

CONIC·SEMESP

14º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: IDOSO E LAZER: CONCEPÇÃO, BENEFÍCIOS E DIFICULDADES DE MORADORES DE SÃO PAULO

CATEGORIA: CONCLUÍDO

ÁREA: CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS

SUBÁREA: PSICOLOGIA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

AUTOR(ES): DANIELLE MIRIAN MARQUES DE MOURA, CAROLINA SORÉ, IONE ABADIA MARTINS VALADARES, NÚBIA ALVES DA SILVA

ORIENTADOR(ES): CARLA WITTER

Realização:



Apoio:



Idoso e lazer: concepção, benefícios e dificuldades de moradores de São Paulo

Resumo

O processo de envelhecimento vem se transformando, as pessoas estão vivendo mais tempo e por isso a ciência deve colaborar para esse desenvolvimento com estudos que possibilitem o conhecimento. Este trabalho teve como objetivo investigar e analisar a concepção de lazer para os idosos que residem na cidade de São Paulo. Nos objetivos específicos buscou-se identificar os benefícios, dificuldades e comparar as informações entre o gênero masculino e feminino. A pesquisa é descritiva, possui uma amostra de 25 idosos entre 60 e 80 anos. Os instrumentos utilizados para coleta de dados foi um questionário de caracterização e uma entrevista com perguntas semi-abertas. Os resultados foram tabulados, analisados e foi aplicado o teste Qui-Quadrado, que revelou não haver diferença significativa entre os gêneros quanto aos benefícios e dificuldades dos idosos na prática do lazer. É necessário a atenção de pesquisadores para que realizem novos estudos voltados ao bem-estar e qualidade de vida da população idosa.

Palavras - chave: Envelhecimento, atividade e saúde.

Introdução

O envelhecimento é um tema que cada vez mais tem instigado vários pesquisadores na busca de entender o processo dinâmico, gradual e progressivo da velhice. Segundo a Organização Mundial da Saúde (2014) à medida que taxas de fertilidade diminuem, a proporção de pessoas com 60 anos ou mais deve duplicar entre 2007 e 2050, e seu número atual deve mais que triplicar, alcançando dois bilhões em 2050.

O processo de envelhecimento vem se modificando ao longo da história, e pode ser caracterizado pela cultura do indivíduo, seu estilo de vida, contexto educacional e inserção social. Neste sentido a existência do ser humano é influenciada por todos estes aspectos que podem contribuir significativamente para uma maior tranquilidade e estabilidade na senilidade (Hein & Aragaki, 2012).

Segundo Baldissera e Bueno (2012), o lazer serve como uma maneira de atenuar o estresse, de forma que coisas desagradáveis que acontecem com o indivíduo são percebidas e sentidas de forma mais leve, até porque o lazer também tem uma questão que envolve o convívio social e colabora com a qualidade de vida. Jannuzzi e Cintra (2006) discorrem sobre a pluralidade do lazer, considerando como atividade não obrigatória, acarretando em sensações de prazer e alívio do tédio. O lazer pode também colaborar com o desenvolvimento do indivíduo, pois resgata aspectos criativos, que muitas vezes são perdidos com a rotina que é imposta. Os autores ainda afirmam que a falta de lazer pode favorecer e reforçar a solidão e a dificuldade de manter relacionamento interpessoal.

Objetivo Geral: Investigar e analisar a concepção de lazer para os idosos que residem na cidade de São Paulo. **Objetivos Específicos:** Compreender a concepção de lazer, identificar os benefícios, dificuldades e comparar as informações entre o gênero masculino e feminino dos idosos que residem na cidade de São Paulo.

Metodologia

Participantes

Participaram da pesquisa 25 idosos, sendo 12 do sexo masculino e 13 do sexo feminino com idade igual ou superior a 60 anos, independente do estado civil, escolaridade e região em que reside, sendo uma amostra por conveniência, a descrição detalhada das características dos participantes será apresentada nos resultados.

Material

Foram utilizados na coleta de dados os seguintes materiais: (1) TCLE Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que é um documento obrigatório para garantir a participação voluntária contendo todas as informações necessárias para os participantes sobre a pesquisa; (2) Questionário com dez questões para caracterização dos idosos e (3) Roteiro de entrevista composto por oito perguntas abertas sobre lazer.

Desenvolvimento

O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade São Judas Tadeu, sob protocolo nº 623.219 de 23/04/2014 e CAAE nº 30481914.5.0000.0089. Para coletar os dados, inicialmente foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) aos participantes. Foi aplicado o questionário de caracterização que investiga dados relevantes sobre a vida do indivíduo, com duração de aproximadamente 20 minutos e, logo após, o roteiro de entrevista sobre o lazer, com duração de aproximadamente 40 minutos, as pesquisadoras ficaram responsáveis por realizar as perguntas e as anotações das respostas, sendo de responsabilidade do idoso as respostas verbais. Com o fim da coleta de dados, deu-se início a elaboração dos resultados, o teste estatístico utilizado foi o Qui-quadrado.

