

# LAZER E IDOSO EM PESQUISAS ACADÊMICAS DE 2020 A 2024

---

*Data de submissão: 07/01/2025*

*Data de aceite: 05/02/2025*

### **Fábio Luiz Quadros dos Santos**

Graduado pela Universidade Federal  
do Paraná, Departamento de Educação  
Física  
Curitiba, Paraná

### **Cinthia Lopes da Silva**

Universidade Federal do Paraná,  
Departamento de Educação Física  
Curitiba, Paraná  
<http://lattes.cnpq.br/5208944598940957>

### **Rosecler Vendruscolo**

Universidade Federal do Paraná,  
Departamento de Educação Física  
Curitiba, Paraná  
<http://lattes.cnpq.br/6842541632151369>

### **Letícia Godoy**

Universidade Federal do Paraná,  
Departamento de Educação Física  
Curitiba, Paraná  
<http://lattes.cnpq.br/9204795175564248>

Este texto é uma síntese do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em Educação Física – Licenciatura de Fábio Luiz Quadros dos Santos, apresentado e aprovado na Universidade Federal do Paraná (UFPR), em 2024. As discussões presentes tiveram suporte teórico- metodológico do Grupo de Estudo e Pesquisa em Corpo, Linguagem e Lazer (CORLILAZ)/CNPq/UFPR. Por fim, o trabalho foi inspirado nas atividades realizadas junto aos idosos do Projeto de Extensão – Projeto Sem Fronteiras (PSF) da UFPR.

**RESUMO:** O idoso tem sido foco de diversas frentes de pesquisas no campo da Educação Física, dentre as quais são predominantes resultados sobre este sujeito a partir dos estudos centrados na relação atividade física e saúde. Este trabalho teve como objetivo ampliar as análises acadêmicas, tendo como tema estudos brasileiros sobre lazer e idoso nos últimos 5 anos (2020-2024). Como procedimentos metodológicos realizou-se uma pesquisa bibliográfica de natureza qualitativa, incluindo a exploração de dados quantitativos. Os resultados obtidos foram os seguintes: 1) Por mais interdisciplinar que seja o tema investigado, a produção de conhecimento nos últimos 5 anos sobre lazer e idosos ainda é limitada, são escassos os estudos nas regiões

brasileiras Norte e Nordeste, 2) A maior parte dos pesquisadores está vinculada a instituições públicas de ensino superior e 3) foram identificadas três pesquisas sobre a influência do lazer acerca das principais doenças apresentadas pelos idosos brasileiros, enquanto os demais artigos tratavam do lazer associado a outros aspectos da saúde e qualidade de vida dessa população. Observou-se, ainda, que a prática dessas atividades, com apoio da família ou em grupo, contribui positivamente para a socialização dos idosos, reduzindo a solidão enfrentada muitas vezes por eles e incentivando a continuação da vivência do lazer. Conclui-se que é imperativo ampliar as discussões sobre a importância do lazer na velhice, a fim de fomentar ações e políticas públicas voltadas para a criação de programas de atividades do contexto do lazer destinados à população idosa brasileira.

**PALAVRAS-CHAVE:** Lazer, Idoso, Pesquisa.

**ABSTRACT:** The elderly have been the focus of several fronts of research in the field of Physical Education, among which results on this subject are predominant based on studies focused on the relationship between physical activity and health. This work aimed to expand academic analyses, having as its theme Brazilian studies on leisure and the elderly in the last 5 years (2020-2024). As methodological procedures, bibliographical research of a qualitative nature was carried out, including the exploration of quantitative data. The results obtained were the following: 1) Regardless of how interdisciplinary the topic investigated is, the production of knowledge in the last 5 years about leisure and the elderly is still limited, studies in the North and Northeast Brazilian regions are scarce, 2) Most of the researchers is linked to public higher education institutions and 3) three studies were identified on the influence of leisure on the main diseases presented by Brazilian elderly people, while the other articles dealt with leisure associated with other aspects of the health and quality of life of this population. It was also observed that the practice of these activities, with family or group support, contributes positively to the socialization of the elderly, reducing the loneliness they often face and encouraging the continuation of leisure activities. It is concluded that it is imperative to expand discussions on the importance of leisure in old age, in order to encourage public actions and policies aimed at creating activities programs of the leisure context to Brazilian elderly population.

**KEYWORDS:** Leisure, Elderly, Research.

## INTRODUÇÃO

O idoso, na maioria das vezes, é afastado da figura do sujeito no âmbito da Educação Física. Contudo, a partir das experiências e conclusões retiradas do projeto de extensão universitária “Sem Fronteiras: atividades corporais para pessoas adultas maduras e idosas” (PSF), do Departamento de Educação Física da Universidade Federal do Paraná, foi possível verificar a grande importância de se considerar o idoso como sujeito ativo na Educação Física. Tendo em vista que a realização de práticas corporais, traz como consequência, inúmeros benefícios para essa faixa etária.

Para Carvalho (2001), um dos grandes problemas presentes nas produções acadêmicas no âmbito da Educação Física, com temas voltados à atividade física e saúde,

é o distanciamento das reflexões baseadas nas ciências humanas e sociais. Verifica-se a produção do conhecimento direcionada à Educação Física, em sua maioria, compreende a dimensão biológica do ser humano e do seu corpo em todos os aspectos do estudo. Nessa perspectiva predominante, a pessoa é vista como um simples detalhe, distanciando-se da imagem de ser humano, e focando majoritariamente na atividade física e na saúde (CARVALHO, 2001). Sob esse viés, Carvalho (2001, p.11 e 12) apresenta que:

Se nos fundamentarmos no referencial das ciências humanas para debater a questão da atividade física e saúde o quadro, necessariamente, muda de figura. O sujeito assume o seu posto de centro das atenções – e não somente o “sujeito” – indivíduo, mas o “sujeito” também do ponto de vista coletivo (CARVALHO, 2001, p. 11).

Além disso, a discussão acerca do sujeito como foco principal nas propostas educacionais visando a saúde e as práticas da Educação Física pode ser analisada a partir das contribuições Alves e Carvalho (2010, p. 237), com base em Nietzsche:

Não se concebe esta noção de saúde sem pensar o corpo como o ser próprio que deve ser preparado para a vivência dos acontecimentos na plenitude trágica que os constituem. Para Nietzsche, o corpo é condição própria da existência, deste ponto de vista, o corpo - o ser próprio - é aquele que constitui a si mesmo no movimento de apropriação que constrói para si, neste exercício de encarar, com toda coragem, os acontecimentos da vida. (...) A vontade de poder, por sua potência lúdica, é o que leva o sujeito a se reinventar constantemente e se afirmar enquanto corpo criador. Quem potencializa a voz desta vontade no exercício de constituir a si mesmo abre caminho para a um movimento experimental de criação de si (autopoiesis) que, em última análise, é um movimento irreduzível a qualquer sujeito.

