



Turismo, Lazer e Saúde: Uma Análise do Grupo de Convivência na Terceira Idade “Reflexo do Tempo” do Município de Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil.

Ligia Almada de Albernais
Luciana Pinto Ferreira
Ligia Dalchiavon

Resumo: Este trabalho tem por objetivo identificar a importância do turismo e do lazer na saúde do idoso, em especial do grupo de convivência “Reflexo do Tempo”, que mantém atividades no município de Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil, há 5 anos. Trata-se de uma pesquisa de cunho qualitativo, com abordagem exploratório/descritiva, bem como pesquisa de campo. A partir das informações coletadas, fica perceptível a mudança que ocorre nas vidas dos idosos entrevistados que praticam no seu dia-a-dia o lazer, o turismo e o entretenimento em convivência com outros idosos. A realização destas atividades pelo grupo evidencia uma promoção de integração social do idoso, proporcionando-lhes bem-estar, saúde e desenvolvimento pessoal.

Palavras-chave: Turismo; Lazer; Saúde; Idosos; Grupo de Convivência da Terceira Idade “Reflexo do Tempo”.

Resumen: Este trabajo tiene como objetivo identificar la importancia del turismo y del ocio en la salud de las personas mayores, en particular grupo social "Reflexo do tempo", que tiene operaciones en Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil, hace 5 años. Se trata de una investigación cualitativa con enfoque exploratorio y descriptivo, así como investigación de campo. A partir de la información recogida, es notable el cambio que se produce en la vida de los encuestados mayores que practican en su tiempo libre en el día a día, el turismo y el entretenimiento en convivencia con otras personas mayores. El desempeño de estas actividades por el grupo muestra una promoción de la integración social de las personas mayores, proporcionándoles bienestar, la salud y el desarrollo personal.

Palabras clave: Turismo; Ocio; Salud; Ancianos; Grupo de Convivência da Terceira Idade “Reflexo do Tempo”.

Introdução

O turismo para a terceira idade segundo Moletta e Goidanich (2003), como qualquer outro produto turístico, é composto pelos atrativos e pelo conjunto de bens e serviços organizados para receber de forma adequada o visitante. Os autores ainda destacam que se o segmento do turismo de terceira idade for bem planejado pode trazer diversos benefícios para o setor turístico e para a saúde desse público-alvo.

Neste sentido, o objetivo geral deste trabalho é Identificar os benefícios do lazer e do turismo para a saúde dos indivíduos da terceira idade que participam do grupo de convivência na terceira idade “Reflexo do Tempo”, de Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil. Os objetivos específicos são: traçar um perfil socioeconômico dos participantes do grupo de convivência; identificar as



principais percepções dos participantes do grupo em relação ao lazer e turismo e suas relações com a saúde e qualidade de vida; levantar as expectativas e necessidades do grupo na realização de atividades de lazer, turismo e entretenimento no município de Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil a partir de uma metodologia participante. Para tanto, justifica-se a realização dessa pesquisa pela importância de se pensar o turismo aliado ao lazer e seus benefícios à saúde da terceira idade; Souza (2006) afirma que entre todas as atividades de lazer, o lazer turístico é significativo para o idoso, pois incentiva sua sociabilidade, sua comunicabilidade e expande o seu universo por meio das novas experiências que serão adquiridas com as viagens de lazer.

O Grupo de Convivência na Terceira Idade “Reflexo do Tempo” é um grupo público - privado, fundado em 18 de Agosto de 2010. Segundo seu estatuto tem por objetivos: integrar o idoso como ser ativo e útil que muito pode colaborar para a comunidade; oportunizar eventos sociais sem despesas para os idosos; intercâmbio com outros grupos de diversas cidades, através de viagens; promover palestras para aquisição de conhecimentos previdenciários, saúde e lazer.

