



A IMPORTÂNCIA DE UM EVENTO RECREATIVO PARA IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

*Rhayda Melissa Souza Fontes
Iula Lamounier Lucca**

RESUMO

O estudo objetivou analisar a percepção dos idosos institucionalizados e dos profissionais de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) quanto à qualidade e importância de uma tarde de lazer realizada na mesma por graduandos em educação física. Para tanto, 9 idosos institucionalizados e 2 profissionais da ILPI, avaliaram a tarde de lazer que propiciou aos idosos a vivência de jogos, brincadeiras, danças entre outras atividades recreativas. Os dados foram coletados por meio de questionário. A maioria dos voluntários considerou a atuação dos estudantes (73%), as atividades realizadas (64%) e a organização do evento (55%) como muito boas. O evento foi considerado importante por todos os voluntários, por contribuir para a alegria e bem-estar (63%), por aumentar as oportunidades de lazer (45%), por aumentar a interação (27%) e também por contribuir para a saúde (9%). Conclui-se que a tarde de lazer foi de boa qualidade, sendo importante para a qualidade de vida dos idosos o que reforça a necessidade da programação de eventos recreativos para o público da terceira idade, especialmente para idosos institucionalizados.

Palavras-chave: Educação física e treinamento. Envelhecimento. Instituição de longa permanência para idosos. Recreação.

IMPORTANCE OF RECREATIONAL EVENTS FOR INSTITUTIONALIZED ELDERLY PEOPLE

ABSTRACT

This study aimed to analyze the perception of recreational events by people who live or work in long-term care institutions for the elderly (LTCI). A recreational event was conducted in a long-term institution by physical education students. Nine institutionalized elderly and two LTCI professionals evaluated the leisure afternoon, which consisted of games, dances, and other recreational activities. Data were collected by questionnaire. The majority of the volunteers considered the performance of the students (77%), the activities (64%), and the event organization (55%) as very good. The event was considered important by everyone, the reasons being: it contributed to happiness and well-being (63%), increased leisure opportunities (45%), increased interaction (27%), and contributed to health (9%). We concluded that the leisure afternoon had good quality, and

*Mestrado em Ciências do Esporte (UFMG). Centro Universitário do Leste de Minas Gerais (UNILESTE), Ipatinga, MG. Contato: iula.unilestemg@bol.com.br.

in addition, this study demonstrated the importance of leisure events for the institutionalized elderly.

Keywords: Physical education and training. Aging. Homes for the elderly. Recreation.

IMPORTANCIA DE UN EVENTO RECREATIVO PARA LOS ANCIANOS INSTITUCIONALIZADOS

RESUMEN

El estudio analizó la percepción de los ancianos institucionalizados y de los profesionales de un asilo de ancianos (AA) en relación a la calidad y a la importancia de una tarde de actividades recreativas celebrada en el AA por estudiantes de educación física. Para esto, 9 ancianos institucionalizados y 2 profesionales del AA evaluaron la tarde de ocio que consistía en juegos, bailes y otras actividades recreativas. Los datos fueron recolectados por medio de un cuestionario. La mayoría de los voluntarios consideran el desempeño de los estudiantes (73%), las actividades recreativas (64 %) y la organización del evento (55%) como muy buenos. Todos los sujetos consideraron el evento importante, por contribuir a la alegría y el bienestar (63 %), por aumentar las oportunidades de ocio (45 %), por mejorar la interacción (27 %) y también la salud (9 %). Se concluye que la tarde de ocio fue de buena calidad, importante para la condición de vida de los ancianos. Esto refuerza la necesidad de la programación de eventos de recreación para el público de la tercera edad, especialmente para los que viven en asilos.

Palabras clave: Educación y entrenamiento físico. Envejecimiento. Hogares para Ancianos. Recreación.

INTRODUÇÃO

Entende-se que o envelhecimento é um processo que envolve multidimensões que se inter-relacionam, afetando aspectos biológicos, psicológicos, sociais e de ajustamento a novas situações de vida ([ARGIMON et al., 2004](#); [CORDEIRO et al., 2014](#)). Esse período, por vezes, está associado a perdas que podem dificultar a vivência do lazer pelos idosos.

