



II CONEDU
CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

ATIVIDADE FÍSICA, ESPORTE E LAZER: POSSIBILIDADES DE INCLUSÃO SOCIAL DE IDOSOS

Nilmara Serafim Chagas - *URCA Campus Iguatu-CE. Email: nschagas@hotmail.com*

Lucas Vieira de Lima Silva - *URCA Crato-CE. Email: vieira1silva@hotmail.com*

Maria Rosângela Dias Pinheiro - *URCA Campus Iguatu-CE. Email: rosangelapinheiroigt@hotmail.com*

Resumo: O presente artigo é fruto de uma pesquisa de revisão bibliográfica desenvolvida pelo grupo de professores do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri (URCA). Trata-se da possibilidade de se compreender a atividade física, esporte e lazer como elementos relevantes na consolidação do processo de inclusão social de idosos, favorecendo uma melhor qualidade de vida para os mesmos. A importância de se discutir esse tema justifica-se pelo fato de perceber-se, cada vez mais, o aumento do número de idosos participando de programas voltados para a conquista de padrões de vida qualitativamente melhor. Objetivou, de maneira geral, analisar as práticas de atividade física de esporte e lazer como possibilidade de inclusão do idoso do Serviço Social do Comercio (SESC) de Iguatu-Ce. Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, do tipo bibliográfica, realizada em caráter exploratório através da análise de documentos, leis, artigos, revistas e teses de trabalhos referentes à temática em questão. Constatamos que o SESC, por meio de suas ações, programas e metodologias, proporciona à sociedade, em especial aos idosos, uma vida mais serena, com qualidade de vida aos seus participantes, contribuindo para desmistificar os preconceitos existentes relacionados a esse contingente de sujeitos, criando com isso condições para que possam usufruir de tempo disponível para vivenciarem atividades físicas de esporte e lazer que possibilitem o desenvolvimento da inclusão social, do bom relacionamento entre si e da liberdade de expressão e criação.

Palavras Chaves: Inclusão Social, Idoso, Atividade Física, Esporte, Lazer.

1 INTRODUÇÃO

O presente artigo é fruto de uma pesquisa de revisão bibliográfica desenvolvida pelo grupo de professores do curso de Educação Física da Universidade Regional do Cariri (URCA). Trata-se da possibilidade de se compreender a atividade física, esporte e lazer como elementos relevantes na consolidação do processo de inclusão social de idosos, favorecendo uma melhor qualidade de vida para os mesmos.

Hoje, com o aumento significativo da população idosa, uma nova concepção de velhice é ventilada. Segundo Carneiro (2002), a camada etária de idosos, está longe de estabilizar, pois ainda



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

haverá uma ampliação da proporção desse contingente populacional. Projetos para a terceira idade permeiam academias, instituições e diversos seguimentos, principalmente voltados exatamente para dinamizar o cotidiano dessas pessoas, proporcionando-lhe, além de qualidade de vida, uma interação social bem mais ampla, que aquela restrita à família.

Por isso, é comum vermos pessoas de 60, 70, 80 anos e até mais, fazendo atividades como danças, hidroginástica, natação, praticando variados tipos de esportes, entre outras atividades em caráter de lazer, visando uma melhora qualidade de vida biopsicossocial. É importante perceber o quanto a prática regular dessas atividades físicas de esportes e lazer, em qualquer idade, pode trazer benefícios à saúde, de tal maneira que, durante todo processo de realização dessas práticas, esses sujeitos sintam-se incluídos socialmente.

É importante destacar, também, que a oferta de opções de lazer e sua efetivação contribuem para que o idoso possa ter, mesmo com o avanço da idade, uma boa preservação de suas habilidades cognitivas, bem como uma melhora significativa na adoção de um estilo de vida ativo, das relações sociais e do aumento da motivação para realizar atividade física em caráter recreativo e de lazer, entre outras atividades do gênero que auxiliam no aumento da expectativa de vida com saúde e disposição para viver. O lazer e o esporte, aplicados de maneira adequada aos idosos constituem-se fortes aliados para o trabalho das capacidades de aptidão física e intelectual para a obtenção de uma melhor qualidade de vida (SIMÃO, 2004).