O presente estudo utiliza como principal técnica em sua fase inicial a pesquisa bibliográfica e documental. Na fase seguinte, partiu-se para a pesquisa participante, entendida como a mais adequada tipologia de pesquisa para atingir os objetivos propostos com os indivíduos do grupo escolhido (Grupo “Reflexo do Tempo”). O estudo caracteriza-se por ser uma pesquisa de abordagem qualitativa, tendo por objetivo identificar quais as atividades de turismo e lazer estão sendo desenvolvidas para o público de terceira idade no município de Santa Vitória do Palmar (RS), Brasil, apontando qual a importância destas atividades para o público idoso que frequenta os grupos de terceira idade, salientando benefícios na saúde, qualidade de vida, integração social e bem-estar dos idosos.

O instrumento de coleta de dados utilizado foi formulário de entrevistas. Para a construção do perfil socioeconômico do grupo foram entrevistados 22 idosos. Na segunda entrevista, foram selecionados, a partir do grupo inicial de 22 participantes, 7 entrevistados para aplicação do instrumento de entrevista

semiestruturada, buscando conhecer as necessidades e motivações do grupo de terceira idade “Reflexo do Tempo”. Este estudo baseou-se numa pesquisa social exploratório-descritiva, de abordagem qualitativa, utilizando técnicas de pesquisa bibliográfica e de campo.

Solicitou-se permissão do grupo para frequentar seus encontros semanais no período de 24 de setembro de 2015 a 21 de novembro de 2015. A primeira etapa de entrevistas foi realizada no dia 05 de outubro de 2015 e a segunda aplicação de instrumento de pesquisa se deu no dia 13 de outubro de 2015. Além das duas entrevistas realizadas, o que caracteriza a pesquisa participante é o intenso envolvimento dos indivíduos nas atividades, discussões e soluções propostas durante a realização da pesquisa.

Lazer e Qualidade de Vida

Pode-se dizer que a maioria das pessoas entende que estar na terceira idade, se refere a estar na faixa etária dos 60 anos, e isto significa conviver com inúmeros problemas, porém, com os avanços da área médica isto vem mudando, as atuais pesquisas têm demonstrado que o processo natural de envelhecimento não é um obstáculo definitivo para a maioria das atividades cotidianas de um adulto nesta faixa etária (MOLETTA; GOIDANICH, 2003).

Para Fromer e Vieira (2003), o perfil dos "jovens idosos" retrata que consumidores bem dispostos, tanto física e mentalmente para vivenciar novas experiências e adquirir novos conhecimentos, valorizam também o bem-estar e a satisfação pessoal.

Segundo Menoia (2000), o lazer é um dos fatores mais constantes que tem influenciado no desenvolvimento social da humanidade, a mesma afirma que:

Ao mesmo tempo em que emergem valores centrados na afetividade, criatividade, estética, em que a qualidade de vida é repensada, surge também o monopólio da máquina sobre o homem, até então absoluto nas atividades criativas. Neste confronto tem crescido a importância do lazer e de suas expressões de criatividade, uma vez que resgata o homem enquanto tal e gera referenciais para a qualidade de vida em constante renovação (MENOIA, 2000, p. 16).



Para Bacal (2006), o lazer se caracteriza por apresentar uma atividade que “tem como suporte de sua definição a existência de um tempo livre, legalmente estabelecido, preenchido por atividades que dão satisfação íntima de acordo com os valores e estrutura econômica de cada contexto”. Assim quando se fala em lazer, refere-se a atividades que acontecem no tempo livre, já que o termo lazer vem do latim *licere* que significa “ser permitido”, ou seja, poder executar tarefas não obrigatórias.

Segundo Camargo (2003), o tempo livre é a condição necessária para que o lazer tenha espaço. Para o autor, o conceito de tempo livre faz referência à existência de uma determinada quantidade de tempo, alheio às obrigações sociais ou de outro tipo, e que constitui, em potencial, um tempo para o exercício da expressão e liberdade pessoal.