Neste sentido, estudos demonstram que, em um cenário de possível crise social, as ações educativas formais ou informais são de grande importância, pois, ao elaborar no coletivo as questões geradoras desta crise, o idoso tem oportunidade de colocar-se frente a frente com fatos, ideias e realidades, que contrastam com o cotidiano normalizador, de incorporar novas atitudes diante do envelhecimento, da velhice e da própria vida ([GÁSPARI; SCHWARTZ, 2005](#); [OLIVEIRA et al., 2013](#)).

Observa-se que envelhecer exige cuidados, apesar disso o idoso não deve ser desprovido de seus direitos. Sobre este tema o Estatuto do Idoso (Art. 3º da Lei 10.741/2003) determina que a família, a comunidade e o poder público devem garantir aos idosos 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" ([BRASIL, 2003](#)).

Embora a legislação brasileira atribua o cuidado dos membros dependentes às famílias, observa-se que, por diversos motivos, a responsabilidade quanto aos idosos, muitas vezes, é delegada a outros que não os familiares, inclusive às instituições de longa permanência para idosos (ILPI), sejam estas públicas ou privadas ([CAMARANO; KANSO, 2010](#)). Infelizmente, nem sempre essas instituições conseguem atender às necessidades desse público, o que pode comprometer sua qualidade de vida e bem-estar. Nesse sentido, é necessário ressaltar que a recreação pode ser uma estratégia de melhoria para tal segmento populacional e que existem diversas atividades recreativas que não são predominantemente físicas, mas que também têm grande potencial de promoção do bem-estar, além de estimular cognitiva, afetiva e/ou socialmente. A prática de atividades cognitivas de lazer, como jogos de xadrez, leitura e escrita relaciona-se à redução dos quadros de demência ([VARGAS et al., 2014](#)). Além disso, em função de sua simplicidade e baixo custo "diferentes atividades recreativas poderiam ser implantadas nas ILPI com facilidade [...] tornando-se uma estratégia de manutenção e melhoria da qualidade de vida do idoso" ([LUCCA; RABELO, 2011](#), p. 24).

Nessa perspectiva, o curso de educação física do Unileste criou o projeto de extensão universitária RecreAção, que oferece atividades lúdicas e estimula o lazer na região do Vale do Aço em Minas Gerais. Neste projeto os estudantes organizam diversos eventos, entre os quais tardes de lazer, festas folclóricas, passeios e comemorações, que incluem atividades físicas, jogos, brincadeiras; atividades manuais, pinturas, desenhos, confecção de objetos diversos; atividades artísticas: danças, músicas, leitura de livros; atividades relacionadas aos cuidados pessoais: penteados, maquiagem e várias outras. Assim, tais eventos proporcionam aos idosos momentos de lazer, alegria, descontração, bem-estar e valorização do tempo livre, incentivam, a prática de exercícios de forma prazerosa, além de contribuir para aproximação entre os idosos institucionalizados, profissionais da ILPI, alunos e pessoas da comunidade local.

No entanto, para que estes benefícios sejam alcançados é necessário que os eventos sejam adequados e atendam às necessidades e interesses do público participante. Nesse contexto, é essencial que os eventos realizados sejam, constantemente, avaliados, para garantir a sua qualidade e melhoria.

Diante disso, o objetivo do presente estudo foi analisar a percepção dos idosos institucionalizados e dos profissionais da ILPI quanto à qualidade e importância de uma tarde de lazer realizada na mesma.

MÉTODOS

Amostra

Após autorização da coordenadora da ILPI para realização da tarde de lazer e da pesquisa no local, todos os voluntários foram orientados quanto aos riscos e benefícios da participação, que poderia ocasionar cansaço físico e/ou mental, assim como prazer e diversão, sendo garantido o anonimato e o direito de desistência a qualquer momento.

O evento foi realizado em uma ILPI de uma cidade de Minas Gerais, que dependia do apoio financeiro da prefeitura e da comunidade para atender a 50 pessoas de ambos os sexos, sendo 36 mulheres e 14 homens, com idade entre 60 e 108 anos. De acordo com informações dos responsáveis pela ILPI, todos os idosos realizavam tratamento medicamentoso e apresentavam algum grau de dependência conforme classificação adotada pelo governo brasileiro ([ANVISA, 2005](#)): Grau I (20%) realizam atividades da vida

diária, ainda que utilizando equipamentos de autoajuda; Grau II (8%) apresentam dependência em até três atividades de autocuidado e Grau III (72%) necessitam de ajuda em todas as atividades de autocuidado ou apresentam comprometimento cognitivo. A maioria dos idosos foi para a ILPI por não ter família ou porque a família não tinha condições de oferecer os cuidados necessários, para os quais a instituição contava com enfermeiro, fisioterapeuta, cuidadores e auxiliares de serviços gerais. Embora nenhum destes funcionários tivesse a função específica de promover o lazer e a recreação, a ILPI permitia que voluntários da comunidade promovessem sessões de jogos, ginástica, dança e alguns passeios, mas não havia garantia de continuidade destas atividades.