Alves e Carvalho (2010) verificam que o problema da adesão dos sujeitos à atividade física, sob o viés da filosofia nietzschiana, está enraizado justamente quando o foco é a saúde e a atividade física. Sendo assim, o olhar deve ser acentuado para as relações constituídas no movimento de se buscar a prática corporal, tanto no âmbito da pessoalidade, quanto no âmbito das relações com os indivíduos. Resumindo, o foco deve ser o sujeito.

Visto isso, o idoso deve ser o foco quando escolhido como sujeito da proposta educacional da Educação Física. Nesse sentido, ao se discutir lazer e a saúde, devemos considerar como fundamental a visão trazida pelas Ciências Sociais e Humanas, que considera o sujeito idoso central nos estudos.

Isso ocorre porque, de acordo com o Art. 3º do Estatuto da Pessoa Idosa (Lei 10.741, de 1º de outubro de 2003; 2022):

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público garantir à pessoa idosa, 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.

Essa atenção direcionada aos idosos é de grande importância, principalmente, levando em consideração o envelhecimento populacional dos brasileiros, havendo uma diminuição da base da pirâmide populacional e, conseqüentemente, o aumento do seu topo (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2010).

Desse modo, a intervenção com idosos busca, na maioria das vezes, promover a saúde. Por essa razão, faz-se necessário entender o conceito de saúde, que é um assunto interdisciplinar e polissêmico (CARVALHO, 2005, p. 18). A saúde, historicamente, pode ser compreendida como a ausência de doenças (CARVALHO, 2001). Porém, de outro ponto de vista, da promoção da saúde, pode ser vista como um processo de busca de proteção, prevenção e superação de adoecimentos futuros e possíveis, sendo a promoção da saúde:

um conjunto de ações capazes de atuar sobre os determinantes da saúde, que, por sua vez, não se restringem à ausência de doenças, extrapolando a prestação de serviços clínicoassistenciais, supõe ações intersetoriais. Estas envolvem a educação, o saneamento básico, a habitação, a renda, o trabalho, a alimentação, o meio ambiente, o acesso a bens e serviços essenciais, o lazer, entre outros determinantes sociais da saúde (SICOLI; NASCIMENTO, 2003, p. 91).

Nesse ponto, verifica-se a aproximação da saúde para com o lazer, uma vez que o último pode ser visto como uma maneira de promoção da vida com qualidade (GOMES, 2008). Ainda, o lazer e a saúde são trabalhados pela área da Educação Física, possibilitando o trabalho do lazer de maneira ampla, serpenteando pela atividade física, movimento humano e cultura corporal (ISAYAMA, 2005).

Conclui-se, portanto, que o idoso, ora sujeito, deve ser o plano principal quando trabalhado no âmbito da Educação Física, a fim de promover o mantimento da saúde desse grupo por meio do lazer, considerando todas as suas formas de aplicação, tendo em vista o crescente envelhecimento populacional.

Em razão do exposto, a presente pesquisa buscará levantar as questões que norteiam a discussão do idoso, como foco principal, investigando produções acadêmicas no período dos últimos 5 anos (2020 até 2024).

## MÉTODO

A presente investigação tem como procedimento metodológico a pesquisa de natureza qualitativa com exploração de dados quantitativos. De acordo com Minayo e Sanches (1993, p. 244) a pesquisa qualitativa:

(...) realiza uma aproximação fundamental e de intimidade entre sujeito e objeto, uma vez que ambos são da mesma natureza: ela se envolve com empatia aos motivos, às intenções, aos projetos dos atores, a partir dos quais as ações, as estruturas e as relações tornam-se significativas.

Além disso, segundo Lopes e Fracoli (2008), a pesquisa qualitativa pode ser caracterizada como uma revisão sistemática bibliográfica, por meio da qual se realiza uma

síntese de estudos com objetivo de promover uma avaliação crítica, identificar textos e selecionar os estudos relevantes a partir da análise dos conteúdos materiais e objetivos das obras.

Desse modo, a fonte da presente pesquisa são produções acadêmicas que tratem do tema selecionado. Para a seleção das contribuições científicas foram consultados artigos com objetivo de proporcionar um maior aprofundamento sobre o lazer e o idoso, tornando possível uma visualização da situação atual do problema estudado. Ademais, a presente pesquisa ajudará a promover uma interação acerca das investigações já realizadas sobre o tema.

De acordo com Severino (2007), a leitura proveitosa dos textos deve ser feita por etapas, as quais serão apresentadas a seguir.

A primeira etapa mencionada por Severino (2007) é a análise textual, na qual ocorre o primeiro contato com o texto, devendo-se promover uma leitura corrida de todo o conteúdo, bem como apontamentos relevantes. A segunda etapa se trata da análise temática, a qual consiste na compreensão da mensagem central do texto, ou seja, “praticamente trata-se de fazer uma série de perguntas cujas respostas fornecem o conteúdo da mensagem” (SEVERINO, 2007, p. 57). A última etapa apresentada é a análise interpretativa, a qual busca a interpretação, síntese e compreensão das ideias trazidas no texto. Assim, ao fim das três etapas, após uma posição crítica sobre o tema, houve a organização de acordo com o critério temático.

Os artigos foram selecionados a partir da pesquisa em bancos de dados de produção científica: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Acadêmico, Licere e Revista Brasileira de Estudos do Lazer. Essas bases de dados foram selecionadas por disporem de material bibliográfico de livre acesso, relacionado ao tema lazer e idoso e com ampla divulgação de textos de autores brasileiros. Além disso, o período de mapeamento e seleção dos artigos ocorreu entre os meses de abril até setembro de 2024.

Para a separação dos artigos foram realizados, nessa ordem, leitura do título do artigo, leitura do resumo e, por último, a leitura da pesquisa. Além disso, a seleção dos artigos foi realizada a partir da pesquisa de dois termos nas bases de dados, quais sejam lazer e idoso. Por fim, as produções selecionadas deveriam, obrigatoriamente, ter relação com o tema da presente pesquisa.

Pela pesquisa realizada na plataforma Scielo, aplicando-se os filtros de períodos e palavras, encontrou-se 24 artigos, dos quais foram selecionados apenas 4 artigos. Ademais, ao pesquisar no Google Acadêmico, aplicando o filtro “lazer e idosos” durante o período de 2020 até 2024, encontrou-se 16.600 artigos. Contudo, em razão de questões operacionais, analisou-se os artigos até a 4ª página do banco de dados, dos quais foram selecionados apenas 6 resultados.