O lazer é composto por várias atividades, como lazeres físicos, práticos, intelectuais, artísticos e sociais. As atividades de lazer usadas para uma melhor qualidade de vida são notórias e de suma importância na atualidade, pode-se dizer que quando se busca o lazer, automaticamente se busca chegar ao prazer, as pessoas estão buscando e valorizando o tempo livre (CAMARGO, 2003).

O lazer atingiu um grau de importância no contexto do mundo moderno, pois a fadiga, a falta de tempo livre, o excesso de trabalho, o crescimento desordenado das cidades, a falta de áreas verdes e outros fatores propiciam que o ser humano necessite buscar atividades de lazer, buscando uma melhor qualidade de vida (MARTINS, 2005).

Pode-se dizer que a qualidade de vida baseia-se em três princípios fundamentais: capacidade funcional, nível socioeconômico e satisfação. A qualidade de vida relaciona-se também com os seguintes componentes: estado emocional, situação econômica e saúde (NERI, 1993).

Qualidade de vida, para Oliveira (2009), diz respeito a como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano. Envolve saúde, educação, transporte, moradia, trabalho, atividade física e participação nas decisões que lhe dizem respeito e determinam como vive uma população. De acordo com Couto (2012), o turismo pode melhorar a qualidade de vida através



do descanso, relaxamento, recreação, desenvolvimento do conhecimento, etc. O autor defende, inclusive, que o descanso em casa, no ambiente habitual, não gera uma recuperação total.

A qualidade de vida do idoso, de um modo geral, tem melhorado muito ultimamente, o que tem feito com que a expectativa de vida também aumente, com isso, haverá mais pessoas idosas no meio social do que o costume, o que tem levado entidades internacionais e vários governos do mundo a se preocuparem mais com os seus idosos (CHAMOWICZ, 1998).

Dumazedier (1999), afirma que por meio da prática do lazer é que se consegue a realização pessoal, e isto é um fator importante para pessoas da terceira idade. Quando o ser humano atinge a terceira idade procura se beneficiar com as atividades de lazer, e é nesta fase que o idoso está propenso a novas sensações, novas atividades, pois há um aumento relativo em seu tempo para visar o desenvolvimento pessoal, o descanso merecido e divertimento necessário, com o intuito de se alcançar o prazer e a alegria buscada, de acordo com a funcionalidade do lazer, por isso busca-se associar o lazer a uma boa qualidade de vida (DUMAZEDIER, 1999).

Segundo Melo (2010), a atual qualidade de vida, juntamente com vários avanços tecnológicos vem permitindo mudanças significativas na formatação da sociedade, o que tem ocasionado o aumento da estimativa de vida. Sendo assim, ainda para Melo (2010), o alongamento da vida reflete na construção de uma sociedade “mais velha”, onde idosos que construíram e influenciaram na formatação da atual sociedade, tornam-se personagens importantes nesta perspectiva. O autor ainda enfatiza que a qualidade de vida é tão desejada por estes idosos e familiares, e está intimamente ligada às suas capacidades funcionais, nível socioeconômico satisfatório, sua capacidade motora, condições emocionais estáveis, pela interação social e pela ativa vida intelectual.

Saúde e Terceira Idade



No Brasil, de acordo com a Lei 10.741 de 1º de Outubro de 2003, Art. 1º é instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos (BRASIL, 2003). Segundo Scliar (2007), o conceito de saúde reflete a conjuntura social, econômica, política e cultural. Ou seja: saúde não representa a mesma coisa para todas as pessoas, dependerá da época, do lugar, da classe social, também de valores individuais, e concepções científicas, religiosas, filosóficas.

Ter saúde é um estado que inclui funcionamento do corpo, capacidade de vivenciar sensações de bem-estar psicológico e social, demonstrando, dessa forma, ter qualidade de vida em suas relações (OLIVEIRA, 2009).

