as barreiras que dificultam o acesso ao lazer.

A relevância acadêmica e social deste trabalho está relacionada à produção de pesquisas no eixo “lazer das pessoas idosas”, o que pode contribuir para a discussão sobre o tema, evidenciando barreiras para o lazer do grupo em tela e tensionando a discussão sobre implementação de políticas públicas nesse contexto.

## **Metodologia**

A pesquisa, de abordagem qualitativa com enfoque em estudo de caso, foi realizada com pessoas idosas que frequentam o projeto “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”, tendo, como público-alvo, indivíduos a partir de 60 anos.

Segundo Minayo e Costa (2019), com a investigação de abordagem qualitativa, busca-se compreender e interpretar o ser humano, em aspectos ligados à sua vida e a seu universo. Para André e Ludke (2013), o estudo de caso procura retratar uma realidade de maneira profunda, com enfoque numa determinada situação ou problema, que no caso desta pesquisa, foi compreender a vivência do lazer dos idosos participantes do projeto “Quinta Feliz da Pessoa Idosa”.

O presente estudo combinou a pesquisa bibliográfica com a aplicação de um questionário. Entende-se a pesquisa bibliográfica como aquela que se realiza diante de registros decorrentes de pesquisas anteriores, tais como livros, artigos, teses e outros, ou seja, usa bases teóricas já trabalhadas e devidamente registradas (Severino, 2007). Foram selecionados capítulos de livros, trabalhos nas bases de dados, como no portal do *Scielo* e no *Google Acadêmico*. Além desses, pesquisou-se em *sites* de periódicos, dentre os quais, a Revista Licere e a Revista Brasileira de Estudos do Lazer - RBEL. Os artigos foram selecionados tendo como critério a proximidade com a temática abordada.

Na etapa seguinte, realizou-se a coleta de dados por meio da aplicação de um questionário. Entende-se por questionário um instrumento de levantamento de informações o qual pode conter questões abertas ou fechadas. O questionário permite uma investigação, baseada na averiguação de um grupo representativo da população em estudo. Esse instrumento caracteriza-se por uma série de perguntas ordenadas que os participantes da pesquisa responderão de forma objetiva e pontual (Marconi; Lakatos, 2017).

Como fora mencionado, o projeto “Quinta feliz da Pessoa Idosa” é uma iniciativa do Governo do Estado do Amapá, executado pela Secretaria do Desporto e Lazer (SEDEL). Entre as atividades realizadas, destacam-se prática de esportes; jogos; passeios culturais e realizações de palestras relacionadas à saúde e à educação. Atualmente, são atendidos 60 idosos, sendo que as atividades do projeto são realizadas na quadra do Colégio Amapaense, todas as quintas-feiras, no centro de Macapá.

Aceitaram participar desta investigação 17 voluntários, sendo 16 mulheres e um homem. A inclusão dos partícipes ocorreu por meio do seu livre interesse e de sua participação voluntária. Todos os participantes receberam um Termo de Compromisso Livre e Esclarecido (TCLE); foram devidamente informados do propósito do estudo; foi garantido seu anonimato, tendo lhes sido esclarecido que as informações prestadas seriam usadas exclusivamente para fins acadêmicos. A aplicação do instrumento ocorreu nos dias 27 de outubro e 10 de novembro de 2022.

Vale ressaltar que o questionário, adaptado de Silva (2020), foi aplicado presencialmente. As perguntas, produzidas com a finalidade de responder aos objetivos da pesquisa, perfizeram um total de 13 indagações, classificadas como abertas, fechadas e de múltipla escolha. Por se tratar de um público diferenciado, a aplicação do questionário ocorreu com auxílio direto dos autores deste trabalho.

As perguntas foram divididas em dois eixos. O primeiro foi composto por questões de identificação pessoal dos participantes, como: idade, sexo, estado civil, escolaridade e renda familiar. O segundo eixo abordava questões que visavam responder aos objetivos do estudo, como: 1. Para você, o que é lazer? 2. Quais atividades de lazer você mais realiza no seu dia-a-dia? 3. Na sua concepção, você acredita que tem acesso ao lazer na cidade? 4. Quais barreiras impedem o acesso ao lazer na nossa cidade? 5. Quais atividades de lazer você gostaria que tivesse na nossa cidade?

