



Universidade do Estado do Rio de Janeiro

Centro de Educação e Humanidades

Instituto de Educação Física e Desportos

João Gabriel de Mello

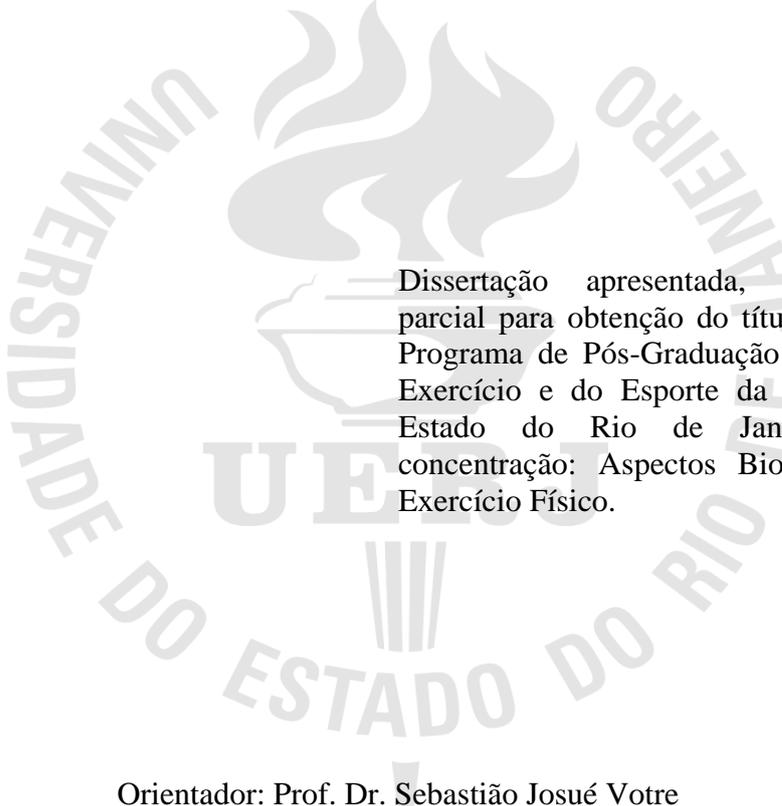
Homens idosos em programas de esporte e lazer

Rio de Janeiro

2015

João Gabriel de Mello

Homens idosos em programas de esporte e lazer



Dissertação apresentada, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre, ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Exercício Físico.

Orientador: Prof. Dr. Sebastião Josué Votre

Rio de Janeiro

2015

CATALOGAÇÃO NA FONTE
UERJ/REDE SIRIUS/BIBLIOTECA CEH/B

M527 Mello, João Gabriel de.
Homens idosos em programas de esporte e lazer / João Gabriel de Mello. – 2015.
102 f.

Orientador: Sebastião Josué Votre.
Dissertação (mestrado) – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Instituto de Educação Física e Desportos.

1. Exercícios físicos para idosos – Teses. 2. Esportes para idosos – Teses. 3. Homens – Teses. 4. Lazer – Aspectos sociais – Teses. 5. Idosos – Recreação – Teses. 6. Projetos comunitários – Teses. I. Votre, Sebastião Josué. II. Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Instituto de Educação Física e Desportos. III. Título.

CDU 796.034-053.9

Autorizo, apenas para fins acadêmicos e científicos, a reprodução total ou parcial desta dissertação desde que citada a fonte.

Assinatura

Data

João Gabriel de Mello

Homens idosos em programas de esporte e lazer

Dissertação apresentada, como requisito à obtenção de título de Mestre, ao Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Área de concentração: Aspectos Biopsicossociais do Exercício Físico.

Aprovada em: 10 de agosto de 2015.

Banca examinadora:

Prof. Dr. Sebastião Votre (Orientador)
Instituto de Educação Física e Desportos - UERJ

Prof. Dr. Edmundo Drummond Alves Junior
Universidade Federal Fluminense

Prof. Dr. Marcos Santos
Instituto de Educação Física e Desportos - UERJ

Rio de Janeiro

2015

DEDICATÓRIA

Aos meus velhos Luiz Fernando e Maria Aparecida, por serem meus pilares em tudo, me sustentando e me dando forças para conseguir seguir adiante.

AGRADECIMENTOS

À memória dos meus avós Américo e Amâncio, velhos que me fizeram aprender muito com sua sabedoria.

Ao meu irmão Luis Felipe, que mesmo longe sempre me apoiou nos estudos.

Ao meu tio Paulo Marcos, que me abrigou e me deu sempre suporte para que minha formação acadêmica pudesse continuar.

Agradeço aos meus brilhantes mestres do Curso de Graduação, Gabriela Aragão, Rachel Mesquita, Jorge Rodrigues e Elen Furtado, por me darem exemplos de profissionalismo e competência.

Ao meu orientador e grande amigo professor Sebastião Votre, sem o qual a dissertação não teria a menor possibilidade de ser concluída.

Aos professores Marcos Santos e Edmundo Drummond, pelas significativas e precisas contribuições para o estudo, no momento da qualificação.

À Universidade Gama Filho.

Aos entrevistados, que cederam suas experiências, contribuindo para a criação deste legado aos idosos do nosso Brasil.

E, por fim, meus agradecimentos a duas pessoas mais que especiais. Meus pais Luiz Fernando e Maria Aparecida, pelo amor imensurável, pelos conselhos, pelas palavras amigas, e por me darem o bem mais precioso: a vida.

Obrigado a todos vocês.

Deus, a você eu agradeço todos os dias.

Não sei se estou perto ou longe demais, se peguei o rumo certo ou errado. Sei apenas que sigo em frente, vivendo dias iguais de forma diferente. Já não caminho mais sozinho, levo comigo cada recordação, cada vivência, cada lição. E, mesmo que tudo não ande da forma que eu gostaria, saber que já não sou o mesmo de ontem me faz perceber que valeu a pena.

Albert Einstein

RESUMO

MELLO, João Gabriel de. *Homens idosos em programas de esporte e lazer*. 2015. 102 f. Dissertação (Mestrado em Aspectos Biopsicossociais do Exercício Físico) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2015.

O cotidiano dos projetos sociais sobre esporte e lazer revela grupos de participantes que se identificam com as atividades lá desenvolvidas. Por outro lado, há pessoas avessas às atividades dos projetos, porque normalmente alguma característica as deixa desconfortáveis. Considerando essa realidade, o estudo procurou identificar os fatores que interferem na participação de homens idosos em programas de esporte e lazer. O estudo foi aplicado no bairro de Piedade, zona norte da cidade do Rio de Janeiro, onde foram entrevistados 10 idosos que residem próximo do projeto SUDERJ em FORMA. Para a coleta, processamento e apresentação dos dados utilizamos a abordagem radical das representações sociais proposta por Votre (2009), a partir do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) de Lefebvre *et al* (2007). O modelo de análise delineado valoriza tanto as pessoas individuais, em suas falas singulares, quanto a reunião dessas pessoas, que falam como grupo sobre tópicos que lhes são relevantes. Os resultados obtidos apontam que os fatores que contribuem para a ausência dos homens idosos nas atividades desenvolvidas pelo projeto são: a figura do professor e o método por ele aplicado; receio, vergonha e discriminação, em participar com mulheres e jovens; gosto por outras práticas não oferecidas pelo projeto. Embora toda a boa premissa relacionada aos benefícios da participação dos idosos em programas de esporte e lazer e perante a garantia de acesso a estes programas, no estudo ficou constatado que tais condições não são suficientes para atingir o público masculino de idosos. Consideramos que no processo de criação de novas estratégias e propostas de intervenção, é de extrema importância que ocorra um planejamento cuidadoso que identifique as dificuldades sociais e individuais que reduzam ou impeçam a participação do sujeito idoso nas atividades propostas. Concluímos, também, que reforçar os benefícios da prática da atividade física, oferecer atividades de lazer não ligadas à prática esportiva, oferecer atividades adaptadas e atividades exclusivas para os homens, são alternativas viáveis para atrair o homem idoso para o projeto.

Palavras-chave: Homens idosos. Esporte. Lazer. Alternativas.

ABSTRACT

MELLO, João Gabriel de. *Elderly men in sports and recreation programs*. 2015. 102 f. Dissertação (Mestrado em Aspectos Biopsicossociais do Exercício Físico) – Instituto de Educação Física e Desportos, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2015.

Most social projects involving sports and recreation activities appeal to the participants who identify with the activities practiced. On the other hand, there are individuals who remain averse to project activities, due to some discomfort regarding such activities. The present study seeks to identify the factors that interfere with the participation of elderly men in sports and recreation programs. The study was conducted in the neighborhood of Piedade, in the north zone of the city of Rio de Janeiro, where 10 elderly men who live near the *SUDERJ em FORMA* project were interviewed. For the collection, processing and presentation of the data, we used the radical approach of the social representations as proposed by Votre (2009), from the *Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) of Lefebvre, et al* (2007). The analysis model was outlined to consider both individuals with their singular opinions and the group meetings of these individuals on relevant topics. The results obtained indicated that the factors that contribute to the absence of elderly men in activities developed by the project are: the figure of the teacher, and the methodology applied; aversion to, embarrassment by, or discrimination from participating with women and youth; preference for other activities not offered by the project. Despite the good premise behind the benefits of elderly participation in sports and recreation programs, as well as the guaranteed access to these programs, our study found that such conditions were not sufficient to reach the elderly male public. We believe that in the process of creating new strategies and proposals, it is paramount that there be careful planning that identifies the social and individual difficulties that reduce or impede elderly participation in the activities proposed. We also concluded that reinforcing the benefits of physical activity, offering recreational activities not related to sport, offering activities adapted and exclusively for men, are viable alternatives to reach the elderly male public of the Project.

Key words: Elderly men. Sport. Recreation. Alternatives.

SUMÁRIO

1	DELINEAMENTO DO ESTUDO	10
1.1	Justificativa	11
1.2	Delimitação do problema	12
1.3	Objetivos	12
1.4	Hipóteses	13
1.5	Fundamentações teóricas	13
1.6	Organização do estudo	14
2	REVISÃO DA LITERATURA	16
2.1	Idoso e a prática de lazer: um breve levantamento histórico	16
2.2	Políticas públicas para o lazer: abordagem sobre idade	18
3	METODOLOGIA	24
3.1	Caracterização da pesquisa	24
3.1.1	<u>Participantes da pesquisa</u>	24
3.1.2	<u>Característica da amostra</u>	25
3.1.3	<u>Critérios de exclusão e inclusão</u>	25
3.1.4	<u>Instrumentos e Material</u>	25
3.2	Procedimentos	25
3.2.1	<u>Etnografia</u>	27
3.2.2	<u>Os temas da entrevista individual</u>	28
3.2.3	<u>O grupo focal</u>	28
4	REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DOS IDOSOS SOBRE A NÃO PERMANÊNCIA E A NÃO PARTICIPAÇÃO	30
4.1	A Teoria das Representações Sociais	30
4.2	Fatores que interferem na participação dos idosos no projeto	31
4.2.1	<u>A figura do professor</u>	32
4.2.2	<u>Relações de gênero em Piedade</u>	34
4.2.3	<u>Gosto por outras práticas</u>	36
4.2.4	<u>Diferenças etárias</u>	39

5	A CONSTRUÇÃO DA AUTO-IDENTIDADE REFLEXIVA	42
5.1	Influências da globalização sobre o processo de reflexão	42
5.2	O processo de construção do projeto reflexivo do eu	43
5.3	A segurança e o risco na autoidentidade	44
5.4	O estilo de vida e a segregação da experiência	47
	CONSIDERAÇÕES FINAIS	50
	PROPOSTA DE INTERVENÇÃO	53
	REFERÊNCIAS	60
	ANEXO A – Termo de consentimento livre e esclarecido	65
	ANEXO B – Roteiro de entrevista idosos que saíram do projeto	66
	ANEXO C – Roteiro de entrevista idosos que nunca participaram	67
	ANEXO D – Transcrição das entrevistas individuais	68
	ANEXO E – Transcrição da entrevista ao grupo focal	90

1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Introdução

As mudanças sociais trazidas pelos contornos da alta modernidade ocorrem de forma mais rápida que em tempos passados, e trazem consigo um aumento significativo do dinamismo da vida globalizada (GIDDENS, 2002).

Com a globalização, com o avanço da tecnologia e dos meios de comunicação, as informações, antes pertencentes a grupos e locais particulares, passaram a pertencer a todos. Com isso, mudanças culturais começaram a ocorrer, nas quais as pessoas envolvidas constroem um novo estilo de vida e, concomitantemente, uma nova identidade.

Segundo Giddens (2002), o estilo de vida é um conjunto de práticas escolhidas por uma pessoa para si porque elas materializam a narrativa da sua autoidentidade, além de satisfazerem suas necessidades. São atividades incorporadas ao cotidiano que podem sofrer mudanças a partir de alterações na autoidentidade, como o modo de se vestir, de falar, de agir e os lugares aonde ir. Dizem respeito ao modo de ser, de estar no mundo, de conviver, o que nos contornos da alta modernidade está sempre em um processo de se fazer e se refazer.

Devido a esta nova ordem social, a alta modernidade desestrutura culturas de nacionalidade, gênero, regionalidade, classes e idade, entre outras, o que Giddens chama de “destradicionalização” obrigando, de certa forma, que os atores sociais assumam diferentes identidades em diferentes contextos.

Quanto mais a tradição perde seu domínio e quanto mais a vida diária é reconstituída em termos de jogo dialético entre local e o global, tanto mais os indivíduos são forçados a escolher um estilo de vida a partir de uma diversidade de opções. (GIDDENS, 2002) (p. 13).

Segundo Hall (2006), quanto mais a vida social se torna mediada pela globalização, mais as identidades se tornam desvinculadas – desalojadas – de tempos, lugares, histórias e tradições específicas, e parecem flutuar livremente. Neste contexto, somos confrontados por uma gama de diferentes identidades.

Considerando que os espaços de lazer são lugares de confrontos de identidades, o presente estudo parte de uma visão plural, que leva em conta a legitimidade de diferentes modos de ser, viver e conviver, peculiares de cada grupo, o que supõe tratar a questão

estudada, como um problema que precisa de atitude corajosa para ser descrito, discutido e avaliado criticamente em sua trajetória histórica e na extensão com que se manifesta.

Portanto, com base em resultados de descrições densas, e apoiado em etnografias críticas, este estudo pretendo buscar e interpretar representações de homens idosos sobre o acesso aos espaços de lazer, que permitam propor e formular estratégias realistas de combate a exclusão, com intervenção de qualidade no que diz respeito à democratização do acesso a esses espaços de esporte e lazer, bem como à educação dos sujeitos envolvidos nestas atividades.

1.1 Justificativa

Segundo Giddens (2002), a modernidade aguça ainda mais as diferenças, a marginalização e a exclusão. Alguns estudos mostram preocupação com a não exclusão e com a igualdade de oportunidades, como o Coletivo de autores (1992), os Parâmetros Curriculares Nacionais para cada segmento/ciclo da educação (1998), bem como, Darido (2003). Porém estes estudos se debruçam especificamente na área escolar.

Outros estudos falam sobre a importância da inclusão em projetos sociais, e mesmo apresentam propostas, como Reis (2005) e Alves Junior (2007), mas nada mencionam sobre as barreiras a que as pessoas são submetidas, especificamente em relação aos homens idosos. Esses estudos também deixam lacunas por não formularem propostas de intervenção, o que pretendo sanar ou atenuar, pelo que proponho com base nos resultados deste estudo.

Portanto, destaco a relevância da presente pesquisa por permitir preencher uma lacuna nos estudos e propostas de intervenção em relação ao segmento “homem idoso”, pois inova no modo de trabalhar os dados, combinando etnografia e análise crítica do discurso dos entrevistados.

Considero que um estudo específico sobre o segmento “homem idoso” possa preencher esta lacuna e, concomitantemente, contribuir para problematizar¹ o ageísmo².

Os resultados do estudo poderão, também, contribuir para identificar grupos que têm sido menos favorecidos no acesso aos serviços públicos de esporte e lazer, e as propostas dele

¹ Quando utilizo o termo *problematizar* quero dizer que é necessário colocar em suspeição algumas *verdades* com as quais nos deparamos cotidianamente, pois, provavelmente, elas não são tão *verdadeiras*.

² Entende-se por ageísmo uma postura que pode levar a hostilidade para com as pessoas somente pela idade.

decorrentes poderão ser úteis no aprimoramento das políticas públicas voltadas para a inclusão dos segmentos marginalizados, assim como subsidiar a elaboração de projetos que visem à melhoria da qualidade de vida e da saúde do público-alvo, considerando a prática regular de atividade física como fator essencial para a aquisição e manutenção de uma boa qualidade de vida.

1.2 Delimitação do problema

O cotidiano dos projetos sociais de esporte e lazer revela grupos de participantes que se identificam com as atividades que lá são desenvolvidas, que tornam-se assíduos nas atividades, que trazem amigos e parentes para participar. Por outro lado, há pessoas avessas a atividades em grupo, assim como há os pequenos grupos que não gostam de conviver com os grandes grupos. Normalmente essas pessoas e esses grupos têm alguma característica que os deixa desconfortáveis. Por vezes sentem-se discriminados porque estão fora do padrão corporal, por causa da cor da pele, da orientação sexual, da capacidade física, do sexo, da idade, e por muitas outras razões que os excluem do fluxo principal.

No estudo etnográfico de Votre *et al.* (2009), que se estendeu por aproximadamente quatro meses em comunidades carentes da cidade do Rio de Janeiro - Pavão-Pavãozinho, Vila Kennedy, Vila Aliança e Mineira - foi identificado que os moradores enfrentam diferentes tipos de barreiras que interferem na participação sistemática nas atividades de esporte e lazer oferecidas pelo Projeto Esporte e Lazer da Cidade, o PELC. Mesmo o programa tendo como princípio fundamental a inclusão de todos os segmentos, ficou constatado que os moradores das comunidades investigadas são submetidos a situações discriminatórias.

1.3 Objetivos

O presente estudo apresenta como objetivo geral identificar os fatores que interferem na participação dos homens idosos em atividades esportivas e de lazer oferecidos por projetos sociais situados na cidade do Rio de Janeiro. E a partir da análise de tais fatores oferecer aos

órgãos públicos e organizações não governamentais, subsídios para a elaboração e reformulação de políticas inclusivas para o idoso.

1.4 Hipóteses

As hipóteses motivadoras do presente estudo são que a ausência deste segmento nas atividades de esporte e lazer pode se dar por alguns fatores. Estudos como Freitas *et al.* (2007), Zawadski *et al.* (2007) e Cerri *et al.* (2007) apontam que um dos principais motivos da adesão de pessoas acima de sessenta anos à prática de atividade física é a recomendação médica. O fato de muitos idosos homens não realizarem exames médicos pode ser um dos motivos para a ausência deste segmento nas atividades. Outra hipótese, que se baseia nos achados de Votre *et al.*, é a vergonha deste segmento em conviver com mulheres, idosas ou não, e jovens. No estudo supracitado foram identificadas atividades com grande presença de mulheres, como a ginástica e o alongamento, e atividades com grande presença de jovens, como futebol e basquetebol. Aquele mesmo estudo revela também que o nível de habilidade física e motora pode contribuir para a exclusão deste segmento nas atividades de esporte e lazer. A última hipótese, mas não menos importante, é o despreparo dos educadores para lidar com situações discriminatórias, que não são capazes para criar e aplicar estratégias de combate à discriminação.

1.5 Fundamentações teóricas

Para dar conta dos objetivos propostos, utilizarei Alves Junior (2004) para questões relacionadas à idade. O conceito no qual pretendo me apoiar é a proposta da intergeracionalidade para superar modelos segregacionistas e contribuir para a produção cultural onde, segundo o autor, o convívio entre gerações distintas pode propiciar um vasto campo de trocas de conhecimento e de experiências.

Para discutir as questões relacionadas a gênero, utilizarei Goellner *et al.* (2009) partindo do pressuposto de que o espaço do lazer é um espaço generificado e generificador, em que se produzem e reproduzem representações de feminilidade e masculinidade.

Utilizarei também Giddens (2002) acerca da construção da autoidentidade, a partir da elaboração reflexiva do eu. Segundo o autor, a construção da autoidentidade depende das ações reflexivas rotineiras em que o indivíduo se envolve e que deve reformular e sustentar diariamente. A autoidentidade requer uma consciência relativa das ações individuais para garantir o andamento das narrativas pessoais, da sua biografia. Nesse sentido, uma autoidentidade estável, nos termos de Giddens, dá à pessoa “uma sensação de continuidade biográfica que é capaz de captar reflexivamente e, em maior ou menor grau, comunicar a outras pessoas” (2002, p.55). A partir desses conceitos do autor, analisarei se a opção de não realizar determinada atividade física se deu através de um processo reflexivo.