Assim, de acordo com o Ministério da Saúde do Brasil (2006), a Saúde do Idoso aparece como uma das prioridades no Pacto pela Vida, o que significa que, pela primeira vez na história das políticas públicas no Brasil, a preocupação com a saúde da população idosa brasileira é explicitada. Pode-se dizer que a saúde e a qualidade de vida dos idosos, mais que em outros grupos etários, sofrem a influência de múltiplos fatores físicos, psicológicos, sociais e culturais. Assim, avaliar e promover a saúde do idoso significa considerar variáveis de distintos campos do saber, numa atuação interdisciplinar e multidimensional.

Desse modo, ainda de acordo com o Ministério da Saúde do Brasil (2006), a saúde aparece como elemento central por exercer forte impacto sobre a qualidade de vida dos idosos, onde os estigmas negativos, normalmente associados ao processo de envelhecimento, têm como um de seus pilares o surgimento de doenças e dificuldades funcionais com o avançar da idade. As representações sociais construídas em torno da velhice estão fortemente associadas à doença e à dependência, aceitadas como características normais e inevitáveis desta fase.

Para Melo (2010), o processo de adaptação da sociedade é multifacetada, uma vez que há uma influência constante do espaço ao que estão inseridos. Os idosos estão se adaptando de forma eficiente à contemporaneidade desenvolvendo habilidades emocionais de resolução de problemas requeridos por esta. Neste sentido, os familiares e todos que os



rodeiam necessitam buscar e melhorar sua formação. A longevidade vem sendo expressiva na sociedade. Ainda para o autor, a qualidade de vida de indivíduos idosos está diretamente relacionada ao conceito de envelhecimento ativo, onde fenômenos como a aposentadoria, o casamento dos filhos e, talvez, a viuvez podem propiciar o engajamento do idoso em algum tipo de atividade. Pode-se dizer então que os idosos convivem com as limitações de sua saúde, contudo elas não os impossibilitam de exercer seu papel de sujeito socialmente ativo.

Fromer e Vieira (2003), ressaltam que os encontros nos grupos são importantes aliados na manutenção da saúde física e psicológica dos idosos e que a atividade turística, além de propiciar estes benefícios, ainda representa uma forma de inserção do idoso na sociedade globalizada. Em uma sociedade que ostenta o novo, o jovem, o belo, a vitalidade e o consumo, poder viajar representa fazer parte desse universo de jovialidade, afirmam as autoras. Segundo as autoras é possível dizer que as atividades turísticas proporcionam aos indivíduos, além do sentimento de inclusão social, atividades compartilhadas que ampliam e diversificam o ambiente social, dando-lhes a possibilidade de expandir seus horizontes, de obter novos conhecimentos e de livrar-se de comportamentos rotineiros.

Turismo e Terceira Idade

Compreende-se o turismo como um fenômeno sociocultural complexo, que gera múltiplas inter-relações de importância social, cultural, ambiental, econômica e política (MOESCH, 2000).

Para Couto (2012), os turistas que vivem experiências prazerosas mais elevadas durante as suas viagens, possuem níveis mais elevados de satisfação com o destino e demonstram intenções comportamentais favoráveis em termos de lealdade e vontade de pagar mais, desta forma, tanto o turismo como o lazer podem ser vistos como direitos e necessidades, onde ambos auxiliam a saúde, qualidade de vida e desenvolvimento social de todos os indivíduos envolvidos.

O turismo é uma excelente forma de socialização e de formação de vínculos pessoais, dois fatores de grande importância nessa fase da vida, as atividades de lazer e o turismo proporcionam a reinclusão do idoso, melhoraram seu desenvolvimento intelectual, fortalecem suas habilidades físicas e mantêm sua independência (SOUZA, 2006).

