

Lazer nos centros de convivência dos municípios da região norte do Paraná

Leisure in the coexistence centers of the municipalities of the northern region of Paraná

ALMEIDA MAG, WAGNER V, OLIVEIRA LP. Lazer nos centros de convivência dos municípios da região norte do Paraná. R. bras. Ci.e Mov 2018;26(3):156-164.

Maria A. G. de Almeida¹
Valdilene Wagner¹
Leonardo P. de Oliveira¹

¹Centro Universitário de Maringá

RESUMO: Evidências demonstram o aumento da expectativa de vida em pessoas acima dos 60 anos. O lazer, aliado a outros determinantes, pode ser decisivo para a qualidade de vida da pessoa idosa. Este estudo analisou o direcionamento das atividades de lazer desenvolvidas nos Centros de Convivência de Idosos (CCI) nos Municípios da Região Norte do Paraná e a importância do gosto do idoso na seleção das atividades dos Centros de Convivência. Essa é uma pesquisa descritiva, de caráter quantitativo realizada com uma amostra composta por 200 idosos de 10 Municípios, os quais responderam a um questionário composto por questões abertas, fechadas e mistas respaldadas pelos objetivos propostos. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva, frequência e porcentagem. As atividades desenvolvidas pelos centros de convivência analisados não estão em consonância com o gosto dos indivíduos e se repetem no decorrer do tempo, não respeitando as mudanças culturais e sociais de cada geração. Conclui-se que, atender ao gosto dos idosos emergiu como um fator indispensável para a emancipação, o desenvolvimento psíquico e físico visando à amplitude de possibilidades para o envelhecimento saudável e consequentemente, para a qualidade de vida.

Palavras-chave: Envelhecimento ativo; Centro de convivência; Atividades de lazer.

ABSTRACT: Evidence shows an increase in life expectancy in people over 60 years of age. Leisure, combined with other determinants, can be decisive for the quality of life of the elderly person. This study analyzed the orientation of leisure activities developed in the Centers for the Coexistence of Elderly People (CCI) in the Municipalities of the Northern Region of Paraná and the importance of the taste of the elderly in the selection of activities of the Coexistence Centers. This is a descriptive, quantitative research conducted with a sample composed of 200 elderly people from 10 municipalities, who answered a questionnaire composed of open, closed and mixed questions backed by the proposed objectives. Data were analyzed through descriptive statistics, frequency and percentage. The activities developed by the social centers analyzed are not in harmony with the taste of the individuals and they are repeated in the course of time, not respecting the cultural and social changes of each generation. It is concluded that attending to the taste of the elderly emerged as an indispensable factor for emancipation, the psychic and physical development aiming at the range of possibilities for healthy aging and, consequently, for the quality of life.

Key Words: Active aging; Center of coexistence; Leisure activities.

Introdução

O crescimento populacional etário de idosos¹ é um fato que faz parte do cenário brasileiro contemporâneo. Esse aumento desencadeia algumas questões de ordem econômica, social e emocional. A noção de que a sociedade está envelhecendo é uma realidade que requer uma atenção muito grande².

A Organização das Nações Unidas (ONU) demonstrou nas últimas décadas que o envelhecimento da população mundial é um caso a ser considerado de interesse geral transformado em políticas e programas em todos os níveis. Tal abordagem teve início na primeira Assembleia Geral de Viena em 1982, o que resultou na enumeração de 18 direitos relacionados à independência, participação, cuidado, auto realização e dignidade. Em face disso, no ano seguinte, a Conferência Internacional sobre o Envelhecimento adotou um Plano de Ação concebido como: A Proclamação do Envelhecimento³.

Esse marco é importante tendo em vista que, o envelhecimento populacional é um fenômeno⁴, resultante de vários fatores tais como a diminuição das taxas de fecundidade, mortalidade e aumento da expectativa de vida. No Brasil, entendem-se como pessoas idosas aquelas acima dos 60 anos. Em diversas culturas, existem diferentes maneiras de envelhecer e para cada indivíduo a uma singularidade na forma como a experiência do envelhecimento acontece. Sendo assim, o envelhecimento está relacionado não apenas a fatores biológicos, mas também as características do indivíduo, a dinâmica social e às políticas públicas de cada sociedade⁵.