Para a abordagem de questões relacionadas às temáticas esporte e lazer utilizarei Marcellino (2006), que considera que os momentos de lazer não devem ser entendidos de forma isolada das outras esferas sociais, não devendo ser vistos como um espaço de fuga, um momento alienante, mas devem estar conectados com a realidade social. Utilizarei este conceito para verificar se as atividades oferecidas pelo projeto SUDERJ em FORMA são relacionadas com temáticas transversais, e se uma possível não conectividade das atividades com a realidade social pode ser um motivo para a evasão ou não participação dos homens idosos.

1.6 Organização do estudo

O estudo está organizado em capítulos, conforme descrição a seguir. O primeiro capítulo descreve os contornos da alta modernidade e as mudanças sociais decorrentes dela, o problema do estudo, as questões a investigar, seus objetivos, sua relevância, as hipóteses e a fundamentação teórica que servirá de suporte para os argumentos apresentados. O segundo capítulo mostra uma revisão da literatura sobre idosos e a prática da atividade física, realizando um breve levantamento histórico, e mostra também as políticas públicas para o lazer, se referenciando à temática idade, enquanto o terceiro capítulo apresenta o grupo amostral e a metodologia utilizada para coleta e análise dos dados.

Os capítulos subsequentes cuidam da interpretação dos dados: o quarto analisa as representações dos idosos sobre a não permanência nas atividades do projeto, assim como seu desinteresse em participar das atividades. O quinto discute a construção da autoidentidade reflexiva a partir do referencial de Giddens (2002); o sexto capítulo traz as considerações finais, e o sétimo capítulo apresenta uma proposta de intervenção.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 Idosos e a prática de lazer: um breve levantamento histórico

Quando observamos o homem ao longo de sua história, percebemos que no século XX houve um avanço quanto às possibilidades que se referem ao aumento da expectativa de vida.

O progresso das ciências médicas, atuando na prevenção, tratamento e controle de doenças, as melhorias das condições sociais, políticas, econômicas e a adoção de um estilo de vida mais saudável, são fatores importantes para que possamos confirmar que nunca vivemos tanto como agora e por isso começamos a almejar um modo de vida distinto do que até então era buscado. Sendo assim, agora não basta envelhecer. (TELLES, 2008)

A preocupação com os efeitos da velhice, apoiada em preceitos que fornecem subsídios para o alcance da longevidade, aliada a uma vida com qualidade, desenvolveu uma conduta por parte dos idosos que até então nunca foi vista.

Segundo Alves Jr. (2004), o mito da eterna juventude surge no século XX como uma resistência à velhice apoiado por estratégias fundamentadas em pesquisas científicas como fruto de uma política específica da construção de um modo de vida na velhice.

O estudo de Telles (2006) nos dá pistas sobre a importância das décadas de 1960 e 1970 como um período fértil no processo de legitimação dos estudos e ações destinados às práticas de atividades físicas para os idosos no Brasil. Esta revisão feita pelo autor traz algumas evidências sobre a importância do SESC (Serviço Social do Comércio) e suas ações precursoras nesta área.

Indo ao encontro da importância deste período histórico, da relação entre atividade física e idoso, é criada em 1973 a Universidade da Terceira Idade - em Toulouse na França - dando a entender que acontecimentos que envolviam idosos em diferentes campos começavam a surgir.

Outro ponto a ser destacado é o advento das atividades físicas impulsionadas pelos conceitos da promoção da saúde, que nos últimos anos tem se tornado recorrente nas discussões que atrelam, de forma significativa, as condições de vida das populações à sua condição de saúde.

A educação física, o desporto e o lazer, baseados nesse novo paradigma, passaram a ser apontados como importantes veículos para o aprimoramento da qualidade de vida do idoso, ao mesmo tempo que reconhecia ser inviável desenvolver estilos de vida saudáveis sem a existência de uma sinergia entre outros fatores relacionados às condições básicas de vida dos indivíduos, como saneamento básico, emprego, moradia, saúde, por exemplo.

Supondo que a construção de um novo campo é fruto das tensões, rupturas e continuidades de outros campos sociais, o campo das práticas de atividades físicas para idosos também foi forjado dentro desse processo dinâmico.

O surgimento de um campo é reflexo de diversos fatores que convergem para uma determinada situação que dinamiza um novo mecanismo particular. Cada vez que se estuda um campo novo, descobrem-se propriedades específicas próprias a um campo particular, e ao mesmo tempo avança-se no conhecimento dos mecanismos universais dos campos que se especificam em função de variáveis secundárias. (BOURDIEU, 1983:89)

No campo das atividades físicas para idosos, a analogia se faz pertinente quando pensamos que, com o crescimento do número de idosos em todo o mundo, também surge um mercado para atender a uma clientela que em um passado recente esperava a morte dentro de casa e era proibida de despendar energia necessária à sobrevivência. E função disso, os idosos agora buscam atividades físicas incentivados por diversos campos, como os da saúde, o político e o econômico.

A busca pelo envelhecimento com qualidade tornou-se uma doxa social. Cabe também ressaltar que o número de idosos que chegam ao poder e percebem que fazem parte de um contingente significativo, acaba por ditar e interferir nos rumos de diversos campos.

Assim, entende-se que os idosos começam a articular-se enquanto classe dominante, já que muitos se encontram economicamente independentes e, por isso, manipulam as tendências, elegem, criam e ditam modismos que influenciam todos que vêm nesse grupo possibilidades de ascensão. E mesmo que ainda não façam parte da classe dominante, pelo tamanho do seu contingente começam a ser alvo de interesse daqueles que buscam angariar poder.

O “idoso moderno” de condição social que possibilite tanto a compreensão quanto a prática da atividade física, é afeto ao exercício físico e já incorporou em sua vida um estilo que permite associar ao seu cotidiano as vantagens oriundas das benesses dessa nova conduta. A sociedade banalizou, como forma de conhecimento, as vantagens das atividades físicas, e uma pastoral do envelhecimento, hoje, é facilmente percebida.

2.2 Políticas públicas para o lazer: abordagem sobre idade

Estudos demonstram o crescimento da população idosa no mundo. O envelhecimento da população é um fenômeno mundial, ou seja, a população idosa cresce mais que as outras faixas etárias, e entre os países que apresentam maior percentual de idosos estão: Japão: 31,1%; Itália: 30,7%; Alemanha: 29,5%; Suécia: 28,7%; Portugal: 26,1%; França: 25,8%; Suíça: 26,3%; Grécia: 26,6%; Espanha: 25,5%. O Brasil aparece na marca dos 10% (ONU, 2005).

Em 11 de abril de 2007, ao divulgar os resultados de um estudo da OMS (Organização Mundial da Saúde) sobre o envelhecimento da população mundial, a coordenadora da pesquisa, Somnath Chatterji, alertou: “os países em desenvolvimento envelhecerão antes de se tornarem ricos”. De acordo com a pesquisa, no ano de 2050, pela primeira vez na história, a população idosa será maior do que a de crianças e as pessoas com mais de 60 anos representarão 32% da população mundial, triplicando dos 705 milhões atuais para quase dois bilhões. As projeções indicam um significativo aumento do número de idosos em nível global. A Europa deverá ter 35% de sua população idosa; a América do Norte, 27%; a África, 10%; a América Latina, 24%. (CORREA, *et al.* 2010).

Concomitantemente a estas novas expectativas demográficas percebem-se também, nos últimos anos, mudanças dentro do conceito sobre idoso e sobre envelhecimento, em decorrência de alguns fatos, tais como a revolução industrial. O surgimento de termos como “melhor idade” e “terceira idade” é a tentativa de reforçar as construções sociais que procuram segmentar as etapas da vida, inculcando atitudes, condutas, vestimentas e, no nosso caso, até as práticas de atividades físicas (TELLES, 2008). Com estas transformações sociais, o idoso começa a ser alvo de atenção, e passa a ter acesso à prática da atividade física. Com todas estas mudanças demográficas e de concepções percebidas mundialmente, surge a necessidade de elaboração de políticas públicas que atendam a essa demanda populacional que se destaca na sociedade.

A implantação de uma política para as pessoas idosas é recente no Brasil, pois data de 1994. O que houve antes, em termos de proteção a esse segmento populacional, consta em alguns artigos do Código Civil (1916), do Código Penal (1940), do Código Eleitoral (1965) e de inúmeros decretos, leis, portarias.

A Constituição de 1988 apresentou avanços nessa área, entre os quais a Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS), Lei 8.742/93, e a Política Nacional do Idoso, Lei 8.842/94, foram marcos expressivos. O objetivo da LOAS era assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. Na continuidade do processo, o Estatuto do Idoso, em 2003, consolidou diferentes conquistas, como o direito à vida; à liberdade, ao respeito e à dignidade; ao alimento; à saúde; à educação, à cultura, ao esporte e ao lazer; à profissionalização e ao trabalho; à previdência social; à assistência social; à habitação e ao transporte; medidas de proteção; política de atendimento ao idoso, acesso à justiça, entre outros. Mesmo com o estatuto aprovado, tais direitos ainda não estão sendo atendidos e mal começam as discussões políticas para operacionalizá-los. A recente Conferência Nacional dos Direitos da Pessoa Idosa, a Portaria n. 399/GM, de 22 de fevereiro de 2006, sobre o pacto de saúde, e a Portaria Nº 2.528 de 19 de outubro de 2006, que aprovou a atualização da Política Nacional do Idoso, são exemplos de conquistas que continuam acontecendo.

No campo das atividades físicas, esportes e lazer, também vemos um grande avanço na criação de políticas públicas voltadas para o idoso, além de um aumento significativo na produção científica no que concerne o idoso e à prática de atividades físicas esportivas e de lazer. Estamos considerando lazer:

“um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais”. (DUMAZEDIER, 1973)

Para Souza (2006), apesar das perdas que sofrem devido à idade avançada, os idosos mantêm as mesmas necessidades psicológicas e sociais que possuíam nas outras fases da vida e, por isso, reconhecem e valorizam o lazer. Mesmo com todas as dificuldades com que se deparam no dia-a-dia, eles não abrem mão de vivenciar o lazer, pois este consiste em um tempo privilegiado para a obtenção de bem-estar em qualquer que seja a idade. Através do lazer os idosos podem se manter mais saudáveis física, psicológica e socialmente, melhorando sua qualidade de vida.

A Organização Mundial de Saúde definiu qualidade de vida como:

"a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações" (WHO, 1998)."

Neste contexto, a promoção do “estilo de vida ativo” é um dos inúmeros contribuintes para uma melhor qualidade de vida. Tal promoção tem sido de interesse público, pois poderia contribuir para diminuir gastos com a saúde pública (GOBBI, 1997; MARTINS, 2000).

A prática regular de atividade física interfere benéficamente em todas as esferas, desde a autoexpressão até a saúde. Nessa última esfera, a prática de atividade física é reconhecida como uma importante e barata estratégia para prevenção, proteção, promoção e reabilitação da saúde (GOBBI, VILLAR, ZAGO, 2005).

Indo ao encontro das premissas de Souza (2006), o lazer é ainda um direito social, presente na Declaração Universal dos Direitos Humanos e também no estatuto do idoso. O idoso “tem direito a um lazer que o constitua, a atividades que o enriqueçam e que oportunizem a organização da experiência cultural de seu tempo (...)” (BARRETO, 1997). Daí a importância destas políticas “para resgatar a dignidade do idoso, reduzir os problemas de solidão, quebrar os preconceitos e estereótipos que os indivíduos tendem a internalizar. Trata-se de valorizar o cidadão de mais idade, criando espaços para o lazer, mas também para o “treinamento do exercício da cidadania” (...)” (DEBERT, 1999).

Benedetti *et al.* (2007), apontam a crescente preocupação dos órgãos de nível superior de ensino com a população idosa e a prática da atividade física. Segundo os autores, A Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), no estado do Rio Grande do Sul, foi a primeira a implantar atividades físicas para idosos, em 1982, seguida pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), em 1985. Essas universidades seguiram o modelo pioneiro de atividades físicas para o idoso implantado pelo Serviço Social do Comércio (SESC) do estado de São Paulo, em 1977, com seu Programa das Escolas Abertas do SESC.

Os autores ainda afirmam, na conclusão de seu estudo, que no Brasil tem-se observado a crescente implantação desses programas, mas quase sempre por iniciativas das universidades. Com a recente implantação e expansão dos Programas de Saúde da Família (PSF), vislumbrou-se a possibilidade de implantar conjuntamente atividade física via prefeituras municipais.

Segundo Acosta (2005), a maioria dos idosos que participam de programas de esporte e lazer, de acordo com suas entrevistas realizadas, não apenas participa das atividades oferecidas pelos programas, como mantêm um estilo de vida ativo, realizando atividades físicas, participando de grupos de convivência e mostrando-se pessoas independentes, exercendo suas autonomias.

Para PORTELLA (2004), a participação dos idosos nesses grupos, onde desenvolvem várias atividades, leva à construção de uma utopia de envelhecer saudável. Após ingressarem em algum grupo é possível observarem-se mudanças nas suas vidas, em relação ao seu cotidiano, a sua alimentação, a suas atividades motoras e intelectuais.

Rodrigues e Rauth (2002) apontam para a importância da implantação de políticas públicas de lazer. Segundo as autoras, a maioria das pessoas não está preparada para lidar com a aposentadoria, para esta nova situação social, pois considera o encerramento das atividades profissionais uma exclusão do mundo produtivo.

O tempo do aposentado não pode ser visto somente como um tempo disponível. A ociosidade do idoso aposentado pode prejudicar sua vida. A falta de trabalho, ou seja, o tempo desocupado, pode lhe trazer problemas tais como a depressão e a baixa auto-estima. Para evitar estes problemas é necessário uma reorganização do seu tempo de forma a mudar seu estilo de vida e suas atitudes, buscando a satisfação e o prazer de viver. Neste caso, a inserção em programas de esporte e lazer pode ser uma alternativa viável e prazerosa.

Embora com todas as boas premissas do lazer, com toda a garantia de acesso ao lazer pelo idoso e com todas as políticas públicas voltadas a este segmento, percebemos que na prática muitas dificuldades ainda são encontradas para tornar realmente viável esta relação idoso/atividades de lazer.

Nos estudos de Batista (2002), Marcellino (1996) e Stigger (1998), um dos problemas citados das políticas públicas de lazer é a valorização do esporte de rendimento. Os recursos humanos, físicos e materiais são destinados, em muitos casos, para a construção e manutenção de ginásios esportivos destinados ao treinamento de equipes e para a realização de eventos esportivos de alto rendimento.

Segundo RAUCHBACH (1990), SCHWARTZ e col. (1993) e MARQUEZ FILHO (1993) as atividades oferecidas pelos projetos sociais não devem ser exclusivamente esportivas ou físicas. Para os autores, a manutenção do bem-estar físico e mental através da manutenção das capacidades físicas ligadas à saúde, da coordenação motora, do equilíbrio, ritmo e relaxamento; a reeducação e melhora do desempenho na execução das atividades diárias através das habilidades motoras; o desenvolvimento da autoconfiança e o autoconhecimento devem ser o foco das atividades, sendo uma forma de favorecer a inclusão do idoso.

Marcellino (1996), também salienta a dominância do esporte nas atividades de lazer. O autor comenta que a partir da década de 70 as repartições de prestações de serviços públicos

incorporaram o lazer para denominar setores específicos, para desenvolverem atividades de lazer. Tanto nos âmbitos estadual quanto municipal as secretarias e divisões foram restritas a setores culturais específicos: “Esportes e lazer”, “Recreação e lazer”, “Cultura e lazer” “Turismo e lazer”, entre outras. Para o autor, esta organização dificultou o estabelecimento específico de ações de lazer, favorecendo as atividades esportivas.

Segundo Marcellino (2001), os setores que planejam atividades de lazer não são exclusivos de lazer, o que dificulta a elaboração de políticas de lazer.

Indo de encontro às premissas do autor supracitado, *Votre et al.* (2009)³, no estudo realizado em comunidades carentes da cidade do Rio de Janeiro, identificou que as atividades desenvolvidas eram basicamente esportivas, e que sua característica competitiva e os níveis intensos das atividades físicas eram os motivos que afastavam os homens idosos das atividades dos programas. Segundo o autor, a intensidade das atividades não era medido ou controlado. Quanto à intensidade da aula, segundo WEINECK (1991), ela deve ser de 40 a 50% da frequência cardíaca máxima, com atividades leves e moderadas.

Para DUMAZEDIER (1973), os idosos se interessam por praticar cinco tipos de atividades de lazer: lazeres artísticos, físicos, práticos, intelectuais e sociais. Desta forma a utilização de atividades de cunho especificamente físicas realmente pode afastar os idosos das atividades.

Fenalti e Schwartz (2003) reforçam a idéia do autor supracitado, ao estudarem um programa de Universidade Aberta para Terceira Idade. Segundo as autoras as mudanças sugeridas pelos idosos para melhorar o programa referem-se à ampliação da oferta de atividades físicas.

Segundo Miranda *et al.* (2004) os programas pesquisados seguem as diretrizes propostas pelas Leis voltadas para o idoso, como a Política Nacional do Idoso, e mais recentemente, o Estatuto do Idoso. Porém, a maioria deles não possui uma proposta teórica e metodológica fundamentada cientificamente. Parece que este fato tem um peso menor que outros aspectos, como a ampliação do grupo de idosos atendidos, diversificação e maior número de atividades ofertadas.

A literatura sobre políticas públicas inclusivas para o homem idoso, voltada para os aspectos pedagógicos para o ensino das atividades físicas, esportivas e de lazer reflete a emergência da área do envelhecimento e da velhice. Cachioni (2003) demonstra a inexistência

³ Neste estudo, como bolsista CNPq de Iniciação Científica, tive participação efetiva na coleta, análise e apresentação dos dados.

de uma pedagogia específica para esse segmento da população e a dificuldade de lidar com as diferenças entre eles. Segundo Alves Júnior (2004), há necessidade de se discutir sistematicamente os fundamentos e as práticas apropriadas para os homens idosos, pois os praticantes podem ser submetidos a atividades que não condizem com suas expectativas, necessidades e problemas, devendo destacar-se do modelo de escolarização dos conteúdos, ao não infantilizar as atividades.

Embora com todas as dificuldades e falhas relatadas acima, a implementação de programas de lazer para idosos se apresenta como nova tendência nas políticas sociais que repercutirão em novos costumes e estilos de vida. Estamos vivenciando um crescimento de instituições governamentais que investem em programas de atividade física com vistas a sensibilizar a população em geral para uma vida ativa, embora, no Brasil, ainda muito abaixo do necessário.

Sabe-se que, muitas vezes, por trás dessas propostas estão implícitos interesses econômicos, como redução de gastos com internações hospitalares e recursos humanos. Os resultados mostram que os ganhos não são apenas econômicos, mas na melhoria da qualidade de vida das pessoas nos diferentes aspectos, sejam eles físicos, psicológicos ou sociais.

Manter uma vida ativa é essencial para promover e manter um envelhecimento ativo e saudável. Para tal, são imprescindíveis programas e ações públicas de atividades físicas específicas voltadas para a população idosa.

3 METODOLOGIA

3.1 Caracterização da pesquisa

Neste capítulo, apresentamos a forma de abordagem adotada pelo estudo, bem como o delineamento para a coleta, processamento e análise dos dados.

Segundo Bauer e Gaskell (2002), o campo de investigação social procura estabelecer um diálogo com a tradição geral da pesquisa; não rompe com o conhecimento adquirido, mas procura avançar, mostrando como é possível progredir na tarefa investigativa, trazendo novos enfoques, mostrando a possibilidade de um diálogo fecundo e construtivo com outras dimensões do conhecimento.

O estudo no campo da pesquisa social, como o proposto nesta dissertação, caracteriza-se como descritivo e segundo Best (1972, p. 12-13) “delineia o que é, e aborda quatro aspectos: descrição, registro, análise e interpretação de fenômenos atuais, objetivando conhecer o seu funcionamento no presente”.

3.1.1 Participantes da pesquisa

O público alvo do estudo foi constituído por homens idosos moradores do bairro de Piedade não participantes de atividades físicas, esportivas e de lazer. Cabe ressaltar que os entrevistados moram próximos a um núcleo do Projeto SUDERJ em FORMA, onde ocorrem atividades com tais características. O núcleo realiza suas atividades no Piedade Tênis Clube, localizado na Rua Torres de Oliveira, número 29, Piedade. O SUDERJ em FORMA foi criado com o objetivo de promover a inclusão social através do oferecimento de atividades esportivas, recreativas e culturais que são oferecidas a crianças e adolescentes (em horário complementar à escola), e também a adultos e idosos oriundos de qualquer realidade, sem distinção, inclusive os portadores de quaisquer tipos de necessidades especiais.

3.1.2 Características da amostra

A amostra tem a composição de dez entrevistados, sendo cinco idosos que nunca participaram e cinco que já participaram das atividades, mas saíram por algum motivo.