De acordo com Souza (2006), o turismo se torna uma expressão do lazer quando o objetivo da viagem é o descanso, a diversão, o relaxamento. O turismo ganha cada vez mais adeptos na terceira idade, ainda mais no Brasil, um país de inúmeros atrativos naturais, culturais e históricos. Os idosos gostam de viajar e fazem disso um hábito, esta prática lhes proporciona uma vida mais prazerosa e significativa, por isso eles o fazem o ano inteiro e não somente nos períodos de alta temporada.

Segundo Moletta e Goidanich (2003), pode-se conceituar o turismo da terceira idade como sendo um tipo de turismo planejado para as necessidades e possibilidades de pessoas com mais de 60 anos, que dispõem de tempo livre e condições financeiras favoráveis para aproveitar o turismo:

O público da terceira idade também busca o contato com novas pessoas, novas culturas, a participação em eventos de confraternização e a vivência de experiências diferenciadas aliadas com o meio ambiente, ou ligadas a religiosidade, tal fenômeno demonstra um inter-relação bastante forte entre o turismo para a terceira idade e o turismo de eventos, o cultural, o religioso e até o turismo natureza na sua forma mais simples (MOLETTA; GOIDANICH, 2003, p. 10).

Ainda de acordo com Moletta e Goidanich (2003, p. 19):

O turismo para a terceira idade, como qualquer outro produto turístico é composto pelos atrativos e pelo conjunto de bens e serviços organizados para receber de forma adequada o visitante. Para a terceira idade, o fator de que decide o local da viagem, é sem dúvida a estrutura confortável e adequada para essa faixa etária, desta forma, quanto mais organizado for o produto turístico voltado para a terceira idade, maior será o tempo de permanência do cliente e com grandes chances de seu retorno.

Dessa forma, segundo Fromer e Vieira (2003), o turismo para terceira idade é um segmento com grande potencial para usufruir das viagens e do lazer no geral, seu perfil psicossocial e de consumo aponta para indivíduos interessados e bem dispostos a vivenciar novas experiências e adquirir conhecimentos.

Análise dos Resultados

Neste tópico serão apresentados os resultados obtidos nas entrevistas realizadas com os componentes do grupo de convivência na terceira idade “Reflexo do Tempo”, levantou-se que:

Quanto ao perfil socioeconômico, 82% da turma são mulheres, enquanto que os homens equivalem a de 18%, apresentam idade média de 67 anos. Quanto a escolaridade, 59% não completaram o ensino médio, 9% possuem ensino superior completo e não existe índice de analfabetismo. Em relação ao trabalho e renda, 73% são aposentados e não exercem nenhuma função remunerada, 27% não são aposentados e trabalham, 82% possui renda variável entre 1 e 2 salários mínimos, enquanto 18% obtém renda entre 2 e 3 salários mínimos. Sobre o estado civil dos entrevistados, 41% são casados, 23% mantém união estável, 18% são viúvos e outros 18% são solteiros. No quesito moradia e companhia, 100% possuem casa própria, 73% moram em companhia de alguém, destes, 59% vivem com uma pessoa, 9% moram com três pessoas e 5% moram com quatro pessoas; o restante 27% declaram morar sozinhos.

Quanto a saúde, 86% possuem plano de saúde, 14% não possuem plano, apenas o cartão do SUS. Em totalidade, os integrantes do grupo de convivência possuem problemas de saúde, sendo que as doenças que mais acometem os idosos são: hipertensão 36%, diabetes 14%, há um empate técnico entre problemas de mama, cardíacos, reumatismo e depressão com 9% e colesterol e glaucoma com 5%. Já a osteoporose atinge 4% dos idosos entrevistados.