Em 1999, a ONU estabeleceu o Ano Internacional do Idoso, essa ação a favor do envelhecimento continuou em 2002 em Madri na II Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento. Nesta Assembleia, foi salientado a necessidade de promover uma abordagem positiva do envelhecimento superando estereótipos. Logo, metas foram traçadas para garantir o acesso e o investimento nos serviços sociais tais como: proteção do direito ao trabalho, nutrição adequada, envelhecimento ativo e estilo de vida saudável³.

Concomitantemente, no Brasil no ano de 2003, o Estatuto do Idoso fundamenta a importância da função das famílias, dos voluntários, das comunidades, das organizações na prestação de serviços e apoio. O Centro de Convivência do Idoso (CCI) surge muito antes da conquista desses direitos. Em 1950 as ações assistenciais da Legião Brasileira de Assistência (LBA) expandiram sua rede de equipamentos para atender as demandas sociais da época. Com isso, foram criados vários programas, dentre eles a assistência ao idoso, que implementou asilos e Centros de Convivência⁶.

Nesse sentido, os programas sociais são formas alternativas de atendimento ao idoso na comunidade, possuem atividades e práticas associativas, produtivas, promocionais, que favorecem a convivência familiar e comunitária. O CCI possibilita a participação social e a convivência grupal, oportuniza atividades coletivas, atividades físicas, aprendizagens diversificadas, acesso à cultura e as atividades de lazer. Essas atividades têm por fim promover a cidadania e evitar o isolamento social, retardando os efeitos negativos da velhice⁷.

Sendo o envelhecimento populacional também uma questão social governamental, o Plano de Ação Internacional para o Envelhecimento⁸, reconhece a contribuição social, econômica e política da pessoa idosa. Ressalta-se na Orientação Prioritária I, desse documento, que a qualidade de vida dos mesmos faz-se presente quando o idoso está ativo na sociedade por meio de participações voluntárias em atividades propiciadas por ações governamentais.

À vista disso, o lazer é capaz de proporcionar aquilo de que somos privados, em todas as dimensões de nosso viver nos proporcionando o prazer, a liberdade, a alegria, a autonomia, a criatividade e a realização. Contudo, cabe o entendimento de como são direcionadas essas atividades no CCI e de como ocorrem as relações de existência da pessoa idosa a fim de perceber se o gosto do idoso é respeitado, sabendo que isso significa respeitar também sua singularidade e história de vida. Considerando as pessoas idosas como agentes sociais, capazes de transformar o mundo cotidianamente pela prática e considerando o corpo como um campo de força capaz de contribuir com a naturalização das desigualdades e ainda considerando o gosto, como sendo socialmente construído e forjado nas escolhas cotidianas, cabe compreender como essas atividades são incorporadas e mediadas nesses locais.

Porquanto, a intervenção social incumbida ao CCI deve considerar as características, interesses, demandas e vivência em grupo, bem como, as experiências artísticas, culturais, esportivas e de lazer dos idosos, acredita-se que a tomada de decisão da pessoa idosa é fundamental para a expressão da sua autonomia e emancipação de maneira a garantir que essas atividades proporcionem prazer, proteção social, emancipação e qualidade de vida.

Materiais e métodos

Trata-se de uma pesquisa descritiva, de abordagem quantitativa, em que os dados são descritos como se representassem um retrato real de toda a população alvo da pesquisa, é centrada na objetividade da análise de amostras grandes e representativas⁹.

Participaram deste estudo os idosos dos Centros de Convivência para o Idoso, sendo dez dos trinta municípios pertencentes ao Consórcio Público Intermunicipal de Saúde do Setentrão Norte Paranaense (CISAMUSEP). Em cada município, a amostra foi composta por 20 idosos (masculino e feminino), totalizando 200 idosos, escolhidos de forma aleatória, os quais concordaram em participar do estudo e assinaram ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE.

Para a coleta dos dados utilizou-se um questionário específico para a população. O questionário se divide em duas partes, sendo a primeira sobre os dados pessoais e a segunda sobre o gosto dos idosos em participar nas atividades desenvolvidas considerando a relevância para a qualidade de vida. O instrumento foi elaborado a partir de visitação prévia informal em alguns municípios que englobaram a pesquisa e seus respectivos Centros de Convivência. Tal visitação proporcionou o conhecimento dos procedimentos, das atividades e dos seus participantes.