A análise dos dados ocorreu por meio do cruzamento do referencial teórico com as categorias obtidas a partir da coleta de dados, auxiliada pela interpretação mais livre dos pesquisadores sobre os dados empíricos abstraídos.

## Resultados e discussão

Esta seção foi organizada em cinco momentos, quais sejam: o primeiro aborda o perfil socioeconômico dos participantes; no segundo, discute-se sobre o entendimento de lazer sustentado pelas pessoas idosas; na subsequente se apresentam as atividades de lazer mais praticadas por elas; no quarto são retratadas as barreiras enfrentadas por esse público para a efetivação dessas atividades e, por fim, as vivências de lazer que os participantes gostariam de praticar.

### Perfil socioeconômico dos participantes

Compreender o perfil social dos participantes possibilita entender as particularidades do público estudado. O projeto atende a 60 participantes, sendo 50 do sexo feminino e dez do sexo masculino, o que evidencia maior participação de mulheres no projeto. Em relação aos respondentes da pesquisa, identificou-se que sua idade variou entre 63 e 80, com prevalência de participantes na faixa etária de 73 a 79 (dez participantes) e dos 63 a 69 (seis participantes), com apenas um participante com 80 anos. Sobre o estado civil, quatro participantes declararam ser solteiros; quatro casados; quatro viúvos, quatro divorciados e um participante declarou que não se encaixava em nenhuma classificação anterior.

Sobre a escolaridade, notou-se certa variedade, sendo que dois participantes alegaram não possuir escolaridade alguma; cinco declararam possuir ensino fundamental incompleto; dois, ensino fundamental completo; cinco, o ensino médio completo: dois, o ensino médio incompleto e um participante declarou possuir ensino superior completo. Isso mostra maior representatividade de participantes com ensino fundamental incompleto e ensino médio completo.

Buscando-se identificar a renda mensal bruta dos voluntários do estudo, identificou-se que seis deles declararam receber até um salário mínimo; dez, acima de dois salários; um participante, acima de quatro salários mínimos. Destaca-se que pessoas idosas com maiores recursos educacionais e financeiros possuem mais acesso a atividades que envolvam saúde e bem-estar, por exemplo, atividades sociais, corporais, intelectuais e de lazer (Souza; Lima; Barros, 2021).

Todos os participantes desta pesquisa fazem parte de grupos de convívio. Nesse sentido, a participação em grupos de convivência permite que a pessoa idosa tenha um novo olhar sobre a velhice, possibilitando uma nova essência à vida, reconhecendo aspectos

importantes presentes no envelhecimento (Meneses; Aguiar; Martins, 2021).

### **Conceito de lazer dos participantes**

Segundo Melo e Alves Junior (2012), o conceito da palavra lazer possui inúmeros significados, fazendo-se presente no vocabulário comum da sociedade. Para Marcellino (2000), o lazer é entendido como cultura fruída e praticada no tempo disponível. Trata-se de um momento de apreciar atividades no cotidiano que envolvam praticar esportes, assistir a filmes, viajar, pescar, ler, entrar no mundo virtual, ir a festas e a inúmeras formas de manifestação cultural (Gomes, 2005). Outro conceito bastante difundido entende o lazer como tudo aquilo que se faz no tempo livre, longe das obrigações do dia-a-dia, ou seja, tudo aquilo que se distancia do tempo de trabalho (Gomes, 2003).

O debate sobre as concepções de lazer foi ganhando ênfase com o passar do tempo, desencadeando várias ideias sempre em consonância com a questão do tempo, da cultura e dos indivíduos, sendo imprescindível reconhecer que o lazer não é uma esfera social isolada de outros momentos da vida, mas que estabelece relações com a cultura, com o trabalho, com a política (Melo; Alvez Junior, 2003). Diante disso, Marcellino (1987) propõe o uso do termo “tempo disponível”, pois considera que tempo algum pode ser considerado indissociável das vivências dos indivíduos, da vida em sociedade.