Em relação ao grupo de convivência “Reflexo do Tempo”, 100% dos idosos frequenta o mesmo, alguns participam de vários grupos de terceira idade do município, visto que há uma integração entre os três grupos existentes que são: Grupo de Convivência da Terceira idade “Reflexo do Tempo”, Grupo de Convivência da Terceira idade “Arte de Viver” e Grupo de Convivência da Terceira idade “Amigos para Sempre”. Dessa forma, 64%



frequentam apenas o grupo “Reflexo do Tempo”, 32% frequentam também o grupo “Arte de Viver” que é vinculado ao Centro de Referência e Assistência Social – CRAS, o qual proporciona tratamento medicamentoso além de atividades recreativas. Há também um percentual de 4% que buscam maior integração entre os três grupos existentes no município, já mencionados.

A categoria “Atividades de lazer, viagens e bailes” destaca-se por ter uma maioria de 50% na preferência dos sujeitos idosos. No que se refere a reuniões, 27% dos idosos entrevistados as frequentam com assiduidade, enquanto que 18% participam apenas das reuniões e atividades de lazer que segundo relato não tem condições de praticar viagens devido à insegurança. Entretanto, 5% preferem fazer alguma atividade artesanal. É perceptível que este grupo é bem ativo e comunicativo.

Quanto a percepção dos idosos sobre o reconhecimento de suas necessidades e motivações para integrar o grupo “Reflexo do Tempo”, foram encontrados os seguintes resultados na aplicação da entrevista semiestruturada:

Quando questionados sobre a importância de um grupo de convivência de idosos, observou-se nas respostas, que a grande maioria dos entrevistados tem opiniões semelhantes, que envolvem o seu bem estar, a companhia e a convivência com pessoas da mesma idade, fazer novas amizades, se divertir, rir juntos e trocar experiências. Como relata o entrevistado B: “Para que o idoso possa ter oportunidades que algumas pessoas acham que eles não são capazes. E porque o grupo faz eles se sentirem à vontade, se divertirem, adquirirem e passarem conhecimentos entre eles”. Dessa forma, observa-se que é um grupo ativo.

Em relação a questão “Qual o motivo que o levou a procurar o grupo de idosos “Reflexo do Tempo”?” destaca-se a resposta do entrevistado G: “Por ter a oportunidade de conviver com pessoas da minha idade e dançar que eu adoro!”. Percebe-se que, de modo geral, os entrevistados procuraram o grupo de convivência “Reflexo do Tempo”, por lhes proporcionar um ambiente harmônico, alegre e descontraído, com atividades de entretenimento, além da



satisfação adquirida em fazer novas amizades, rever velhos amigos e, principalmente, pela alegria e união entre os mesmos.

Ao serem questionados sobre onde tem passado seu tempo livre, analisando as respostas, nota-se que todos praticam atividades de lazer e turismo, atividades que proporcionem melhor qualidade de vida. São bem motivados e usam do escapismo para desfrutar do seu tempo livre, junto de seus amigos, familiares e por meio de viagens.

Com relação a ocupação nos finais de semana ou quando não estão no grupo, destaca-se que os respondentes buscam nos finais de semana, ocupar seu tempo livre em atividades prazerosas como: sair para dançar, jantar, contemplar a natureza, curtir a companhia da família, jogar futebol, fazer atividades artesanais e visitar os balneários do município, preferencialmente a praia do Hermenegildo.

Ao perguntar sobre os tipos de atividades de entretenimento, lazer e turismo que são proporcionados pelo grupo de convivência “Reflexo do Tempo”, foi percebido que o grupo de convivência “Reflexo do Tempo” proporciona aos idosos integrantes deste, inúmeras atividades de lazer e turismo, as quais os entrevistados listam com euforia: bailes com títulos, viagens, reuniões, desfiles, festividades de aniversariante do mês, passeatas, palestras sobre saúde e previdência e muitas atividades recreativas. Observa-se com isso a importância da existência dos grupos de convivência na terceira idade, no que tange a interação social e nos mais variados benefícios atribuídos na qualidade de vida dos idosos.