Portanto, a importância de se discutir esse tema justifica-se pelo fato de perceber-se, cada vez, o aumento do número de idosos participando de programas voltados para a conquista de padrões de vida qualitativamente melhor. Trata-se da formação de novo perfil de idoso que vem se delineando. Nesse sentido, verifica-se que em academias, clubes e instituições diversas há uma presença cada vez maior do número de pessoas da terceira idade, delineando um novo perfil dessa modalidade de sujeitos buscando incluírem-se socialmente através de atividades e espaços também propiciadores de inclusão social. Nesse sentido, em função das nossas inquietações, surgiu o seguinte problema de pesquisa: Como o Esporte e Lazer possibilita a inclusão de Idosos?

O trabalho tem como objetivo analisar as práticas de atividade física de esporte e lazer como possibilidade de inclusão do idoso do Serviço Social do Comercio (SESC) de Iguatu-Ce. É através do problema aqui apresentado que se formaram os presentes objetivos específicos: a) verificar



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

através de documentos e artigos se as possibilidades de práticas de atividade física de esporte e lazer ofertadas para os idosos do SESC de Iguatu-Ce estão de fato incluindo socialmente esses sujeitos; b) descrever através de observações se a inclusão acontece verdadeiramente para os idosos; c) Identificar os tipos de atividades ofertadas e realizadas para os idosos do SESC de Iguatu - CE.

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, bibliográfica e de caráter exploratório através da análise de documentos, leis, artigos, revistas e teses de trabalhos referentes à temática de estudo em questão. Portanto, conforme mostrou o referencial teórico, serão analisados documentos e artigos a respeito da temática de estudo em questão.

2 INCLUSÃO SOCIAL DE IDOSOS

2.1 INCLUSÃO/EXCLUSÃO SOCIAL: contextualizando os conceitos

Falar em inclusão não é tarefa fácil, pois não podemos mais aceitar a exclusão como algo normal nos dias de hoje. A inclusão é a grande oportunidade para uma nova sociedade diante da diversidade cultural, social e política que temos. Podemos dizer que a semente da inclusão foi plantada inicialmente pela DPI (no Brasil, conhecida como a Organização Mundial de Pessoas Portadoras de Deficiência), uma organização não governamental criada por líderes com deficiência, quando em sua Declaração de Princípios, de 1981, definiu o conceito de equiparação de oportunidades (SASSAKI, 2002).

Segundo Soler (2009), para chegarmos ao termo inclusão, temos em sua história quatro fases distintas: fase da exclusão, anterior ao século XX; fase da segregação, no século XX; fase de integração; fase de inclusão que surgiu na metade da década de 1980 e desenvolveu-se durante os anos 1990.

No Brasil, a inclusão como processo social teve início a partir de 1950. De acordo com Sasaki (1997, p. 41), inclusão social é, portanto:

[...] processo pelo qual a sociedade se adapta para poder incluir, em seus sistemas sociais gerais, pessoas com necessidades especiais e, simultaneamente, estas se



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

preparam para assumir seus papéis na sociedade. A inclusão social constitui então, um processo bilateral no qual as pessoas, ainda excluídas, e a sociedade buscam, em parceria, equiparação de oportunidades para todos.

A inclusão social é ampla e relaciona-se à questão da proteção e do lugar ocupado pela população em nosso país. A exclusão social ocorre quando um determinado grupo, ou parcela da sociedade é de alguma forma excluída dos seus direitos, ou ainda, tem seu acesso negado por ausência de informação, por estar fora do mercado de trabalho, entre outras coisas (TORRES, 2008) decorrentes da vida cotidiana como um todo.

Inclusão e proteção social estão intrinsecamente relacionadas aos direitos sociais. Os direitos estabelecidos no Estatuto do Idoso, por exemplo, que indicam e fortalecem a inclusão social do idoso são: direito à vida; direito à informação; direito à vida familiar, à convivência social e comunitária; direito ao respeito; direito à preservação da autonomia; direito de acessar serviços que garantam condições de vida.