A partir disso, questionou-se sobre o entendimento de lazer dos partícipes da pesquisa. A pergunta realizada foi: Para você, o que é lazer? A seguir, são apresentados alguns fragmentos das respostas:

Lazer é diversão, interação com outros (voluntário 1)

Lazer é passear com a família e participar de grupo de idosos (voluntário 8)

Foi possível notar que as pessoas idosas associaram o lazer com atividades de socialização, envolvendo interação com outras pessoas; participação em grupos, passeios com a família e amigos. Essas falas se aproximam da interpretação feita por Dumazedier (2014), segundo o qual o lazer é um fenômeno capaz de influenciar inúmeros espaços da sociedade, inclusive as relações que estabelecemos com o meio em que vivemos. Para Debortoli (2012), a experiência do lazer nos possibilita viver, identificar e expandir os prazeres da existência humana, nossa capacidade de interação com nós mesmos, com o outro e com o mundo que nos cerca.

Um outro conjunto de respostas associou o lazer a manifestações humanas no nível

corpóreo, com destaque para atividades como: atividade física; prática de esportes; caminhada e dança. Ademais, é importante garantir que a pessoa idosa desfrute dessas vivências e tenha acesso aos direitos essenciais, como o lazer, a saúde, a cultura, cabendo à família, à comunidade e ao poder público assegurar, com absoluta prioridade, esses direitos, assim como preceitua a Lei nº 14.423 (Brasil, 2002).

Mota (1998) complementa que a existência de uma vivência ativa como paradigma de um “estilo de vida” (*active living*) estabelece uma relação estreita entre o lazer e a saúde, associando-se à qualidade de vida do sujeito, a qual, dentro de uma hierarquia de valores, assume a atividade física como um componente essencial, valorizando-a e integrando-a no cotidiano.

Para Razeira, Quadros e Costa (2018), é importante compreender o lazer em suas diversas formas. Assim, destaca-se que as atividades corporais podem se constituir como um conjunto de vivências de lazer para pessoas idosas. Toscano e Oliveira (2009) compreendem que um estilo de vida saudável, associado a práticas de atividades físicas, promove importantes benefícios à saúde, propiciando melhor vitalidade para pessoas idosas. Na opinião dos participantes:

Lazer é praticar esportes, desenvolver o corpo, caminhar (voluntário 3)  
Lazer é fazer o que gosto, caminhar, atividade física (voluntário 5).

O estudo revelou que houve associação do lazer com aspectos ligados à saúde, considerando que a Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como um estado completo de bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de doenças ou enfermidades.

Conforme Soares (2018), a pesquisa tem sido a base da produção do conhecimento nas universidades. Nesse contexto, a realização de estudos com as pessoas idosas tem sido uma necessidade na busca da melhoria da produção, discussão e conhecimento na área da atividade física para essa população.

Falando acerca das vivências de lazer das pessoas idosas, Dumazedier (1980) considera cinco áreas fundamentais de interesses no lazer - físicos, manuais, artísticos, intelectuais e sociais -, caracterizando como interesse todo conhecimento inserido na cultura vivida dos indivíduos. Nesse sentido, faz-se pertinente abordar ainda um sexto interesse, o turístico (Camargo, 1986) e um sétimo, o virtual (Schwartz; Moreira, 2004).

Como fora mencionado, o lazer compreende vivências de diversas linguagens culturais, entre elas, jogos, brincadeiras, passeios, esportes, festas, danças, literatura,

virtualidade e outros (Gomes, 2014). Diante dos dados coletados, notou-se que uma das atividades de lazer mais realizadas no dia-dia da pessoa idosa corresponde aos interesses físicos os quais abrangem exercícios físicos, esportes, práticas corporais diversas.

Para Martins e Gonçalves (2018), múltiplas atividades devem ser a base para a educação permanente, um fundamento ideal da educação direcionada às pessoas idosas, respeitando-se a história pessoal, os conhecimentos constituídos ao longo da vida. Dessa maneira, espera-se que os programas de atividade física para idosos no Brasil configurem-se como espaços de promoção de educação, socialização, saúde e bem-estar para esse público cujo crescimento se dá de forma cada vez mais acentuada.

Entretanto, em estudo conduzido por Alves *et al.* (2010) sobre a prevalência de adultos e pessoas idosas insuficientemente ativos em áreas de unidades básicas de saúde na cidade de Pernambuco, revela-se que a prática de atividades físicas e de lazer por pessoas idosas hoje no Brasil é uma realidade, embora o número de praticantes ainda seja pequeno.

