



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
CÂMPUS DE ARRAIAS
CURSO DE GRADUAÇÃO EM TURISMO PATRIMONIAL SOCIOAMBIENTAL**

KEZIA DA SILVA SANTOS

**CAMINHOS DA ENVELHESCÊNCIA:
O LAZER DA TERCEIRA IDADE NO MUNICÍPIO DE ARRAIAS ANTES E
DURANTE A PANDEMIA DO COVID-19**

**Arraias-TO
2025**

KEZIA DA SILVA SANTOS

Caminhos da envelhescência: lazer da terceira idade no município de Arraias antes e durante a pandemia do Covid-19

Monografia foi avaliada e apresentada à UFT – Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Arraias, Curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental para obtenção do título de Tecnóloga em Turismo Patrimonial e Socioambiental e aprovada em sua forma final pela Orientadora e pela Banca Examinadora.

Orientadora: Ana Paula Rosa Rodrigues

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins

S237c Santos, Kezia da Silva.
Caminhos da envelhecimento: lazer da terceira idade no município de Arraias antes e durante a pandemia do Covid-19. / Kezia da Silva Santos. – Arraias, TO, 2025.
66 f.
Monografia Graduação - Universidade Federal do Tocantins – Câmpus Universitário de Arraias - Curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental, 2025.
Orientadora : Ana Paula Rosa Rodrigues
1. Terceira idade. 2. Lazer. 3. Arraias. 4. COVID 19. I. Título

CDD 338.47

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Elaborado pelo sistema de geração automática de ficha catalográfica da UFT com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).

**CAMINHOS DA ENVELHESCÊNCIA:
O LAZER DA TERCEIRA IDADE NO MUNICÍPIO DE ARRAIAS ANTES E DURANTE
A PANDEMIA DO COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à
UFT – Universidade Federal do Tocantins -
Campus Universitário Prof. Dr Sérgio Jacintho
Leonor para obtenção do título de Tecnóloga
em Turismo Patrimonial e Socioambiental.

Data da aprovação: ____/____/____

Banca examinadora:

Ana Paula Rosa Rodrigues - Orientadora - UFT

Roosevelt Moldes de Castro – Examinador 1 - UFT

Filipe Vieira de Oliveira – Examinador 2 - UFT

AGRADECIMENTOS

Agradeço inicialmente a Deus, a Ele, por sua grandeza, majestade e poder pois foi justamente ele que possibilitou a mim saúde e força para a realização deste trabalho.

Ao meu querido esposo que não mediu esforços, esteve comigo em todos os momentos, me incentivando e ajudando em tudo que precisei, acreditando desde o princípio que tudo era possível. Aos meus pais, minha base, devo a vocês minha vida, sem vocês eu não existiria, hoje sim, tenho certeza que tudo contribuiu para esse momento.

A minha orientadora pela paciência e dedicação, por abraçar esses ideais no qual eu sonhei em realizar, de fato foi muito presente nesta caminhada, aos professores que são literalmente meus mestres, que durante esses longos anos empenharam todos seus esforços para me ajudar nessa trajetória. Quero agradecer também o projeto Conviver, que diretamente e indiretamente me ajudou a concretizar este trabalho, transmitindo valores imensuráveis a minha carreira pessoal e acadêmica meus sinceros agradecimentos.

RESUMO

O lazer é um grande incentivo para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos, especialmente para os idosos. Nesse sentido é de grande relevância compreender o lazer da terceira idade bem como suas especificidades, benefícios, importância e urgência. O presente estudo tem como objetivo geral analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias - Tocantins, com o objetivo específico de identificar e analisar o que mudou durante a pandemia do COVID-19. Para alcançar tais objetivos a metodologia adotada fundamentou-se na pesquisa de natureza básica, com abordagem qualitativa e quantitativa do problema, caracterizada como exploratória quanto aos objetivos, utilizou-se também como procedimentos metodológicos as pesquisas bibliográfica e de levantamento. A análise dos resultados demonstrou que a situação do lazer da terceira idade no município de Arraias antes da pandemia não era boa. Não existem estruturas adequadas com acessibilidade, faltam atividades e profissionais especializados. Tal cenário só veio a piorar com a pandemia que tirou o acesso ao pouco lazer que eles praticavam. A falta de passear com a família e encontrar com os amigos só aumentou a solidão que eles sentem e trouxe à tona também a necessidade urgente por mudanças durante e após a pandemia.