Dos 50 internos, aos quais foram ofertadas atividades durante a tarde de lazer, 9 foram voluntários da pesquisa. Entre os profissionais da instituição, 4 mulheres, acompanharam as atividades do evento, sendo que destas, 2 participaram da pesquisa. Foram considerados como critérios de inclusão para seleção da amostra: a) estar apto a responder às perguntas do questionário; b) ser morador ou funcionário da ILPI; c) ter participado ou acompanhado a realização do evento. Apenas duas funcionárias acompanharam o evento até o momento da coleta de dados. Os responsáveis pela instituição indicaram os idosos que seriam capazes de compreender e responder adequadamente ao questionário o que contribuiu para confiabilidade dos dados, mas restringiu o tamanho amostral, visto que a maior parte dos idosos apresentava comprometimento cognitivo, principalmente por doenças senis e sequelas de acidentes vasculares encefálicos e somente nove participantes estavam aptos a responder ao questionário.

Assim, a amostra foi composta por 11 voluntários (Tabela 1) sendo que 9 (81,8 %) eram idosos institucionalizados na ILPI (55,5% do sexo masculino e 44,5% feminino) e 2 (18,2 %) eram funcionárias da ILPI.



Tabela 1. Caracterização da amostra (n = 11)

Voluntários	N	Idade (média ± desvio-padrão)	Homens (n)	Mulheres (n)
Idosos da ILPI	9	71,3 ± 11,5 anos	5	4
Funcionários da ILPI	2	35,5 ± 10,6 anos	-	2

Fonte: dados do presente estudo.

Instrumentos

Os dados foram coletados por um estudante com esta função específica por meio de um questionário adotado para avaliação dos eventos do projeto RecreAção, que foi adaptado pelos pesquisadores para pesquisa sobre a tarde de lazer intitulada: MovimentAÇÃO. O questionário foi composto por 8 questões: 1) idade do pesquisado; 2) sexo masculino ou feminino; 3) se era morador ou funcionário da ILPI; 4) se considerava ou não o evento importante; 5) motivos pelos quais considerava o evento importante; 6) o que achou da atuação dos estudantes se muito bom (MB), bom (B), ruim (R) ou muito ruim (MR); 7) o que achou das atividades realizadas: MB, B, R ou MR; 8) e o que achou da organização do evento: MB, B, R ou MR (Figura 1).

Por favor, responda as questões abaixo com sinceridade para que possamos melhorar a qualidade em futuros eventos

Idade: _____

Sexo: () Fem. () Masc.

Você é: () Morador da IPLI () Funcionário da ILPI

O evento movimentAÇÃO promoveu uma tarde recreativa com brincadeiras, jogos pedagógicos, desenhos, leitura de histórias, além de promover uma aula de aeróbica adaptada.

Você acha a realização de eventos desse gênero importante?
() Sim () Não

Se respondeu que sim, acha que o evento realizado foi importante porque:
() aumentou as oportunidades de lazer dos idosos
() contribuiu para alegria e bem-estar dos idosos
() contribui para a saúde dos idosos
() estimulou a interação entre jovens e idosos
() Outro motivo: _____

O QUE VOCÊ ACHOU?













Dos Estudantes que conduziram as Atividades				
	Muito Bom	Bom	Ruim	Muito Ruim
Das Atividades que foram realizadas				
	Muito Bom	Bom	Ruim	Muito Ruim
Da Organização dos Eventos				
	Muito Bom	Bom	Ruim	Muito Ruim

Figura 1. Questionário de avaliação do Projeto RecreAção adaptado para o evento. Fonte: presente estudo.