De acordo com Costa *et al.* (2023), há necessidade de considerar as realidades regionais e locais na oferta de programas de lazer para pessoas idosas como algo que deve ser pensado pelos coordenadores no momento da organização e do planejamento de suas atividades, devido às distintas realidades e peculiaridades que impedem a criação de um modelo padrão em nível nacional.

A tabela a seguir indica as vivências de lazer mais realizadas pelo grupo investigado. Em destaque, estão as informações obtidas por meio de uma pergunta de múltipla escolha na qual os participantes poderiam escolher mais de uma alternativa.

**Tabela 1 – Atividades de lazer realizadas pelas pessoas idosas**

<b>Vivências de lazer realizadas por idosos</b>	<b>Respostas dos participantes</b>
Ficar em casa, ver televisão e/ou ouvindo rádio	9
Usar o celular	7
Caminhar pelas ruas e praças da cidade	11
Praticar esporte e atividade física	17
Praticar atividades religiosas	17
Viajar com a família, amigos ou sozinho	13
Fazer compras	15
Ler livros, jornais e revistas	7
Participar de atividades culturais	15
Realizar trabalhos manuais/artesanato	8
Frequentar espaços de lazer na cidade	10

Fonte: Elaborada pelos autores (2023)

Pode-se inferir que as atividades que envolvem as práticas corporais correspondem à busca por uma melhor qualidade de vida, segundo os participantes. É possível afirmar que as atividades que envolvem o movimento estão associadas a inúmeros fatores, entre eles, a busca por melhores condições de saúde, interação com outras pessoas, interesses estéticos e independência funcional, gerando, assim, conforto físico e emocional para o público de pessoas idosas (Ferreira *et al.*, 2014; Monteiro *et al.*, 2014).

Faustino e Neves (2020) pontuam que as práticas de atividades físicas por pessoas idosas no Brasil mostram diversos benefícios, entre eles, prevenção e controle de doenças crônicas não transmissíveis, melhoras na mobilidade, melhoras na manutenção da capacidade funcional e cognitiva no cotidiano e melhores condições para o bem-estar global. Frequentemente, o envelhecimento é entendido como um período de perdas, contudo, também é um período de ganhos, especialmente pelas pessoas idosas que buscam uma vida mais saudável e se mantêm fisicamente ativas (Isayama; Gomes, 2008).

Costa *et al.* (2023) destacam que, no Brasil, as universidades públicas, através de suas atividades de extensão, têm desempenhado papel importante na oferta de programas de atividade física e de lazer para pessoas idosas. Essa oferta, que apresenta características distintas de acordo com cada região, é importante porque as instituições têm um papel social fundamental na vida das pessoas que frequentam os programas de extensão existentes, havendo também relação com os recursos arquitetônicos e estruturais (físicos) de cada local, além da peculiaridade das regiões brasileiras.

As atividades religiosas também obtiveram destaque nas respostas das pessoas idosas, visto que todos os participantes indicaram essas atividades como momentos de lazer. Os fenômenos religiosos ocorrem em espaços e tempos definidos em diferentes contextos socioespaciais, indo além da construção material, ou seja, a religião e o lazer contribuem para fabricar espaços materiais e imateriais, satisfazendo as necessidades dos seres humanos (Roscoche, 2016).

De acordo com a organização das atividades apresentadas na Tabela 1, fazer compras foi uma das atividades de lazer mais mencionadas pelos participantes. Nessa perspectiva, a relação entre lazer e consumo é evidente, aproximando-se da apropriação das vivências de lazer pela indústria capitalista, o chamado “mercolazer”, cunhado por Mascarenhas (2005).

Foi possível verificar, ainda, diversidade de respostas sobre as vivências de lazer desse grupo, abrangendo atividades como participar de atividades culturais; ver televisão; usar o celular; viajar com a família; ler livros; jornais; revistas; realizar trabalhos manuais, além de frequentar espaços de lazer nas dependências da cidade. Dessa maneira,

o lazer representa a necessidade de fruir, ludicamente, as incontestáveis práticas culturais constituídas, socialmente, em cada contexto. Essa necessidade pode ser satisfeita de múltiplas formas, segundo os valores e interesses dos sujeitos, grupos e instituições em cada momento histórico, social e cultural. Por isso o lazer precisa ser tratado como um fenômeno social, político, cultural e historicamente situado (Gomes, 2011, p. 16).