Palavras-chaves: Terceira idade. Lazer. Arraias. COVID 19.

ABSTRACT

Leisure is a great incentive to improve the life quality of for individuals, especially for the elderly. Thus, it is of great importance to understand the leisure of the elderly, as well as its specificities, benefits, importance and urgency. The present study has as general objective to analyze the leisure of the elderly in the city of Arraias - Tocantins, with the specific objective of identifying and analyzing what changed during the COVID-19 pandemic. To achieve these objectives, the adopted methodology was based on research of a basic nature, with a qualitative and quantitative approach to the problem, characterized as exploratory in terms of objectives, bibliographic and survey research was also used as methodological procedures. The analysis of the results showed that the leisure situation for the elderly in the municipality of Arraias before the pandemic was not good. There are no adequate structures with accessibility, there is a lack of activities and specialized professionals. This scenario only got worse with the pandemic that took away access to the little leisure they practiced. The lack of family walks and meeting friends only increased the loneliness they feel and also brought to light the urgent need for change during and after the pandemic.

Key-words: Third Age. Leisure. Arraias. COVID 19.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 - Localização de Arraias no Estado do Tocantins.....	10
Figura 2 - Pirâmide etária município de Arraias - 2000.....	11
Figura 3 - Pirâmide etária município de Arraias – 2010.....	11
Figura 4 - Situação da Covid-19.....	12
Figura 5 - Acompanhamento situação da Covid-19 no município de Arraias – TO.....	13
Gráfico 1 - Pergunta filtro: Município de residência dos entrevistados.....	29
Gráfico 2 - Pergunta filtro: Faixa etária dos entrevistados.....	29
Gráfico 3 - Gênero dos entrevistados.....	30
Gráfico 4 - Local de residência dos entrevistados.....	30
Gráfico 5 - Atividades de lazer praticadas antes da pandemia.....	31
Gráfico 6 - Frequência das atividades de lazer praticadas antes da pandemia.....	31
Gráfico 7 - Com quem frequentava espaços públicos antes da pandemia.....	32
Gráfico 8 - Frequência que frequentava espaços públicos antes da pandemia.....	32
Gráfico 9 - Impacto da pandemia nas atividades físicas e/ou de lazer.....	33
Gráfico 10 - Pandemia e atividades físicas e/ou de lazer em casa.....	33
Gráfico 11 - Atividades de lazer online durante a pandemia.....	34
Gráfico 12 - Principais atividades de lazer praticadas durante a pandemia.....	35
Gráfico 13 - Quais atividades de lazer sente falta durante a pandemia.....	35
Gráfico 14 - A pandemia melhorou ou piorou a utilização do tempo livre.....	36
Gráfico 15 - Sentimento em relação à pandemia.....	37
Gráfico 16 - Principal motivação para prática de atividades de lazer.....	37
Gráfico 17 - Lazer e qualidade de vida.....	38
Gráfico 18 - A importância do lazer.....	38
Gráfico 19 - Lazer e estado físico e psicológico.....	39
Gráfico 20 - Lazer e oportunidades.....	39
Gráfico 21 - Atividades de lazer que gostaria de praticar.....	40
Gráfico 22 - Infraestrutura adequada para a atividade de lazer.....	40
Gráfico 23 - Avaliação da infraestrutura do lazer.....	41
Gráfico 24 - Existência de atividades de lazer voltada para a terceira idade.....	42
Gráfico 25 - O que poderia ser feito para a melhoria da qualidade de vida.....	42