O termo inclusão no campo da educação foi oficializado com a Declaração de Salamanca, na Espanha em 1994, que foi chamada de educação para todos, estabelecendo a toda criança o direito fundamental à educação e a ela deve ser dada a oportunidade de atingir e manter o nível adequado de aprendizagem; toda criança possui características, interesses, habilidades e necessidades de aprendizagem que são únicas. A inclusão, portanto, significa fazer parte. É se sentir pertencente como pessoa humana, no singular e no coletivo.

2.2 AFINAL, O QUE É ENVELHECIMENTO

O envelhecimento pode ser entendido como um processo normal e bastante complexo, marcado por múltiplas e contínuas mudanças durante toda a vida, fenômenos de ordem biológica associada (senescência), e interferências de diversos fatores externos sociais e comportamentais.

Segundo Meirelles (2002, p.28)

O processo de envelhecimento começa desde a concepção, sendo então a velhice um processo dinâmico onde há modificações tanto morfológicas com os funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam na progressiva perda de



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maiores incidências de progressos patológicos que culminam por levá-los a morte.

Segundo o quadro mundial de envelhecimento populacional, a expectativa de vida brasileira está aumentando a cada ano. A população de idosos aumentou rapidamente em relação às outras faixas etárias. Vários estudos mostram esse rápido crescimento segundo o World Health Organization (2005), em 2002, aproximadamente 400 milhões de pessoas com mais de 60 anos ou mais viviam no mundo. Até 2025 este número poderá aumentar para quase 840 milhões, ou seja, um aumento de 70% em todo planeta, no Brasil estima-se um aumento da população idosa seja de 28,5 milhões de pessoas.

O adulto entra nessa categoria de idoso com idade maior ou igual há 60 anos segundo a Lei Federal nº 8.842/94 sobre Política Nacional do Idoso de 4 de janeiro de 1994, que diz no artigo 2, para os efeitos desta lei, a pessoa maior de sessenta anos de idade é considerada idosa.

2.3 ESPORTE E LAZER

Entre os vários aspectos que fazem parte da vida, o lazer com várias atividades, preenche o tempo livre de maneira criativa, visando o bem-estar, é um dos responsáveis pela socialização, autoestima, saúde física e psicológica das pessoas.

Dessa maneira, para Marcellino (2011), o lazer é entendido como a cultura no seu sentido mais amplo – praticada ou desfrutada no tempo livre ou disponível, não sendo uma contraposição com o tempo do trabalho. Organizado conforme as características do conceito histórico e sociocultural de acordo com os sentidos/significados nos quais se desenvolvem, o lazer produz cultura por meio de manifestações tais como o jogo, a brincadeira, a festa, o esporte, a arte, a pintura, a dança, tendo também como referência as manifestações estabelecidas pela sociedade através do trabalho, da economia, da política e da educação.

O lazer é 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



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

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, 2012, p. 34).

O esporte como possibilidade de lazer tem uma perspectiva de inclusão de idosos. Através do esporte,... (pensar na ponte/articulação entre as atividades de esporte e lazer para a melhoria da qualidade de vida dos idosos – em seus aspectos físicos, psicológicos, sociais...).

2.4 A ATIVIDADE FÍSICA NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

Quando o indivíduo envelhece, seu corpo aos poucos vai se coibindo de realizar certos movimentos e esforços como um simples subir e descer escadas, agachar para pegar alguma coisa no chão, ou uma caminhada mais acelerada, atividades básicas que acontecem diariamente. Para Meirelles (2002), com o passar dos anos, o processo de envelhecimento faz com que os músculos percam tamanhos e força, acarretando ao indivíduo vários problemas degenerativos.

Quando nos temos à prática de exercícios para idosos, observando também os aspectos psicossociais, porque é importante a compreensão de que a atividade física não faz bem somente ao corpo, mas, melhora a vida dos sujeitos em vários aspectos, traz dinamismo social, afasta problemas como estresse, depressão, ansiedade, entre outras doenças de cunho emocional.