Sabe-se que é competência do poder público garantir políticas de ações que estimulem e beneficiem a pessoa idosa nos segmentos do lazer, da cultura, educação e esporte, promovendo, assim, cidadania para essas pessoas. Com isso, para identificar a qualidade do acesso ao lazer das pessoas idosas na cidade de Macapá, realizou-se a seguinte pergunta: “Na sua concepção, você acredita que tem acesso ao lazer na cidade?”

Constatou-se que dez participantes responderam que não possuem oportunidades de acesso ao lazer na cidade e sete mencionaram que sim. É relevante registrar que essa pergunta corresponde ao grupo de questões fechadas, com duas alternativas, “sim” e “não”. Essas informações evidenciam que a cidade possui ainda uma infraestrutura muito debilitada, que não corresponde à real necessidade das pessoas idosas residentes nessa localidade.

Além desse aspecto, é importante pensar que, para o atendimento às pessoas idosas no Brasil, em diferentes espaços, há necessidade de profissionais capacitados para o trato com essa população. Mazo (2018) ressalta que, para além da oferta das atividades de lazer para esse público, há desafios que precisam ser superados, como a capacitação de profissionais para o atendimento a essas pessoas de forma competente e segura para que haja aprendizado e segurança nos locais onde essas atividades são ofertadas.

### **As barreiras que impedem o acesso ao lazer na cidade**

Sobre as barreiras para o lazer, identificou-se que 13 participantes registraram a falta de espaços adequados. De acordo com os dados coletados, percebe-se que a cidade não conta com bons espaços, o que é considerado como um obstáculo para o acesso ao lazer. De acordo com Marcellino, Barbosa e Mariano (2006), a infraestrutura de uma cidade geralmente não acompanha o crescimento da população, uma vez que se evidenciam benefícios na realização de vivências de lazer em áreas denominadas mais centrais, enquanto áreas mais periféricas possuem pouco ou nenhum investimento nesse setor.

Os resultados a seguir correspondem à análise de uma pergunta objetiva, de múltipla

escolha, em que os participantes poderiam assinalar mais de uma opção.

**Tabela 2 – As barreiras de acesso ao lazer**

<b>Possíveis barreiras que impedem o acesso ao lazer pela pessoa idosa</b>	<b>Respostas dos participantes</b>
Problemas de saúde	7
Falta de opções de lazer	9
Falta de companhia	12
Falta de espaços adequados	13

Fonte: Elaborada pelos autores (2023)

A Tabela 2 revela que a falta de companhia corresponde a um fator importante nas barreiras que impedem o acesso ao lazer das pessoas idosas. Podemos destacar, ainda, que a maioria dos participantes é aposentada, sendo que somente quatro possuem cônjuge. Portanto, a falta de companhia revelou-se como um dos principais fatores que limitam vivências de lazer para o grupo investigado.

Para Mori e Silva (2010), a falta de incentivos ao lazer para pessoas idosas se estende a todas as classes sociais, principalmente às classes menos favorecidas economicamente, por falta de condições financeiras e apoio para o lazer. Dessa forma, afigura-se a urgência de se pensar o lazer em uma perspectiva de políticas públicas, com a finalidade de atender aos diversos públicos populacionais, principalmente no que concerne aos equipamentos oferecidos (Marcellino, 1996).

Os resultados revelam ainda que falta de dinheiro e problemas de saúde também foram apontados como barreiras para o lazer, indicados, respectivamente, por oito e sete participantes. Todavia, notou-se que o fator econômico não foi apontado como o principal obstáculo para o lazer.

O lazer pode auxiliar na prevenção de problemas de saúde, colaborar na melhoria da qualidade de vida, contribuir para o processo de socialização e ainda melhorar o humor. Para o processo de envelhecimento, o lazer pode ser um campo da vida social que venha a promover uma vida com mais qualidade. Para Pereira (2019), aceitar a ideia de que o lazer se apresenta como necessidade básica do ser humano é condição fundamental para o estudo dessa temática, em qualquer que seja o tempo/espaço e a sua destinação. Portanto, para a pessoa idosa, o papel do lazer transcende apenas o *status* de recreação e ocupação do tempo livre, considerando ter o potencial de impactar diretamente no aspecto emocional, na saúde e no

desenvolvimento pessoal.

