

PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA DE LAZER NA TERCEIRA IDADE: LEVANTAMENTO REALIZADO EM PERIÓDICOS DA ÁREA DE EDUCAÇÃO FÍSICA

LUCIANA DE FÁTIMA HOLDERBAUM ¹

LUCIANO MEIRELES DE PONTES ²

IGOR DE CARVALHO ANGELO ³

RESUMO

Estudos sobre a prática de atividade física de lazer na terceira idade são necessários para esclarecer quais os principais benefícios desse tipo de prática na saúde e qualidade de vida do idoso. O objetivo do presente foi realizar um levantamento das publicações sobre prática de atividade física de lazer na terceira idade em revistas científicas da área de Educação Física. Métodos: Trata-se de uma pesquisa descritiva do tipo documental, com abordagem quantitativa. O universo do estudo foi composto por 103 artigos publicados entre 2009 e 2011 em periódicos nacionais da área da Educação Física. A amostra foi composta por 1 artigo selecionado a partir do critério de inclusão que estabeleceu o tema “atividade física de lazer na terceira idade” e a categoria “artigo original”. O instrumento para coleta das informações foi uma ficha de levantamento de informações elaborada pelos próprios autores desse trabalho. A análise estatística utilizou o método descritivo de distribuição de frequência (%). Resultados: Do total de artigos analisados (N=103) apenas 0,9% tiveram como tema “atividade física de lazer na terceira idade”. No mesmo, as palavras chaves utilizadas foram idoso, lazer e terceira idade. Sobre o perfil dos sujeitos da pesquisa, faziam parte de grupo de convivência e eram de ambos os sexos. Em relação às atividades físicas de lazer observadas nas pesquisas constatou-se que foi utilizada a dança, o alongamento, a ginástica e a hidroginástica. No estudo, todas as atividades físicas desenvolvidas foram voltadas à saúde. Conclusão: Portanto, a partir dos resultados evidenciados nessa pesquisa documental, constata-se que ainda há pouco interesse dos pesquisadores da área da educação física o desenvolvimento de estudos sobre atividade física de lazer na terceira idade, tendo sido identificado um único estudo nos últimos três anos nas revistas analisadas no presente estudo.

Palavras-chave: ATIVIDADE FÍSICA, LAZER, TERCEIRA IDADE.

¹, lucianahol@ibest.com.br;

² UFPE, mslucianomeireles@gmail.c;

³, igor_titi_17@hotmail.com;