3.1.3 Critérios de exclusão e inclusão

A seleção dos participantes da pesquisa foi realizada a partir dos seguintes critérios: morarem próximos a localidade onde está instalado o SUDERJ em FORMA, aceitação voluntária de participação; predisposição para participar da entrevista ao grupo focal que será realizada dias após as entrevistas individuais.

3.1.4 Instrumentos e Material

A etnografia foi a abordagem utilizada na pesquisa. A ideia é conhecer todas as circunstâncias que possam gerar a exclusão e inclusão relacionada à idade do indivíduo, verificando tudo que se passa em torno dele, bem como todos os envolvidos, para poder desvendar a complexidade da situação foco do estudo. Becker (2007) é o autor que tem sido orientador desta perspectiva metodológica no estudo.

3.2 **Procedimentos**

Para a coleta, processamento e apresentação dos dados utilizei a Abordagem Radical das Representações Sociais, proposta por Votre (2009), a partir do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) de Lefevre *et al* (2007). Esta nova proposta metodológica de coleta e análise de dados tem por objetivo apresentar e ilustrar uma modalidade radical de estudo das

representações sociais, tendo por base a fala individual e grupal de segmentos específicos, que compartilhem o mesmo espaço profissional, esportivo ou de outra natureza. O modelo de análise delineado valoriza tanto as pessoas individuais, em suas falas singulares, quanto a reunião dessas pessoas, que falam como grupo, sobre tópicos que lhes são relevantes.

Contextualizada no princípio da complexidade, em que o todo não é a soma das partes, mas a inter-relação destas no interior de um sistema e com o ambiente, esta metodologia dá importância às relações entre discurso e metadiscurso, descrição e interpretação.

A presente metodologia se inicia com a escolha do tema delimitado, a que se sucede o surgimento das questões iniciais que norteiam a formulação do objetivo. A definição do grupo amostral permite o início da etnografia e a identificação dos informantes de elite, que trazem dados significativos sobre o tema pesquisado. Estes são entrevistados individualmente, com perguntas de roteiro semiestruturado, que correspondam às questões levantadas e atendam ao objetivo. As entrevistas são transcritas e uma síntese interpretativa, de períodos curtos, é produzida pelo pesquisador.

O procedimento seguinte é a organização de um grupo focal, de quatro a doze participantes comprometidos com o tema. Um período da síntese interpretativa é lido para provocar a opinião do grupo sobre a questão; esgotada a discussão, o entrevistador introduz outro período para nova discussão, até toda a síntese ser discutida. A entrevista em grupo focal é transcrita, e as partes que respondem às questões do estudo são destacadas.

Após análise detalhada das partes destacadas, o pesquisador produz uma edição dos trechos em que os membros do grupo focal produzem informação relevante para os efeitos do estudo. Para essa edição, o pesquisador suprime as partes que não contêm informação importante e que são produzidas para conduzir o fluxo das ideias. Contam-se aí: repetições, falsos começos, recomeços, gaguejos, hesitações, alongamentos. As falas são agrupadas sem definição dos entrevistados, uma vez que se trata do discurso do sujeito coletivo.

Uma síntese dos dados encontrados é realizada, para posterior interpretação dos resultados em relação ao tema, sendo adicionados os resultados encontrados na etnografia. Nesse ponto, será utilizada a Análise Crítica do Conteúdo, articulando alguns princípios formulados por Votre (2008) com a proposta clássica de Bardin (2008), que leva em conta os diversos fatores que podem influenciar na enunciação, como a quem é dirigida a fala e a situação sociopolítica do enunciador, entre outros.

Portanto, o fluxo do trabalho, nesta metodologia, é o seguinte: 1) escolha do tema, 2) definição dos objetivos, 3) elaboração do *corpus*, 4) definição das questões centrais, 5) início

da etnografia, 6) seleção dos informantes de elite, 7) gravação das entrevistas individuais, 8) transcrição, “iluminação” e síntese das falas desses informantes de elite, 9) definição do grupo focal, 10) gravação da entrevista em grupo focal com leitura dos períodos da síntese e com convite a discussão, 11) transcrição, edição e síntese, 12) triálogo dos resultados e 13) interpretação final. Os anexos contêm a transcrição das entrevistas individuais, do grupo focal e do diário de campo.

3.2.1 Etnografia

Para a coleta de dados, no bairro de Piedade, foi realizada a etnografia de forma sistemática, que se estendeu por aproximadamente três meses. As observações eram realizadas próximas ao local onde são realizadas as atividades do SUDERJ em FORMA, e foram observados bares, principalmente o bar do Russo, muito conhecido da região, e a Rua Torres de Oliveira, próxima de um clube de esporte e lazer. As observações passaram a ser quase diárias e todas as informações que se mostravam relevantes para o estudo eram anotadas em um diário de campo.

A entrada no campo de observação não apresentou dificuldade. Nos primeiros dias foram selecionados os 10 informantes de elite. Após a seleção, os informantes de elite foram entrevistados individualmente, com perguntas de roteiro semiestruturado⁴ que atenderam aos objetivos da pesquisa. As entrevistas foram gravadas e transcritas. Após a transcrição das entrevistas, foram formuladas sínteses com as respostas dos entrevistados. A próxima etapa foi a organização da entrevista do grupo focal, contento nove entrevistados⁵. Durante a entrevista um período da síntese interpretativa foi lido para provocar a opinião do grupo sobre a questão; esgotada a discussão, outro período foi introduzido para nova discussão; este procedimento seguiu até toda a síntese ser discutida. A entrevista em grupo focal, assim como as entrevistas individuais, foram gravadas e transcritas, e as partes que respondem às questões do estudo foram “iluminadas”.

⁴ Os instrumentos foram validados qualitativamente por meio de análise feita por juízes, especialistas na área (Professora Ms. Ana Paula Alves, Professor Ms. Antônio Vargas e Professora Dr^a Ludmila Mourão).

⁵ Um dos entrevistados não pode comparecer a entrevista de grupo focal pois se encontrava internado. Segundo a família, esta internação se deu por causa de uma queda na pressão arterial.

Durante o período de etnografia um Diário de Campo foi utilizado para os registros das situações relevantes, visando o objetivo da pesquisa.

3.2.2 Os temas da entrevista individual

Um roteiro de entrevista semi-estruturada foi elaborado para a realização das entrevistas individuais. Os temas abordados são: motivo da evasão dos idosos das atividades oferecidas; motivos da não entrada no projeto. Com esses temas se pretendeu responder às questões relacionadas a: Quais os motivos da saída dos idosos das atividades? Quais as dificuldades encontradas pelos idosos para permanecer no projeto? Como se dão essas dificuldades? Como operam os processos de gênero e de idade na dinâmica desse grupo?

As questões relacionadas à construção da autoidentidade foram investigadas através da etnografia.

3.2.3 O grupo focal

Após a realização das entrevistas individuais, sua transcrição e “iluminação” das partes principais, procedeu-se a elaboração da seguinte síntese de períodos curtos: O professor, a figura que ele representa, também pode ser um fator para definir se vocês entrarão ou se vocês sairão do projeto? A presença das mulheres os incomoda? Podem ser mal vistos pelos amigos? Se algumas atividades tivessem mais homens, muitos entrariam ou voltariam a participar? Mesmo sabendo dos benefícios da atividade física, preferem ficar em casa assistindo TV ou em bares com amigos, dizem estar cansados? A presença dos jovens também foi um fator decisivo na saída e entrada para o projeto? Essa síntese serviu para a preparação de um roteiro para a entrevista em grupo focal com nove informantes.

Durante a entrevista com o grupo focal, um período da síntese interpretativa foi lido para provocar a opinião do grupo sobre a questão; esgotada a discussão, introduziu-se outro período para nova discussão e assim sucessivamente, até toda a síntese ser discutida. Esse

procedimento rendeu uma entrevista de uma hora de duração e vinte e quatro páginas de transcrição.

Foi feita uma edição dos trechos em que os membros do grupo focal produziram informação relevante para os efeitos do estudo. Para essa edição, suprimiram-se as partes que não continham informação importante e que foram produzidas para conduzir o fluxo das idéias.

Uma síntese dos dados encontrados foi produzida, para posterior interpretação dos resultados em relação ao tema. À análise dos dados somaram-se as observações colhidas por meio da etnografia.

4 REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DOS IDOSOS SOBRE A NÃO PERMANÊNCIA E A NÃO PARTICIPAÇÃO

4.1 A Teoria das Representações Sociais

Para fundamentar as representações do grupo investigado, o estudo se apoiou na Teoria das Representações Sociais. Nos termos em que hoje a concebemos, essa teoria da vertente da psicologia social europeia está centrada nas propostas teóricas e metodológicas de Moscovici (1978). A Teoria das Representações Sociais trabalha com o pensamento social em sua dinâmica e em sua diversidade (Arruda, 2002). Considera que existem formas de se pensar, de se conhecer e de se comunicar, guiadas por objetivos diferentes, o científico e o consensual. A diferença, no caso, não significa hierarquia, nem isolamento entre elas, apenas propósitos diferentes. Ambas, portanto, apesar de terem propósitos diferentes, são eficazes e indispensáveis para a vida humana.

A primeira esfera do saber científico retrata a realidade independente de nossa consciência, segue uma hierarquia interna. Já a esfera consensual, que considera o lugar onde as representações sociais se concretizam, constitui a conversação informal, da vida cotidiana, do senso comum, onde todos falam o que pensam, conversam sobre tudo em qualquer lugar. Nesta esfera, a racionalidade científica e a idéia de que as pessoas comuns, na vida diária, pensam irracionalmente, são questionadas. Segundo Moscovici, nesta esfera todos são sábios amadores, capazes de opinar sobre qualquer assunto. As representações sociais constroem-se mais frequentemente na esfera consensual, embora as duas esferas não sejam totalmente estanques.

O papel da representação, na teoria de Moscovici, é modelar o que nos é dado do exterior, na medida em que os indivíduos e os grupos se relacionam de preferência com os objetos, os atos e as situações constituídos por (e no decurso de) miríades de interações sociais. A representação, de certo modo, reproduz alguns traços do real, remanejando estruturas, remodelando elementos, reconstruindo o dado do contexto dos valores, noções e regras, de que ele se torna doravante solidário (VOTRE, 1996).

Moscovici tenta definir representação social por aproximações sucessivas, atento a diferentes dimensões deste processo de dar conta do reconhecimento real. Sendo assim:

“... a representação social é uma modalidade de conhecimento particular que tem por função a elaboração de comportamentos e a comunicação entre indivíduos.” (MOSCOVICI, 1979, p. 26).

Embora o presente estudo aborde um público que se caracteriza pela não participação nas atividades de esporte e lazer do SUDERJ em FORMA, este grupo é subdividido entre os que nunca participaram e os que participaram, porém por algum motivo saíram das atividades. Sendo assim, estudar as relações entre grupos ou, mais especificamente, os conflitos étnicos, os comportamentos relativamente às vítimas de exclusão social e os conflitos entre grupos nos contextos organizacionais, somente ou, sobretudo a partir dos estereótipos mútuos, será insuficiente. Os grupos elaboram sistemas de pensamentos complexos sobre os grupos, que será pertinente integrar na análise das percepções intergrupais.

Nesta perspectiva, não apenas os estereótipos, mas também as representações sociais relativas a qualquer objeto de conhecimento que se reveste de certa importância nas relações que ligam os agentes sociais, entre os quais os valores sociais, devem ser introduzidos na análise das relações entre grupos (DOISE, 1985).

Com base nessas teorias, a característica do grupo pesquisado levou a postular que os motivos de não participação, bem como a dificuldade para permanecer no projeto, apresentavam algumas aproximações e distanciamentos com relação a estudos já existentes sobre motivos de barreiras que interferem na participação de idosos em programas de esporte e lazer.

4.2 Fatores que interferem na participação dos idosos no projeto

Para que o desenvolvimento de intervenções e incentivos à prática regular de atividade física seja adequado, torna-se importante identificar os fatores que dificultam a entrada e a permanência de idosos em programas de atividade física.

Assim, podem ser fundamentadas intervenções mais específicas, as quais serão mais efetivas na promoção do estilo de vida ativo.

4.2.1 A figura do professor

No estudo de Freitas *et al.* (2007), um dos fatores que dificultam a permanência dos idosos em atividades físicas é a falta de incentivo do professor. No estudo em questão, os incentivos, a atenção, a confiança e o monitoramento efetivo apareceram com destaque, e são cruciais para a permanência dos idosos nas atividades.

No grupo de idosos investigados, uma das dificuldades apontadas foi a relação com o professor e os métodos que ele aplica. Ficou constatado que a figura do professor é decisiva para a tomada de decisão de participar ou não das atividades, como se observa na fala coletiva:

Eu saí porque as aulas ficaram chatas demais depois que trocaram de professor; Entrou um cara lá e começou a dar um monte de exercícios, as aulas ficaram muito chatas; o professor que me dava aula, quando colocava o jogo, o pau comia, ele não tava nem aí; Parecia treino mesmo.

No mesmo estudo de Freitas, em um questionário respondido pelos entrevistados sobre motivos da permanência, a opção de receber atenção do professor foi assinalada por 72% dos entrevistados, comprovando que o comportamento dos professores em relação aos alunos é essencial para a manutenção dos idosos no programa.

Freitas *et al.* (2007), Okuma (1998) e Souza e Vendruscolo (2009) também destacam o papel fundamental do professor na manutenção da prática da atividade física por parte de idosos. Ainda segundo Souza e Vendruscolo (2009), à medida que as pessoas ficam mais velhas tendem a perder familiares e amigos - não raramente enfrentam o desinteresse de pessoas amigas e familiares - e a se apegar a pessoas que lhes ofertem atenção e carinho.

Para Cohen (2004), não só a prática pedagógica, mas também a competência do profissional de Educação Física na prescrição e monitoramento do exercício, são fatores importantes para a manutenção dos idosos na prática da atividade física e para conduzi-los à autonomia com qualidade e segurança.

A figura do professor, neste contexto, pode ser considerada como um importante incentivo sendo, assim como a família, uma ferramenta que pode definir a participação de idosos em programas de esporte e lazer. Segundo Kelly *et al.* (1991), as pessoas têm mais

probabilidade de começar e manter atividade física se tiverem apoio social adequado e encorajamento para esse comportamento.

Eiras *et al* (2010), também encontram resultados similares no seu estudo. Segundo as autoras, a influência social também se apresenta como um fator relevante para o início da prática da atividade física, onde a atuação da professora e o carinho e a atenção que ela oferece, ajuda de forma decisiva. Cabe ressaltar que a maioria dos entrevistados daquele estudo eram mulheres idosas.

Indo ao encontro do estudo de Eiras (2010), um dos entrevistados diz que a figura do professor configura um aspecto decisivo para a permanência no Projeto.

Eu fazia alongamento e gostava, era bem bacana, a professora me dava muita atenção, isso era bom.

No presente estudo, na entrevista ao grupo focal, a fala coletiva sobressaiu sobre a fala individual, onde a mudança de professores, ou o método por eles utilizado acabaram por afastar os alunos.

Os resultados do estudo vão ao encontro aos achados de Votre *et al* (2009). Uma das causas apontadas para o afastamento dos idosos homens de programas de esporte lazer foi o despreparo dos professores para lidar com o público-alvo, em relação aos diferentes níveis de habilidades físicas dos participantes numa mesma atividade. Eis a fala coletiva:

E o pior, o professor que me dava aula, quando colocava o jogo, o pau comia, ele não tava nem aí, parecia treino mesmo; Ué, só porque tem crianças tem que fazer escolinhas?; Isso complica, se tomarmos uma pancada, imagina?; Ia ser muito ruim pra nos recuperar, eles que são jovens recuperam rápido, a gente não; Este tipo de aula não é pra gente.

Cardoso *et al* (2008), em seu estudo sobre fatores que influenciam na desistência de idosos em programas de atividade física, constatou que um dos fatores que levaram os idosos a desistirem do programa foi a inadequação do exercício físico às suas limitações e potencialidades. Este fato merece atenção dos profissionais envolvidos no Projeto, em especial o profissional de Educação Física, ao qual compete a intervenção por meio do exercício físico, e a adequação das atividades a serem desenvolvidas de acordo com as necessidades do público-alvo.

Ficou constatado, também, através das falas coletivas, que o método e as atitudes, assim como a figura que o professor representa, influenciam na participação ou não dos idosos nas atividades de esporte e lazer realizadas em projetos sociais.

4.2.2 Relações de gênero em Piedade

Diante da preocupação em tornar os idosos cada vez mais ativos fisicamente, e com autonomia para a prática de atividades da vida diária, os interesses de pesquisadores e estudiosos estão direcionados ao conhecimento e à compreensão dos fatores que os levam a praticar atividade física. Entre estes fatores, as questões relacionadas ao gênero são sistematicamente consideradas.

O gênero, entendido como construção social sobre os papéis próprios ao masculino e ao feminino nos diferentes contextos históricos, é produzido e mantido por interseções políticas e culturais. Se o gênero, segundo Butler (2008), possui significados culturais assumidos pelo corpo sexuado, esses significados se estabelecem através de relações de poder e nas interseções com outras modalidades como classe, religião, raça, etnia etc. O gênero, assim, “coloca a ênfase sobre todo o sistema de relações que pode incluir o sexo, mas que não é diretamente determinado pelo sexo nem determina diretamente a sexualidade” (SCOTT, 1995, p. 76).

Dessa forma, os papéis desempenhados pelo masculino e pelo feminino diferem de uma sociedade para outra e através de diferentes gerações, de modo que ser homem ou ser mulher é um processo em contínua construção que se abre a inúmeras ressignificações e intervenções. Partimos do pressuposto de que o espaço do lazer é um espaço generificado e generificador, onde se produzem e reproduzem representações de feminilidade e masculinidade (GOELLNER *et al.*, 2009).

A relação homem/mulher no projeto SUDERJ em FORMA de Piedade apresenta tensões, cujas causas principais para a não participação e evasão relatadas pelos idosos homens se referem ao grande quantitativo de mulheres praticantes. Ficou constatado que os homens possuem receio e vergonha de atuarem com as mulheres, assumem uma postura de suposta “proteção” da sociedade, e algumas vezes as atitudes se configuram como discriminatórias, como a fala coletiva a seguir:

Só tinha eu de homem, e um bando de velha; Pensa na minha reputação, não ia prestar; Meus filhos e até meus netos me sacaniariam; Pensa bem, um monte de velhas e só um homem, seria muito estranho.

Essa discriminação demonstra como a relação de gênero pode se manter e se modificar no que diz respeito ao papel desempenhado pelo homem e pela mulher em diferentes gerações, de modo que os homens “experimentam com frequência uma desagradável confusão identitária, diante de mulheres que hesitam cada vez menos em se comportar como os homens de outrora, ou até em lhes ditar a lei - nos sentidos concreto e figurado - individual e socialmente.” (BADINTER, 2005, p.147).

Em relação às atividades praticadas, também notou-se que há discriminação dos homens. Atividades como a ginástica foram classificadas como modalidade feminina, e o futebol como masculina. Os movimentos específicos da ginástica foi um dos fatores que levaram os homens a caracterizá-la com uma atividade de mulheres. Eis a fala coletiva:

Mas espera aí, iria pegar muito mal, ficar levantando a perninha; Endurecer o bumbum; Se fosse as mesmas atividades eu não iria não; Ficar levantando a perninha é coisa pra elas; Teria que ser um futebol, coisa de homem.

As idosas lidam com essa tensão de maneira positiva, não se intimidam e passam a conviver normalmente com os homens que aceitam participar.

A busca pela igualdade nas relações de gênero segundo Scott (2005) envolve:

“a aceitação e a rejeição da identidade de grupo atribuída pela discriminação. Ou em outras palavras: os termos de exclusão sobre os quais essa discriminação está amparada são ao mesmo tempo negados e reproduzidos nas demandas pela inclusão.” (p.15).

A discriminação presente na fala dos entrevistados é marcada de forma tão significativa a ponto dos idosos preferirem se ausentar das atividades mesmo sabendo dos benefícios a sua saúde, sendo essencial na sua qualidade de vida. Veja a fala coletiva:

Não vou trocar meu sofá, minha TV pra ficar jogando bola com criança e fazendo aula de ginástica com um bando de velhas; Sei que os exercícios fazem bem, mas meu amigo, e minha reputação na comunidade? Como fica?

A presença maciça de mulheres nas atividades e a pequena participação masculina, também podem ser traduzidas por outros fatores relacionados ao gênero, que não envolvem preconceito, necessariamente. Foi observado que o idoso casado dificilmente se mantém em um programa de atividade física se a cômjuge não estiver envolvida, o que cria mais uma barreira para a prática regular de exercícios. Eis a fala coletiva:

Minha mulher que também ia comigo ficou um pouco doente, daí eu peguei e saí de vez logo; Com ela lá, eu ficava mais confortável, mesmo eu continuando sendo o único homem.