### **Sobre as opções de lazer que as pessoas idosas gostariam de vivenciar na cidade**

Quanto às atividades que gostariam de vivenciar na cidade de Macapá, foram mencionadas respostas como: natação, hidroginástica, passeios turísticos, esportes, cinema, bailes, com destaque para a dança, que foi citada pela maioria dos participantes como a vivência que mais gostariam de experimentar. Em suas falas:

Aulas de dança, mais espaços para dançar (voluntário 6)

Passeios, mais grupos para idosos, hidroginástica (voluntário 9)

Todas, esportes, cinema, danças (voluntário 2)

Lugares específicos para idosos dançarem, bailes (voluntário 16)

Carneiro *et al.* (2007) ressaltam a importância de as pessoas idosas contarem com uma rede de apoio social que inclua as vivências de lazer, uma vez que o convívio social pode proporcionar uma vida com mais qualidade. A dança, como observado, obteve um destaque especial nas respostas, pois exala benefícios na vida cotidiana, principalmente nas relações interpessoais. É nesse fator que a dança atua com maior eficiência, podendo gerar melhores condições físicas, mais autonomia e autoconfiança (Gobbo, 2005).

Portanto, este estudo evidenciou que o lazer contribui em diversos aspectos na vida da pessoa idosa, agregando valores e estimulando a confiança na velhice. Assim, é relevante adjetivar esse fenômeno e inferir sua importância dentro da sociedade, intensificando oportunidades de acesso desse público a atividades de lazer dentro da cidade.

### **Considerações Finais**

Os resultados desta pesquisa indicaram que as pessoas idosas compreendem o lazer como meio de sociabilidade, e as quais promovem diversão e integração com familiares e amigos.

Percebeu-se a preferência por ações ligadas às práticas corporais, seguidas de frequentar atividades religiosas, fazer compras e participar de atividades culturais. Essas atividades foram as mais citadas entre os participantes, o que evidencia a preocupação desse grupo com aspectos ligados à saúde, bem como a interesses de sociabilidade.

Verificam-se barreiras que impedem o acesso ao lazer na cidade de Macapá, destacando-se, dentre elas: falta de opções de lazer; falta de companhia; falta de dinheiro e problemas de saúde. Acredita-se que uma forma de enfrentamento dessa problemática é a implementação de políticas públicas, com a finalidade de criar possibilidades de acesso e inclusão da população idosa no que tange às vivências de lazer.

Para o grupo investigado, existe uma estreita relação dos lazeres com as vivências corporais, o que exalta o papel da atividade física na manutenção de diversas capacidades, sejam elas físicas, sociais e emocionais. Compreendeu-se que o lazer ocupa um papel importante na vida dessas pessoas, sendo capaz de gerar momentos de socialização, satisfação e de contribuir para um envelhecimento com mais qualidade.

Vale ressaltar que a pesquisa possui limitações. A investigação contou com um número de 17 pessoas, proporcionando resultados circunscritos e parciais. Dessa maneira, é necessário realizar outras produções acadêmicas as quais possam aprofundar/ampliar o debate sobre lazer das pessoas idosas na cidade de Macapá, tencionando a implementação de políticas de lazer para essa população.

## REFERÊNCIAS

ALVES, J. G. B.; SIQUEIRA, F. V.; FIGUEIROA, J. N.; FACCHINI, L. A.; SILVEIRA, D. S.; PICCINI, R. X.; TOMASI, E.; THUMÉ, E.; HALLAL, P. C. Prevalência de adultos e idosos insuficientemente ativos moradores em áreas de unidades básicas de saúde com e sem Programa Saúde da Família em Pernambuco, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 26, n. 3, p. 543-556, 2010.

ANDRE, M. E. D. A.; LÜDKE, M. **Pesquisa em Educação: abordagens qualitativas**. Rio de Janeiro: E.P.U, 2013.