O questionário foi aplicado nos Municípios pertencentes ao CISAMUSEP nos Centros de Convivência para o Idoso, após os participantes assinarem o termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Os idosos que não estavam presentes na reunião foram visitados com o auxílio da coordenadora do CCI, para completar a coleta de dados. Os resultados foram analisados por meio de frequências absolutas e percentuais, representados por gráficos e tabelas.

Resultados

Na apresentação dos resultados optamos por apresentar primeiramente a caracterização da amostra dos idosos residentes nas cidades da Região Norte do Paraná. Foram pesquisadas as cidades descritas na Tabela I.

Tabela 1. Distribuição das variáveis sociodemográficas dos idosos residentes nos Municípios pertencentes à Região Norte do Paraná, 2013/2014.

Variáveis	Gênero					Total
	Feminino		Masculino			
	N	%	n	%	n	%
Cidade de origem						
Ivatuba	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Nova Esperança	17	8,5	3	1,5	20	10,0
Munhoz de Mello	17	8,5	3	1,5	20	10,0
Santa fé	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Astorga	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Ângulo	17	8,5	3	1,5	20	10,0
Iguaraçu	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Dr. Camargo	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Lobato	17	8,5	3	1,5	20	10,0
Atalaia	10	5,0	10	5,0	20	10,0
Faixa etária						
60 a 69 anos	59	29,5	34	17,0	93	46,5
70 a 79 anos	36	18,0	30	15,0	66	33,0
80 a 89 anos	9	4,5	5	2,5	14	7,0
50 a 59 anos	24	12,0	3	1,5	27	13,5
Estado Civil						
Casado (a)	73	36,5	43	21,5	116	58,0
Viúvo (a)	41	20,5	16	8,0	57	28,5
Solteiro (a)	14	7,0	13	6,5	27	13,5
Tempo de frequência no centro						
Menos de 1 ano	7	3,5	7	3,5	14	7,0
1 a 2 anos	21	10,5	20	10,0	41	20,5
3 a 4 anos	17	8,5	13	6,5	30	15,0
5 a 6 anos	31	15,5	7	3,5	38	19,0
7 anos ou mais	52	26,0	25	12,5	77	38,5

O grupo da amostra descrita na Tabela 1 foi composto por 200 pessoas. Foram entrevistados 20 indivíduos em cada uma das 10 cidades. A maioria dos participantes desse estudo era do sexo feminino, 64%. E 46,5% são idosos na faixa etária de 60 a 69 anos. Não representam pessoas idosas, apenas 13,5% dessa população já que, estão abaixo dos 60 anos. Os dados revelam maior prevalência do estado de viuvez entre as mulheres, 20,5% mais que o dobro em comparação aos homens, 8,0%. Ainda sobre estado civil, 58,0% dos participantes são casados em detrimento de 13,5% que são solteiros. Em relação ao tempo de frequência no Centro, mais de 50% das pessoas convivem ao menos 5 anos no CCI.

A tabela 2 descreve a projeção de mulheres em comparação aos homens até o ano de 2020.

Tabela 2. Projeção da feminização da velhice – 2000- 2020.

	2000		2010		2020	
	M	F	M	F	M	F
Proporção da população Idosa (60 anos ou mais)	7,8%	9,3%	8,4%	10,5%	11,1%	14,0%
Proporção da população (Idades)	M	F	M	F	M	F
60-64	46,8%	53,2%	46,4%	53,6%	45,6%	54,4%
65-69	45,8%	54,2%	45,25	54,8%	44,5%	55,5%
70-74	44,8%	55,2%	43,2%	56,8%	42,8%	57,2%
75-79	43,9%	56,1%	40,2%	59,8%	39,9%	60,1%
80 ou mais	39,9%	60,1%	34,7%	65,3%	33,8%	66,2%

Legenda: M=masculino; F=feminino - **Fontes:** Censo 2000 e Projeções 2000 – IBGE - **Elaboração:** SPS/MPS.