Problemas advindos do sedentarismo acabam impulsionando uma maior preocupação com a saúde e, conseqüentemente, uma maior necessidade de ter uma vida mais ativa. Ferneda (2005, p. 03), esclarece melhor sobre isso, ressaltando que:

Com o aumento da população idosa na maioria dos países do mundo e especificamente no Brasil, há necessidade de se criar estratégias que auxiliem um envelhecimento saudável. Se as pessoas viverem mais, é necessário que viva com qualidade. Para isso ocorrer é necessário modificar o pensamento dos idosos e criar ações que os levem a se engajarem na comunidade, favorecendo um estilo de vida ativo e saudável.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

Algo relevante e fundamental para a mensuração da saúde de pessoas idosas é o grau de preservação da capacidade funcional, que se configura como um componente fundamental da qualidade de vida e determinante da saúde, refletindo, portanto, a condição geral do idoso (MOREIRA, 2011).

De acordo com Meirelles (2002), a solidão e a pobreza são os principais fenômenos que colaboram para que, na velhice, os problemas de saúde causadores das patologias diversas sejam agravados. O autor prossegue ainda afirmando que a falta de companhia do velho, nos dias atuais, está diretamente ligada às transformações que se operam no interior das famílias. Isso tem contribuído ainda mais para manifestações de um maior número de doenças.

Para tentar amenizar a solidão sentida seria importante que o idoso pudesse manter uma atividade física regular e o estilo de vida saudável que tem papel fundamental na prevenção, no tratamento e no controle de doenças, “e assim ter relações sociais que fariam bem para seu estado físico, mental e social possibilitando um envelhecimento com saúde, mantendo-se satisfeito, e ativo em parte de fatores genético-biológicos e em parte do contexto social em que se vive” (OLIVEIRA, 2002).

Suzart (2004) nos diz a importância e os efeitos da prática de exercícios físicos para idosos, que são: aumento de massa muscular; aumento da força muscular; diminuição da incidência de quedas; aumento da resistência aeróbica; melhora e normalização da pressão arterial de repouso; diminuição da resistência a insulina, melhora do controle da glicemia; diminuição da gordura corporal; aumento da taxa metabólica basal; diminuição da perda da massa óssea; diminuição das dores; aumento das funções em indivíduos com artrite reumatoide e osteoartrite; melhora nas atividades do dia-a-dia; melhora da qualidade de vida (independência físico-social).

3 AS PRÁTICAS DE ESPORTE E LAZER: UMA DESCRIÇÃO REFLEXIVA PELA INCLUSÃO SOCIAL

Um fator relevante da pesquisa é descrever se o clube está preparado enquanto instituição para por direito abrir portas a todos independentemente de limitações ou não e oferecer as suas atividades de esporte e lazer, permeando, nesse intuito, a base legal da inclusão social dos idosos.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

A prática de atividades físicas como esporte e lazer é comum entre os jovens, com frequência de 3 vezes ou mais na semana, porém estudos mostram também que idosos têm a mesma frequência (SANTOS, 2013).

O objetivo do esporte e lazer do/no SESC é proporcionar experiências lúdicas gratificantes, que propiciem também a integração sociocultural e a reflexão, tendo como preceito básico a compreensão do esporte e do lazer como direitos, considerando-os elementos indissociáveis ao crescimento e ao desenvolvimento humano e social, sendo o acesso um fator importante à melhoria da qualidade de vida das pessoas e das comunidades e indissociável e indispensável para a terceira idade (DEPARTAMENTO NACIONAL, 2012).

Nesse norte, a unidade de Iguatu-CE foi inaugurada em 1983, tendo como finalidade abarcar e garantir lazer, esportes, educação, cultura e saúde, dispondo, para isso, de auditório, teatro, salas de tv/vídeo e jogos, centro esportivo, biblioteca, sala de Educação Infantil e, ainda, a oferta de programas como o Educação de Jovens e Adultos, programa do Mesa Brasil SESC, trabalhando com a segurança alimentar e nutricional sustentável, realizando redistribuição de alimentos excedentes próprios para o consumo.

No SESC de Iguatu-CE, verificamos a possibilidade de inclusão dos idosos nas atividades de esporte e lazer, ofertadas de segundas-feiras às sextas-feiras, das 5 da manhã até as 21 horas, com profissionais formados na área de Educação Física.