A síntese das falas do grupo focal de Piedade sobre gênero é que as atividades de lazer e esporte sofrem interferência dos estereótipos, do preconceito e da discriminação de gênero. As pessoas que participam se incomodam, se evadem ou desistem de participar por zelo e cuidado face ao preconceito dos colegas.

Os depoimentos confirmam que o espaço de lazer é generificado e generificador, pois nele produzem-se e reproduzem-se comportamentos, ações, discursos e práticas diferenciadas para homens e mulheres, que reafirmam representações hegemônicas de masculinidades e feminilidades.

4.2.3 Gosto por outras práticas

Outro fator determinante para a não participação dos idosos é o gosto pela atividade, achado este também reforçado nas pesquisas de Cardoso *et al.* (2008), Freitas *et al.* (2007), Okuma (1998), Rhodes *et al.* (1999).

Foi possível identificar, ainda, que o gosto por outras práticas acaba interferindo na participação dos idosos nos programas de esporte e lazer. As atividades oferecidas pelo SUDERJ em FORMA não agradam aos idosos, pois mesmo reconhecendo a importância da atividade física, eles preferem não participar do projeto. Veja na fala coletiva:

Então, é muito chato, ficar fazendo aquelas coisas que a professora manda; Por isso prefiro ficar em casa; Já ando cansado, não vou me estressar fazendo algo que não quero; Do que adianta, você faria algo que não goste?; As aulas são chatas, afastam as pessoas, ninguém quer ficar lá.

A participação compulsória também é vista de forma negativa pelos idosos, pois na maioria das vezes as atividades oferecidas são contra o seu gosto. Os idosos entendem que não se encontram em fase de obedecer, e sim de ser livres;

Cara, fazer aquilo por obrigação é chato demais; Mas ninguém faz nada por obrigação ué; se o médico receita, claro que é por obrigação, isto é ruim; Ficar em casa é ruim pra saúde sim, mas se você não gosta, porque fazer? Já passamos da fase de receber ordens.

Talvez estas representações de liberdade se aproximem do posicionamento de Werneck (2000), que ao buscar na antiguidade o que chama de *raízes do lazer* processa um estranho tipo de inversão que lhe faz ver o ócio como a própria manifestação do lazer, ainda que o associando a um diferente significado.

Os primeiros sentidos de lazer estavam relacionados com o ócio que significava, para os gregos, desprendimento das tarefas servis, condição propícia à contemplação, à reflexão e à sabedoria. [...] Nesse entendimento, a noção de lazer era atrelada não apenas ao trabalho, mas também à educação, pois, para gozá-lo, era necessário uma sólida formação. O lazer implicava, necessariamente, as condições de paz, de reflexão, de prosperidade e de liberdade em face das tarefas servis e das necessidades da vida de trabalho. Como dependia de certas condições educacionais, políticas e sócio-econômicas, o lazer representava um privilégio reservado a uma pequena parcela de “homens livres” (WERNECK, 2000, p. 21-22).

Importar o sentido atribuído ao ócio na antiguidade para os dias atuais significa admitir a possibilidade de uma vida sem trabalho para a totalidade da população. Uma busca absolutamente vã, pois como Marx (1971) ironiza, até uma criança sabe que se a humanidade parasse de trabalhar, não por anos, mas por algumas semanas apenas, seguramente, auto-extinguir-se-ia.

Para Antunes (1999), o homem não pode se desenvolver senão com a destruição das barreiras entre o *reino da necessidade* e o *reino da liberdade*, resultante de uma atividade autodeterminada, situada para além da divisão do trabalho estruturada pelo capital, portanto sobre bases inteiramente novas que, par-a-par, autorizam o surgimento de uma sociabilidade também nova.

De modo a vivenciar os momentos de lazer como meio de obter prazer de forma não obrigatória, os idosos citaram o gosto por outras práticas. Uma destas práticas é assistir televisão. Veja na fala coletiva a seguir:

É melhor ficar em casa assistindo TV; Tira aquele sentimento de obrigação, a gente vê TV por que queremos, se quisermos desligar, desligamos.

Como podemos perceber na fala coletiva, os idosos vêm no ato de assistir televisão a possibilidade de exercer sua autonomia. Realizar atividades nos programas de esporte e lazer acaba se configurando como mais uma tarefa a ser cumprida, onde aquele momento de lazer acaba sendo um “tempo livre pedagogizado”. Neste sentido, o momento de lazer se expressa como um espaço de trabalho.

Devemos também considerar que um dos mais notórios efeitos da introdução da TV no uso do tempo foi a diminuição da utilização do tempo livre em atividades físicas de lazer, aumentando desta forma o sedentarismo e diminuindo a qualidade de vida dos idosos.

O monopólio do lazer pela TV na velhice aumenta o envolvimento em atividades rotineiras no contexto do lar, e diminui a probabilidade de engajamento em atividades novas. Esse estilo de vida pode comprometer o envelhecimento bem sucedido (ACOSTA-ORJUELA, 1998).

Outro ponto importante que deve merecer atenção diz respeito às preferências que o idoso tem pelas formas de atividade física. Indo ao encontro dos estudos de MILLS, STEWART, SEPSIS e KING (1997) e de WILCOX, KING e BRASSINGTON (1999), nosso estudo identificou que os idosos preferem atividades coletivas, em detrimento das individuais. Veja a fala coletiva:

É chato demais ficar levantando pesinho, um, e dois, e três, chato demais tudo isso; Gosto é de jogar futebol. Futebol é melhor, a gente se diverte bastante; Entrei no futebol, sempre gostei de bola.

A preferência por atividades coletivas pode ser justificada pelo objetivo de fazer amizades relatadas pelos entrevistados. Segundo eles, a companhia e a sociabilidade são essenciais para definir sua ausência ou presença no programa. Observemos essa fala coletiva:

Eu acho bacana atividades em grupo, a gente faz amizades, conversa bastante, é bem mais divertido; Se tivesse algum lugar que tivesse atividades assim, eu iria; Me sentia muito sozinho, fui pra lá pra fazer amizades, pra me sentir bem novamente; Gosto de fazer com bastante pessoas, é bom que faria mais amigos.

Autores como GOGGIO e MORROW JUNIOR (2001) e MANSFIELD, MARX e GURALNIK (2003), por exemplo, afirmam que as interações sociais, fazer novos amigos, ocupar o tempo livre são importantes motivos que levam o idoso a procurar programas de atividade física. Com a maioria dos idosos preferindo atividades coletivas, é bem provável que não se motivem em prestar atenção a aulas formais de ginástica em programas supervisionados. Dessa forma, esse grupo possui grande probabilidade de desistência, fato que justifica a ausência do público de homens idosos no SUDERJ em FORMA, considerando que a ginástica é uma das principais atividades do projeto.

4.2.4 Diferenças etárias

Muitos programas públicos voltados para o esporte e lazer pregam o princípio da inclusão e da integração geracional. O programa SUDERJ em FORMA é um projeto de possui estes preceitos na sua constituição. Segundo Alves Junior (2004), o convívio entre gerações distintas pode propiciar um vasto campo de trocas de conhecimento e de experiências.

Embora a proposta da intergeracionalidade seja um meio ideal para superar modelos segregacionistas e contribuir para a produção cultural, na realidade dos projetos o que se vê são guetos bem distintos de participantes.

No presente estudo, os idosos entrevistados relataram que se incomodam com a presença dos mais jovens. Uma das justificativas de tal incomodo, similar ao motivo de se excluírem do grupo das mulheres, é a dificuldade e receio de se inserir em grupos com características distintas. Veja a fala coletiva abaixo:

Quem será o maluco que ficará no meio de um tanto de crianças?; O que acontece é o seguinte, ninguém quer ficar num grupo tão diferente, a gente fica deslocado; Gosto de ficar em lugares pra fazer amizades, gosto que falem minha língua; Não temos muitas coisas a fazer com as crianças.

Segundo Rifiotis (1995), a idade sempre foi tida como uma dimensão social que, historicamente, proporcionava maior status a um indivíduo, tanto por razões quantitativas,

pois havia menos idosos, como qualitativas, onde a opinião dos idosos era ouvida e valorizada com mais ênfase do que a inovação.

Durante centenas de anos, segundo Morin (1967), as gerações mais velhas criaram sua descendência obedecendo aos princípios de educação que haviam sido transmitidos pelos seus pais (recebidos, por sua vez, de seus próprios pais, e assim por diante), introduzindo apenas poucas mudanças, que passavam a ser exigidas pelas características dos novos tempos. O mesmo autor assinala que “[...] o desenvolvimento [...] parece ter contribuído para a progressiva degradação da autoridade dos velhos.” (MORIN, 1967, p. 61).

Tal sentimento de superioridade e negação da juventude pode ser notado com muita evidência na fala coletiva. Muitos dos idosos entrevistados nasceram na chamada “*Geração do Rompimento*” (*nascidos entre 1946-1955*) (Wachholz, 2006), fase na qual os adultos passam a tomar como subversivas a maioria das ações dos jovens. Segundo Sheehy (1997, p. 115) um misto de utopia com massificação da personalidade coletiva define a juventude desta geração, “[...] voltada ao individualismo, contrária ao sistema, cabeluda, drogada, viciada em sexo.”

Para Rifiotis (1995), o processo de socialização é fundamental para a continuidade social e, como sabemos, está diretamente dependente da divisão dos grupos etários, dos ritos de iniciação e das relações estabelecidos entre pais e filhos, através dos quais os segundos passam a ser institucionalizados para a vida em comunidade pelos primeiros.

Outro fato assinalado pelos entrevistados sobre a decisão em não participar das atividades oferecidas pelo SUDERJ me FORMA junto com os jovens foi a diferença do nível de habilidade motora e principalmente física. Segundo eles, tais diferenças fazem com que os mais jovens pratiquem as atividades de forma mais competitiva, acabando os idosos por se auto-excluir. Observemos a fala coletiva abaixo:

As atividades eram competitivas demais, não tenho mais idade pra isso; Acha que tenho idade pra ficar levando pancada de garotão?; As atividades eram intensas demais, além de serem competitivas; As atividades eram competitivas demais.

O envelhecimento evoca, habitualmente, mudanças físicas desagradáveis: perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo, perda de flexibilidade, da agilidade, alterando a capacidade funcional geral. A fala coletiva mostra que a menor capacidade física e motora os exclui das atividades. Os discursos apontam que a reduzida condição para competir

em nível de igualdade com os jovens incomoda os idosos, fazendo-os preferir sair das atividades, levando consigo um sentimento de marginalização.

Para Goffman (1988) o indivíduo torna-se estigmatizado quando é incapaz de estar nos padrões normalizados da sociedade. São indivíduos com deformações físicas, psíquicas, de caráter, ou com qualquer outra característica que os torne, aos olhos dos outros, diferentes e até inferiores. Eles lutam constantemente para fortalecer e até construir uma identidade social.

Segundo Stoer *et al.* (2004), no contexto social atual, o corpo e as práticas corporais tornaram-se “lugares” de exclusão e inclusão social, tanto por sua forma quanto por seu desempenho, pois neles podemos encontrar identidades que aceitam e que não aceitam certos valores sociais.

Embora exista a proposta de intergeracionalidade, defendida por Alves Junior (2004), Wachholz (2006) e muitos outros autores, e defendida pelo próprio Estatuto do Idoso, promulgado pela constituinte brasileira através lei n.º10.741, de 1º de outubro de 2003, onde a “[...] viabilização de formas alternativas de participação, ocupação e convívio do idoso com as demais gerações” deve ser percebido como uma prioridade de ação, vemos, na prática, que tais premissas são dificilmente aderidas pelos agentes sociais.

Mais uma vez o presente estudo vai ao encontro aos achados de Votre *et al.* (2009), onde os entrevistados participantes do PELC, programa que estimula a intergeracionalidade, relatam que preferem atividades segregadas. Para a implementação concreta de uma proposta intergeracional, que atinja as expectativas dos envolvidos, tais trocas geracionais não devem se limitar à família e aos programas e políticas governamentais, mas serem também expandidas às instituições privadas e a outras representações da sociedade.

Estou ciente que o uso das relações intergeracionais pode ser uma ferramenta útil para quebrar preconceitos, sendo um meio para estimular a troca de valores e saberes. Mas diante dos dados encontrados, a proposta de atividades esportivas segregadas possa ser uma forma de atrair o público de idosos homens, garantindo assim um sucesso maior do programa.

5 A CONSTRUÇÃO DA AUTO-IDENTIDADE REFLEXIVA

5.1 Influências da globalização sobre o processo de reflexão

Os contornos da alta modernidade para Giddens (2002) apresentam como característica básica o aumento do dinamismo da vida globalizada. A velocidade das mudanças sociais, seu alcance e sua profundidade são maiores em relação aos tempos pré-modernos devido a algumas influências.

A separação do tempo e do espaço é a primeira influência sobre o dinamismo. O tempo vazio e o espaço separado do lugar são operações dialéticas não lineares. Eles não estão fora da organização da vida social, pois fornecem a base para a recombinação das suas atividades, provocando uma “destradiconalização” da tradição. Segundo Giddens:

Na alta modernidade, a influência de acontecimentos distantes sobre eventos próximos, e sobre as intimidades do eu, se torna cada vez mais comum. (GIDDENS, 2002, p. 12)

O processo de esvaziamento do tempo e do espaço se liga à segunda influência sobre o dinamismo da alta modernidade, o desencaixe das instituições sociais. Os mecanismos de desencaixe, como o conhecimento perito a que Giddens chama de “sistemas especializados”, junto com os valores intercambiáveis, chamados pelo autor de “fichas simbólicas”, e com as relações sociais estabelecidas em situação de co-presença, chamadas de “compromisso com rosto”, provocam o “deslocamento das relações sociais dos contextos locais e sua rearticulação através de partes indeterminadas do espaço-tempo” (2002, p.24). Portanto, nas condições da modernidade as pessoas vivem um processo que liga as atividades locais cotidianas às práticas sociais globalizadas, comprometendo as condições locais de tempo e lugar através de sua reapropriação e remodelação.

A prática de atividades físicas por idosos mostra estes contornos da alta modernidade. Muitos estudos apontam que os idosos só fazem atividade por se sentirem obrigados. Neste caso, as condições sociais globalizadas interferem diretamente na vida cotidiana dos idosos, onde as condições locais acabam sofrendo mudanças e esta reapropriação entre global e local também pode ser notada no presente estudo. Muitos idosos relataram que entraram no

programa de atividades físicas por serem obrigados. Entretanto, ao final, as condições locais prevalecem.

A terceira e maior influência da alta modernidade é a reflexividade, a partir da qual toda atividade humana é examinada e reformulada a partir de novos conhecimentos a respeito de suas práticas. Sujeitos reflexivos são aqueles capazes de construir sua própria história. Um mundo reflexivo é aquele em que o futuro não se resume a expectativas que ainda virão, mas o que se organiza de forma reflexiva no presente.

A separação do tempo-espaço, os mecanismos de desencaixe e a reflexividade não afetam o dinamismo da alta modernidade de forma fragmentada. São influências interdependentes, como atesta o autor:

A modernidade é essencialmente uma ordem pós-tradicional. A transformação do tempo e do espaço, em conjunto com os mecanismos de desencaixe, afasta a vida social da influência de práticas e preceitos preestabelecidos. Esse é o contexto da consumada reflexividade, que é a terceira maior influência sobre o dinamismo das instituições modernas. Ela se refere à suscetibilidade da maioria dos aspectos da atividade social, e das relações materiais com a natureza, à revisão intensa à luz de novo conhecimento ou informação (GIDDENS, 2002, p.25).

A globalização, intimamente relacionada às influências sobre o dinamismo, uma vez que estas apresentam um caráter universalizante, provoca a inter-relação entre o eu e a sociedade, de modo que tanto as instituições modernas quanto a auto-identidade sofrem transformações diretamente interligadas. As informações vindas de outros lugares e que passam a ser de todas as localidades obrigam os atores sociais a construir reflexivamente suas ações, sua identidade, seu estilo de vida e suas relações.

5.2 O processo de construção do projeto reflexivo do eu

A alta modernidade traz uma nova estruturação aos referenciais de uma sociedade ou comunidade e à sua tradição, introduzindo organizações maiores e mais impessoais. As transformações na auto-identidade e a globalização são dois pólos da dialética do local e do global nas condições da alta modernidade.

Esses ambientes modernos também provocam alterações na constituição do eu que, para Giddens (2002), “tem que ser explorado e constituído como parte de um processo reflexivo de conectar mudança pessoal e social” (p. 37).

O eu passa a ser visto como um projeto reflexivo em que a construção da autoidentidade depende das ações reflexivas rotineiras em que o indivíduo se envolve e que deve reformular e sustentar diariamente. A autoidentidade requer uma consciência relativa das ações individuais para garantir o andamento das narrativas pessoais, da sua biografia. Nesse sentido, uma autoidentidade estável, nos termos de Giddens, dá à pessoa “uma sensação de continuidade biográfica que é capaz de captar reflexivamente e, em maior ou menor grau, comunicar a outras pessoas” (2002, p.55).

No programa SUDERJ em FORMA, entre os motivos apresentados, a não participação dos homens idosos nas atividades evidencia a produção de sujeitos reflexivos. Embora tal reflexividade possa ser encarada como inadequada, pois os idosos acabam por se auto-excluir do grupo dos praticantes, tal ação de reflexão mostra a preocupação em manter uma identidade construída por anos, de dar continuidade à sua biografia.

O processo de construção do projeto reflexivo do eu também depende das experiências de segurança e risco vivenciadas pelo indivíduo nas suas atividades diárias desde a primeira infância. A maneira como o indivíduo lida com essas experiências e as incorpora à sua consciência, influenciará a constituição da sua autoidentidade.

5.3 A segurança e o risco na autoidentidade

As atividades diárias são monitoradas reflexivamente pelos sujeitos, que apresentam como características básicas de suas ações a consciência reflexiva, responsável pelas interpretações discursivas das ações e comportamentos humanos, e a consciência prática, responsável pela concentração nas tarefas cotidianas. Essas formas de consciência ancoram cognitiva e emocionalmente a segurança ontológica responsável pelo sentido de continuidade e ordem nos eventos, sejam eles de percepção imediata ou não. Giddens define a segurança ontológica como

a crença que a maioria dos seres humanos tem na continuidade de sua auto-identidade e na constância dos ambientes de ação social e material circundantes. (...) Tem a ver com “ser” ou, nos termos da fenomenologia, “ser-no-mundo”. Mas trata-se de um fenômeno emocional ao invés de cognitivo, e está enraizado no inconsciente (1991, p.95).

Todo sujeito desenvolve um referencial de segurança ontológica fundamentado em várias atividades sociais que envolvem situações de perigo, de risco, de medo e de ansiedade. Essas situações aparecem como naturais para o desenvolvimento da confiança básica, fundamental à elaboração da autoidentidade. A confiança básica, ou confiança em si próprio, define-se como:

um dispositivo de triagem em relação a riscos e perigos que cercam a ação e a interação. É o principal suporte emocional de uma carapaça defensiva ou casulo protetor que todos os indivíduos normais carregam como meio de prosseguir com os assuntos cotidianos (GIDDENS, 2002, p.43).

A confiança básica se une à segurança ontológica para organizar de maneira cognitiva as experiências do eu em relação ao mundo de pessoas e objetos. Ser capaz de se juntar a outras pessoas em igualdade para atuar no processo de produção/reprodução das relações e ações sociais, é ser capaz de estabelecer, de maneira positiva, um monitoramento contínuo e reflexivo do eu.

Destacar a interdependência entre as rotinas assumidas e a segurança ontológica não significa que a sensação de que as coisas são benéficas derive da adesão cega ao hábito. Ao contrário, um compromisso cego com as rotinas estabelecidas, venha o que vier, é sinal de compulsão neurótica. (GIDDENS 2002).

Fica evidente que os idosos, ao optarem em não participar do SUDERJ em FORMA, estão conscientes de tal escolha, preservando sua segurança ontológica. Podemos ver este fato na fala coletiva, onde verifica-se que a ausência em programas de esporte e lazer não se dá pelo fato de desconhecimento dos benefícios da atividade física:

Eu sei que é muito bom, mas mesmo sabendo, prefiro me ausentar; Sei que faz bem aos ossos, fortalece, mas não vou trocar meu sofá, minha TV pra ficar jogando bola com criança e fazendo aula de ginástica com um bando de velhas; Os benefícios são muitos, só saí de lá porque achava chato.

Fica evidente que ao assumirem a postura de não participar das atividades do projeto, os idosos assumem o risco por tal escolha. Para Giddens, o risco se refere a acontecimentos futuros ligadas a práticas presentes.

A noção de risco se torna central numa sociedade que está deixando o passado, o modo tradicional de fazer as coisas, e que se abre para um futuro problemático. (GIDDENS, 2002, p. 106).