BATISTA, J. C.; RIBEIRO, O. C. F.; NUNES JUNIOR, P. C. Lazer e Promoção de Saúde: uma aproximação conveniente, **Licere**, Belo Horizonte, v. 15, n. 2, p.1-16, 2012.

BRAMANTE, A. C. Lazer: concepções e significados. **Licere**, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, p. 9-17, 1998.

BRASIL. **Estatuto do Idoso: Lei federal nº 14.423, de 22 de julho de 2022**. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2022.

BORGES, R. M.; BRITO, C. M. D.; MONTEIRO, C. F. Saúde, Lazer e Envelhecimento: uma análise sobre a brincadeira de dança de roda das meninas de sinhá. **Interface**, Botucatu, v. 24, n. 1, p. 1-15, 2020.

CAMARGO, L. O. L. **O que é lazer?** São Paulo: Brasiliense, 1986.

CARNEIRO, R. S. *et al.* Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com

habilidades sociais. **Revista Psicologia: Reflexão e Crítica**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 229-237, 2007.

COSTA, A. V.; DIAS, M. F. S.; PALHETA, T. B.; SALES, B. L.; SAFONS, M. P. Projetos e programas de atividade física para idosos em universidades públicas brasileiras: um olhar a partir de seus coordenadores. **International Journal of Development Research**, v. 12, n. 8, p. 58314-58318, 2023.

DEBORTOLI, J. A. O. Lazer, envelhecimento e participação social. **Licere**, Belo Horizonte, v. 15, n. 1, p. 1-29, 2012.

DUMAZEDIER, J. **Valores e conteúdos culturais do lazer**. São Paulo: Perspectiva, 1980.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e Cultura Popular**. 4 ed. São Paulo: Perspectiva, 2014.

FAUSTINO, A. M.; NEVES, R. Benefícios da prática de atividade física em pessoas idosas: uma revisão de literatura. **REAS/EJCH**, v.12, n. 5, p. 1-10, 2020.

FERREIRA, A. R. *et al.* Os sentidos de atividade física na cidade de Maceió. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, Porto, v. 14, n. S1. A, p. 523-532, 2014.

GOBBO, D. E. A dança de salão como qualidade de vida para a terceira idade. **Revista Eletrônica de Educação Física**, Curitiba, v. 2, n. 1, p. 56-66, 2005.

GOMES, C. L. **Significados de recreação e lazer no Brasil**: reflexões a partir da análise de experiências institucionais (1926-1964). 2003. 322 f. Tese de Doutorado (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação/UFMG, Belo Horizonte, 2003.

GOMES, C. L. **Lazer e trabalho**. 2.ed. Brasília: SESI/DN, 2005.

GOMES, C. L. Estudos do Lazer e geopolítica do conhecimento. **Licere**, Belo Horizonte, v. 14, n. 3, p.1-25, 2011.

GOMES, C. L. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 1, n. 1, p. 3-20, 2014.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA-IBGE. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua** 2018/2019. Disponível em [https://biblioteca.ibge.br/vizualizacao/livros/liv101794\\_informativo.pdf](https://biblioteca.ibge.br/vizualizacao/livros/liv101794_informativo.pdf). Acesso em: 20 nov. 2022.

ISAYAMA, H. F.; GOMES, C. L. O lazer e as fases da vida. *In*: MARCELLINO, N. C. (Org.). **Lazer e sociedade**: múltiplas relações. São Paulo: Alínea, 2008. p.155-174.

MASCARENHAS, F. Lazer e utopia: limites e possibilidades de ação política. **Rev. Movimento**, v. 11, n. 3, p. 155-182, 2005.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e Educação**. Campinas, SP: Papius, 1987.

MARCELLINO, N. C. **Políticas Públicas setoriais do Lazer**: o papel das prefeituras. Campinas, SP: Autores Associados, 1996.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer: uma introdução.** Campinas, SP: Autores Associados, 2000.

MARCELLINO, N. C.; BARBOSA, F. S.; MARIANO, S. H. As cidades e o acesso aos espaços e equipamentos de lazer. **Impulso**, Piracicaba, v.17, n.44, p.55-66, 2006.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e Educação.** 13. ed. Campinas, SP: Papirus, 2013.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos da Metodologia Científica.** 8. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2017.