Nesse momento, procura-se descrever algumas das atividades que são ofertadas como possibilidade de inclusão do idoso: Hidroginástica, com 5 turmas, iniciando às 6 horas da manhã até as 9 horas; e a tarde, das 17 horas às 19 horas, nas segundas-feiras, quartas-feiras e sextas-feiras. Para essa atividade, o SESC dispõe de um parque aquático, com piscina aquecida e banheiros específicos para seus alunos e profissionais devidamente habilitados e treinados para a manutenção em condições adequadas de todos os espaços disponíveis para a realização de uma série de atividades corporais ginásticas, esportivas e de lazer descritas a seguir.

Para a atividade de natação, o SESC utiliza o mesmo espaço da hidroginástica, porém nos horários de 6 horas às 8 horas e 19 horas às 20 horas, nas terças-feiras e quintas-feiras. Para o alongamento, dispõe-se de uma sala de ginástica climatizada, piso adequado, som e iluminação, funcionando no horário de 7 horas às 9 horas, nas terças-feiras e quintas-feiras. A Musculação



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

dispõe de espaço próprio, climatizado, banheiros, iluminação e som adequados, funcionário para a manutenção específica da sala e uma empresa para a manutenção quinzenal dos aparelhos. Funciona de 5 horas às 12 horas e de 14 horas às 21 horas, nas segundas-feiras e sextas-feiras. A Ginástica acontece no mesmo espaço das aulas de alongamento, porém em horários diferentes, iniciando às 17 horas até às 20 horas.

Como se pode perceber, todas as aulas com suas atividades dispõem de materiais específicos e adaptações necessárias para a diversidade da clientela que o SESC Iguatu-CE atende, iniciando com uma faixa etária a partir dos 15 anos até os 90 anos.

Como política interna o SESC para a matrícula desses alunos solicita que eles façam a *carteirinha* de identificação e controle do número de beneficiados pelos serviços prestados, além da apresentação de um atestado médico com validade de 6 meses atestando que o interessado está apto para a prática da atividade desejada.

O SESC está voltado para aqueles que trabalham no comércio, seus dependentes, cônjuges e filhos daqueles que trabalham nessa instituição, porém comprovando-se através de documentos o enquadramento nesses casos, podendo, portanto, usufruir de uma redução de 50% na mensalidade pela atividade realizada.

Verifica-se, através de observações, a presença marcante dos idosos em todas as atividades de ginástica, esporte e lazer ofertados pelo SESC, revelando a preocupação que esses sujeitos estão tendo com a melhoria de sua qualidade de vida e ampliação do processo de inclusão social. Outros estudos nos apresentam como respostas que segundo Balbinot (2012) os sujeitos participantes aumentaram o rol de atividades, ampliando a cultura vivenciada e o cuidado pessoal. "... O Lazer tem o poder de aproximar as pessoas...", "...Tem a capacidade de fazer descobrir novas coisas...", foram algumas das respostas mais expressivas dadas pelos participantes em relação à importância do lazer para eles, após as vivências.

Pelo fato de a qualidade de vida ser influenciada por inúmeros fatores, e ser influenciadora de outros, os idosos mostram, por meio da prática da atividade de ginástica, esporte e lazer que se sentem bem, incluídos socialmente e pertencentes a um grupo específico, trazendo uma influência positiva em seu autoconceito, criando novas amizades, aumentando os laços de companheirismo no grupo, reforçando a necessidade dos encontros e convívio com pessoas da mesma idade.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De maneira geral, essa pesquisa mostrou que as atividades oferecidas pelo SESC – Iguatu – CE, proporcionam uma inclusão dos idosos nas diversas atividades de esporte / lazer. Com vários objetivos e que o SESC possibilita aos idosos vários benefícios e que existe também a falta de programas e espaços destinados a essa população.