No questionamento “Por que as pessoas que não estão na faixa etária considerada da “terceira idade”, participam do grupo?”, os respondentes justificaram essa participação pela questão da identificação com o mesmo. Salientam que o ambiente em que são realizadas as festividades e atividades é mais tranquilo, sem brigas ou vícios, onde ocorre um respeito mútuo entre os participantes. Outros ainda dizem que, ali há a possibilidade de troca de experiências, conviver e aprender com o próximo. O entrevistado D considerou: “Porque vão com familiares como mães e avós e também por se sentirem num ambiente seguro e saudável, já que nas festas das pessoas mais jovens tem



muita violência”. Destaca-se também que segundo os relatos, não há atividades atraentes para nenhuma faixa etária, a não ser as promovidas pelos Grupos de Convivência na Terceira Idade.

Considerações Finais

À medida que se efetuavam os encontros, foi possível diagnosticar que todas as atividades realizadas pelos idosos eram planejadas no intuito de proporcionar divertimento e bem estar. Além disso, foi observada uma característica peculiar em todas as reuniões, os idosos primam em suas relações pela continuidade, ou seja, eles se interessam em seguir mantendo contato com as pessoas que conhecem nos encontros e principalmente com os colegas de viagem, assim como, em fazer novas amizades, com isso, eles criam uma gama de atividades conjuntas, com um público variado de pessoas que lhes proporciona maior interação e integração no contexto social.

Também se observou na elaboração do trabalho que a faixa etária da terceira idade, composta por sexagenários ou pessoas de mais idade, está alcançando a essa fase da vida em melhores condições de saúde que as estabelecidas em outras décadas, certo que, apesar de outros aspectos que proporcionam melhor qualidade de vida, esse fator ocorre devido aos avanços das ciências e das tecnologias concernentes ao campo da medicina e da evolução farmacêutica. Com isso, a terceira idade conta com um processo evolutivo de longevidade mais qualitativo, o que lhes proporciona uma capacidade maior para conviver melhor com as adversidades típicas da faixa etária a qual estão inseridos.

Verificou-se que estes idosos buscam usufruir seu tempo em atividades que lhes proporcionem prazer e qualidade de vida, como: viagens com turmas de amigos ou para encontros com outros grupos, bailes e festas dirigidas para a sua faixa etária, atividade de lazer como bingos, almoços e gincanas e até mesmo na realização de atividades físicas, onde encontram subsídios para uma vida mais saudável, tanto no aspecto físico como no psicológico.



Dessa forma, a pessoa idosa de hoje é um ser ativo e participante da sociedade, tendendo tornar-se um cliente crítico, exigente e informado, percebe-se que está mais atraído pelo “ser” do que pelo “ter”, ou seja, este cliente está atrás de experiências empíricas, troca de conhecimento e convivência.

Planejar atividades que agrada a todos não é fácil, porém, observou-se que as atividades realizadas pelo grupo “Reflexo do Tempo” contribuem para a interação social e proporcionam bem estar aos idosos, visto que foi perceptível que todos os idosos sentem-se felizes em realizar as atividades de lazer junto ao grupo. Além das atividades desenvolvidas pelo grupo, são as viagens de integração com grupos de outros municípios que mais os estimulam, sendo estas atividades as mais frequentes, assim como os bailes festivos, portanto, o grupo de idosos não se interessa muito por atividades paradas, ou seja, atividades que em outrora eram consideradas típicas para essa idade, pois o que eles buscam são atividades mais agitadas, onde possam desenvolver uma maior interação com o grupo.

Sobre as viagens feitas pelo grupo, é notório que eles se divertem muito, porém constatou-se no campo desta pesquisa que a área do turismo, em determinadas regiões, ainda apresenta um déficit de qualidade para o atendimento destes clientes, principalmente no que tange ao custeio, a hospedagem e alimentação. As políticas públicas já existentes na área poderiam ser mais abrangentes, isto é, contemplar um maior número de idosos, onde estes possam se beneficiar com passagens mais acessíveis, hospedagens mais baratas e alimentação adequada nos quesitos qualidade/preço.