Além disso, a pesquisa promovida na Revista Brasileira de Estudos do Lazer, teve como resultado apenas 4 artigos, dos quais selecionou-se 2 relacionados especificamente

com o tema investigado. Por fim, como resultado da pesquisa no banco de dados da revista *Licere*, obteve-se 21 artigos, sendo selecionados apenas 1. Salienta-se que a escolha dessas duas revistas como banco de dados para a pesquisa de artigos foi motivada pela relação direta de ambas com o lazer, sendo este é um aspecto essencial do tema pesquisado. No total foram analisados 13 artigos, dos quais faremos breve resumo atribuindo aos trabalhos selecionados letras na sequência do alfabeto.

Após a seleção dos artigos, houve o registro das informações em uma ficha de análise contendo os dados gerais das produções científicas, a fim de facilitar a análise quantitativa. Assim, os pontos considerados para análise foram: 1) as palavras-chave que constavam na pesquisa, 2) os locais onde as pesquisas foram realizadas, 3) o número de pesquisas associadas a doenças ou ao período da pandemia de Covid-19 e 4) as instituições de origem dos autores dos artigos. Por fim, a análise qualitativa tem como objetivo verificar quais as considerações que os artigos trazem sobre o tema lazer e idoso.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao buscar textos especializados no tema Lazer e idoso no Brasil, foram identificados 13 artigos disponíveis. A seguir, é apresentado um breve resumo de cada um, indicando o título do trabalho, autoria e objetivo.

### Pesquisa A

Artigo intitulado “Potencialidades para vivências no lazer e promoção da saúde entre idosas com doença celíaca”, de autoria de Priscila Mari dos Santos e Alcyane Marinho, publicado em 2022. Esta pesquisa buscou identificar as potências para o tratamento da doença celíaca de pessoas idosas e suas implicações às vivências no lazer, bem como à promoção da saúde.

### Pesquisa B

Artigo intitulado “Projeto sc100: vivências no lazer, atividades físicas e ócio de pessoas idosas centenárias”, de autoria de Priscila Rodrigues Gil, Alcyane Marinho, Priscila Mari dos Santos Correa, Bruna da Silva Vieira Capanema e Gabriel de Aguiar Antunes, publicado em 2023. A pesquisa tinha como objetivo promover uma análise das vivências no lazer de pessoas idosas centenárias, incluindo as atividades físicas e o ócio.

### Pesquisa C

Artigo intitulado “Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da covid-19: fatores associados”, de autoria de Adriana Drummond de Aguiar, Caroline Rodrigues Thomes, Ghustavo Guimarães da Silva e Maria Helena Monteiro de Barros Miotto, publicado em 2024. Esta pesquisa buscava analisar

a associação das pontuações do comprometimento físico e mental do instrumento de Qualidade de Vida na pessoa idosa de Centros de Convivência, em conjunto com fatores sociodemográficos, bem como características de transtorno de ansiedade generalizada e, por fim, as práticas de lazer em tempos de controle epidemiológico de pandemia da Covid-19.

#### Pesquisa D

Artigo intitulado “Corpo e saúde: concepções de um grupo de idosos de Práticas Corporais de uma Unidade Básica de Saúde em Goiânia”, de autoria de Nayara Santana, Letícia Silva, Bruno Custódio e Tadeu João Baptista, publicado em 2022. O objetivo central dessa pesquisa é investigar as concepções de corpo e de saúde entre os idosos vinculados ao grupo Esporte e Lazer, enquanto inseridos nas práticas corporais e que pertence a uma Unidade Básica de Saúde em Goiânia.

#### Pesquisa E

Artigo intitulado “Associação entre atividade física de lazer e conhecimento e participação em programas públicos de atividade física entre idosos brasileiros”, de autoria de Thalia Eloisa Pereira Sousa Dourado, Paula Agrizzi Borges, Juliana Ilídio da Silva, Rita Adriana Gomes de Souza e Amanda Cristina de Souza Andrade, publicado em 2021. Esta pesquisa objetiva avaliar a prevalência da atividade física de lazer entre os idosos no Brasil, bem como a sua associação com conhecimento e participação em programas públicos de promoção dessa prática.

#### Pesquisa F

Artigo intitulado “Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idosos institucionalizados”, de autoria de Pâmela Patricia Mariano, Lígia Carreira, Ane Caroline Rodrigues Miranda Lucena e Maria Aparecida Salci, publicado em 2020, com objetivo de analisar o desenvolvimento das atividades, das quais inclui o lazer, de estímulo cognitivo e motor na perspectiva de idosos institucionalizados.

#### Pesquisa G

Artigo intitulado “Lazer, internet e idosos: hábitos e experiências de participantes de um projeto de extensão universitária”, de autoria de Rodrigo Lage Pereira Silva e Vitor Lucas de Faria Pessoa, publicado em 2022. A pesquisa tinha como objetivo promover uma análise da relação entre idosos participantes de um projeto de extensão universitária e o uso da internet, como um local considerado privilegiado para a vivência do lazer.

#### Pesquisa H

Artigo intitulado “Satisfação pessoal e atividades de lazer em idosos acompanhados

ambulatorialmente”, de autoria de Nicolý Marini de Oliveira, Danila Cristina Paquier Sala, Marcia Maiumi Fukujima, Paula Cristina Pereira da Costa, Aparecida Yoshie Yoshitome e Meiry Fernanda Pinto Okuno, publicado em 2021. O objetivo central da pesquisa foi avaliar a relação da satisfação de vida com a atitude, frente ao lazer de idosos, por meio de um estudo transversal e analítico.

#### Pesquisa I

Artigo intitulado “Fatores associados às atividades de lazer de idosos residentes na zona rural”, de autoria de Erica de Brito Pitilin, Aline Massaroli, Adriana Remião Luzardo, Maicon Henrique Lentsck, Tatiane Baratierill e Vanessa Aparecida Gasparin, publicado em 2020. Salienta-se que a pesquisa objetificou identificar os fatores associados às atividades de lazer de idosos residentes na zona rural do estado do Paraná.

#### Pesquisa J

Artigo intitulado “Fatores associados às práticas de lazer de idosos na pandemia da covid-19”, de autoria de Adriana Drummond de Aguiar, Caroline Rodrigues Thomes, Jéssica Giovani da Silva e Maria Helena Monteiro de Barros Miotto, publicado em 2023. A referida pesquisa tinha como objetivo analisar a relação existente entre as práticas de lazer, variáveis sociodemográficas, ansiedade e, por fim, a qualidade de vida na população idosa em tempos de pandemia da COVID-19, por meio da aplicação de roteiros estruturados.