Cabe ressaltar que risco e perigo não são a mesma coisa. O risco pressupõe o perigo, que é uma ameaça aos resultados que se deseja alcançar. O risco é consciente dessa ameaça e se entrelaça à confiança para minimizar os perigos provenientes das atividades humanas.

A opção dos idosos em não realizarem atividades físicas torna-se, assim, uma dialética interessante. Por um lado, ao tomarem a decisão de se ausentarem de tais atividades correm o risco de adquirirem doenças próprias do sedentarismo. Entretanto, com esta mesma decisão eles asseguram sua biografia construída por valores por eles concebidos como adequados.

No monitoramento reflexivo, as experiências de ansiedade afetam a autoidentidade, uma vez que estão intimamente ligadas à confiança. A vergonha, que é a ansiedade adequada à narrativa do eu, “pode ameaçar ou destruir a confiança” (GIDDENS, 2002, p.66), uma vez que está relacionada à integridade do sujeito; contudo, também pode promover a autoestima, sua correlata. É o que se observa nos idosos de Piedade. A vergonha em participar com outros segmentos, sejam idosos ou jovens, atrelados ao sentimento de evitar o risco, é um dos motivos para afastar os idosos do programa:

Iria pegar muito mal, ficar levantando a perninha; Meus filhos e até meus netos me sacaniariam; Ninguém que ser sacaneado; Um monte de velhas e só um homem, estranho; Quem será o maluco que ficará no meio de um tanto de crianças?

Neste caso a vergonha é um lado negativo do sistema motivacional dos idosos. O orgulho, outro lado da vergonha, expressa o valor da narrativa da auto-identidade. Para Giddens:

Uma pessoa que acalenta com sucesso um senso de orgulho de si mesma é uma pessoa psicologicamente capaz de sentir que sua biografia é justificada e unitária. (GIDDENS, 2002, p.67).

Assim, podemos concluir que os idosos possuem um orgulho, uma auto-estima que os permite correr o risco de não realizarem atividades físicas em prol de se preservar, ou não ameaçar sua identidade.

As mudanças na constituição do eu trazidas pelos novos contornos da alta modernidade geram algumas consequências para as atividades cotidianas: a primazia dos estilos de vida, o aumento do vínculo entre oportunidades e estilos de vida, a pluralização dos mundos possíveis de se viver, a influência da mídia nas escolhas, a necessidade de um planejamento de vida e a transformação da intimidade.

Assim, a autoidentidade se constitui a partir de diversos mecanismos já listados, como: segurança ontológica, confiança básica, riscos, ansiedades, reflexividade, desencaixes/re-encaixes e globalização. Ademais, outro mecanismo que afeta a construção da identidade reflexiva é a escolha de estilos de vida, a ser analisada na seção seguinte.

5.4 O estilo de vida e a segregação da experiência

A compreensão da velhice como uma realidade heterogênea pressupõe que as experiências de envelhecimento e da velhice variam de acordo com a cultura, o período histórico, os estilos de vida, o gênero, a profissão, a classe social, a raça e a etnia, dentre tantos outros marcadores.

A vida na alta modernidade se depara com uma variedade de opções e oportunidades. Consequentemente, há a inevitável demanda pela escolha de estilos de vida. Para Giddens (2002), este é um conjunto de práticas que uma pessoa seleciona para si porque materializam a narrativa da sua autoidentidade, além de satisfazer suas necessidades.

A sociedade de hoje, com os contornos da alta modernidade, confronta o indivíduo com uma complexa variedade de escolhas, e ao mesmo tempo oferece pouca ajuda sobre as opções que devem ser selecionadas. No nível do *self*, um componente fundamental da atividade do dia-a-dia é simplesmente o da *escolha*.

Os idosos entrevistados mostram a escolha que fizeram ao adotar a opção de preferir o sedentarismo como estilo de vida, como se percebe no discurso do sujeito coletivo:

Prefiro ficar em casa; Já ando cansado, não vou me estressar fazendo algo que não quero; É melhor ficar em casa, ir pra um botequinho, ir ao russo jogar uma biriba; A atividade física tem seus benefícios, mas não nos motiva, por isso, preferimos ficar em casa.

A escolha pelo sedentarismo como estilo de vida leva a práticas cotidianas que adotam o jeito de pensar e agir do grupo. A escolha deste estilo de vida também assume uma postura segregadora, onde a fala coletiva mostra que tanto a presença de muitas mulheres quanto a dos jovens, são motivos pelos quais os idosos saem ou deixam de entrar no programa SUDERJ em FORMA:

Também acho ruim fazer com muitas mulheres juntas, quando minha esposa saiu, peguei e sai junto. Eu era o único que sobrou; Se tivesse atividades só pra homens eu entraria; O que acontece é o seguinte, ninguém quer ficar num grupo tão diferente, a gente fica deslocado; Gosto de ficar em lugares pra fazer amizades, gosto que falem minha língua.

Como podemos perceber pela fala coletiva, não é apenas por questões preconceituosas que os idosos preferem se afastar de outros segmentos, mas também por considerarem que grupos com características distintas, com identidades diferentes que as suas, nada podem oferecer a eles. Desta forma, assumem uma atitude segregadora, se agrupando em guetos, realizando a segregação da experiência (GIDDENS, 2002). Para o autor:

A segurança ontológica que a modernidade adquiriu, no nível de rotinas diárias, depende de uma exclusão institucional em relação à vida social de questões existenciais fundamentais que apresentam dilemas morais centrais para os homens. (GIDDENS, 2002, p. 145).

A segregação possui características excludentes, e normalmente carregam conotações de diferenciação hierárquica e de desigualdade. Os idosos de Piedade ainda assumem traços tradicionais da sociedade, onde o sexo masculino é detentor da sabedoria e do poder dela advindo.

Por outro lado, ao assumirem uma postura segregadora, os idosos fortalecem sua identidade grupal. Pertencer a um grupo bem estruturado significa que as normas e crenças estabelecidas são integradas na construção da auto-imagem, na construção dos atributos que definem os membros do endogrupo e do exogrupo, na construção de uma visão partilhada do meio envolvente e na visibilidade da diferença dos outros grupos.

Estudar as relações entre grupos ou, mais especificamente, os conflitos étnicos, os comportamentos relativamente às vítimas de exclusão social, os conflitos entre grupos nos contextos organizacionais, etc, somente ou, sobretudo a partir dos estereótipos mútuos será insuficiente. Os grupos elaboram sistemas de pensamento complexos sobre outros grupos, que será pertinente integrar na análise das percepções intergrupais. Para Doise:

Não apenas os estereótipos, mas também as representações sociais relativas a qualquer objeto de conhecimento que se reveste de uma certa importância nas relações que ligam os agentes sociais, entre os quais os valores sociais, devem ser introduzidos na análise das relações entre grupos. (DOISE, 1985, p. 249).

Todos esses fatores mostram que, apesar dos idosos de Piedade conhecerem os benefícios da atividade física, eles apresentam identidades que não se mostram unitárias,

igualitárias ou compactas, mas possuem como característica um fluxo móvel, e são capazes de absorver em seu interior as particularidades de gênero e idade. E, nesse contexto de Piedade, os idosos podem no projeto entrar, permanecer e assumir uma identidade reflexiva, de modo a serem capazes de determinar como vão conduzir suas próprias vidas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou descrever, compreender e analisar os fatores que interferem na participação de homens idosos em programas de esporte e lazer. Estas considerações não são conclusões definitivas, mas reflexões que podem suscitar novos questionamentos e gerar novos temas para pesquisas posteriores. As informações obtidas nesta investigação demarcaram especificamente os sujeitos desta pesquisa, não objetivando generalizações. Mas estas considerações não impedem que outros pesquisadores sintam-se motivados a buscar, em outros contextos, com outros atores sociais, elementos, informações e análise do presente estudo.

O discurso de promoção da inclusão social é observável em praticamente todos os projetos de esporte e lazer para o idoso. Isso pode significar um sensível avanço da questão, já que não se trata de acreditar que a proposta de intervenção tenha um fim em si mesmo, apresentando-se a compreensão de que as ferramentas pedagógicas utilizadas são um meio para alcance de outros objetivos mais amplos. Contudo, devemos nos perguntar: o que tem sido chamado de inclusão social quando tal conceito é apresentado? Precisamos analisar crítica e matizadamente esse tipo de discurso que, ora mais ora menos explicitamente, ainda impregna, se não os projetos em si, certamente o imaginário de grande parte do público que os busca.

Embora toda a boa premissa relacionada aos benefícios da participação dos idosos em programas de esporte e lazer, e perante a garantia de acesso a estes programas, ficou constatado que tais condições não são suficientes para atingir o público masculino de idosos. Os motivos apontados por eles para justificar sua ausência nos programas de atividade física são: vergonha e receio de conviver com pessoas de outro sexo e de outras idades; gosto por outras práticas não oferecidas pelo SUDERJ em FORMA; dificuldade para se inserir em atividades físicas e esportivas devido aos diferentes níveis de habilidade motora e física entre os participantes.

Em relação à vergonha e ao receio de conviver com grupos com características diferentes, tais como mulheres e jovens, os idosos mostraram um sentimento de superioridade. Segundo Rifiotis (1995), a idade sempre foi tida como uma dimensão social que, historicamente, proporcionava maior *status* a um indivíduo.

Os idosos também mostraram atitudes discriminatórias para justificar a ausência no programa. Para eles, os outros segmentos não têm nada a lhes ensinar. Embora a ideia de integração entre os segmentos seja um bom indicativo para a troca de valores e conhecimentos, o grupo de idosos prefere atividades segregadas, formando grupos bem distintos. Ficou evidente, também, que há certo “machismo” dos idosos. Na fala coletiva ficou constatado que os espaços de lazer são realmente um espaço generificado e generificador (Goellner, 2009), onde os idosos por medo de serem mal vistos pelos demais, preferem se ausentar das atividades.

As modalidades esportivas oferecidas pelo SUDERJ em FORMA, e o modo que elas são oferecidas, também dificultam a entrada e a permanência dos idosos no programa. Os idosos relataram que a diferença de habilidade física e motora, associadas ao despreparo do professor para trabalhar com pessoas com níveis de desempenho diferenciados, também acabam por afastá-los do projeto. Segundo os idosos, a diferença de habilidades faz com que os jovens se tornem mais competitivos, fazendo com que as atividades tomem um ritmo muito intenso, desfavorável a eles.

Outro fator apontado pelos idosos que justifica sua ausência das atividades é o gosto por outras práticas, diferentes das atividades oferecidas pelo programa. Ficou constatado que as atividades individuais oferecidas pelo SUDERJ em FORMA, não agradam aos idosos. Outro fator relacionado ao gosto por outras práticas se refere à representação dos idosos não gostarem de fazer nada de forma obrigatória. Mesmo sabendo da importância da atividade física e os benefícios dela advindos, optam por fazer outras atividades onde não “recebam ordem”. Estas representações de liberdade expressa se aproximam do posicionamento de Werneck (2000), que ao buscar na antiguidade o que chama de *raízes do lazer*, processa um estranho tipo de inversão que faz ver o ócio como a própria manifestação do lazer, ainda que o associando a um diferente significado. Desta forma, para vivenciar os momentos de lazer, como meio de obter prazer de forma não obrigatória, os idosos acabam optando por realizar outras práticas, tais como assistir TV e ir ao bar com os amigos.

Outro fator essencial foi a constatação de alguns aspectos importantes na construção da autoidentidade dos idosos. Ficou evidenciado que os idosos, ao optarem por não participar do SUDERJ em FORMA estão conscientes de tal escolha, preservando sua segurança ontológica. Esta reflexão, embora feita de forma muito superficial, mostra que os idosos são sujeitos reflexivos, agindo em prol da sua biografia construída por anos. Além disso, o risco da discriminação pelo grupo de amigos, ou por outros grupos de hegemonia masculina,

atrelado à vergonha que pode ameaçar ou destruir a confiança (GIDDENS, 2002, p.66), uma vez relacionada à integridade do sujeito, é um dos motivos que afastam os idosos do programa.

A escolha de um estilo de vida sedentário mostra o jeito de pensar e agir do grupo. A escolha deste estilo de vida também assume uma postura segregadora, onde a fala coletiva mostra que tanto a presença de muitas mulheres, quanto de jovens, são motivos que levam os idosos a deixarem ou não ingressarem no programa. Essa postura segregadora também pode ser vista pelo lado do estreitamento da identidade grupal, onde pertencer a um grupo bem estruturado significa que as normas e crenças estabelecidas são integradas na construção da auto-imagem, na construção dos atributos que definirão os membros que pertencerão ou não ao grupo.

As peculiaridades do grupo podem fornecer subsídios para uma discussão sobre a eficácia das políticas públicas de esporte e lazer para o público estudado.

As políticas públicas de esporte e lazer vieram para garantir os direitos dos idosos. Vimos no nosso referencial teórico que as políticas públicas são conjuntos de diretrizes que visam legitimar a ação do governo para suprir necessidades públicas a partir de interesses sociais. No entanto, as ações do governo só podem ser consideradas políticas públicas se procurarem alcançar objetivos previamente definidos em projetos que busquem colocar em prática os direitos sociais decorrentes da legislação que rege nossa sociedade.

As políticas públicas devem ser construídas e implantadas de maneira participativa, de forma a possibilitar a superação da visão fragmentada e estreita que conduz a população a experiências alienadoras. O próprio idoso deve ser consultado durante o planejamento destes projetos, para que seus interesses sejam devidamente alcançados.

É preciso considerar que, no processo de criação de novas estratégias e propostas de intervenção, é de extrema importância que ocorra um planejamento cuidadoso que identifique as dificuldades sociais e individuais que possam reduzir ou impedir a participação do sujeito idoso nas atividades propostas. Todas as dificuldades encontradas nesta fase da vida precisam ser levadas em consideração para que as iniciativas tenham sucesso.

Mostrar um fazer diferente em relação a algumas categorias, como gênero e idade, pode ser um convite para a construção de novos sujeitos e novas instituições reflexivas.

PROPOSTA DE INTERVENÇÃO⁶

A proposta de intervenção aqui sugerida pode vir a ser utilizada por órgãos públicos e organizações não governamentais, como forma de subsidiar a elaboração e reformulação de políticas públicas inclusivas para o idoso, e também por professores de Educação Física que trabalham com este segmento. Nesta proposta são apresentadas algumas considerações sobre projetos sociais para idosos; sugestões de atividades e também sugestões para leituras complementares, tais como livros e artigos.

➤ **Idosos e projetos sociais: observações pertinentes**

Os objetivos principais dos programas de atividades físicas para os idosos devem oportunizar novas experiências e melhorar a qualidade de vida e a saúde dos idosos (Okuma, 1998; Cachioni, 2003; Alves Jr. 2004).

Para obterem sucesso, os projetos educacionais destinados aos mais velhos devem estar vinculados a uma tentativa de desenvolver novos papéis para o idoso, de forma que possa preservar sua dignidade e seja reconhecido como um ser autônomo, capaz do exercício pleno dos seus direitos e de sua cidadania. Os programas devem também promover a participação do idoso em atividades sociais, propiciando melhor qualidade de vida, além de auto-realização sob o ângulo psicológico e espiritual.

Os projetos de esporte e lazer para os idosos devem tentar atender seus interesses e necessidades, dando um atendimento global, não restrito somente ao aspecto fisiológico. Para o desenvolvimento desses programas é necessário um profissional de Educação Física que goste de trabalhar com os idosos, que conheça os idosos e seus problemas e se interesse em aprofundar seus conhecimentos, melhorando sempre suas aulas. É interessante que seja dinâmico, comunicativo, competente e sensível, para perceber toda e qualquer alteração no idoso e/ou grupo.

Outra observação relevante que deve ser feita diz respeito à dificuldade conceitual de lazer, permitida pela dicotomia “esporte” e “lazer”. Quando trabalhamos com a prática esportiva nesses projetos, não estaríamos trabalhando como estratégia de lazer? Então por que essa prática é apresentada separada do conceito de lazer nos títulos?

⁶ A proposta de intervenção sugerida está fundamentada nos dados das entrevistas individuais e grupal, baseado principalmente na pergunta: Como você gostaria que fossem as atividades?

Outro problema conceitual diz respeito à própria terminologia utilizada para fazer referência ao público idoso – por que usar termos como “melhor idade” e “idade de ouro,” como se quiséssemos esconder ou maquiagem problemas e peculiaridades dessa faixa etária? - e mesmo “terceira idade”, como se houvesse um rígido encadeamento entre as fases de vida? Por que não usamos o termo “idosos”, já que lamentavelmente se desgastou o termo “velho”, que a princípio não teria nada de pejorativo?

A dimensão anterior expressa certo desconhecimento teórico da questão da velhice no Brasil e na sociedade contemporânea. Muitas vezes é a expressão de um programa que procura contribuir para os idosos envolvidos, no sentido de, funcionalmente, somente minimizar seus problemas, e não no intuito de contribuir para a conscientização política do idoso tendo em vista sua situação social. Os momentos de lazer não devem estar afastados das outras esferas sociais, e sim conectados com a realidade social do grupo, não sendo de forma alguma um espaço de fuga ou alienação (MARCELLINO, 2006).

Por fim, sem negar as possíveis contribuições de muitos desses projetos, tampouco afirmar que não criam condições de satisfação no público envolvido, observou-se que as intenções não são claras.

➤ **Sugestões para atrair os homens idosos**

No cotidiano dos projetos sociais encontramos atividades com grande presença das mulheres, e outras com grande quantidade de jovens e crianças. Por diversos motivos o homem idoso raramente comparece a essas atividades. Diante dessa constatação, torna-se necessário buscar novas formas de incentivo e sensibilização especificamente para esta população. Sendo assim, seguem-se algumas sugestões para atrair este público para as atividades de esporte e lazer desenvolvidas pelos projetos sociais.

- a) Reforçar os benefícios da prática da atividade física tanto no aspecto da saúde, quanto no tratamento e reabilitação de doenças. Desta forma, seria possível incentivar a prática tanto para idosos saudáveis que pretendem prevenir condições adversas de saúde, quanto àqueles com morbidades, principalmente associadas ao sedentarismo, como estratégia agregada ao tratamento e à reabilitação.
- b) Oferecer atividades de lazer não ligadas à prática da atividade física. Muitos projetos sociais, infelizmente, voltam suas atividades somente para o esporte, e atividades de lazer com outras características acabam sendo deixadas de lado. Como ficou

constatado, muitos dos idosos preferem ficar em bares e praças jogando cartas, dominó, sinuca, biriba com amigos. Por isso, ofertar atividades com estas características poderia ser uma boa alternativa para atrair os homens idosos para os projetos sociais.

- c) Para combater a diferença de habilidades motoras e físicas entre os segmentos, são apresentadas duas sugestões. A primeira seria oferecer jogos esportivos adaptados. Neste caso as atividades atenderiam os interesses e respeitariam as diferenças dos segmentos. A segunda sugestão, embora polêmica, seria oferecer atividades exclusivas para os homens idosos. Neste caso, mesmo sendo uma proposta segregadora, a possibilidade de contemplar este grupo específico é grande, considerando que muitos estudos apontam que os idosos saem por não se sentirem bem integrados com outros segmentos.

➤ **Sugestões para combater o preconceito**

Um projeto que busca a inclusão social deve, necessariamente, priorizar questões relacionadas ao combate à discriminação e aos preconceitos, de forma a minimizar as desigualdades. Para alterar este contexto de injustiça social, torna-se necessário agirmos em prol de mudanças e estas podem ser pequenas e/ou grandiosas. Eis algumas sugestões que podemos pôr em prática de imediato:

- Criar um bom ambiente entre os participantes da atividade proposta e garantir que cada pessoa possa se expressar livremente e que seja escutado/a e respeitado/a em suas opiniões.
- Recusar e denunciar a naturalização que se faz acerca da idade, de que determinadas atividades são para os jovens e outras para os idosos.
- Prestar atenção para o uso de palavras e expressões que denotam ageísmo ou sexismo, e combater esse uso sem cessar.
- Procurar identificar situações onde acontecem discriminações e buscar interferir de forma a evitá-las.

➤ **Sugestões de fontes de informação complementares**

Por considerarmos que a educação acontece em todos os espaços sociais, e que a educação não está relacionada apenas aos materiais didáticos, apresentamos sugestões de fontes de informação e consulta que podem ser usadas tanto nas atividades desenvolvidas quanto na nossa formação, visto que suas temáticas possibilitam ampliarmos conhecimentos sobre as questões relacionadas aos idosos.

Filmes

- **Duas Vidas:** O filme mostra a importância do amor e da criança interior que está em todos nós. Duas Vidas apresenta uma lição de superação dos traumas que nos limitam.
- **A Corrente do Bem:** Em "A Corrente do Bem", Haley Joel Osment interpreta um estudante pré-adolescente, cujo dever escolar é melhorar a vida das pessoas. Assim, ele tem a idéia de fazer uma corrente do bem. Este drama sensível conta com as presenças de Kevin Spacey e Helen Hunt no elenco.
- **Energia Pura (EUA-1995):** O filme trata do preconceito que muitas pessoas têm sobre aparência e diferenças entre as pessoas, mostrando um Ser humano que nasce com dons especiais, que, no entanto, o isolam da sociedade.