Torna-se evidente que o SESC através de suas ações, programa e metodologia proporciona a sociedade em especial aos idosos uma vida mais serena, com qualidade de vida. Desmistificando os preconceitos existentes relacionados aos idosos, criando condições para que possa usufruir o tempo que tem disponível, beneficiando-se através das atividades de esporte / lazer, bom relacionamento social e liberdade de expressão e criação.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BALBINOT, A. D. **Análise da Motivação para a Prática Regular de Exercício Físico na Terceira Idade**. Disponível em:

http://www.sescsp.org.br/online/artigo/compartilhar/6447_ANALISE+DA+MOTIVACAO+PARA+A+PRATICA+REGULAR+DE+EXERCICIO+FISICO+NA+TERCEIRA+IDADE. Acesso em: 01 de setembro de 2015.

BRASIL. Lei Federal nº 8.842/94. **Política Nacional do Idoso** de 4 de janeiro de 1994.

CARNEIRO, Ricardo. **Desenvolvimento em Crise- a Economia Brasileira no Último Quarto do Século XX**. Editora Unesp. 2002.

DIEHL, R. M. **Jogando com as diferenças: jogos para crianças e jovens com deficiência**. São Paulo: Phorte, 2008.

DUMAZEDIER, J. **Lazer e Cultura Popular**. 4 ed. São Paulo: Perspectiva: 2012.

FERNEDA, F.; SEBASTINI, F.; GIUMBELLI, I. C.; MARQUES, P.; BENEDETTI, T. B.; LOPES, M. A. Programa de atividade física para a terceira idade da UFSC: 20 anos a serviço da comunidade. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v 2, n. 3, 2005.

MARCELLINO, N. C. **Lazer e Educação**. 17 ed. Campinas: São Paulo: Papyrus, 1987.



II CONEDU

CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO

MEIRELLES, M. E. A. **Atividade Física na Terceira Idade**. Rio de Janeiro: Sprint – 3ª edição, 2000.

MOREIRA, P.L; VILLAS BOAS, J.F. Avaliação nutricional e capacidade funcional de idosos institucionalizados em Botucatu/SP. **Geriatrics & Gerontology**. 2011, v5, p. 1, p.19-23.

ORGANIZATION, W. H. **Envelhecimento Ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

SANTOS JUNIOR, V. M. **A Função Social da Atividade Física e Esportiva na Velhice**.

Disponível em:

http://www.sescsp.org.br/online/artigo/8396_A+FUNCAO+SOCIAL+DA+ATIVIDADE+FISICA+E+ESPORTIVA+NA+VELHICE#/tagcloud=lista. Acesso em: 01 de setembro de 2015.

SUZART, G. **Os idosos e a musculação**. Disponível em: <http://espaco10.com.br/n/os-idosos-e-a-musculacao#.Um2U9RC9sYI>. Acesso em 01 de setembro de 2015.

ROCHA, S. V.; ALMEIDA, M.M. G.; ARAUJO, T. M. A.; SANTOS, L. B.; RODRIGUES, W. K. M. Fatores Associados à Atividade Física Insuficiente no Lazer entre Idosos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Vol.19. Nº. 3. São Paulo. Maio/Junho de 2013.

SASSAKI, R. Z. **Paradigma da Inclusão e suas Implicações Educacionais**. Disponível em: <http://www.ines.gov.br/wp-content/uploads/2014/04/forum5-old1.pdf>. Acesso em: 01 de setembro de 2015.

SESC. DN. **Política de Lazer**. Rio de Janeiro, 2012.

SIMÃO, R. **Treinamento de Força na Saúde e Qualidade de Vida**. São Paulo: Phorte, 2004.

SOLER, R. **Educação Inclusiva na Escola: em busca de uma escola plural**. Rio de Janeiro: Sprint, 2005.

OLIVEIRA, M. F. L.; ALVES, M. L. T.; GALATTI, L. R.; DUARTE, E. **Modelo de Inclusão com Suporte da Escola Especial: um estudo de caso da rede municipal de Suzano (SP)**. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/2846/3467>. Acesso em: 01 de setembro de 2015.

TORRES, M. M.; SÁ, M. M. A. **S Inclusão Social de Idosos: um longo caminho a percorrer**. Disponível em: <http://revistas.unitau.br/ojs-2.2/index.php/humanas/article/viewFile/454/419>. Acessos em: 01 de setembro de 2015.