Resultados

Na Tabela 1, encontram-se os dados referentes a caracterização dos participantes. No gênero masculino 41,67% dos participantes possuem idade entre 60 e 64 anos, não houve participante com idade superior à 75 anos. Quanto ao gênero feminino, 53,85% estão entre 60 e 64 anos, e apenas 7,69% com idade entre 65 a 69 anos. Referente ao estado civil, 83,33% dos homens são casados. Viúvos e solteiros não obtiveram porcentagem. Para as mulheres, 53,85% são casadas e 7,69% divorciadas. No aspecto socioeconômico, 75% dos homens consideram-se classe média e 8,33% classe baixa. Já as mulheres, 92,31% consideram-se classe média e não houve participante da classe alta. E a escolaridade, 41,67% dos homens chegaram ao Ensino Superior, e 25% ao Ensino Fundamental, 46,15% das mulheres interromperam os estudos no Ensino Fundamental e 23,08% no Ensino Médio.

Tabela 1 – Caracterização dos participantes.

Características	Gênero	Masculino		Feminino	
		F	%	F	%
Idade	60 + 65	5	41,67	7	53,85
	65 + 70	3	25	1	7,69
	70 + 75	4	33,33	3	23,08
	75 + 80	0	0	2	15,38
Estado Civil	Solteiro(a)	0	0	3	23,08
	Casado(a)	10	83,33	7	53,85
	Viúvo(a)	0	0	2	15,38
	Divorciado(a)	2	16,67	1	7,69
Classe Social	Baixa	1	8,33	1	7,69
	Média	9	75	12	92,31
	Alta	2	16,67	0	0
Escolaridade	Ensino Fundamental	3	25	6	46,15
	Ensino Médio	4	33,33	3	23,08
	Ensino Superior	5	41,67	4	30,77

Na Tabela 2 apresentam-se os dados tabulados quanto à concepção, benefícios e dificuldades que os idosos possuem em relação ao lazer. No gênero masculino, 42,11% acreditam que lazer é passear e/ou viajar, enquanto 5,26% acreditam que lazer é estar com a família. No gênero feminino 37,5% consideram lazer como passear e/ou viajar, e 6,25% dividem suas opiniões entre diversão e aquilo que foge da rotina. Quanto aos benefícios, 31,25% dos homens responderam saúde e 6,25% responderam relaxar e relacionamento interpessoal. Para as mulheres 22,22% dos benefícios estão no bem-estar e alegria, e 5,56% no relacionamento interpessoal. Referente às dificuldades, 23,53% dos homens possuem dores no corpo e não houve dados quanto à falta de companhia. Enquanto nas mulheres, 23,08% responderam que a falta de companhia e o cansaço são suas maiores dificuldades e 7,69% a frustração. Todas as mulheres demonstraram alguma dificuldade na realização do lazer, enquanto que 17,65% dos homens não possuem dificuldades.

O teste do Qui-quadrado revelou que não há diferença significativa entre os gêneros quanto aos benefícios, verificou-se que o $\chi^2_o = 0,12$ e o $\chi^2_c = 3,84$ (n.g.l. = 1 n. sig. = 0,05). O mesmo teste foi realizado com a categoria dificuldades, e concluiu-se que não há diferença significativa entre os gêneros, constatou-se $\chi^2_o = 0,53$ e o $\chi^2_c = 3,84$ (n.g.l. = 1 n. sig. = 0,05).

Tabela 2 – Concepção de lazer, benefícios e dificuldades.

Categorias	Gênero	Masculino		Feminino	
		F	%	F	%
Concepção					
	Estar com Família	1	5,26	2	12,5
	Cuidar/Brincar com netos	2	10,53	4	25
	Diversão	3	15,79	1	6,25
	Passear/Viajar	8	42,11	6	37,5
	Aquilo que foge da rotina	3	15,79	1	6,25
	Descansar	2	10,53	2	12,5
	Sub Total	19	100%	16	100%
Benefícios					
	Descansar a mente	4	25	3	16,67
	Saude	5	31,25	3	16,67
	Bem-estar	3	18,75	4	22,22
	Alegria	2	12,5	4	22,22
	Relacionamento Interpessoal	1	6,25	1	5,56
	Relaxar	1	6,25	3	16,67
	Sub Total	16	100%	18	100%
Dificuldades					
	Falta de tempo	3	17,65	2	15,38
	Dores no corpo	4	23,53	2	15,38
	Financeiro	3	17,65	2	15,38
	Falta de companhia	0	0,00	3	23,08
	Cansaço	2	11,76	3	23,08
	Frustração	2	11,76	1	7,69
	Não possui	3	17,65	0	0,00
	Sub Total	17	100%	13	100%

A concepção de lazer para os idosos apresentou-se de uma forma diversificada, mesmo com o agrupamento das respostas obtiveram-se seis categorias, deixando evidente que os idosos aderem o lazer de acordo com sua realidade. Na visão de Mori e Silva (2010), o lazer é visto em um contexto amplo, já que nesta fase da vida, o idoso pode escolher o que fazer mais livremente, pois não possui tantas obrigações profissionais, familiares e sociais. Desta forma, pode optar por repouso, divertimento, entretenimento, recreação e desenvolvimento intelectual.