Livros

- **12 Faces do preconceito**
De Jaime Pinsky - 1999 - 123 páginas, Editora Contexto.
Este livro fala de 12 tipos de preconceito, incluído o preconceito contra o idoso.
- **Valores, preconceitos e práticas educativas**
De organização de Divino José da Silva e Renata Maria Coimbra. Editora: Casa do psicólogo, 2005. Este é um livro para educadores e para os que se sentem desafiados por comportamentos preconceituosos em suas práticas formativas. Indicado aos que desejam lutar contra o preconceito.

- **O idoso e a atividade física**

De Silene Sumire, 4ª ed. Editora Papirus, 1998. Esse livro discute o significado da atividade física para o idoso, com base na abordagem fenomenológica. Na qualidade de método filosófico, a fenomenologia busca apreender como o sujeito vivencia a experiência cotidiana.

- **Estudos do lazer: uma introdução**

De Nelson Marcellino, 4ª ed. Editora Autores Associados, 2006. Neste livro Nelson Marcellino faz uma relação do lazer com várias temáticas, como o trabalho, a criança, a rua, as férias, entre outras. Fala sobre o significado do lazer e seu conteúdo.

- **Lazer: fundamentos, estratégias e atuação profissional**

Este é o título da obra do professor Giuliano Pimentel, responsável pelas disciplinas de Recreação e Lazer nos cursos de Turismo e Hotelaria e Educação Física do Cesumar, publicada sob a forma de apostila. O trabalho sintetiza artigos, palestras e apostilas do autor escritos nos últimos cinco anos, sendo composto por 80 páginas, divididas em três unidades. Apresenta e discute: bases teóricas sobre o jogo; lúdico, cultura e educação; pedagogia dos jogos; planejamento do lazer; controle e programação; políticas públicas; lazer e qualidade de vida.

Curiosidades em sites

- **Respeito aos cabelos brancos**

<http://www.serasa.com.br/guiaidoso/apresentacao.htm>

- **Discriminação etária**

http://pt.wikipedia.org/wiki/Discrimina%C3%A7%C3%A3o_et%C3%A1ria

- **A importância das relações intergeracionais na quebra de preconceitos a velhice**

<http://juniorbarbosa.blogspot.com/2008/05/importncia-das-relaes-intergeracionais.html>

- **A alienação dos mais jovens**

<http://www.sobresites.com/alexcastro/artigos/geracoes.htm>

Artigos na Internet

- **Grupo intergeracional: espaço de diálogo entre as gerações**
http://www2.dbd.pucRio.br/pergamum/tesesabertas/0410376_07_cap_04
- **INTERGERA - Programa de Estudos, Eventos e Pesquisas Intergeracionais**
<http://www.ufmg.br/congrent/Direitos/Direitos31.pdf>
- **Diferenças intergeracionais no contexto brasileiro: reflexões e perspectivas**
<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/viewFile/4782>
- **Co-educação entre gerações**
http://www.faac.unesp.br/pesquisa/idosomidia/docs/karin/fichamento_Ferrigno
- **Te Chamam de Ladrão, de Bicha, Maconheiro..." Preconceito, Xenofobia e a Categorização do "Estranho" na Cultura Brasileira**
http://www.helsinki.fi/hum/ibero/xaman/articulos/2005_01/eerola.html
- **Velhice, alteridade e preconceito: dimensões do imaginário grupal com idosos**
<http://www.interface.org.br/revista5/ensaio2.pdf>
- **Admirável Mundo Velho: Velhice, Fantasia e Realidade Social**
<http://www.faac.unesp.br/pesquisa/idosomidia/docs/aline/admiravelmv>
- **Idosos e sua percepção acerca da sexualidade na velhice**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/146/254>
- **Influência da atividade física nas atividades da vida diária de idosas**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/108/243>
- **Comparação do nível de atividade física em relação ao gênero de idosos participantes de grupos de convivência**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/99/175>
- **Projeto EnvelheSer: ampliando a rede de apoio social e aprimorando aspectos cognitivos da terceira idade**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/258/193>
- **A temática do envelhecimento no currículo do programa Integrar/RS**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/260/195>
- **Filosofia do envelhecimento: a dialética dos contrários**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/89/185>
- **O idoso e o princípio constitucional da dignidade humana**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/view/261/196>

- **Fundamentando uma proposta de animação cultural para idosos e aposentados brasileiros**
<http://www.lazer.eefd.ufrj.br/animadorsociocultural/pdf/ac111.pdf>
- **Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos**
<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewFile/996>
- **Inclusão social: uma proposta de integração articulada de políticas sociais públicas**
<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewFile/998/>
- **Barreiras para a atividade física em idosos: uma análise por grupos focais**
<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/367>
- **O lazer como descanso**
<http://www.uspleste.usp.br/eventos/lazer-debate/anais-marcellino.pdf.pdf>
- **Procurando superar a modelização de um modo de envelhecer**
<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/viewFile/2840/1453>
- **Escola, currículo, qualidade de vida e integração de gerações**
<http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/viewFile/83/79>
- **Exclusão social: a multidimensionalidade de uma definição**
<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewFile/931/>
- **Reminiscências: Três Encontros com a Intergeneracionalidade**
<http://www.ufmg.br/congrext/Educa/Educa164.pdf>
- **A intergeracionalidade contribuindo à superação dos modelos associativos segregacionistas: a universidade do tempo livre de Rennes a integrando idosos e aposentados**
<http://grupoanima.org/wp-content/uploads/intergeracionalidade2005.pdf>
- **Estudos etnográficos sobre sociabilidades esportivas em espaços urbanos.**
<http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/4934/4979>

REFERÊNCIAS

ACOSTA, M. A. *O Envelhecer na cidade: um estudo sobre os grupos de atividades físicas para a terceira idade em Santa Maria - RS*. Universidade Federal de Santa Maria: Projeto de Pesquisa registrado do Gabinete de Projetos nº. 17.828. Santa Maria, 2005.

ACOSTA-ORJUELA, G. Uso da TV como fonte de informação sobre a velhice: fatos e implicações. In: NERI, A. L.; DEBERT, G.G. (Org.). *Velhice e Sociedade*. Campinas: Papirus, 1998. p. 179-222.

ALVES, J. E. D. *A pastoral do envelhecimento ativo*. 2004. 621 f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Programa de pós-graduação Strico Sensu em Educação Física da Universidade Gama Filho.

_____. Fundamentando uma proposta de animação cultural para idosos e aposentados brasileiros. *Revista Iberoamericana*, v.1, n.1, out.2006 / fev.2007.

ANTUNES, R. *Os sentidos do trabalho: ensaio sobre a afirmação e a negação do trabalho*. São Paulo: Boitempo, 1999.

ARRUDA, A. Teoria das representações sociais e de gênero. *Cadernos de Pesquisa*, n. 117, p.127-147, nov. 2002.

BADINTER, E. *Rumo equivocado: o feminismo e alguns destinos*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2005.

BARRETO, M. L. Lazer e cultura na velhice. Encontro Nacional de Recreação e Lazer. Belo Horizonte. *Coletânea Belo Horizonte*, PBH/CELAR, 1997. p.130-136.

BATISTA, M. *A relação governo e sociedade na gestão da política de esporte e lazer no governo do estado: gestão 1999-2001: analisando o projeto "Idosos em Movimento"*. 2002. 181f. Dissertação (Mestrado em Ciência Política) - Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2002.

BAUER, M.; GASKELL, G. (Org.). *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático*. Petrópolis: Vozes, 2002.

BECKER, H. S. *Segredo e truques da pesquisa*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 2007.

BENEDETTI, T. et al. Uma proposta de política pública de atividade física para idosos. *Contexto Enferm*, Florianópolis, v. 16, n. 3p. 387-98, jul.-set. 2007

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física, Terceiro e Quarto Ciclos do Ensino Fundamental / – Brasília: MEC/ SEF, 1998.

_____. *Constituição da República Federativa do Brasil*. São Paulo: Tecnoprint, 1998.

BOURDIEU, P. *Questões de Sociologia*. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1983.

BUTLER, J. *Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2008.

CACHIONI, M. Universidade da terceira idade: das origens a experiência brasileira. In: NÉRI, A. L.; DEBERT, G. G. (Org.). *Velhice e Sociedade*. Campina: Papirus, 1999.

CARDOSO, A. Fatores influentes na desistência de idosos em um programa de exercício físico. *Revista Movimento*. Porto Alegre. v. 14, n. 01, p. 225-239, jan.-abr. 2008.

CERRI, A. S. SIMÕES, R. Hidroginástica e idosos: por que eles praticam? *Revista Movimento*. Porto Alegre, v.13, n.01, p.81-92, jan.-abr. 2007.

COHEN, J. Socio-environmental exercise preferences among older adults. *Prev Medicine*, 2004.

COLETIVO DE AUTORES. *Metodologia do Ensino da Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, S. C. *Educação Física na Escola: questões e reflexões*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

DEBERT, G. G. *A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo ; Fapesp, 1999.

DOISE, W. Les représentations sociales: définition d'un concept et études empiriques. *Connexions*, 243-253, 1985.

DUMAZEDIER, J. *Lazer e cultura popular*. São Paulo: Perspectiva, 1973.

EIRAS, S. B.; SILVA, W. H. A.; SOUZA, D. L.; VENDRUSCOLO, R. Fatores de adesão e manutenção da prática de atividade física por parte de idosos. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v.31, n.2, p.75-89, 2010.

FENALTI, R. de C. de S.; SCHWARTZ, G. M. Universidade Aberta à Terceira Idade e a perspectiva de ressignificação do lazer. *Revista Paulista de Educação Física*. São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo, v. 17, n. 2, jul./dez., 2003.

FREITAS, C. M. Aspectos motivacionais que influenciam a adesão e manutenção de idosos a programas de exercícios físicos. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*. v.9, n. 1, p. 92-100, 2007.

GIDDENS, A. *Modernidade e identidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editora, 2002.

_____. *As conseqüências da modernidade*. São Paulo: UNESP, 1991.

GOBBI, S. Atividade Física para pessoas idosas e recomendações da Organização Mundial de Saúde de 1996. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*. v. 2, n. 2, p. 41-49, 1997.

GOBBI, S.; VILLAR, R.; ZAGO, A. S. *Bases teórico-práticas do condicionamento físico*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p.265.

GOELLNER, S. VOTRE, S. MOURÃO, S. ; FIGUEIRA, M. *Gênero e raça: inclusão no esporte e no lazer*. Ministério do Esporte, 2009.

GOFFMAN, E. *Estigma: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada*. Nova Jersey, EUA: LTC, 1988.

GOGGIO, N.L.; MORROW JUNIOR, J.R. Physical activity, behaviors of older adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, Champaign, v.9, n.1, p.58-66, 2001.

HALL, S. *A identidade cultural na Pós-modernidade*. 11. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2006.

IBGE. Censo demográfico 2010. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

KELLY, R.B.; ZYANSKI, S.J.; ALEMAGNO, S.A. Prediction of motivation and behavior change following health promotion: role of health beliefs, social support, and self efficacy. *Social Science and Medicine*, Oxford, v.32, p.311-20, 1991.

LEFEVRE, F., LEFEVRE, A. M. C.; MARQUES, M. C. Discurso do sujeito coletivo, complexidade e auto-organização. *Revista Ciência e Saúde Coletiva*, v. 6, p.166, 2007.

MANSFIELD, J.C.; MARX, M.S.; GURALNIK, J.M. Motivators and barriers to exercise on older community-Dwelling population. *Journal of Aging and Physical Activity*, Champaign, v.11, n.2, p.242-53, 2003.

MARCELLINO, N. C. *Estudos do lazer: uma introdução*. 4. ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2006.

_____. *Políticas públicas setoriais de lazer*. Campinas: Autores Associados, 1996.

MARQUEZ FILHO, E. *Introdução à prática da Atividade Física*. In: Seminário “Corpo, Saúde, Envelhecimento”. Conferência. Campinas: SESC, ago, 1993.

MARTINS, M. O. *Estudo dos fatores determinantes da prática de atividades físicas de professores universitários*. 2000. Dissertação (Mestrado Programa de Pós-Graduação de Educação Física) – Universidade Federal de Santa Catarina, 2000.

MARX, K. *O capital*. Crítica da economia política. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1971. Livro 1, v. 1.

MILLS, K.M. et al. Consideration of adult's preferences for format of physical activity. *Journal of Aging and Physical Activity*, Champaign, v.5, n.1, p.50-8, 1997.

MORIN, E. *Cultura de Massa no Século XX: o espírito do tempo*. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1967.

- MIRANDA, M. L et al. A prática pedagógica em educação física para idosos no projeto sênior para a vida ativa da USJT: uma experiência rumo a autonomia . In: SAFONS, M. P.; PEREIRA, M. de M. (Org.). Educação física para idosos: por uma prática fundamentada. Brasília, Faculdade de Educação Física, Universidade de Brasília, 2004.
- MOSCOVICI, S. *A representação social da psicanálise*. Rio de Janeiro: Zahar, 1978.
- MOSCOVICI, S.; MARKOVA, I. Presenting social representations: a conversation. *Culture & Society*, v. 4, n. 3, p.371-410, 1998.
- OKUMA, S. S. *O idoso e a atividade física*. São Paulo: Papirus, 1998.
- PORTELLA, M. R. *Grupos de Terceira Idade: a construção da utopia do envelhecer saudável*. Passo Fundo, RS: UPF, 2004.
- RAUCHBACH, R. *A atividade física para terceira idade*. Curitiba: Lovise, 1990, 110p.
- REIS, C. N. Inclusão social: uma proposta de integração articulada de políticas sociais públicas. *Revista Virtual Textos & Contextos*, n. 4, dez. 2005.
- RHODES, R. E. et al. Factors associated with exercise adherence among older adults: an individual perspective. *Sports Medicine*, Auckland, v. 28, n. 6, p. 397-411, 1999.
- RIFIOTIS, Theophilos. Grupos Etários e Conflito de Gerações: bases antropológicas para um diálogo interdisciplinar. *Revista Política & Trabalho*, São Paulo, v. 1, p. 105-123, set. 1995.
- RODRIGUES, N; RAUTH, J. *Os desafios do envelhecimento no Brasil*. Tratado de geriatria e gerontologia. Guanabara Koogan: Rio de Janeiro, 2002.
- SCHWARTZ, G.M. et al. *Atividade física envelhecimento na perspectiva do idoso*. 1993.
- SCOTT, JOAN W. O enigma da igualdade. *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, v.13, n.1, , jan-abr, 2005.
- SHEEHY, G. *Novas passagens*. Rio de Janeiro: Rocco, 1997.
- SOUZA, D. L. S.; VENDRUSCOLO; R. Adherence to a physical activity program by older adults in Brazil. *The Physical Educator*, 2009.
- STIGGER, M. P., GONZÁLEZ, F. J.; SILVEIRA, R. *Esporte na cidade: estudos etnográficos sobre sociabilidades esportivas em espaços urbanos*. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007, 194 p.
- STIGGER, M. Políticas sociais em lazer, esportes e participação: uma questão de acesso e de poder. *Revista Motrivivência*, n.11, set. 83-96, 1998.
- STOER, S. R., MAGALHÃES, A. M.; RODRIGUES, D. *Os lugares da exclusão: um dispositivo de diferenciação pedagógica*. São Paulo: Cortez, 2004.

TELLES, S.; MOURÃO, L. Primórdios do movimento de teorização no campo da intervenção das atividades físicas para idosos: o artigo documento de Fernando Telles Ribeiro. In: CONGRESSO NACIONAL DE HISTÓRIA DO ESPORTE, LAZER, EDUCAÇÃO FÍSICA E DANÇA, 10. Curitiba - PR. *Anais do ...*. Curitiba, 2006.

TELLES, S. *A construção do campo do conhecimento sobre as atividades físicas para idosos no Brasil*. 2008. Tese (Doutorado) – PPGEF, UGF, Rio de Janeiro, 2008.

VOTRE, S. Inovando na análise do discurso. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DO ESPORTE, 15., 2008. Recife. *Anais...* Recife: Colégio Brasileiro de Ciências do Esporte, 2008.

_____. *A representação social da mulher na educação física e no esporte*. Rio de Janeiro: Editora Central da Universidade Gama Filho, 1996.

VOTRE, S. MOURÃO, L. GOELLNER, S.; FIGUEIRA, M. *Gênero, raça, idade e deficiência: integração em projetos sociais do Rio de Janeiro*. Rio de Janeiro: Duplegraf, 2009.

ZAWADSKI, A. B.; VAGETTI, G. C. Motivos que levam idosas a frequentarem as salas de musculação. *Movimento & Percepção*, Espírito Santo do Pinhal, SP, v. 7, n. 10, jan./jun. 2007.

WACHHOLZ, P. Diferenças intergeracionais no contexto brasileiro: reflexões e perspectivas. *Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento*. Porto Alegre, v. 9, p. 7-24, 2006.

WEINECK, J. Idade e esporte. In: _____. *Biologia do Esporte*. São Paulo: Manole, parte VI, 1991. p.320-351.

WERNECK, C. L. G. *Lazer, trabalho e educação: relações históricas, questões contemporâneas*. Belo Horizonte: UFMG, 2000.

WILCOX, S.; KING, A.C.; BRASSINGTON, G.S. Physical activity preferences of middle-aged and older adults: a community analysis. *Journal of Aging and Physical Activity*, Champaign, v.7, n.4, p.386-99, 1999.

ANEXO A - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

CONVITE AO ENTREVISTADO

Sr. Responsável,

Este documento o convida para a sua participação voluntária, na Pesquisa de mestrado intitulada: “*Homens idosos em programas de esporte e lazer*”.

O estudo em questão tem por objetivo identificar os fatores que interferem a participação de homens idosos em atividades de esporte e lazer de projetos sociais.

Por intermédio deste termo são garantidos ao senhor (a) os seguintes direitos: (1) solicitar, a qualquer momento, maiores esclarecimentos sobre esta Pesquisa; (2) sigilo absoluto sobre nomes; (3) ampla possibilidade de negar-se a responder a quaisquer questões ou a fornecer informações que julguem prejudiciais à sua integridade física, moral e social; (4) opção de solicitar que determinadas falas e/ou declarações não sejam incluídas em nenhum documento oficial, o que será prontamente atendido; (5) desistir, a qualquer tempo, de participar da Pesquisa; (6) O voluntário não receberá dinheiro ou indenização para participar da pesquisa uma vez que a coleta de dados da pesquisa não causará qualquer malefício, e gasto financeiro.

Os dados serão coletados através de uma entrevista que será gravada. Estes dados, após transcritos e analisados serão escritos em artigos e publicados posteriormente, como dito anteriormente, sem nenhuma identificação dos participantes.

Uma cópia deste termo permanecerá arquivada com o Pesquisador responsável pela pesquisa e outra com o entrevistado.

Rio de Janeiro, _____ de _____ de 201 ____ .

Assinatura

Nomes dos pesquisadores:	Rubrica
1) Pesquisador responsável: Prof. Dr. Sebastião Josué Votre	
2) Mestrando: Profº João Gabriel de Mello	

Contato: João Gabriel de Mello – (21) 8404-5541 – jgmello@hotmail.com

ANEXO B - Roteiro de Entrevista – Idosos que saíram do Projeto

Roteiro de entrevista

Idosos que participaram mais saíram

1. O que o motivou a entrar no projeto?
2. Em qual atividade entrou primeiro? Por que a escolheu?
3. Por quais atividades passou?
4. Por que saiu?
5. Quais fatores influenciaram a sua saída?
6. Como eram as dinâmicas das aulas? Como você gostaria que eles fossem?
7. Em algum momento você teve dificuldade de se relacionar com os demais? Por quê?
8. Você acha que os professores interferem na saída das pessoas do projeto? Como?
9. Você conhece os benefícios da prática de uma atividade física?
10. Você tem intenção de voltar às atividades do projeto? Por quê?

ANEXO C - Roteiro de Entrevista – Idosos que nunca participaram

Idosos que nunca participaram

1. Por que você não realiza atividades físicas?
2. Você já pensou praticar alguma atividade física? Qual?
3. Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?
4. Você conhece os benefícios da atividade física?
5. Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física? Qual foi sua reação?
6. Você se sente incomodado para a prática de atividade física? Por quais motivos? De que forma isto o incomoda?
7. Você conhece o projeto SUDERJ em Forma?
8. Já pensou em participar deste projeto?

ANEXO D - Transcrição das entrevistas individuais

5.1 Entrevistado 01 – NUNCA PARTICIPOU

Nome: Joarez

Idade: 62 anos

A entrevista foi concedida no dia 22/07/2012, no bar do Russo, às 11h30min e durou 30 minutos.