MARTINS, V.F.; GONÇALVES, A. K. O trabalho com o idoso: organização didático-pedagógica dos projetos de extensão universitária do curso de Educação Física. **Revista Kairós – Gerontologia**, v. 21, n. 1, p. 293-315, 2018.

MAZO, G. Z. *et al.* Atividade física e qualidade de vida de mulheres idosas da cidade de Florianópolis. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, Porto, v. 8, n. 3, p. 414-423, 2008.

MAZO, G. Z. Recomendações de atividade física para idosos. **Biomotriz**, Unicruz, Cruz Alta, RS, v. 12, n. 3, p. 1-4, 2018.

MELO, V. A.; ALVES JUNIOR, E. D. **Introdução ao lazer.** 1.ed. São Paulo: Manole, 2003.

MELO, V. A.; ALVES JUNIOR, E.D. **Introdução ao lazer.** 2. ed. Barueri: Manole, 2012.

MENESES, K. F.; AGUIAR, A. C. S. A.; MARTINS, L. M. Concepções de pessoas idosas sobre grupos de convivência. **Revista Fund Care Online**, v. 13, n. 13, p. 123-129, 2021.

MINAYO, M. C. S.; COSTA, A. P. **Técnicas que Fazem o Uso da Palavra, do Olhar e da Empatia: pesquisa qualitativa em ação.** 1 ed. Aveiro: Ludomdia, 2019.

MONTEIRO, C. *et al.* Atividade Física, Bem-Estar Subjetivo e Felicidade: um estudo com idosos. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, Porto, v. 14, n. 1, p. 57-76, abr.2014.

MORI, G.; SILVA, L. F. Lazer na Terceira Idade: desenvolvimento humano e qualidade de vida. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 950-957, 2010.

MOTA, J. VI Congresso de Educacion Física e Ciências do Deporte dos Países de Língua Portuguesa. INEF. **Anais...** Galicia. La Coruña, 1998.

PEREIRA, L. A. **A Importância do Lazer no Bem-estar do Idoso.** 2019. 57 folhas. Monografia (Monografia de Graduação). Curso de Serviço Social – Universidade Federal do Tocantins, Miracema, 2019.

RAZEIRAS, T. R.; QUADROS, R. B.; COSTA, V. R. P. Concepções de Lazer: A perspectiva de pessoas idosas participantes de um projeto de extensão. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 21, n. 4, p. 129-145, 2018.

ROSCOCHE, L. F. Trabalho, Lazer e Religião: uma aproximação. **Licere**, Belo Horizonte, v. 19, n. 2, p. 388-420, 2016.

SCHWARTZ, G. M.; MOREIRA, J. C. C. O ambiente virtual e o lazer. *In:* MARCELLINO, N. C.

**Lazer e cultura.** 11.ed. Campinas: Papyrus, 2004. p.149-170.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do Trabalho Científico.** São Paulo: Cortez, 2007.

SILVA, R. D. **Lazer na Terceira Idade no Município de Currais Novos/RN.** 2020. 57 f. Monografia (Monografia de Graduação). Curso de Turismo – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Currais Novos, 2020.

SOARES, P. C. Contradições na pesquisa e pós-graduação no Brasil. **Estudos Avançados**, v. 32, n. 92, p. 289-313, 2018.

SOUZA, N. F. S.; LIMA, M. G.; BARROS, M. B. A. Social Inequalities in indicators of Active Aging: a population-based study. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 1, p. 5069-5080, 2021.

SOUZA, C. Políticas Públicas: uma revisão da literatura. **Revista Sociologias**, v. 8, n. 16, p. 20-45, 2006.

TOSCANO, J. J. O; OLIVEIRA, A. C. C. Qualidade de vida em idosos com distintos níveis de atividade física. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 169-173, 2009.

## NOTA DOS AUTORES

### **Declaração de conflito de interesses**

O presente estudo não possui conflitos de interesses.

### **Endereço para correspondência**

Universidade Federal do Amapá  
Curso de Educação Física  
Rod. Juscelino Kubitschek 2000, km. 2  
Macapá –AP – CEP 68.903-419

**Submissão:** 12/06/2023

**Aceite:** 16/04/2024