#### Pesquisa K

Artigo intitulado “Programa Academia Carioca da Saúde: Cotidiano, lazer e saúde de idosos”, de autoria de Marielle Cristina Gonçalves Ferreira, Luiz Fernando Rangel Tura, Rafael Celestino da Silva e Márcia de Assunção Ferreira, publicado em 2020. Objetivou-se a identificação das atividades realizadas por idosos residentes na cidade do Rio de Janeiro, participantes do Programa Academia Carioca da Saúde em seus cotidianos e verificar quais são as contribuições de tais práticas para a saúde e qualidade de vida.

#### Pesquisa L

Artigo intitulado “Idosos institucionalizados: fatores relacionados às atividades de lazer”, de autoria de Maria Aparecida Gabriel da Silva, Henrique Salmazo da Silva, Rosa Yuka Sato Chubaci e Beatriz Aparecida Ozello Gutierrez, publicado em 2021. O objetivo da pesquisa estava centralizado em verificar os fatores relacionados à participação de idosos residentes de Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) em atividades de lazer.

#### Pesquisa M

Artigo intitulado “Itinerários de lazer em idosos”, de autoria de Marcos Gonçalves Maciel, João Luiz Andrella, Átila Alexandre Trapé e María Jesús Sánche Monteagudo,



publicado em 2023. Buscou-se promover uma análise das vivências de lazer praticadas por idosos ao longo da vida, a fim de conhecer possíveis relações entre as práticas de lazer atuais e anteriores, bem como os fatores que influenciaram em cada etapa da vida.

## **Análise e discussão dos textos selecionados**

Com relação aos dados quantitativos, foi possível verificar que os treze artigos foram publicados de maneira equilibrada durante os anos de 2020 a 2023. Desse modo, foi possível constatar que houve pelo menos uma publicação, com relação ao tema pesquisado, para cada ano pesquisado, de modo que, para o ano de 2020 houve três publicações; para 2021 foram publicados três artigos, em 2022 houve a publicação de três obras, em 2023 publicaram-se três artigos e em 2024 apenas um.

Frente aos dados e discussões analisados durante este trabalho verificou-se que embora tenhamos identificado novos estudos que envolvessem o lazer e o idoso durante o período de 2020 a 2023, essa produção caiu consideravelmente em 2024, tendo em vista que foi possível selecionar apenas um artigo publicado neste ano. Contudo, a partir das informações trazidas pela Secretaria de Comunicação Social (2023), a população idosa brasileira tem crescido gradativamente desde 2010. Ora, esse fato é um indicativo da necessidade do aumento de pesquisas envolvendo o idoso e, por consequência, relacionando-o com o lazer, tendo em vista seus benefícios à essa parcela emergente da população brasileira.

Com relação às palavras-chave, foi possível analisar que o termo “Idoso” foi utilizado em apenas oito artigos selecionados. Ainda, o termo “atividade de lazer” apareceu em sete das quinze obras analisadas. Já as palavras “Atividade Física” e “Saúde do Idoso” constaram em 3 artigos. Já as palavras “Covid-19”, “Qualidade de Vida”, “Política Pública” e “Promoção de Saúde” se repetiram em apenas duas obras.

Em relação aos locais onde as pesquisas dos artigos selecionados foram realizadas, é necessário explicar que, para fins de simplificar a análise, considerou-se, quando cabível, os estados brasileiros. Desse modo, foi possível observar que a população idosa dos estados de São Paulo, Paraná, Santa Catarina e a Região Sudeste foram os maiores alvo das pesquisas, sendo encontradas em dois artigos. Ainda, a população de idosos do Rio de Janeiro, Minas Gerais e Goiás foram analisados em um artigo. Por fim, houve uma pesquisa no âmbito nacional e outra internacional (Gráfico 1).

Além disso, é possível verificar que nenhuma das pesquisas foram desenvolvidas com foco nas regiões Norte, Nordeste e Centro-Oeste do Brasil. Esse resultado pode ser diretamente relacionado às regiões brasileiras com maior foco de desenvolvimento e, por consequência, com maior destinação de recursos financeiros. Reforçando esse tópico, tem-se que a maior parte do Produto Interno Bruto (PIB) do Brasil está centralizado nas regiões Sudeste (53,3 %) e Sul (16,6 %), totalizando 69,9 %, ou seja, mais da metade do

PIB brasileiro (IBGE, 2022). Sendo assim, presume-se que a destinação desses recursos financeiros às macrorregiões contribui para a realização de um maior número de pesquisas, as quais necessitam muitas vezes de contribuições para serem produzidas.

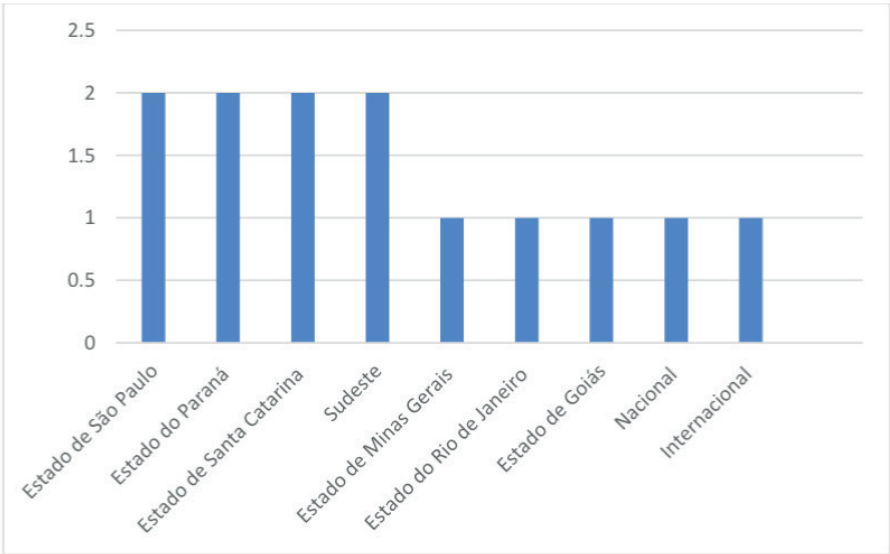


Gráfico 1 – Locais onde as pesquisas foram realizadas

Fonte: os autores

Salienta-se a necessidade de desenvolvimento de novos estudos sobre o lazer e o idoso, considerando que cada região brasileira possui suas características próprias e, em razão do exposto, devem ser objeto de estudo dos pesquisadores, minimizando a escassez de pesquisas acerca de determinadas regiões no país.