P: Por que você não realiza atividades físicas?

E: Eu nunca gostei de praticar atividade física por obrigação. Sempre fiz bastante exercícios...

P: Você já fez o que?

E: levantei bastante peso na vida. Eu era pedreiro. Ainda faço alguns bicos por aí...mas meu amigo, se me obrigarem a ficar levantando estes pesos em academia...ah, daí não.

P: Nunca praticou nenhum esporte?

E: Era peladeiro, mas nunca fiz de forma regular...sempre...

P: Você já pensou praticar alguma atividade física?

E: Meu sonho desde criança era nadar, nunca aprendi a nadar. As vezes ia na praia mas nunca entrava no fundo. Hahaha. Talvez um dia eu entre numa natação, dizem que é bom né...hahaha...

P: Por que nunca fez a natação?

E: ah...sei lá...não se encontra muitas piscinas por aí né...

P: Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?

E: Cara, vou te falar a verdade, eu sei que é muito bom. Sei que hoje estou nesta forma é por praticar muito exercício...no meu tempo de pedreiro. Acho que o coração é quem agradece mais né...rs...mas acho...por exemplo temos alguns amigos que praticam atividades e eu consigo ver que eles são mais fortes, mais disposto a viver que outros que não fazem nada...engraçado né...eu sabendo disto e não faaço mais nada...ahahah

P: Você conhece os benefícios da atividade física?

E: Como lhe disse, eu sei que é bom...mas não sei explica pra você...acredito que quem faz vive mais...agora me pergunte...por que uma pessoa como eu queria viver mais...?

P: Você não sente vontade de viver mais?

E: HAHA...Olha meu amigo...a vida é muito difícil pra gente.

P: Mas por que?

E: Não tenho muito o que fazer, só remédios e dores.

P: Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física?

E: Meu camarada, só fui no médico uma vez na minha vida..e já faz tempo. Ele veio com esta conversa de que eu teria que fazer algo...algo de atividade física. Lembro que não fiz, acho que não tinha dinheiro pra pagar uma academia, e na época não tinha estes projetos sociais.

P: Você se sente incomodado para a prática de atividade física?

E: Praticar? Não. Não gosto muito destas atividades em que um professor fica La na frente mandando a gente repetir ele...muito estranho...parece um quartel...

P: Você conhece o projeto SUDERJ em Forma?

E: Aquele que funciona no piedade? Conheço sim...sei que ocorrem atividades que nós velhos...kakaka...velho ou idoso? Kakaka....mas sei que podemos ir

P: Já pensou em participar deste projeto?

E: Já até pensei, andei até vasculhando as atividades, mas como eu disse, atividades de “quartel” eu to fora...prefiro ficar aki no bar, tomando uma cerveja, jogando uma biriba com meus amigos ou até mesmo ficar em casa com as pernas pro ar...hahaha...sou muito preguiçoso.

5.2 Entrevistado 02 – NUNCA PARTICIPOU

Nome: Henrique

Idade: 67 anos

A entrevista foi concedida no dia 22/07/2012, no bar do Russo, às 13h20min e durou 25 minutos.

P: Por que você não realiza atividades físicas?

E: Jovem, eu realizo bem de vez em quando, as vezes jogo uma peladinha lá no piedade...mas bem de vez em quando mesmo. Como pode ver não tenho mais pique pra ficar correndo pra um lado e pro outro

P: O piedade que o senhor se refere, é o projeto social, SUDERJ em forma?

E: Então, Lá no Piedade acontecem atividades deste projeto aí. Mas eu participo é de uma peladinha de final de semana, cada um da um troquinho lá e jogamos bola, sem compromisso com ninguém.

P: Já pensou em participar deste projeto?

E: Minha neta estuda fisioterapia e vive me falando pra eu entrar numa atividade física. Acho que seria uma boa. Mas não gosto de firmar compromisso. E como já vi, lá tem muita mulher junta...rsrsr...ja basta agüentar a minha aqui em casa...hahah

P: Não gosta da presença delas?

E: Não não...o problema é que é muita mulher, pega até mal.

P: Pega mal?

E: Sim...pensa bem só eu de homem lá...não ia prestar...meus netos me sacaniariam...sem falar na galera do bar

P: Você já pensou praticar alguma atividade física?

E: Eu gosto é de futebol, como já falei...gosto das peladinhas...neste projeto lá do piedade até tem futebol...mas é para criança...acho que é tipo uma....uma escolhinha sabe? De treino...eu não quero isso...eu quero partir pro jogo....rsrs.

P: Vê problemas em jogar com elas? As crianças, eu digo...

E: Não...elas tem outro objetivo, querem ganhar e que sabe um dia se tornarem jogadores...eu não...s quero me divertir...

P: Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?

E: Minha neta vive me falando... "Vô, o senhor tem q fazer atividade física..." "Levanta deste sofá"...Ela fala muito em relação aos ossos, que fortalece...mas n vou trocar meu sofá, minha TV pra ficar jogando bola com criança e fazendo aula de ginástica cm um bando de velhas...kakakakaka

P: Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física?

E: Amigo, posso te chamar assim?

P: Claro.

E: Pois então bem. Vários já me recomendaram...tenho problemas de pressão alta...então sempre vou ao médico, e ele sempre me diz pra eu fazer algo. As vezes faço uma caminhada, as vezes não...as vezes vou na minha peladinha...as vezes não...é muito chato fazer esta rotina.

P: Você se sente incomodado para a prática de atividade física?

E:Me incomodo com alguns tipos de atividades..por exemplo: ginástica....é muita mulher, é muito chato.

P: Mas se fosse só homens? E se tivesse alguns homens participando?

E: Ah...não acho uma boa ideia não....convenhamos aqui amigo...é coisa de mulher né...kakakakakak.

5.3 Entrevistado 03 – NUNCA PARTICIPOU

Nome: Carlos

Idade: 67 anos

A entrevista foi concedida no dia 23/07/2012, no estacionamento do supermercado PREMIUM , às 10h10min e durou 38 minutos.

P: Por que você não realiza atividades físicas?

E: Eu não realizo porque não gosto muito de ficar fazendo exercícios. Prefiro ficar sentado vendo TV.

P: Você acha isto bom? Gosta desta rotina?

E: Sei que não é o ideal. Mas...convenhamos...é chato demais ficar levantando pesinhos...um, e dois, e três...chato demais tudo isso. Sem falar que o que eu gosto é difícil de encontrar.

P: Do que o senhor gosta?

E: Gosto é de jogar basquete. E já andei rondando a região pra ver se tem algum lugar que têm, e nada. Nem tabelas de basquete se encontra.

P: Você já pensou praticar outra atividade física além do basquete?

E: Como eu lhe disse meu senhor queria basquete, mas.... Já me indicaram algumas atividades....já me convidaram pra peladinhos de futebol, já me chamaram pra fazer caminhadas..mas não sei...daí penso, como vou fazer caminhadas numa rua tão esburacada? Como vou jogar peladas, se eles só discutem e brigam? Prefiro ficar vendo TV.

P: Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?

E: Cara, vou te falar a verdade, eu sei que é muito bom. Sei que hoje estou nesta forma é por praticar muito exercício...no meu tempo de ajudante no mercado

P: O que o senhor fazia lá?

E: Fazia tudo, levantava muito peso, era saco pra lá...saco pra ka..

P: Você conhece os benefícios da atividade física?

É notável os benefícios da atividade física. Como eu disse, vejo muita TV, e vejo nela alguns programas que falam desta importância.

P: É mesmo?

E: Sim. Este dia mesmo passou uma reportagem na Globo, é, globo repórter eu acho. Mas deveria de se ter uma fórmula, tipo, atividade física e prazer...algo assim.

P: E mesmo assim você não se motivou?

E: Rapaz.... As vezes sento ali na rua e fico vendo as meninas passando pra ir pra academia, é impressionante, todo dia, no mesmo horário elas passam, mas elas é que estão certo...só não sei como gostam desta rotina...kakaka..

P: Mas o senhor já foi numa academia?

E: Sim, uns anos atrás fui com um amigo, ele me chamou pra fazer, mas fui só pra ver. Quando vi aqueles garotões bombados, que se exibiam nos espelhos a cada....a cada...como se diz...é....exercício...eu achei melhor sair e não voltar. Aquilo parece mais uma vitrine de exposições. Kakakakak...

P: Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física?

E: Fui poucas vezes aos médicos...mas já fui sim...aliás, desta vez que te contei do meu amigo, que fui com ele lá e tal, eu tinha ido porque meu médico mandou, daí como sabia que meu velho ia também, resolvi ir com ele.

P: Mas o senhor, nesta ocasião que foi recomendado a praticar exercício, chegou a fazer algum?

E: Pois como me disse a academia não vingou né?Ah sim, comecei a caminhar pelas ruas, no início acordava cedo, mas depois parei de acordar cedo e caminhava mais tarde, mas o transito era horrível. O senhor mora aqui?

P: Sim, moro aqui pertinho.

E: Pois então, então já sabe que não temos ciclovias, nosso trânsito é caótico, e nossas calçadas....todas carcomidas, e sem falar nos carros que estacionam nas calçadas...ah..ainda tem a segurança...ia me esquecendo disto, tentei caminhar também de noite, mas quase fui assaltado...aiiai, ainda quer saber o por que não faço atividade física?...rsrs.

P: Você se sente incomodado para a prática de atividade física?

E: Não. Acho que não. O que me incomoda é ter que fazer por obrigação.

P: Você conhece o projeto SUDERJ em Forma?

E: Conheço sim, aqui pertinho né?

P: Sim.

E: Mas acho que é só pra crianças e velhas. Nunca vi um homem adulto entrando lá.

P: Mas o senhor se incomodaria de fazer atividade com crianças e velhas?

E: é...depende...se fosse uma atividade que gosto, mas acho que é impossível, as mulheres gostam de ficar levantando a perna e gostam de endurecer o bumbum...kakaka...não ia pegar bem eu ficar fazendo estes exercícios.

P: Mesmo o senhor sabendo que aqueles exercícios fazem bem?

E: Meu amigo, e minha reputação na comunidade? Kakakaka.

P: Nunca pensou em participar deste projeto?

E: Olha, nunca pensei não. Mas até participaria. Mas como lhe disse, teria que ser algo que gosto...se fosse o basquete...beleza...mas ginástica, jamais...mas acho que entraria sim, tempo eu tenho né...kakaka.

5.4 Entrevistado 04 – NUNCA PARTICIPOU

Nome: José Carlos

Idade: 71 anos

A entrevista foi concedida no dia 23/07/2012, na residência do entrevistado. Começou as 13h15min e durou 33minutos.

P: Por que você não realiza atividades físicas?

E: Eu realizava atividade física antigamente, cerca de dois meses atrás, mas daí tive problemas de saúde, comecei a sentir muitas dores nas pernas...teve minha filha também que garças a deus conseguiu um emprego, daí tenho que cuidar da minha neta.

P: Quantas barreiras.

E: Sim sim...Mas antes eu gostava de fazer, eu fazia antes...caminhava com minha outra filha...mas estes probleminhas me desanimaram de certa forma.

P: Você já pensou em voltar a praticar alguma atividade física?

E: Até que sim.

P: E por que não volta?

E: Se eu pudesse, tivesse tempo, eu acho que faria, apesar que ficar em casa é bem legal...haha.

P: Por que acha isso?

E: Ficar a toa, digo, ficar sem se cansar é bom demais...

P: Mas qual atividade faria?

E: Caminhar é bom...mas é pouco divertido. Gosto de fazer com bastante pessoas, é bom que faria mais amigos.

P: Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?

E: É essencial. Sei que faz bem pros ossos, pro coração. Eu tenho alto colesterol, sei que fazer atividades, e não ficar parado que nem uma estátua, ajuda muito. Principalmente nesta fase da vida. Minha esposa faz...

P: Onde ela faz?

E: Ela...num projeto para velhas. La no piedade.

P: É o SUDERJ?

E: Acho que sim, é ginástica para velhas.

P: Mas neste projeto também pode haver a presença de homens, o senhor nunca pensou em participar?

E: Sério?

P: Sim.

E: Pra mim lá só era pra velhas...nesta atividade que minha esposa vai só tem velhas, nem uma mocinha, nem um homem.

P: Mas o senhor agora sabendo que pode participar você tem interesse?

E: Depende...

P: Depende do que?

E: Muitas coisas não posso fazer por causa de minha perna, e teria que ter uma atividade pra homens também né...rs.

P: Mas você se incomoda com a presença delas?

E: Acho que ficaria estranho né, ginástica é coisa de mulher. Imagina eu lá, único homem...não não. Bendito o fruto entre as mulheres....kakakaka

P: Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física?

E: Quando eu fazia, era porque um médico me receitou. Antes eu era muito parado. Gostava era de ficar jogando uma daminha na casa do Ari, uma cervejinha no bar do Russo, uma porrinha...e olhe lá. Tenho até que ir no médico ver o que ele me fala sobre minha perna.

P: Mas quando o médico te receitou você gostava de fazer?

E: Então, ele disse pra mim fazer caminhada ou nataçãõ.

P: Mas você gostava de praticar?

E: Sinceramente?

P: Sim.

E: Odiava.

P: Pode me explicar?

E: Natação eu até gostaria de fazer mas não tinha dinheiro, daí a solução foi a caminhada, mas sinceramente, era um porre, as vezes mentia pra minha filha, dizendo estar com dores, rsrs, só pra não ir.

5.5 Entrevistado 05 – NUNCA PARTICIPOU

Nome: José Roberto

Idade: 71 anos

A entrevista foi concedida no dia 24/07/2012, na residência do entrevistado. Começou as 15h00min e durou 29 minutos.

P: Por que você não realiza atividades físicas?

E: Sinceramente, ando meio cansado pra isso.

P: Cansado?

E: é...O máximo que faço é ir ao mercado, ir à padaria. Faço isto todos os dias, pelo menos umas duas vezes ao dia. Mas ir pra academia é ruim demais. Aquilo é pra garotões.

P: Mas existem outros tipos de atividade, você nunca pensou em praticar outro tipo de atividade física?

E: Olha, quando eu era mais novo, vivia jogando bola, era nas noites e nos fins de semana, eu era bom de bola. Mas hoje não tenho mais pique, alguns amigos me chamam pra jogar de vez em quando com eles, mas nunca aceitei.

P: Mas por que nunca aceitou?

E: ah, to meio desmotivado, prefiro ficar em casa assistindo TV.

P: Na sua opinião, qual a importância da atividade física após os 60 anos?

E: Ah, isto eu sei que é bom.

P: Sabe?

E: Sim. Sei que é receitado. Sei que ajuda o coração, principalmente para pessoas que nem eu, que o coração já ta quase parando...kakaka...tenho hipertensão. Acho que fazer atividade física é bom para todas as idades, pra nós velhos então, é essencial.

P: Você já foi recomendado por médicos a praticar atividade física?

E: Sim...toda vez que vou eles falam. Natação já me indicaram várias vezes. Teve uma vez, que cheguei a fazer sozinho, corria no campo do várzea. Acho que até melhorei, mas sozinho é chato né...no começo é bom, você se anima, mas depois, fica muito chato.

P: E se fosse alguma atividade em grupo? Você faria?

E: Eu acho legal atividades em grupo, a gente faz amizades, conversa bastante, é bem mais divertido. Se tivesse algum lugar que tivesse atividades assim, eu iria.

P: O senhor não conhece o SUDERJ em forma?

E: Não, o que é isso?

P: É um projeto que oferece atividades físicas para as pessoas.

E: Mas lá tem atividades em grupo?

P: Sim.

E: Vou procurar saber como funciona...

P: Vai sim, vale a pena.

E: rsrs.

P: Você se sente incomodado para a prática de atividade física?

E: Acho que não. Acho que faria tudo numa boa. Alias, tudo que for em grupo. Atividades sozinho me incomoda, são chatas. Fora isso, acho que não....ah...mas não gostaria de fazer uma atividade onde não se falasse o mesmo que eu.

P: como assim?

E: Ah, por exemplo, as mulheres só fala de novela, seria horrível fazer com elas.

P: E se não falassem?

E: Não entendi.

P: E se não falassem somente de novelas....?

E: Ah meu querido, isto é impossível. Você é casado?

P: Não.

E: RSRS

P: Faz diferença?

E: quando se casar e se passar alguns anos, você me entenderá. RSRS

5.6 Entrevistado 06 – SAIU DO PROJETO

Nome: Róbson

Idade: 68 anos⁴

A entrevista foi concedida no dia 26/07/2012, no bar do Russo, às 09h30min e durou 31 minutos.

P: O que o motivou a entrar no projeto?

E: Quando me avisaram do projeto não tive dúvidas, fui lá correndo. Entrei porque não agüentava mais ficar a toa em casa. Minha mulher me tocava de lá... “vai procurar o que fazer” e eu fui..RSRS..

P: Em qual atividade entrou primeiro?

E: Entrei no futebol, sempre gostei de bola, quando era novo joguei em alguns clubinhos, Bangu, mesquita...

P: Por que escolheu esta atividade?

E: Além de gostar muito, já tinha um amigo que fazia...

P: Se não tivesse? Você iria?

E: Olha, a maioria eram jovens, se meu amigo não tivesse, acho que não entraria não.

P: Ele era idoso?

E: KAKAKA...Ele ainda é...

P: Por quais atividades passou?

E: Não não...só fiquei no futebol mesmo.

P: Por que saiu?

E: Saí porque começou a ficar chato depois que trocaram o professor. No início jogávamos o tempo todo, eu chegava dava uma alongadinha, uma corridinha e bora pro jogo. Daí depois entrou outro professor e começou a dar um monte de exercícios, passe...cabeçada, chute...e assim um monte de crianças, crianças de 13, 14 anos começaram a entrar...como se fosse um treino. Daí não agüentei. Ficou chato. Um monte de gente saiu por causa disto.

P: Tinha mais idosos fazendo?

E: Sim, tinha uns 6 ou 7, mas foram saindo de pouco em pouco, acho que não restou nenhum.

P: Mas tinha algum problema em jogar com as crianças?

E: Te falo, no início quando elas não estavam lá era melhor, joguei com elas poucas vezes, mas eles correm muito, preferiria se fosse só os velhos, mas nada contra eles.

P: Você conhece os benefícios da prática de uma atividade física?

E: Sim. São muitos né. Só saí de lá porque achava chato. Eu quero jogar. Mas me sinto bem fazendo atividade física. Me sinto mais disposto.

P: Você tem intenção de voltar às atividades do projeto?

E: Sinceramente não.

P: Mas por quê?

E: Estou participando de uma pelada de futebol aos domingos, então me divirto lá...as outras atividades que eu sei que tinha lá eram chatas, acho que ginástica e capoeira...não to mais na idade de ficar dando cambalhota...

P: Mas e a ginástica, o senhor não gosta?

E: Isto é coisa de mulher. haha

5.7 Entrevistado 07 – SAIU DO PROJETO

Nome: Ivo

Idade: 66 anos

A entrevista foi concedida no dia 26/07/2012, na residência do entrevistado, às 11h30min e durou 29 minutos.

P: O que o motivou a entrar no projeto?

E: Nada me motivou. Fui obrigado pela minha família e pelo médico. Tinha um certo probleminha de pressão, daí tive que participar.

P: Em qual atividade entrou primeiro?

E: Entrei só na ginástica porque o médico me receitou. Não tinham outras. Aliás, a menos cansativa era esta, o resto era, basquete, futebol, luta, não dava pra mim.

P: Por que saiu?

E: Eu saí...é....primeiro que eu não gostava muito das aulas, ia porque como eu lhe disse, eu era obrigado, daí tinha que ir né...mas depois minha mulher que também ia comigo ficou um pouco doente, daí eu peguei e saí de vez logo.

P: Você ia com sua esposa?

E: Sim.

P: E se fosse pra ir sozinho, o senhor iria?

Eu até iria, mas acho que não ficaria por muito tempo. Eu era o único homem.

P: E você se incomoda com isso?

E: Ah, é desconfortável né...pensa bem, um bando de mulheres e só eu de homem?

P: Mas o senhor saiu porque tinha que cuidar dela, ou por causa da ausência da companhia dela?

E: Na verdade, é por causa dela ter saído, não poder ir mais comigo, com ela lá, eu ficava mais confortável, mesmo eu continuando sendo o único homem.

P: Como eram as dinâmicas das aulas?

E: Olha, eu gostava das atividades, eu me sentia bem depois, com mais vigor. Mas as aulas mesmo eram chatas...paradas demais.

P: Como você gostaria que eles fossem?

E: *Gostaria que fossem menos repetitivas...e mais homens...kakaka.*

P: Em algum momento você teve dificuldade de se relacionar com os demais?

E: *Não. Relacionamento, é tudo tranquilo.*

P: Você acha que os professores interferem na saída das pessoas do projeto?