Procedimentos

A tarde de lazer chamada movimentAÇÃO foi realizada entre 14 e 16 h com intuito de proporcionar aos idosos momentos de lazer, alegria, descontração, bem-estar e valorização do tempo livre; de incentivar a prática de atividades físicas respeitando-se as limitações individuais, além de estimular a integração social entre a equipe promotora do evento, o público alvo e todos os demais envolvidos. Durante a recreação diversas atividades foram ofertadas aos idosos: dança com balões, jogo da velha, jogo da memória, dama, quebra-cabeça, tiro ao alvo, bola na cesta, boliche, desenhos para colorir, massinhas para modelar e leitura de histórias (Figura 2). As atividades citadas foram sempre adaptadas às capacidades físicas e cognitivas dos idosos participantes, o que envolveu uso de materiais de tamanhos grandes ou gigantes, possibilidade de realização assentados em cadeiras de rodas, facilitação ou retirada de regras. Toda a programação foi realizada no hall da instituição e ministrada por sete estudantes do curso de bacharelado em educação física, um profissional de educação física e um voluntário da comunidade local. O questionário foi aplicado após o término do evento de forma oral aos idosos e de forma escrita às funcionárias.



Figura 2. Tarde de lazer. A: Dança com balões; B: Jogo da velha; C: Desenhos para colorir. Fonte: presente estudo.

Análise estatística

Os dados coletados foram agrupados e analisados por estatística descritiva, com cálculo de médias, desvios-padrão e percentuais, sendo utilizado o programa *Excel* para *Windows* 2007.

RESULTADOS

A Tabela 2 apresenta a percepção dos idosos quanto à qualidade do evento realizado na ILPI. Observa-se que a equipe foi classificada como MB (66,6%) e B (22,2%), as atividades realizadas foram classificadas como MB (55,5%) e B (33,3%), assim como a organização do evento, considerada como MB (55,5%) e B (22,2%). No entanto, as três variáveis avaliadas obtiveram classificação MR pelo mesmo voluntário. Apenas um voluntário deixou de classificar a organização do evento.

Tabela 2. Percepção dos idosos residentes na ILPI quanto à qualidade da tarde de lazer movimentação (n = 9)

	MB	B	R	MR	NR
Equipe que conduziu as atividades	6	2	-	1	-
Atividades realizadas	5	3	-	1	-
Organização do evento	5	2	-	1	1

Legenda: MB: muito bom; B: bom; R: ruim; MR: muito ruim; NR: não respondeu.
Fonte: dados do presente estudo.

A Tabela 3 ilustra a percepção dos profissionais da ILPI quanto à qualidade do evento, evidenciando que todos consideraram a equipe e as atividades realizadas como MB, enquanto a organização do evento foi considerada MB e B.

Tabela 3. Percepção dos profissionais da ILPI quanto à qualidade da tarde de lazer movimentação (n = 2)

	MB	B	R	MR	NR
Equipe que conduziu as atividades	2	-	-	-	-
Atividades realizadas	2	-	-	-	-
Organização do evento	1	1	-	-	-

MB: muito bom; B: bom; R: ruim; MR: muito ruim; NR: não respondeu.

Fonte: dados do presente estudo.

Quando perguntados se consideravam que a realização destes eventos era importante, todos os participantes e profissionais da ILPI (100%) responderam que sim. A Figura 3 apresenta a porcentagem da amostra que relacionou a importância a cada motivo descrito no questionário, sendo que o voluntário poderia escolher mais de um motivo. Verifica-se que 63% da amostra consideraram que o evento contribuiu para a alegria e bem-estar dos idosos; 45% que o evento aumentou as oportunidades de lazer dos idosos; 9% acreditam que contribuiu para a saúde dos mesmos e 27% que a tarde de lazer estimulou a interação entre jovens e idosos. Embora pudessem citar outros motivos, nenhum voluntário realizou tal registro.