Foi possível observar quais as instituições originárias dos pesquisadores, ora autores dos artigos analisados. Inicialmente, ressalta-se que das dezessete instituições verificadas, apenas duas eram privadas. Além disso, as instituições que mais tiveram autores foram as Universidade Federal de São Paulo, com doze autores, a Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro e Universidade do Estado de Santa Catarina, com sete autores, a Universidade Federal do Espírito Santo, bem como a Universidade Federal de Mato Grosso, com cinco autores e a Universidade Federal do Rio de Janeiro, assim como a Universidade Estadual de Maringá, com quatro autores. Além disso, houve outras oito instituições com menos de quatro autores (Gráfico 2).

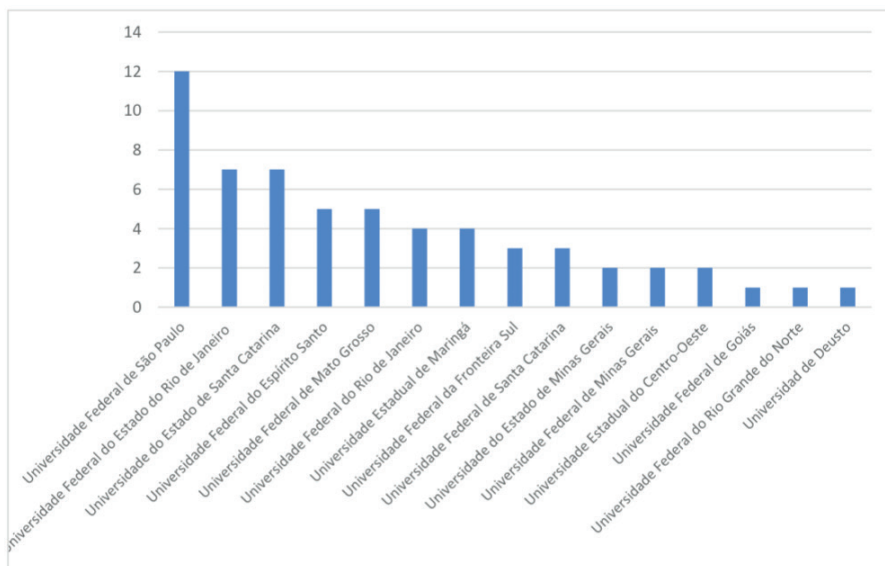


Gráfico 2 – Instituições originárias dos pesquisadores

Fonte: os autores

A partir da análise dos dados coletados constata-se uma relação entre as universidades dos autores e os locais onde as pesquisas foram produzidas. Isso porque, conforme exposto nos apontamentos do Gráfico 2, apenas um dos artigos selecionados teve a região Centro-Oeste como alvo de pesquisa. Além disso, as regiões Norte e Nordeste não foram escolhidas como localidades escolhidas para a realização das pesquisas, enquanto somente um dos autores possuía como instituição originária uma Universidade localizada na região Nordeste, e oito pesquisadores oriundos de alguma Universidade da região Centro-Oeste.

Essa relação demonstra que a maioria dos pesquisadores possuem como instituição de origem alguma universidade pertencente à região Sudeste ou Sul, locais esses que são majoritariamente os mesmos onde as pesquisas foram produzidas.

Como resultado, verifica-se que embora haja pesquisadores oriundos de instituições localizadas nas regiões Nordeste e Centro-Oeste, a região Nordeste foi alvo apenas da pesquisa nacional, e o Centro-Oeste teve apenas uma pesquisa específica, demonstrando uma escassez de pesquisas com relação à população dessas regiões. Essa análise fica mais relevante quando se constata que uma pesquisa focou na análise da população na cidade de Bilbao na Espanha, sendo que três dos pesquisadores são originários de instituições brasileiras.

Quanto ao número de obras que foram realizadas analisando outros fatores associados à doença específicas, verifica-se que três artigos se encaixam nessa categoria.

Inicialmente, cabe destacar que dois artigos foram elaborados considerando o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) durante o período da pandemia da doença por coronavírus. Além disso, houve um artigo direcionado à idosos que sofrem com a Doença Celíaca (Gráfico 3).

Assim, das treze produções analisadas, somente três foram direcionadas a doenças específicas, enquanto os demais artigos tratavam do lazer associado a outros aspectos da saúde e qualidade de vida do idoso. Esse ponto traz à tona a necessidade de mais pesquisas que abordem o lazer como um ponto relevante no tratamento de outras doenças específicas, principalmente daquelas que mais assolam os idosos brasileiros, como as doenças crônicas, bem como de outros problemas de saúde agudos oriundos de causas externas e agravamento de condições crônicas, conforme exposto pelo Ministério da Saúde<sup>1</sup>.

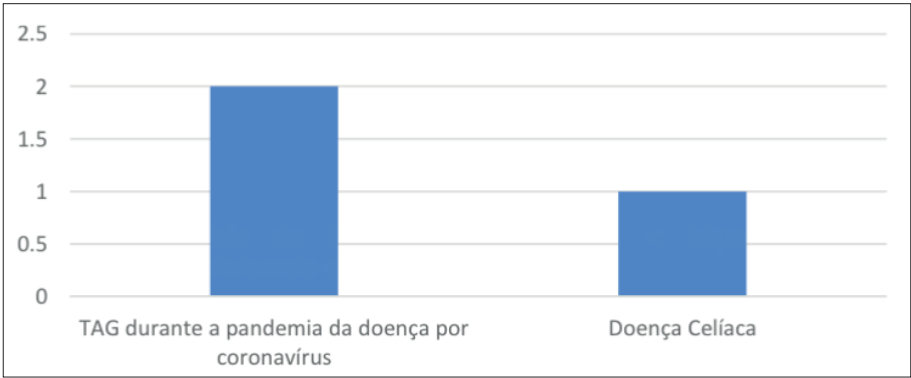


Gráfico 3 – Obras que analisaram fatores relacionados a doenças específicas

Fonte: os autores

De modo geral, os gráficos demonstram a necessidade de mais pesquisas que envolvam esta temática direcionado a população das regiões Norte, Nordeste e Centro-Oeste, já que apenas dois dos artigos englobam em sua pesquisa a população dessas regiões do Brasil, embora houvesse pesquisadores originários de instituições oriundas desses locais. Assim, a concentração da pesquisa pode culminar em aspectos negativos no que tange a ampliação de estudos sobre o lazer e o idoso a partir das pesquisas já realizadas, pois estas só consideram uma parcela da população idosa brasileira. Além disso, a análise dos gráficos evidenciou a contribuição positiva que o aumento de pesquisas envolvendo a influência do lazer no que tange as principais doenças apresentadas pelos idosos brasileiros, principalmente em razão do aumento da população idosa – o índice de envelhecimento da população aumentou de 30,7% em 2010 para 55,2% em 2022

<sup>1</sup> Orientação do Ministério da Saúde disponível em: < <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-pessoa-idosa> >  
Orientação do Ministério da Saúde disponível em: < <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-pessoa-idosa> >

(SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL, 2023) – no país.