E: *Os professores são bons, no meu era uma mulher, pelo menos no meu caso ela não interferiu em nada. Mas talvez o fato dela ser mulher pode interferir, eu acho, não tinha homens nenhum, isto é estranho.*

P: Por que você acha que pelo fato dela ser mulher pode interferir na entrada de outros?

E: *Acho que a ginástica é coisa de mulher, os homens devem achar isto também, talvez se fosse um homem dando aula, os outros homens talvez perderiam a vergonha.*

P: O senhor teve vergonha?

E: *Sim, muitas senhoras me olhavam torto, até mesmo a professora.*

P: Você conhece os benefícios da prática de uma atividade física?

E: *Sim. Faz bem pro coração, pra artérias, pra articulações, pra saúde num geral né...*

P: Você tem intenção de voltar às atividades do projeto?

E: *Se minha esposa voltar eu até volto. Mas iria propor pra ela uma outra atividade, talvez alguma coisa na água, acho que é hidro né?*

5.8 Entrevistado 08 – SAIU DO PROJETO

Nome: Francisco

Idade: 70 anos

A entrevista foi concedida no dia 30/07/2012, No bar do Russo, às 14h50min e durou 34 minutos.

P: O que o motivou a entrar no projeto?

E: Bem, eu entrei no projeto porque meu médico indicou. Tinha uns probleminhas de pressão e osteoporose. Primeiro fiz hidroginástica numa academia aqui perto, depois entrei no SUDERJ.

P: Em qual atividade entrou primeiro?

E: Eu entrei só no futebol de salão, mas tinha muitos jovens, foi por isso que saí.

P: Mas qual o problema de fazer com eles?

E: Ah, eles são muito competitivos, só querem ganhar. Dão pancada na gente. Um dia lá, levei uma pancada que até desanimei, o ritmo era muito forte.

P: O senhor era o único que tinha mais idade?

E: Acho que tinha mais uns dois, mas com certeza eles eram mais novos que eu.

P: Por quais atividades passou?

E: Só fiz futebol.

P: Em algum momento você teve dificuldade de se relacionar com os demais?

E: Relacionamento de brigas não, minha dificuldade era se adaptar naquela pegada, eram muita intensas pra mim.

P: Você acha que os professores interferem na saída das pessoas do projeto?

E: Sim, com certeza. Se eles não deixassem as atividades chegarem naquele nível acho que mais velhos que nem eu iriam participar. Ele não falava, por exemplo, no dia que levei a pancada no pé, ele nem falou com o garoto, deixou o jogo rolar. Po, que professor é este?

P: Você conhece os benefícios da prática de uma atividade física?

E: Ah claro. Fortalece os ossos, ajuda no coração, ajuda pra quem tem diabete, da mais disposição. Eu era mais disposto.

P: Você tem intenção de voltar às atividades do projeto?

E: Adoraria. Mas se o ritmo das atividades mudassem. Seria ótimo se tivesse uma atividade só pra idosos. Tem pra garotos, tem pra velhas. Mas pra gente não.

P: Mas você pode participar com elas também.

E: Po, mas um monte de velhas e só eu de homem, pega mal né. RS.

P: Por que acha isso?

E: Não é bacana...tenho uma vida toda a zelar...pra mim lugar de mulher é em casa...

5.9 Entrevistado 09 – SAIU DO PROJETO

Nome: Paulo

Idade: 62 anos

A entrevista foi concedida no dia 31/07/2012, No bar do Russo, às 15h40min e durou 26 minutos.

P: O que o motivou a entrar no projeto?

E: O que me motivou? Hum, eu entrei no SUDERJ porque eu não tinha nada pra fazer em casa, como eu sou viúvo, me sentia muito sozinho, fui pra lá pra fazer amizades, pra me sentir bem novamente. Ficar encostado ninguém merece.

P: Em qual atividade entrou primeiro?

E: Entrei no alongamento. Era muito bom. Gostava de verdade. Escolhi ela porque minha vizinha fazia e ela me disse que gostou demais, então eu fui pra ver. E gostei.

P: Por quais atividades passou?

E: Não não. Fiquei só no alongamento mesmo. Queria ter ido pra ginástica mais tive que sair antes.

P: Por que saiu?

E: Tive que sair porque minha irmã adoeceu e eu tive que ficar em casa cuidando dela, ela tem Alzheimer, não posso deixar ela em casa sozinha, ela é bem velhinha, tadinha.

P: Como eram as dinâmicas das aulas?

E: As aulas eram bem legais, quando acabava eu me sentia muito bem, bem disposto, tinha mais fôlego. A professora era bem legal.

P: Em algum momento você teve dificuldade de se relacionar com os demais?

E: Não não. Fiz alguns amigos, dois grandes amigos, e algumas amigas. Me dei bem lá...rsrs.

P: Tinha muitos homens lá?

E: Não não...eu e mais três...e um bando de moças...

P: Moças novas?

E: Não não...velhas também...acho que tinha uma moça nova lá...filha de um senhora...mas só...

P: E o senhor não se incomodava com a presença de tantas mulheres?

E: Não não. No início eu confesso que fiquei com receio, fiquei com vergonha, mas depois entrou mais um senhor, fui me soltando e fiquei bem.

P: Você acha que os professores interferem na saída das pessoas do projeto?

E: No meu caso não. Mas acho que se o professor for chato, triste, desmotivado, acho que interfere sim. Mas no meu caso me dei bem com a professora. Boa moça.

P: Você conhece os benefícios da prática de uma atividade física?

E: Sei que todos recomendam, sei que é bom, foi visível minha melhora. Mas não sei te dizer o exato o que ela faz com nosso corpo.

P: Você tem intenção de voltar às atividades do projeto?

E: Por enquanto não dá mesmo. Tenho minha irmã pra cuidar. Mas quem sabe um dia? Não gosto de ficar em casa. Gosto de conversar.

5.10 Entrevistado 10 – SAIU DO PROJETO

Nome: Antunes

Idade: 69 anos

A entrevista foi concedida no dia 01/08/2012, No na casa do entrevistado, às 16h10min e durou 27 minutos.

P: O que o motivou a entrar no projeto?

E: Eu entrei no projeto porque minha esposa me chamou, disse que era bom e tal. Daí resolvi ir lá ver como era e fiz.

P: Em qual atividade entrou primeiro?

E: Entrei no alongamento.

P: Por que escolheu o alongamento?

E: Escolhi é, na verdade foi minha esposa que já fazia, ela quem manda aqui. Falou ta falado.

P: Por quais atividades passou?

E: Só fiquei por um tempo no alongamento e depois sai.

P: Por que saiu?

E: Comecei a achar a aula meio chata. Quase toda semana eram os mesmo exercícios. Parecia que a professora não sabia, dar aula, falava isto pra minha esposa, mas ela achava que eu tava de implicância com a coitada.

P: Como eram as dinâmicas das aulas?

E: As aulas eram repetitivas, gostaria que fossem mais agitadas, a professora é muito lenta.

P: Quais fatores influenciaram a sua saída?

E: Pois então, já estava achando as aulas chatas, daí tinha uns vizinhos que sempre se encontravam num bar pra beber e conversar. Sei que a atividade física faz bem, ajuda muito o corpo da gente, deixa a gente forte, flexível, mas via que eles eram bem felizes, sempre que passava perto do bar eles estavam sorrindo, resolvi ir lá me encontrar com eles e não saí mais, é bem divertido.

P: Em algum momento você teve dificuldade de se relacionar com os demais?

E: Não. Sempre me comportei normal. Não conversava muito com ninguém lá. As aulas eram muito quietas, não tinha um clima bom. Na verdade não consegui me relacionar, esta que é a verdade.

P: Você tem intenção de voltar às atividades do projeto?

E: Acho que não. Penso em fazer atividades físicas, como lhe disse, sei que é bom. Mas no projeto acho que não. Não sei, vamos ver o que acontece. rs.

ANEXO E - Transcrição da entrevista ao Grupo Focal

Entrevista em grupo focal no dia 8 de agosto de 2012 com Ivo, Joarez, Henrique, Carlos, José Carlos, José Roberto, Róbson e Francisco. A entrevista foi realizada nas dependências do Várzea tênis clube. Duração 64 minutos.

P: Ao serem perguntados sobre a prática da atividade física, mesmo os senhores sabendo que faz bem pra saúde e tal, muitos responderam que preferem ficar em casa assistindo TV ou em bares com amigos, dizem estar cansados. O que vocês podem dizer sobre este fato? O fato de conhecerem os benefícios, mas optarem por fazer outras coisas?

J: Cara, fazer aquilo por obrigação é chato demais.

H: Também acho, é ridículo.

I: ué mas ninguém faz por obrigação ué...

J: se o médico receita, claro que é por obrigação...isto é ruim.

I: Mas ficar em casa não é pior?

R: pra saúde sim...mas se você não gosta, porque fazer?

F: gente...mas a questão que ele que saber é a seguinte...por que não fazemos mesmo sabendo que é bom?

Jc: é isto aí Francisco, vamos ser inteligentes né...

R: cara, mas é muito chato, você já foi?

Jc: não não...

R: Então...é muito chato, ficar fazendo aquelas coisas que a professora manda...

H: Também acho....por isso prefiro ficar em casa..

J: eu tbm...já ando cansado, não vou me estressar fazendo algo que não quero..

PESQUISADOR: Mesmo sabendo que faz muita diferença pra saúde?

J: Do que adianta, você faria algo que não goste? So pra ter saúde...?

P: tem razão, o que conta mesmo é a felicidade

Jr: é isso msm...

Palmas de todos

Jr: eu duvido que estes garotões são tão felizes quanto a gente. Duvido mesmo.

C: Pergunta lá pra eles se eles gostam? Fazem porque querem se mostrar, mas duvido que gostam de ficar indo levantar pesinhos...kakaka

J: é chato mesmo...por isso que é melhor ficar em casa...ir pra um botequinho...ir no russo jogar uma biriba...

C: ta certo joarez...temos que aproveitar a nossa vida...rsrsrs...já que está no fim...

PESQUISADOR: Mas não acham que poderiam aproveitar com mais qualidade?

J: Tem razão, se existisse uma fórmula...prazer e atividade física..quem sabe

R: João, o que acontece é o seguinte...as aulas são chatas...afastam as pessoas..ninguem quer ficar lá...

JR: tem razão...

R: desmotiva as pessoas...

PESQUISADOR: Mas ficar no sofá é motivante?

R: As vezes sim...

J: pelo menos não cansa...

P: e não estressa né....

JR: Tira aquele sentimento de obrigação, a gente ver TV por que quer...se quisermos desligar...desligamos...se quisermos ir pro Russo, vamos...

I: concordo, acho que na nossa fase da vida temos que ser felizes...

C: já passamos da fase de receber ordens...

J: Enfim...a atividade tem seus benefícios, mas não nos motiva...

R: É só ir lá ver...vc foi lá né?

PESQUISADOR: Sim...fui sim...

R: pois então, só tem velhas lá...não nos atrai.

Risos de todos...

PESQUISADOR: Falando em mulheres, muitos de vocês disseram que a presença delas os incomoda. Disseram que poderiam ser mal vistos pelos amigos, e disseram que se algumas atividades tivessem mais homens, muitos entrariam ou voltariam a participar. No que a presença das mulheres os incomodam tanto?

H: caro amigo, você já viu as atividades né?

PESQUISADOR: sim, já vi sim.

H: é muita mulher junta.

F: meu caso foi assim...só tinha eu de homem, e um bando de velha...

Risos de todos..

JR: Cara...eu fico me imaginando lá..

PESQUISADOR: o que que tem?

JR: É muita mulher, iriam só falar de novela e tal...não agüentaria...

C: Não mesmo

J: Mas não há ginástica só pra homens, professor?

PESQUISADOR: todas as atividades do SUDERJ os homens podem freqüentar, inclusive a ginástica.

C: Mas peraí...iria pegar muito mal, ficar levantando a perninha...

Risos de todos...

C: endurecer o bumbum

Risos de todos

R: É mesmo...

C: Pensa na minha reputação, não ia prestar

Risos de todos

I: Também acho ruim fazer com muitas mulheres juntas, quando miha esposa saiu, peguei e sai junto. Eu era o único que sobrou.

C: Fez bem..

Risos de todos

P: Tenho que dar meu testemunho...

C: O que?

P: minha experiência foi a seguinte: no início me sentia incomodado com a presença delas...digo...so tinha eu...isto me incomodava...mas depois fui me acostumando e acabei gostando..fiz bastante amizades

C: Por que saiu então oras...? alguém te sacaneou?

Risos de todos

P: minha irmã adoeceu...não ligo pra piadinhas de ninguém

H: Caramba....se eu vou numa atividade que só tem mulheres, ferrou...

Risos de todos

H: meus filhos e até meus netos me sacaniariam...

C: Com certeza...os meus também

F: olha, a verdade é a seguinte, ninguém que ser sacaneado...

C: concordo...é isto aí Francisco

Risos de todos

F: pensa bem....um monte de velhas e só um homem....estranho.

Risos de todos

F: vai me desculpar Paulo, mas isto pega mal sim...

PESQUISADOR: mas se tivesse atividades só para homens, vocês iriam?

C:se fosse as mesmas atividades não..

R: quais mesmo?

C: de ficar levantando a perna...o bumbum...

Risos de todos

C: isto não...teria que ser um futebol...coisa de homem

JC: se tivesse atividades só pra homens eu entraria

H: Eu também

R: eu também

P: se esperarem isto acontecer estão perdidos..rsrs

C: Melhor que ficar no meu das mocinhas

Risos de todos

F: Pega mal mesmo.

P: ai ai...

J: Como vê professor, muitos iriam se fossem só a gente

PESQUISADOR: concordo Joarez

J: Mas foi como disseram, teria que ser uma atividade melhor, como o futebol..

P: Mas tem futebol no SUDERJ..

C: Mas é só pra crianças...

PESQUISADOR: como disse anteriormente, as atividades são pra todos.

C: mas teria que ser só pra gente, o futebol eu digo.

PESQUISADOR: Aproveitando Carlos, que o senhor tocou no assunto das crianças, houve alguns relatos de que a presença deles também foi um fator decisivo na saída e entrada para o projeto, para o SUDERJ. Até que ponto a presença deles interfere na participação dos senhores no SUDERJ?

C: Hum...

J: Pergunta difícil hein..

PESQUISADOR: vocês entenderam a pergunta..

I: sim...entendemos..

C: acho que tem muita criança...

PESQUISADOR: isto é ruim?

C: não sei...mas por exemplo..eu não entrei porque pensava que era só para elas...

H: eu também achava isso...

J: muita gente não deve ter entrado por achar isso..

C: com certeza

PESQUISADOR: mas sabem que vocês podem participar junto com eles né?

JR: isto é complicado..

PESQUISADOR: o que é complicado?

JR: UÉ...mesmo sabendo que pode, que será o maluco que ficará no meio de um tanto de crianças?

Risos de todos

C: é complicado mesmo...

H: é o mesmo caso das mulheres..

JR: Mas das mulheres pega bem pior né:

Risos de todos

R: João, o que acontece é o seguinte, ninguém quer ficar num grupo tão diferente, a gente fica deslocado..

I: isso eu concordo

C: com certeza...

JR: Falou tudo, como eu disse, gosto de ficar em lugares pra fazer amizades, gosto que falem minha língua..

PESQUISADOR: mas não acha que pode aprender com eles?

Risos de todos

C: João....rsrs..você sabe que não né..

P: neste caso eu sou a favor, acho que não temos muitas coisas a fazer com as crianças

R: olha...posso falar?

PESQUISADOR: claro Róbson..

R: eu sei porque tinha muitas crianças e jovens...eles mal conversavam com a gente...

F: também saí por causa disto

R:mas continuando...as atividades eram competitivas de mais...não tenho mais idade pra isso...

F: exatamente..

R: acha que tenho idade pra ficar levando pancada de garotão?

Risos de todos..

F: também achava isso...as atividades eram intensas demais...alem de serem competitivas, como nosso amigo falou

H: é complicado mesmo..a maioria sempre tende a vencer

PESQUISADOR: como assim...?

H: ah, se tem mais crianças do que idosos, eles dão atividades só para elas...

P: isto também é um fato...

R: com certeza...por exemplo, eu saí porque os jovens começaram a ir mais, no início tinha alguns idosos comigo...

PESQUISADOR: e como eram as atividades?

R: eram mais divertidas...

F: menos cansativas...ufa

Risos de todos

PESQUISADOR: e por que acham que as atividades mudaram?

F: ah...como foi dito, muitas crianças é igual, atividades do interesse delas, muitas velhas...também..

R: a o fato do professor também né...num jogo eu levei uma pancada de um muleque lá, e ele nem se preocupou comigo...incrível...

Risos de todos..

I: isto é fato

F: as atividades eram competitivas demais.

Percebi tanto nas nossas conversas individuais quanto agora, que o professor, a figura que ele representa ali, também pode ser um fator para definir se vocês entrarão ou se vocês sairão do projeto, o SUDERJ. Na opinião dos senhores, até que ponto o professor, ou professora, pode interferir na sua participação nas atividades?

R: já digo logo, eu sair por isso.

J: han?

R: eu saí porque as aulas ficaram chatas demais depois que trocaram de professor...

JC: Mas porque?

P: O que entrou era tão ruim assim?

Risos de todos

R: não...a forma de dar aula que mudou...

P: Mas isso não é óbvio?

PESQUISADOR: óbvio porque Paulo?

R: É...também não entendi.

P: Ué, muda o professor...muda também a forma de dar aula...cada um tem uma maneira um método de dar aula, é impossível agradar a todos...

R: Ta flando o que não sabe..

PESQUISADOR: pode explicar Róbson?

R: Claro. Quando entrei, as atividades com o Jair eram mais jogo, a gente se divertia mais, ríamos um do outro...

PESQUISADOR: Quem é Jair?

R: é o professor de antes, que saiu...

PESQUISADOR: mas como ficou depois que ele saiu?

R: pois então, entrou um cara lá e começou a dar um monte de exercícios, as aulas ficaram muito chatas..

JC: mas ele queria ensinar

R: sim...mas ficaram chatas as aulas...muito repetitivas...

F: está coberto de razão Róbson, eu sai por causa disto...ficaram repetitivas...

R: pois é..

I: Olha, uma das causas porque saí, foi esta, as aulas eram muito repetitivas...

PESQUISADOR: Mas repetitivas em que sentido? Por exemplo, a ginástica envolve movimentos repetitivos...

R: mas não é só isso, toda quarta e sexta ele fazia a mesma coisa..

PESQUISADOR: o que ele fazia?

R: ué..cones...chute ao gol, passe..e depois no fim o jogo..

F: caramba...é assim mesmo..

I: Justamente, parecia que estávamos num treino...

F: e o pior, o professor que me dava aula, quando colocava o jogo, o pau comia...ele não tava nem aí..parecia treino mesmo...

R: Virou escolinha...

C: acho isso uma palhaçada?

PESQUISADOR: O que Carlos?

C: Ué, só porque tem crianças tem que fazer escolinhas?

H: Cara, é isso mesmo, se tivesse uma atividade mais dinâmica, mais tranqüila, eu entraria, parece que estamos num quartel...

Risos de todos...

F: eram muito competitivas...

H: isso complica, se tomarmos uma pancada,,,imagina? Po...ia ser muito ruim pra nos recuperar...eles que são jovens recuperam rápido..a gente não

F: caraça...uma vez...acho que já falei isso, tomei uma porrada na coxa, meu amigo....doeu demais...e sabe o que o professor fez...?

PESQUISADOR: O que ele fez?

F: nadaa...fingiu que não viu.

P: é...tenho que concordar...este tipo de aula não é pra gente...

PESQUISADOR: E aulas de ginástica, não tem contato físico, vocês já me disseram que não gostam de fazer com as mulheres, mas se tivesse só homens, vocês fariam?

JR: eu já respondo logo, odeio atividades individuais, e as que gosto são muito competitivas, por isso to de fora aqui hoje...

Risos de todos

J: eu também não...não gosto destas atividades que o professor fica lá na frente, é um..é dois...e fica um bando de gente o imitando...aí sim parece quartel..

P: Eu fazia alongamento e gostava..era bem bacana

I: mas o professor também teria que ser homem né?

PESQUISADOR: por que Ivo?

I: Eu teria vergonha de fazer com uma professora me olhando..

R: eu também..

JC: eu também..

P: eu não...

R: acho que só o Paulo...

I: Acho que se fosse um homem as atividades teriam mais homens, acho que daí teria tanto homens quanto mulheres, seria melhor...

PESQUISADOR: Por que acha isso?

I: Ah, acho que eles, aliás, nós... perderíamos a vergonha né...

Risos de todos

C: acho que se fosse um professor homem, ele nos entenderia

I: por exemplo, eu era o único homem, no início até mesmo a professora me olhava torto...

PESQUISADOR: isto te incomodava?

I: ah sim...logo quando entrei, acho que uma semana depois um senhor entrou, e não voltou mais...deve ter sido por isso...