Os dados apontam para o aumento da expectativa de vida das mulheres em relação aos homens no transcorrer das décadas. Na tabela 3 estão descritas as atividades mais interessantes para os idosos e que segundo eles, aumentariam sua qualidade de vida.

Tabela 3. Opiniões sobre as atividades que poderiam contribuir para melhorar a sua qualidade de vida.

Atividades	Sim f (%)	Não f (%)
Pescaria	196 (98)	4 (2)
Aulas de informática	184 (92)	16 (8)
Passeios	193 (96,5)	7 (3,5)
Bailes	182 (91)	18 (9)
Atividades Culturais	192 (96)	8 (4)
Aulas de Dança	188 (94)	12 (6)
Caminhadas	176 (88)	24 (12)
Aulas de canto/música	195 (97,5)	5 (2,5)
Bingos	185 (92,5)	15 (7,5)
Atividades de Lazer (Ir ao cinema, praticar esportes, jogos e brincadeiras)	197 (98,5)	3 (1,5)
Boliche	196 (98)	4 (2)
Atividades Manuais	174 (87)	26 (13)

As atividades propostas pelos idosos são as atividades de lazer como ir ao cinema, praticar esportes, jogos e brincadeiras, 98,5%. Pescaria e Boliche com 98% das respostas e aulas de canto/música, 97,5%. Os passeios e as aulas de dança também são importantes e foram citados em 96,5% e 94% das respostas respectivamente. Entre as menos quistas estão as atividades manuais com 87% das opiniões em favor de sua realização.

Discussões

Análise das atividades desenvolvidas nos Centros de Convivência de Idosos nos Municípios

Os dados da tabela 1 apontam que grande parte da população idosa frequenta os Centros de Convivência a mais de sete anos. Tal frequência pode ser atribuída às campanhas de conscientização realizadas pelos coordenadores e pelos prefeitos das cidades. Esse fato demonstra a importância desse espaço para a vida dos idosos.

Observa-se na tabela pessoas entre 50-60 anos participantes na pesquisa, justificamos esse envolvimento, devido a quantidade significativa dessa faixa etária no CCI, isso ocorre pela escassez de atividades de lazer oportunizadas pelas cidades, tornando esse ambiente um ponto de referência para participação e integração comunitária. Esse público é composto por vizinhos, amigos e parentes que frequentam o local a convite das pessoas idosas.

Considerando a escolha dos idosos em ocupar seu tempo livre com atividades de lazer e tendo muitos Municípios esses centros como única opção de encontro, podemos analisar a importância dessas atividades na vida diária dessas pessoas. Logo, o CCI adquire a força de modificar o modo como a pessoa idosa participa da realidade, em um tempo/espaço quando está liberado de suas obrigações exteriores e opta por fazer parte de um grupo, como um indivíduo consciente e comprometido, autor e protagonista de suas próprias escolhas e de sua história. Daí a importância das atividades desenvolvidas no tempo de lazer, elas podem cumprir um papel de equilíbrio e regeneração do ânimo e do físico dos participantes¹⁰.

Outro dado interessante é a maior presença de mulheres em detrimento dos homens, esse fator justifica-se pelo desinteresse deles em participar de muitas das atividades oferecidas. As atividades mais populares são de cunho sociocultural e envolvem as danças e os bailes populares. Mas, muitos homens não gostam de dançar, essa escolha está envolta por motivos como timidez, religião ou por não terem adquirido no decorrer da vida, familiaridade com essa expressão artística.

O índice elevado de mulheres justifica-se sob olhar significativo para apontamentos estatísticos de projeção da feminização da velhice, conforme dados descritos na tabela II. As mulheres têm alcançado considerável longevidade em relação aos homens, conforme demonstram as projeções, entre as décadas de 2000, 2010 e 2020. (Proporção de população idosa, 60 anos ou mais). Sendo em 2000 (7,8%) masculina, e (9,3%) feminina; em 2010 (8,4%) masculina, e (10,5%) feminina; e em 2020 (11,1%) masculina, e (14%) feminina.