Acerca das metodologias utilizadas nas pesquisas selecionadas, observou-se que quatro se caracterizavam como estudo qualitativo (A, D, F e G), e outras quatro basearam-se em analítico transversal (C, E, H e J). Já as demais pesquisas adotaram um conjunto metodológico para o estudo, variando entre combinações de sistemáticas transversais, descritivas, quantitativas, qualitativas e exploratórias.

Todos os artigos analisados neste trabalho abordaram explicitamente o lazer e o idoso, demonstrando a consistente relação existente entre ambos, bem como a relevância dessa temática. Este ponto é reforçado principalmente pelo fato de o lazer ser capaz de trazer inúmeros benefícios para a saúde, tanto mental, quanto física e emocional, sendo capaz de influenciar positivamente no aumento da imunidade, bem-estar físico e mental, doenças crônicas, contribuindo para uma melhor qualidade de vida (VERSIANI, 2019).

A maioria das pesquisas selecionadas trataram das consequências do lazer na promoção da saúde do idoso, mesmo que esse não fosse o principal aspecto objeto de discussão, exceto pela Pesquisa G, a qual buscou analisar a qualidade de vida do idoso relacionado às práticas do lazer. Sobre a saúde no que tange o lazer e o idoso, as pesquisas abordam o seguinte:

O equilíbrio e a força muscular, além da mobilidade, são fatores importantes para a vida independente e envelhecimento, prezando a qualidade, saúde geral, a manutenção das funções motoras finas e a prevenção de eventos de quedas na população idosos, fatores esses que em meio às práticas de lazer podem ser gradativamente atingidos (Pesquisa J, p. 8 – 90).

A identificação de potências para o tratamento da doença celíaca com o reconhecimento de suas implicações positivas às vivências no lazer e à promoção da saúde de idosos permite refletir sobre estratégias que maximizem essas forças na vida de idosos com tal doença (Pesquisa A, p. 74).

Os resultados demonstraram que a prevalência de ativos no lazer foi maior entre as pessoas idosas que relataram ter duas doenças crônicas, (...) o guia traz informações sobre os benefícios que a prática de atividade física proporciona à saúde (Pesquisa E, p. 11).

Sobre esse ponto, verificou-se que duas pesquisas (D e E) trataram da atividade física como lazer, e fizeram apontamentos sobre seus benefícios para a saúde do idoso, trazendo discussões nesse sentido. Essa abordagem se justificada uma vez que “a atividade física exercida ao longo da vida pode ser um dos fatores a promover um aumento na expectativa de vida, de forma independente e produtiva” (ARGIMON et al., 2004).

Além disso, a atividade física enquanto uma prática corporal e prática do lazer, está associada à inúmeros fatores, dentre os quais se destaca a busca por melhores condições de saúde, ou até mesmo a manutenção dela (FERREIRA et al., 2014; MONTEIRO et al., 2014).

Outras pesquisas entenderam que o lazer não se limita apenas a atividades

físicas (conteúdo físicoesportivo do lazer), mas também ao conteúdo intelectuais, social e descanso (A, B, F, G, I, J, K, L, M):

O estudo mostrou que as pessoas idosas centenárias avaliadas apresentam pouca diversidade de vivências no lazer, restringindo-se a maioria ao ambiente doméstico, como assistir televisão, receber visita, atividades domésticas, atividades intelectuais, apreciar um prato ou bebida, trabalhos manuais, rezar ou orar, ou simplesmente relaxar em algum ambiente da residência. Porém há idosos que preferem sair de casa, como passear ou fazer compras, ir à igreja, visitar parentes, praticar atividade física (Pesquisa B, p. 95).

Identifica-se que, ao longo da vida, os participantes gostavam de viajar e frequentar bailes. No entanto, atualmente eles têm maior interesse pelas atividades de lazer relacionadas às atividades intelectuais e às atividades manuais desenvolvidas dentro da ILPI (Pesquisa L, p. 226).

Essa concepção é muito relevante, principalmente pelo fato de existirem diversos tipos de conteúdos do lazer. Observou-se que alguns artigos relacionaram as atividades de lazer praticadas pelos idosos com a socialização, identificando essa relação como um ponto positivo que contribui para o equilíbrio emocional, bem como para a comunicação e interação social:

As atividades de lazer citadas pelos participantes desta pesquisa são passear, ir ao shopping e cinema, e ir à igreja, e são realizadas, em sua maioria, na companhia de familiares e/ou amigos, e contribuem para o equilíbrio emocional e a socialização (Pesquisa K, p. 8).

A respeito das percepções relacionadas ao convívio com os outros residentes, por estarem participando juntos das atividades de lazer, existe uma série de razões similares encontradas na literatura como: melhora na comunicação, na amizade, na atividade física e mental, interação uns com os outros(...) (Pesquisa L, p. 230).

Pode-se ponderar no texto o fato de estarem juntos com outros idosos faz com que eles se reconheçam dentro do espaço e tempo, além fortalecer uma rede de apoio entre eles(as), que é fundamental para reforçar a saúde (Pesquisa D, p. 9).

As convivências com outras pessoas com a doença favorecem vivências no lazer e a promoção da saúde ao trazerem oportunidades para que essas dimensões da vida ocorram em contextos específicos de apoio (...). Essas convivências foram expressas como força que permite a construção e o compartilhamento de conhecimentos sobre a doença e seu tratamento, concretizando-se por meio de cafés, caminhadas e encontros de confraternização e/ou conscientização sobre a doença; inclusive, promovidos por associações específicas de amparo a essas pessoas (Pesquisa A, p. 68).

Isso torna evidente que a prática do lazer por idosos em grupo, seja com outros idosos ou com a participação da família, contribuem positivamente tanto na saúde dos idosos, quanto no sentimento de apoio, minimizando a solidão enfrentada por essa parcela da população, e incentivado à continuidade da vivência do lazer na terceira idade.

Por fim, a maioria das pesquisas mencionam a importância das realizações de

novas pesquisas envolvendo a prática do lazer pelos idosos, a fim de disseminar a sua importância, bem como da necessidade de novas políticas públicas visando a inclusão dos idosos às práticas mencionadas, minimizando o aspecto socioeconômico como ponto decisivo para dessas atividades:

A partir da compreensão desses dados, pode-se elaborar políticas públicas que possibilitem a democratização do acesso ao lazer longo da vida, bem como ações educativas que despertem e/ou reforcem a consciência da importância do lazer como meio de desenvolvimento pessoal e melhoria da qualidade de vida (Pesquisa L, p. 18).