Os benefícios do lazer geralmente estão associados a aspectos de saúde física, mas este proporciona também ganhos na saúde psíquica do indivíduo. Para Dias e Schwartz (2005) acreditam na importância do lazer na vida das pessoas, tanto quanto a família e o trabalho. O lazer pode suavizar as consequências do processo de envelhecimento e também contribuir para um melhor estado de espírito.

Algumas dificuldades citadas pelos idosos funcionam como barreiras para a realização das atividades de lazer, como a presença de limitações físicas, falta de dinheiro, tempo e companhia (Dias & Schwartz, 2005). Essas dificuldades podem estar sempre presentes na vida das pessoas, até mesmo dos mais jovens, portanto,

o idoso e as pessoas em geral não devem ficar dependentes de uma situação ideal e sim, tentar adaptar-se à suas condições.

Considerações Finais

Com este estudo, pode-se perceber que a concepção de lazer para os idosos da cidade de São Paulo de ambos os gêneros é passear e viajar. Durante as entrevistas foi notável a importância desse tipo de lazer, acredita-se que os idosos por seu momento de vida ser de distanciamento das atividades profissionais ou até mesmo da família, reservam este tempo para o prazer de sair da rotina, conhecer outras pessoas, ter novos assuntos e se sentir bem. Inclusive, os entrevistados que não disseram ter como prática de lazer o viajar gostariam de ter, mas não o fazem por motivos financeiros em sua maioria.

Quanto aos benefícios e dificuldades presentes na realização do lazer, constatou-se que tanto os homens como as mulheres vivenciam, mas de maneiras diferentes. Para os homens, a saúde foi considerada como o benefício mais recorrente, enquanto que para as mulheres a opinião foi dividida entre bem-estar e alegria. Supõe-se que os homens em geral são objetivos e por isso o benefício percebido foi a saúde, o que é amplo e pode englobar vários aspectos, já as mulheres, são específicas, sabem nomear exatamente onde percebem este benefício, pois o bem-estar e alegria podem fazer parte da saúde. As dificuldades destacadas pelos homens foram as dores sentidas no corpo, enquanto nas mulheres houve uma divisão de respostas, a dificuldade foi dividida entre cansaço e falta de companhia.

De maneira geral, a pesquisa mostrou que o idoso tende a buscar e praticar alguma atividade de lazer de acordo com seu contexto de vida, como classe social, região que reside, estado civil e escolaridade. Porém, é necessário que novos estudos sejam elaborados, abrangendo amostras maiores, outras variáveis, em outras regiões, para que este aspecto do envelhecimento seja desenvolvido e entendido de uma forma eficaz e fazendo com que as evidências sejam sempre atualizadas, uma vez que as pessoas estão em constante processo de transformação.

Fontes Consultadas

- Baldissera, V. D. A. & Bueno, M. V. (2012) O lazer e a saúde mental das pessoas hipertensas: convergência na educação para saúde. *Rev Esc Enfem USP*, 46 (2), 380-7. Recuperado em 12 de Fevereiro de 2014, da SciELO (Scientific Electronic Library On line): www.scielo.br
- Dias, V. K. & Schwartz, G. M. (2005) O lazer na perspectiva do indivíduo idoso. *Revista Digital efdeportes.com* [online], 87 (10), s/p
- Estatuto do Idoso (2003, 01 de Outubro). Recuperado em 22 de Março de 2014, de <http://direitoidoso.braslink.com/05/estatuto.html>
- Hein, M. A & Aragaki, S. S. (2012) Saúde e envelhecimento: um estudo de dissertações de mestrado brasileiras (2000-2009). *Revista Ciência e Saúde Coletiva*. [online], 17(8), 2141-2150.
- Jannuzzi, F. F. & Cintra, F. A. (2006) Atividades de lazer em idosos durante a hospitalização. *Rev Esc Enfem USP*, 40 (2), 179-87. Recuperado em 15 de Fevereiro de 2014, da SciELO (Scientific Electronic Library On line): www.scielo.br
- Mori, G. & Silva, L. F. (2010, Outubro/Dezembro) Lazer na terceira idade: desenvolvimento humano e qualidade de vida. *Motriz*, 16(4), 950-957. Recuperado em 12 de Fevereiro de 2014, da SciELO (Scientific Electronic Library On line): www.scielo.br
- Organização das Nações Unidas (1948) *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. [online]. Recuperado em 14 de Fevereiro, 2014, de <http://www.onu.org.br/a-onu-em-acao/a-onu-em-acao/a-onu-e-as-pessoas-idosas/>

Veras. R. (2009) Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *Revista de Saúde Pública*. [online], 43 (3), 548-54.