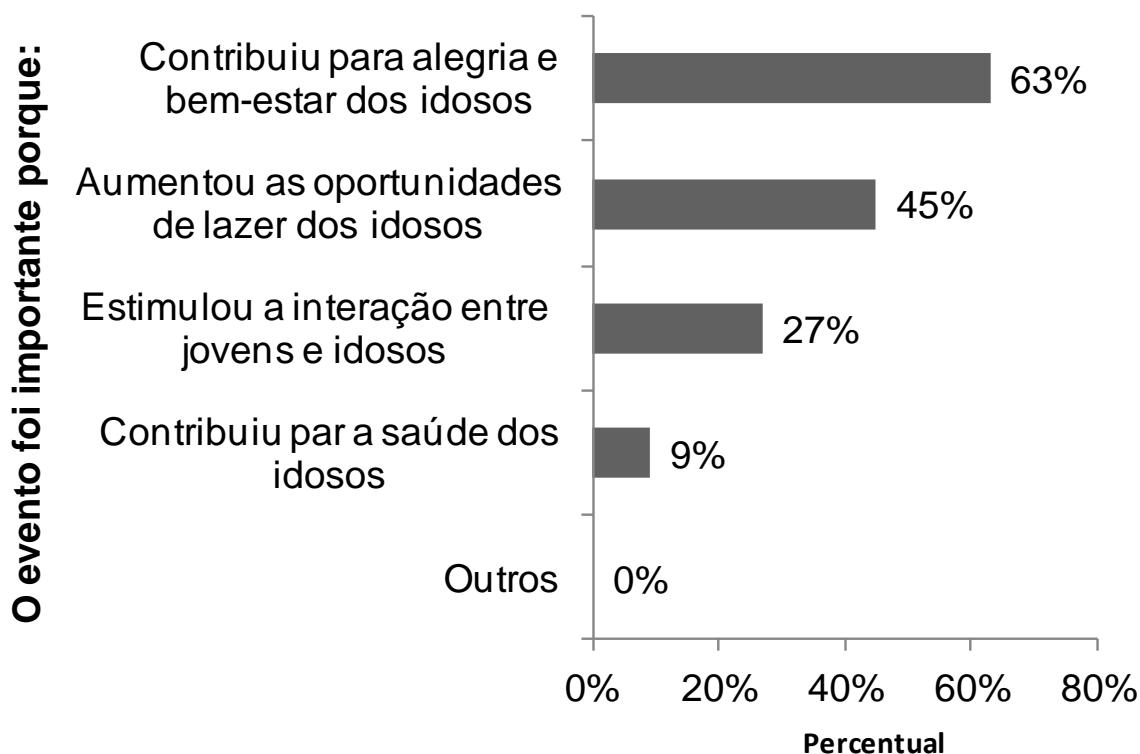


Figura 3. Percepção dos idosos e profissionais da ILPI quanto aos motivos de importância do evento (n=11). Fonte: dados do presente estudo.

DISCUSSÃO

Os resultados do presente estudo demonstraram que a equipe que conduziu as atividades, as atividades realizadas e a organização do evento foram consideradas pelos moradores e profissionais da ILPI, na sua maioria, de boa qualidade (Tabelas 2 e 3). Esse achado indica que as propostas estabelecidas para a execução da tarde de lazer foram adequadas ao público em questão, uma vez que foram bem aceitas pelos participantes. De acordo com [Dumazedier \(2001\)](#), para expandir o lazer na terceira idade e garantir sua adesão é preciso ter equipamentos e profissionais qualificados. Complementando essa ideia, [Prado e Carvalho \(2014\)](#) expõem que ações como o investimento na formação e educação permanente dos profissionais poderão contribuir no processo de intervenção. Além disso, [Marcellino \(2006\)](#) relata que o profissional animador deve gerar estratégias coerentes com as expectativas e necessidades básicas do grupo participante, permitindo a sua participação.

A oferta de atividades recreativas e lúdicas ao idoso é pertinente, pois eles têm grande dificuldade de acesso ao lazer ([MARCELLINO, 1996](#)). Em concordância, [Mori e Silva \(2010\)](#) relatam que o lazer permite que os idosos tenham uma vida mais descontraída, com mais socialização, permitindo a interação com outras pessoas e culturas, participando da vida social. Dessa forma, pode-se dizer que o movimento AÇÃO desempenhou um valoroso papel social.

Entretanto, um idoso, morador da ILPI, classificou a equipe que conduziu as atividades, as atividades realizadas e a organização do evento como muito ruins (Tabela 2). Conforme [Tier, Fontana e Soares \(2004\)](#) e [Araújo et al. \(2014\)](#), idosos internados em instituições asilares têm como consequência o distanciamento de seu espaço familiar no qual viveram por muito tempo, e que na maioria das vezes, são institucionalizados contra sua própria vontade. Isso nos permite dizer que, provavelmente, este quadro exerça influência negativa na participação destes idosos em atividades recreativas, uma vez que carregam o sentimento de estarem na instituição por obrigação, podem considerar, até mesmo, os momentos de lazer como desprazerosos. No entanto, é imprescindível considerar a possibilidade de que as atividades propostas não estivessem de acordo com as opções e interesses de lazer do referido idoso, motivo pelo qual não teriam agradado ao mesmo.