Considerando que a prática de atividades de lazer proporciona melhores condições de vida e saúde, reforça-se a necessidade de implementação de ações e instrumentos que proporcionem lazer individual e coletivo no espaço rural (Pesquisa I, p. 5).

O estudo identificou que os idosos desfavorecidos foram os mais afetados, demonstrando a necessidade de estratégias e ações específicas para esses indivíduos. Sendo assim, a criação e disseminação de políticas públicas de saúde que facilitem e ampliem o acesso à essas práticas tornam-se de fundamental importância para oportunizar às pessoas com idade mais avançada um envelhecimento saudável (Pesquisa J, p. 9).

O fato de as pesquisas se preocuparem em mencionar a necessidade de novas políticas públicas que visem apoiar os idosos para a prática do lazer, bem como para criar ações que sejam acessíveis a essa população, demonstra de forma categórica a insuficiência de programas efetivos, promovidos pelo Poder Público com o objetivo garantir o acesso ao lazer para essa parcela da sociedade. Em que pese as disposições trazidas pelo Estatuto da Pessoa Idosa (BRASIL, 2003; 2022) e a Constituição Federal de 1988, a realidade sobre o envelhecimento da população do Brasil e ações efetivas no âmbito do lazer é desanimadora. Isso porque, o que existe se mostra insuficiente para atender a demanda da população brasileira. Além disso, há outros pontos que demonstram a falta de preparação do Brasil para atender os idosos, como a ausência de mobilidade urbana adaptada (BERTOLIN; VIECILI, 2014).

Bertolin e Viecili (2014), trazem como enfoque a necessidade de mudanças, no que se refere ao lazer para o idoso, tendo em vista que no Brasil o lazer é escasso, mesmo estando estabelecido em lei como um direito do idoso.

A necessidade dessas mudanças fica mais evidentes a partir da constatação de que a Década do Envelhecimento Saudável se iniciou em 2021, a qual foi declarada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 2020, sendo uma estratégia que busca desenvolver a sociedade a fim de valorizar também o idoso (CHIARELLI; BATISTONI, 2022).

Sob esse viés, verifica-se que é imprescindível a realização de políticas públicas que proporcionem meios, equipamentos, atividades, e profissionais qualificados e, como consequência, expanda o lazer para a pessoa idosa de maneira efetiva, sem perder de

vista o descanso, o divertimento e o desenvolvimento (DUMAZEDIER, 2001).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As produções acadêmicas sobre o tema lazer e o idoso mostraram uma constância na publicação dos trabalhos durante o período de 2020 até 2023, contudo, esse número diminuiu em 2024. Esse resultado vai ao contrário da necessidade brasileira, tendo em vista que a população idosa no país está crescendo consideravelmente.

No que tange as conclusões trazidas a partir da exploração de dados quantitativos, foi possível analisar que a maioria das pesquisas não se propuseram a estudar as populações idosas das regiões Norte e Nordeste, exceto pela pesquisa em âmbito nacional (E), embora possuíssem pesquisadores de instituições oriundas dessas, tonando-se inegável a escassez de produções acerca dessas regiões e fortificando a necessidade de pesquisas que englobem ou sejam focadas nessas localidades, principalmente em razão das peculiaridades de cada região brasileira. Essa situação, qual seja a concentração da pesquisa, pode contribuir negativamente no que tange o aumento de estudos sobre lazer e idoso, caso isso ocorra a partir das pesquisas já realizadas, pois estas só consideram uma parcela da população idosa brasileira.

Além disso, outro resultado observado a partir da análise dos gráficos evidenciou os aspectos positivos que o aumento de pesquisas sobre a influência do lazer nas principais doenças que afetam os idosos brasileiros pode trazer para a população de idosos no país, principalmente devido ao constante aumento dessa população no Brasil.

Os artigos reforçaram o fato e a relevância da contribuição da prática do lazer para a saúde do idoso, envolvendo tanto o lazer como atividade física e prática corporal, como também em atividades manuais, intelectuais, artísticas e de socialização. Ainda, verificou-se que a prática de atividades do contexto do lazer com apoio da família ou em grupo, contribui positivamente para a socialização da pessoa idosa, diminuindo a solidão enfrentada muitas vezes por eles, e incentivando a continuação da vivência do lazer.

É fundamental a realização de novas pesquisas e a promoção de políticas públicas que visem contribuir para o acesso dos idosos a atividades relacionadas ao lazer, em locais apropriados para isso, e com o devido apoio de profissionais, quando necessário. Isso para garantir o direito do idoso, enquanto sujeito, ao acesso ao lazer, seja ele por meio de atividades físicas, manuais, intelectuais ou artísticas, contribuindo para que o lazer esteja presente na vida do idoso e, por consequência, melhore e mantenha a sua saúde.

Espera-se que este trabalho tenha contribuído para o entendimento da discussão envolvendo o lazer e o idoso na atualidade. Levando em consideração os resultados obtidos, é fundamental a continuidade e ampliação das discussões sobre lazer e idoso no contexto brasileiro e o planejamento, implementação e avaliação de políticas públicas efetivas que sejam direcionadas ao desenvolvimento de programas de atividades do contexto do lazer



destinados à população idosa no país.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, A.; THOMES, C.; SILVA, J.; MIOTTO, M. Fatores associados às práticas de lazer de idosos na pandemia da covid-19. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 97, n. 4, p. 1-10, 2023. Disponível em: <<http://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/2022>>. Acesso em: 25 out. 2024.

AGUIAR, A.; THOMES, C.; SILVA, G.; MIOTTO, M. Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da covid-19: fatores associados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, p. 01-12, 2024. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbagg/a/xzF9H68M7hGmLTTrDhy5tTFR/>>. Acesso em: 21 out. 2024.

ARGIMON, I, I. L. et al. O impacto de atividades de lazer no desenvolvimento cognitivo de idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v.1, n.1, p.38-47, jan./jun.2004.

BERTOLIN, G.; VIECILI, M. 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.

Brasil. (2003). Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o estatuto do idoso e dá outras providências. Diário Oficial da União. Brasília, 3 de outubro de 2003. Disponível em:<[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/10/741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/10/741.htm)>.

Brasil. Lei nº 14.423, de 22 de julho de 2022. Altera a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, 2022.

CARVALHO, Y. M. Atividade Física e Saúde: Onde está e quem é o sujeito da relação? **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Florianópolis, v. 22, n. 2, jan., 2001.