Sobre o grupo estudado, também constatou-se que este é composto em sua maioria por mulheres, e boa parte desse grupo feminino não contempla a faixa etária da terceira idade. Para concluir, verifica-se então através da pesquisa realizada com o grupo de convivência da terceira idade “Reflexo do Tempo”, que as práticas turísticas e de lazer tem fundamental importância para a saúde do idoso, contribuindo para melhor qualidade de vida e proporcionando longevidade, fazendo com que o idoso sinta-se um ser ativo, atuante e digno



de respeito e dignidade. Porém, para que isso ocorra com sucesso, é necessário que haja um planejamento e infraestrutura adequada para o melhor aproveitamento do segmento.

Dessa forma, considera-se que, apesar das limitações interpretativas, metodológicas e teóricas que a abordagem qualitativa e a pesquisa participante nos colocam, bem como a elaboração no processo de iniciação científica e construção do conhecimento, a pesquisa relacionada com o Grupo de Convivência de Terceira Idade “Reflexo do Tempo” foi satisfatória, atingindo os resultados propostos nesse trabalho, além disso, a ciência cumpre neste trabalho sua função social principal, a capacidade de transformar a realidade subjacente, apresentando ferramentas para o engajamento social e militância pela melhoria da qualidade de vida do idoso no Brasil e em especial em nosso município.

Referências

BACAL, Sarah. **Lazer e o universo dos possíveis**. 2ª Ed. São Paulo Aleph, 2006.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas, Área Técnica Saúde do Idoso. – Brasília, 2010. 44 p.: il. – (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Série Pactos pela Saúde 2006, v. 12)

BRASIL. Presidência da República Casa Civil. Subchefia para assuntos jurídicos: Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Disponível em <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741.htm>. Acesso em: 17 Set. 2015.

CAMARGO, Luiz Octávio de Lima. **O que é lazer**. 3º ed. São Paulo: Brasiliense, 2003.

CHAMOWICZ, F. **Os idosos brasileiros no século XXI**: demografia, saúde e sociedade. Belo Horizonte: 1998.



COUTO, Sara Ferreira Sá. **O impacto do turismo na qualidade de vida e bem estar do turista**. Lisboa, 2012.

DUMAZEDIER, Jofre. **Sociologia empírica do lazer**. 1914. MAZZA, Silvia; GUINSBERG, J. (trad). São Paulo: Perspectiva, SESC, 1999.

FROMER, Betty; VIEIRA, Débora Dutra. **Turismo e terceira idade**. São Paulo: Aleph, 2003.

MARTINS, Onildo de Souza Jr. **Turismo e lazer para a terceira idade**. Brasília: DF, 2005.

MELO, Iranildon Pereira de. **A terceira idade em questão: percepções sobre qualidade de vida**. Rio Grande do Norte: IFRN, 2010.

MENOIA, Thelma Regina Marialva. **Lazer: história, conceitos e definições**. Campinas: UNICAMP, 2000.

MOESCH, M. M. **A produção do saber turístico**. São Paulo: Contexto, 2000.

MOLETTA, Vania Beatriz Florentino; GOIDANICH, Karin Leyser. **Turismo para a terceira idade**. 4 ed. Porto Alegre: Sebrae/RS, 2003.

NERI, Anita Liberalesco. **Qualidade de vida e idade madura**. São Paulo: Papyrus, 1993.

OLIVEIRA, Simone Alex de. **A importância das relações sócio-familiares na promoção da qualidade de vida do idoso**. Bahia: UNICEUB, 2009.

SCLIAR, Moacyr. **História do Conceito de saúde**. Rio de Janeiro: Revista Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 17(1): 29-41, 2007.

SOUZA, Tatiana Roberta de. **Lazer, turismo e políticas públicas para a terceira idade**. Minas Gerais: Revista científica eletrônica turismo, 2006.