A promoção de eventos de lazer possibilita a inserção social do idoso, de modo que este aprenda a conviver bem com seu próprio envelhecimento o que pode ser ainda mais benéfico ao idoso institucionalizado. Pois, [Debert \(2004\)](#) evidenciou alta frequência de conflitos, desavenças, sofrimento e dificuldade de adaptação, mesmo em uma ILPI rica e preocupada com o envelhecimento bem sucedido, comentando a necessidade das instituições oferecerem aos anciões um espaço adequado, que permita o desenvolvimento da intimidade, sem a negação de que a vida pública é importante para os idosos. Os eventos recreativos podem contribuir para minimizar os conflitos e facilitar as relações pessoais, mas isso exige que os envolvidos tenham conhecimento sobre a velhice, as atividades socioculturais, físicas, esportivas, de lazer, e também sobre os aspectos pedagógicos adequados para a execução de um trabalho positivo.

Neste sentido, projetos de extensão universitária são interessantes, pois preparam o estudante para atuar junto à comunidade, estimulando a formação de um profissional-cidadão que busca a transformação social ([ARROYO; ROCHA, 2010](#)). Os dados do presente estudo permitem inferir que o projeto RecreAção tem realizado ações

efetivas no âmbito do lazer que contribuem, não só para o bem-estar da comunidade, como para a formação acadêmica e profissional dos extensionistas.

Outro achado relevante foi que, tanto os moradores quanto as profissionais da ILPI consideraram o evento realizado importante por trazer alegria e bem-estar, momentos de lazer, interação entre diferentes faixas etárias e benefícios à saúde e qualidade de vida dos idosos (Figura 3). Resultado semelhante foi encontrado por [Lucca e Rabelo \(2011\)](#), que reportaram, além da percepção de maior alegria, redução da pontuação na escala de depressão geriátrica após um mês de atividades recreativas com idosos institucionalizados. Já a investigação de [D'orsi, Xavier e Ramos \(2011\)](#) observou que o relacionamento com amigos e a participação de trabalhos manuais foram considerados fatores de proteção contra a perda funcional em idosos não institucionalizados da cidade de São Paulo. Considerando as atividades físicas como conteúdo do lazer, o estudo de [Kuwano e Silveira \(2002\)](#) observou melhoras no aspecto psicossocial de idosos não institucionalizados que praticavam hidroginástica, tais como aumento da autoestima, diminuição da depressão e maior socialização. Não obstante, [Oliveira et al \(2002\)](#) reportaram, a partir do segundo mês de intervenção, avanço no nível de interação entre idosos participantes de oficinas de memória. Estas pesquisas reforçam as possibilidades do lazer e da recreação para o bem-estar e a saúde dos idosos, sejam estes institucionalizados ou não.

Como limitações do estudo, ressalta-se o pequeno tamanho da amostra, bem como, a falta de controle sobre outros fatores que poderiam interferir nas sensações e percepções dos voluntários.

CONCLUSÃO

De acordo com os idosos institucionalizados e com os profissionais da ILPI, a tarde de lazer foi de boa qualidade. Este evento foi considerado importante, principalmente, por promover alegria e bem-estar aos idosos, mas também por aumentar as oportunidades de lazer dos mesmos, permitir sua interação com os jovens e também por trazer benefícios à saúde dos idosos.

Assim, os achados deste estudo reforçam a necessidade de eventos e ações que estimulem o lazer na terceira idade, especialmente em idosos institucionalizados, a fim de estender os benefícios desta prática ao maior número possível de pessoas.

SUBMETIDO EM 18 mar. 2015

ACEITO EM 19 jan. 2017

REFERÊNCIAS

[ANVISA. Resolução RDC nº 283, de 26 de setembro de 2005.](#) Aprova o Regulamento Técnico que define normas de funcionamento para as Instituições de Longa Permanência para Idosos. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/wps/wcm/connect/58109e00474597429fb1df3fbc4c6735/RDC+N%C2%BA+283-005.pdf?MOD=AJPERES>>. Acesso em: 19 abr. 2014.

ARAÚJO, R. S. S. et al. Idosos Institucionalizados: perfil social, clínico e funcional. **Revista de Enfermagem da UFPI**, Piauí, v. 3, n. 2, p. 69-77, 2014. Disponível em: <<http://www.revistas.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/1859/pdf>>. Acesso em: 05 fev. 2015.