CARVALHO, Y. M. **Lazer e Saúde**. Brasília: Sesi/DN, 2005.

CHIARELLI, T. M.; BATISTONI, S. S. T. Trajetória das Políticas Públicas Brasileiras para pessoas idosas frente à Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030). **Revista Kairós-Gerontologia**, São Paulo, v. 25, n. 1, p, 93-114, 2022.

DOURADO, T.; BORGES, P.; SILVA, P.; SOUZA, R.; ANDRADE, A. Associação entre atividade física de lazer e conhecimento e participação em programas públicos de atividade física entre idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, p. 1-14, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbagg/a/Mhccc8TwxM8sBTPHwJJ4XFp/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 21 out. 2024.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e cultura popular**. 3 ed. São Paulo: Perspectiva, 2001.

FERREIRA, M.; TURA, L.; SILVA, R.; FERREIRA, M. Programa Academia Carioca da Saúde: Cotidiano, lazer e saúde de idosos. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**, p. 1-13, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbagg/a/pYzSRMpTHNxJhZXjKZ4bLwH/?lang=en>>. Acesso em: 25 out. 2024.

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, abr. 2014.

GOMES, C. L. **Lazer, trabalho e educação: Relações históricas, questões contemporâneas**. 2.ed. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2008.

GIL, P. R.; MARINHO, A.; CORREA, P.; CAPANEMA, B.; ANTUNES, G.; MAZO, G. Projeto SC100: vivências no lazer, atividades físicas e ócio de pessoas idosas centenárias. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, v. 10, n. 02, p. 83–99, 2023. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/44939>>. Acesso em: 21 out. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Censo demográfico 2010**. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2010.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Sistema de contas regionais**. 2022. Disponível em: < <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41893-em-2022-pib-cresce-em-24-unidades-da-federacao>>.

ISAYAMA, H. F. Um olhar sobre a formação profissional no lazer. **Revista Licere**, Belo Horizonte, v. 8, n. 1, 2005.

LOPES, A. M.; FRACOLLI, L. Revisão sistemática de literatura e metassíntese qualitativa: considerações sobre sua aplicação na pesquisa em enfermagem. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 771-778, 2008.

MACIEL, M.; ANDRELLA, L.; TRAPÉ, Á.; MONTEAGUDO, M. Itinerários de lazer em idosos. **Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad**, p. 10-22, 2023. Disponível em: <<https://relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/528>>. Acesso em: 25 out. 2024.

MARIANO, P.; CARREIRA, L.; LUCENA, A.; SALCI, M. Desenvolvimento de atividades de estímulo cognitivo e motor: perspectiva de idosos institucionalizados. **Esc. Anna Nery Rev. Enferm**, p. 1-8, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/DqGRm7bS7fKJKbsfwZGYkhD/>>. Acesso em: 21 out. 2024.

MINAYO, M. C. S.; SANCHES, O. **Quantitativo-Qualitativo: Oposição ou Complementaridade?** Cad. Saúde Públ., Rio de Janeiro, v. 9, n. 3, p. 239-262, 1993.

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. 57-762, abr.2014.

OLIVEIRA, M.; SALA, D.; FUKUJIMA, M.; COSTA, P.; YOSHITOME, A.; OKUNO, M. Satisfação pessoal e atividades de lazer em idosos acompanhados ambulatorialmente. **Rev. Eletr. Enferm**, p. 1-7, 2021. Disponível em: <<https://revistas.ufg.br/fen/article/view/66826>>. Acesso em 25 out. 2024.

PITILIN, E.; MASSAROLI, A.; LUZARDO, A.; LENTSCK, M.; BARATIERI, T.; GASPARIN, V. Fatores associados às atividades de lazer de idosos residentes na zona rural. **Rev. Bras. Enferm**, p. 1-6, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/SXVWWf89fNrDtvLtJXY79dt/?lang=en>>. Acesso em 25 out. 2024.

SANTANA, N.; SILVA, L.; CUSTÓDIO, B.; BAPTISTA, T. Corpo e saúde: concepções de um grupo de idosos de Práticas Corporais de uma Unidade Básica de Saúde em Goiânia. **Saúde Soc.** São Paulo, v. 31, n. 2, p. 1-11, 2022. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/sausoc/a/HRxDKSCCLnCLtC9M9YDzdKQ/>>. Acesso em: 21 out. 2024.

SANTOS, P.; MARINHO, A. Potencialidades para vivências no lazer e promoção da saúde entre idosas com doença celíaca. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**, [S. l.], v. 9, n. 2, p. 61–78, 2022. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/rbel/article/view/36875>>. Acesso em: 21 out. 2024.

SECRETARIA DE COMUNICAÇÃO SOCIAL. **Censo: número de idosos no Brasil cresceu 57,4% em 12 anos.** 2023. Disponível em: < [SEVERINO, A.J. \*\*Metodologia do Trabalho Científico.\*\* São Paulo: Editora Cortez, 2007.](https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2023/10/censo-2022-numero-de-idosos-na-populacao-do-pais-cresceu-57-4-em-12-anos#:~:text=%C3%8Dndice%20de%20envelhecimento%20sobre%20de%2030%2C7%20para%2055%2C2&text=Portanto%2C%20quanto%20maior%20o%20valor,%2C%20correspondendo%20a%2030%2C7.> ></p></div><div data-bbox=)

SÍCOLI, J. L.; NASCIMENTO, P. R. Promoção de Saúde: concepções, princípios e operacionalização. **Interface**, v. 7, n. 12, p. 91-112, 2003.

SILVA, M.; SILVA, H.; CHUBACI, R.; GUTIERREZ, B. Idosos institucionalizados: fatores relacionados às atividades de lazer. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 24, p. 221–235, 2021. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/53814>>. Acesso em: 25 out. 2024.

SILVA, R. L. P.; PESSOA, V. L. de F. Lazer, Internet e Idosos: Hábitos e Experiências de Participantes de um Projeto de Extensão Universitária. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, Belo Horizonte, v. 25, n. 2, p. 211–232, 2022. DOI: 10.35699/2447-6218.2022.40851. Disponível em: <<https://periodicos.ufmg.br/index.php/licere/article/view/40851>>. Acesso em: 25 out. 2024.

ALVES, Flávio S.; CARVALHO, Yara M. Práticas corporais e grande saúde: um encontro possível. **Movimento**, v. 16, n. 4, p. 229-244, 2010.

VERSIANNI, I. V. L. O debate da qualidade de vida como instrumento de democratização do lazer no espaço urbano / The debate about quality of life as an instrument for the democratization of leisure in urban space. **LICERE - Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 22, n. 4, p. 680-718, dez, 2019.