Portanto, sob a perspectiva de gênero, independentemente dos motivos que a levam a ter uma maior expectativa de vida o fato é que, algumas relações históricas devem fazer parte desse cenário, de forma a procurar entender o envelhecimento ativo. Ao relembrar as questões voltadas para a importância dos cuidadores ao longo da história vê-se que, ao longo do tempo, a mulher foi responsável pelos cuidados de seus familiares, em uma sociedade de “homem provedor e mulher reprodutora e cuidadora”¹¹. Devido ao aumento da expectativa de vida os cuidados se tornaram mais abrangentes e especializados. Porém, não basta apenas cuidar e sim pensar de que forma estão sendo realizados estes cuidados para que possibilitem o envelhecimento saudável. Os cuidados, neste caso com os idosos, estão além das esferas familiares e superam as questões de desigualdades entre gênero, pois dialogam com questões sociais, econômicas e políticas que envolvem todos os cidadãos pertencentes à sociedade civil.

Desse modo, os Centros de Convivência são ambientes em que a participação dos idosos ocorre voluntariamente tanto pela necessidade básica de conviver quanto pela necessidade de usufruir seu tempo livre. Sendo assim, o lazer, tem características e alcances, que superficialmente parecem relacionarem-se apenas à diversão e o entretenimento. No entanto, na contramão da crença popular, diversos pesquisadores^{12,13,14} têm demonstrado que o potencial do lazer vai além dessas questões e tem sido tal a importância a ele conferida que em meados do século tornou-se um direito humano fundamental.

Portanto, o envelhecimento ativo faz parte das referidas concepções científicas quando se possibilita ao idoso a interação social, por meio de atividades de lazer que podem ser atividades instrutivas, lúdicas ou hedonistas. Desse modo, o processo de envelhecimento humano deve ser visto pela tríade: Envelhecimento, Promoção da Saúde e Qualidade de Vida, que se encontram intimamente relacionados¹⁵. Nesse aspecto, como promotor de saúde e qualidade de vida o lazer é fundamental por estar inserido nas políticas públicas como determinante social da saúde.

Portanto, lazer e qualidade de vida estão intimamente ligados aos aspectos das condições humanas, podemos definir que a trajetória de vida de um indivíduo, quando bem desenvolvida dentro de parâmetros saudáveis a serem seguidos, leva a uma longevidade atuante na sociedade. Por isso, é preciso considerar que os padrões culturais forjados

nas comunidades do Norte do Paraná, são atribuídos às capacidades e aos costumes inerentes do homem em seu tempo. Assim, é necessário compreender que as atividades desenvolvidas nos centros de convivência precisam ter sentido e significado para os idosos, acompanhando sua cultura local, seu estilo de vida e seu tempo de vida como sujeito histórico. Por isso, respeitar o seu gosto na realização das atividades é fundamental para que ele se perceba inserido no contexto comunitário e sinta de fato, prazer no ato de conviver.

A importância do gosto do idoso na seleção das atividades dos centros de convivência

A comunicação é fundamental para o bem-estar do idoso. Sendo o comportamento social, regulado por normas, é o processo de comunicação que garante a ligação entre os idosos e o ambiente propiciando intercâmbio de informações. Quando sabidas e ouvidas, essas informações auxiliam na satisfação da vontade do idoso fazendo com que se sinta pertencente ao ambiente ao qual está inserido. A Tabela III demonstra a opinião dos idosos em relação às atividades que gostariam que fossem oportunizadas pelos Centros de Convivência.

A pesquisa revelou que as principais atividades comuns desenvolvidas nos Centros de Convivência do Idoso no Norte do Paraná são as Brincadeiras, Ginástica, Danças e os Bailes. Conforme descrito na Tabela III, quando questionados sobre as atividades que gostariam de praticar e que consideram ser benéficas para qualidade de vida, os idosos destacaram a necessidade de atividades de lazer tais como: pescaria (98,0%), aulas de canto/musica (97,0%), boliche (98,0%) e outras atividades de lazer (ir ao cinema, praticar esportes, jogos e brincadeiras) (98%). Destacaram-se ainda, bingos (92%) e aulas de dança e bailes 94%. Atividades manuais compreenderam (87,0%) e aulas de informática (92,0%) das respostas.