ARGIMON, 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, 2004. Disponível em: <<http://www.upf.tche.br/seer/index.php/rbceh/article/view/43/43>>. Acesso em: 19 abr. 2014.

ARROYO, D. M. P.; ROCHA, M. S. P. M. L. Meta-avaliação de uma extensão universitária: Estudo de caso. **Avaliação**, Campinas, v. 15, n. 2, p. 131-57, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/aval/v15n2/a08v15n2.pdf>>. Acesso em: 19 abr. 2014.

BRASIL. Presidência da República. 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, DF, 1 out. 2003. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741.htm>. Acesso em: 19 abr. 2014.

CAMARANO, A. A.; KANSO, S. As instituições de longa permanência para idosos no Brasil. **Revista Brasileira de Estudos de População**, Rio de Janeiro, v. 27, n. 1, p. 233-235, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbepop/v27n1/14.pdf>>. Acesso em: 4 abr. 2014.

CORDEIRO, J. et al. Efeitos da atividade física na memória declarativa, capacidade funcional e qualidade de vida em idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 541-552, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v17n3/1809-9823-rbgg-17-03-00541.pdf>>. Acesso em: 6 fev. 2015.

DEBERT, G. G. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo Fapesp, 2004.

D'ORSI, E.; XAVIER, A. J.; RAMOS, L. R. Trabalho, suporte social e lazer protegem idosos da perda funcional: estudo epidioso. **Revista Saúde Pública**, São Paulo, v. 45, n. 4, p. 685-692, 2011. Disponível em: <<http://www.scielosp.org/pdf/rsp/v45n4/2626.pdf>>. Acesso em: 5 fev. 2015.

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

GASPARI, J. C.; SCHWARTZ, G. M. O idoso e a resignificação emocional do lazer. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, Brasília, v. 21, n. 1, p. 69-76, 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/%0D/ptp/v21n1/a10v21n1.pdf>>. Acesso em: 19 abr. 2014.

KUWANO, V. G.; SILVEIRA, A. M. A influência da atividade física sistematizada na autopercepção do idoso em relação às atividades da vida diária. **Revista da Educação**

Física/UEM, Maringá, v. 13, n. 2, p. 35-39, 2002. Disponível em: <<http://eduemoj.s.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3653/2522>>. Acesso em: 4 abr. 2014.

LUCCA, I. L.; RABELO, H. T. Influência das atividades recreativas nos níveis de depressão de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 19, n. 4, p. 23-30, 2011. Disponível em: <<http://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/2394/2117>>. Acesso em: 29 abr. 2014.

MARCELLINO, N. C. (Org.). **Lazer e recreação**: repertório de atividades por fases da vida. 2. ed. Campinas: Papirus, 2006.

MARCELLINO, N. C. **Estudos do lazer**: uma introdução. 4. ed. Campinas: Editores Associados, 1996.

MORI, G. S.; SILVA, L. F. Lazer na terceira idade: desenvolvimento humano e qualidade de vida. **Revista Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 950-957, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/motriz/v16n4/a15v16n4.pdf>>. Acesso em: 5 abr. 2014.

OLIVEIRA, C. S. et al. Oficina de educação, memória, esquecimento e jogos lúdicos para a Terceira Idade. **Revista Ciência em Extensão**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 8-17, 2012. Disponível em: <http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/554/686>. Acesso em: 5 fev. 2015.

OLIVEIRA, R. G. et al. Oficinas educativas para promoção da saúde de idosas institucionalizadas. **Revista Brasileira em Promoção à Saúde**, Fortaleza, v. 26, n. 4, p. 595-600, 2013. Disponível em: <http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/554/686>. Acesso em: 6 fev. 2015.

PRADO, A. R.; CARVALHO, Y. M. Sobre a velhice institucionalizada: um desafio para a Educação Física. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 593-605, 2014. Disponível em: <<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/24110/16761>>. Acesso em: 6 fev. 2015.

TIER, C. G.; FONTANA, R. T.; SOARES, N. V. Refletindo sobre idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 57, n. 3, p. 332-335, 2004. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/reben/v57n3/a15v57n3.pdf>>. Acesso em: 5 abr. 2014.

VARGAS, L. S. et al. Conscientizando idosos e profissionais da saúde acerca das mudanças cognitivas relacionadas à idade. **Revista Ciência em Extensão**, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 37-50, 2014. Disponível em: <http://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/882/949>. Acesso em: 5 fev. 2015.