Assim sendo, é importante manter as atividades ofertadas, mas destaca-se a indispensabilidade de se atender ao gosto dos idosos que frequentam os CCIs da região norte do Paraná a fim de que as atividades de lazer possam propiciar emancipação, desenvolvimento físico e psíquico com uma gama mais abrangente de possibilidades de se promover saúde e qualidade de vida. Sendo o lazer um determinante social da saúde, suas atividades são fundamentais para a mobilização de ações que, devidamente inseridas nos estados e municípios, promovem saúde e podem reduzir iniquidades sociais.

Em geral, com o passar dos tempos, as pessoas de idade avançada tendem a perder parte de seus sistemas de apoio, como companheiros conjugais, filhos, parentes mais próximos e amigos e tendem a ser mais abertas a apoios compensatórios vindos de outras fontes. Segundo evidências¹¹, o modelo tradicional de família está desaparecendo, dando lugar a novos arranjos familiares, nem sempre favoráveis à acomodação dos idosos. Separações, divórcios, novas uniões, participação crescente da mulher no mercado de trabalho e o aumento de famílias do tipo monoparental e unipessoal são apenas alguns aspectos geradores de novas estruturas familiares. Destarte, espaços como os Centros de Convivência são para muitos idosos a única oportunidade de viver com outras pessoas, são espaços de trocas afetivas, de conquistas de amizades, são espaços para passar o tempo e para ter um tempo de lazer preenchendo o vazio dos dias solitários saindo do isolamento, permitindo-se pertencer.

É por isso também que, os poderes políticos devem propiciar uma melhoria na qualidade de vida investindo em equipamentos de lazer nesses Municípios, uma vez que os idosos não podem viver isolados e o seu bem-estar e o exercício de sua cidadania guardam estreita relação com a sociedade em que vivem. Ocorre ainda que, políticas públicas de longo prazo precisam ser pensadas objetivando zelar por aprimoramentos em infraestrutura, já que os cuidados aos idosos/as da sociedade brasileira exigem equipamentos sociais e serviços cada vez mais eficientes e complexos¹⁶.

Para além de que, é preciso considerar a classe econômica dos idosos e o índice de desenvolvimento (IDH) dos Municípios pesquisados. Os Centros Comunitários são programas de assistência social, estendidos a toda a população. Contudo, considerando o IDH dos Municípios e ainda a dependência dos idosos pelo sistema único de saúde, pode-se considerar que muitos não possuem condições financeiras de usufruir de um senso estético que possibilite uma gama maior de atividades de lazer. Veja-se o exemplo do boliche e dos passeios, essas são atividades que tem um custo para realização e por isso, para alguns deles tornam-se economicamente inviáveis.

É voz corrente entre os dirigentes dos CCIs do Norte do Paraná que, o idoso participante ativo das atividades no Centro pouco adoece e, assim, não ocupa vagas nos setores de atendimento à saúde. Consequentemente entendem que o investimento na qualidade das atividades desenvolvidas nos referidos Centros contribuirá para uma melhora nos outros setores promotores da saúde coletiva.

Contudo, fica evidente a falta de comunicação entre a pessoa idosa e os gestores dos Centros de Convivência. Basta ver que, as atividades ofertadas não mudam no decorrer dos anos. Sendo os cargos de gestão comissionados,

tendem a mudança conforme a demanda eleitoral, dessa maneira, um plano de ação de longo prazo não é construído e a nova gestão apenas administra as atividades recorrentes da coordenação anterior, não atendendo ao gosto dos idosos e ao hibridismo cultural das comunidades. Isso pode tornar o CCI um local desinteressante com atividades que beiram a mesmice.

Tornar os CCIs um espaço que proporcione a satisfação dos idosos é fundamental para combater sentimentos depressivos. A solidão e o abandono são sentimentos recorrentes na velhice. Por isso, esses espaços de sociabilização são fundamentais para amenizar os danos causados a saúde dessas pessoas. Compreende-se que a autonomia e a inserção do idoso como protagonista de atividades proativas que geram emancipação podem trazer a eles inúmeros benefícios incluindo aqueles para a saúde. Contudo, o perfil dos gestores revela que a repetição das mesmas atividades e a falta de estruturação de um planejamento estratégico impossibilita que os idosos tenham oportunidades para vivenciar essas expressões¹⁷.

No entanto, recordando a conversação formal durante as entrevistas para a organização de respostas do referido questionário, vale ressaltar que os idosos entrevistados demonstraram com clareza que gostam de participar das atividades existentes, mas que gostariam também, de vivenciar atividades externas, como passeios, pescarias e boliche. Também tomaram gosto pela dança e cantos direcionados para estilos diversificados. Atividades culturais, manuais e aulas de informática, permeiam a importância na busca da qualidade de vida dos entrevistados. Há que se ressaltar que com as restrições provocadas pelo envelhecimento, dentre elas a restrição à capacidade de locomoção, as atividades físicas aliadas e essa gama de atividades culturais e de lazer, pode além dos benefícios psicológicos, proporcionar melhoras na capacidade funcional^{18,19,20}.

O aumento da população idosa em comparação com as últimas décadas e a projeção estimada para um futuro bastante próximo resulta em estudos, análises e consequentemente em práticas que visam implementar programas de intervenção que oportunizam a qualidade de vida dessa faixa etária. Para os nascidos em meados do século passado²¹, a velhice era vivida como uma etapa de mudanças radicais no estilo de vida e nos costumes. Estavam convencidos que poderiam viver a velhice sem incômodos e essa era uma questão exclusiva de interação social. Porém, o cenário modifica-se a passos longos. Muitos idosos ficam a maior parte do tempo sozinhos sendo cuidados por pessoas voluntárias dificultando a atenção primária para atividades de lazer que possibilitem a qualidade de vida.

Em paralelo, são elaborados discursos voltados para políticas públicas que tendem explorar o conceito de Envelhecimento Ativo. É o que se confirma na Organização Pan-Americana da Saúde, ao tratar sobre a Provisão de cuidados para a população em processo de envelhecimento. À medida que as populações envelhecem, torna-se um desafio para as políticas públicas atuais, alcançar um equilíbrio entre o apoio e ao autocuidado, apoio informal e cuidado formal atendido pelo serviço social e de saúde²².

Embora, a longevidade se mostre ainda como um problema social devido ao acúmulo de doenças, incapacidades físicas, cognitivas e abandono do idoso, o lazer como aliado da qualidade de vida pode por meio de suas atividades, proporcionar momentos de satisfação e bem-estar, esses aspectos da condição humana pode definir a trajetória de vida da pessoa idosa, quando estabelecidos parâmetros saudáveis a serem seguidos. Portanto, lazer e qualidade de vida estão intimamente ligados e levam a uma longevidade atuante na sociedade.

Conclusões

Em conclusão, uma sociedade para todas as idades, como defende a Organização das Nações Unidas (ONU) e demais órgãos Federativos^{23,24,25}, deve ser pensada a partir da interação e inclusão social do idoso haja vista que os Centros de Convivência são um espaço importante de socialização, mas não pode ser o único contexto capaz de promover cidadania e protagonismo na velhice, dado que em raros casos consegue cumprir com esse básico papel. Porém, a convivência pode propiciar um forte sentimento de pertencimento aos idosos livrando-os do isolamento social e de sintomas depressivos. As atividades desenvolvidas são praticadas pelos idosos. Mas, eles anseiam por atividades diversificadas de lazer hedonista, lúdico e instrutivo a fim de que de fato as ações promovidas pelos CCI promovam qualidade de vida.

No campo da saúde, o discurso da relação entre saúde e qualidade de vida existe desde o nascimento da medicina social nos séculos XVIII e XIX ao se relacionarem com as políticas públicas e movimentos sociais. Por isso, pensar em estratégias para atender o gosto do idoso é dar a eles voz e emancipação, algo aparentemente simplório, mas extremamente importante para a sociedade brasileira que é tão marcada pela violência e desvalorização dessas pessoas²⁶.

Tendo em vista os benefícios que as atividades de lazer podem proporcionar, esse estudo tornou-se relevante por indicar a necessidade de valorização do gosto do idoso para que se sintam cada vez mais motivados a praticá-las. A escassez de literatura revela que novas pesquisas são necessárias para abrangência dessa área do conhecimento. Embora, considere apenas os aspectos sociodemográficos, o estudo é eficaz por demonstrar a necessidade de aumentar o foco de escuta às necessidades dos idosos e desenvolver estratégias para ampliação de possibilidades de um envelhecimento saudável a fim de promover a saúde dessa população.

Referências

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico. Brasília: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística; 2010.
2. Zimerman GI. Velhice: aspectos biopsicossociais. 1 ed. Porto Alegre: Artes Médicas Sul; 2000.
3. Organização das Nações Unidas. Plano de Ação Internacional sobre o envelhecimento: Secretaria Especial dos Direitos Humanos e Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento. Madri: Organização das Nações Unidas; 2003.
4. Organização Mundial da Saúde. Organização Pan-Americana de Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Mundial da Saúde; 2005.
5. Uchôa E. Contribuições da antropologia para uma abordagem das questões relativas à saúde do idoso. Cadernos de Saúde Pública. 2003; 19(3): 849-854.
6. Brasil. Presidência da República, Lei 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências [Internet] Brasília, DF, 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741. [2018 jan. 9].
7. Carvalho JAM, Wong LR. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. Cadernos de Saúde Pública. 2008; 24(3): 597-605.
8. Organização das Nações Unidas. Plano de ação internacional para o envelhecimento: II Assembleia Mundial do Envelhecimento. Madri: Organização das Nações Unidas; 2002.
9. Silva JM, Silveira ES. Apresentação de trabalhos acadêmicos normas e técnicas. Rio de Janeiro: Vozes; 2014.
10. Elizalde R, Gomes C. Ocio y recreación en América Latina: conceptos, abordajes y posibilidades de resignificación. Polis Revista Latinoamericana. 2010; 26(1): 01-19.
11. Kuchemann BA. Envelhecimento populacional, cuidado e cidadania: velhos dilemas e novos desafios. Revista Sociedade e Estado. 2012; 27(1): 165-180.
12. Dumazedier J. Hacia una civilización del ocio. 1 ed. Barcelona: Estela; 1964.
13. Iso-Ahola S. The social psychology of leisure and recreation. Journal of Travel Research. 1976; 15(1): 38-38.
14. Neulinger J, Crandall, R. The Psychology of Leisure: 1975. Journal of Leisure Research. 2018; 8(3): 181-184.
15. Albuquerque SML. Envelhecimento ativo: desafio do século. São Paulo: Andreoli; 2008.
16. Lorda CR. Recreação na terceira idade. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint; 2001.
17. Dias MS, Lima RM. Estimulação cognitiva por meio de atividades físicas em idosos: examinando uma proposta de intervenção. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. 2012; 15(2): 325-334.
18. Fracari VLK, Picoli JCJ, Quevedo DM. Aptidão física relacionada à saúde de idosos da região do Vale dos Sinos, RS: um estudo expostfacto. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. 2012; 15(4): 651-660.
19. Geis PP. Atividade Física e Saúde na Terceira Idade. 5. ed. Porto Alegre: Artmed; 2003.
20. Meireles MEA. Atividade Física na Terceira Idade. 3. ed. Rio de Janeiro: Sprint; 2000.
21. Dias R. Introdução à sociologia. 2. ed. São Paulo: Pearson; 2010.
22. Fonte IB. Diretrizes internacionais para o envelhecimento e suas consequências no conceito de velhice. Associação Brasileira de Estudos Populacionais em Ouro Preto: Minas Gerais; 2002.
23. Brasil. Decreto nº 8.114, de 30 de setembro de 2013. Estabelece o Compromisso Nacional para o Envelhecimento Ativo e institui Comissão Interministerial para monitorar e avaliar ações em seu âmbito e promover a articulação de órgãos e entidades públicos envolvidos em sua implementação [Internet] Diário Oficial da União. 2013 set 30. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/decreto/d8114.htm. [2017 dez 12].

24. Brasil. Decreto nº 6.017, de 17 de janeiro de 2007. Regulamenta a Lei no 11.107, de 6 de abril de 2005, que dispõe sobre normas gerais de contratação de consórcios públicos [Internet] Diário Oficial da União. 2007 jan 17. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6017.htm. [2018 jan 5].
25. Brasil. Ministério da Saúde. Cartas da Promoção da Saúde: Série B. Brasília; 2012.
26. Minayo MC. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. Revista Ciência e Saúde Coletiva. 2000; 5(1): 07-18.