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
1.1 Problema de Pesquisa.....	17
1.1.1 Hipotese.....	16
1.1.2 Justificativa.....	18
1.2 objetivos.....	19
1.2.1 Objetivo Geral.....	19
1.2.2 Objetivos Específicos.....	19
1.3 Metodologia da Pesquisa.....	20
1.3.1 Procedimentos metodológicos.....	21
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	23
2.1 lazer na terceira idade.....	26
3 RESULTADOS E ANÁLISE.....	30
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	48
REFERÊNCIAS.....	50
APÊNDICE.....	52

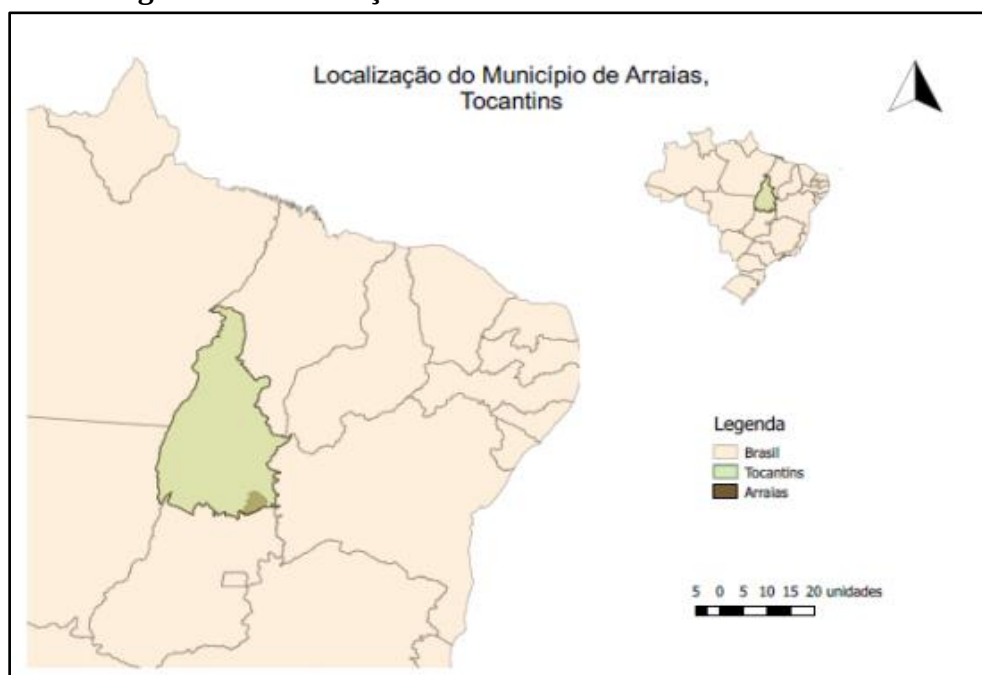
1 INTRODUÇÃO

Quando se é criança queremos crescer e quando chegamos a uma certa idade tudo se torna motivo para viver cada vez mais intensamente. Mas envelhecer não é uma tarefa fácil, não se trata de uma fase da vida, envelhecemos desde o momento em que nascemos até o final de nossas vidas em um eterno reaprender. Portanto podemos dizer que envelhecer é a essência da vida humana que se fosse traduzida em uma palavra seria envelhescência, que pode ser entendida como uma preparação para entrar na velhice, assim com a adolescência é uma preparação para a maturidade, mas poeticamente a envelhescência pode ser entendida como a essência do envelhecer.

Nos caminhos percorridos pela envelhescência há o trabalho e a luta de muitos anos, que o avançar do tempo traz a urgência de aproveitar cada ano que ainda resta. A velhice acumula dores, conquistas, sofrimento, alegrias, frustrações, realizações, mas ela não representa o fim, cada vez mais com a expectativa e a qualidade de vida aumentando, essa fase representa para muitos o início de outros sonhos que ainda anseiam para serem realizados, sendo o lazer parte importante desses desejos.

Entretanto é de amplo conhecimento que no Brasil existe uma carência de locais e atividades de lazer acessíveis para a terceira idade. Essa situação é ainda mais preocupante fora dos grandes centros urbanos onde concentra-se a maioria das políticas públicas e locais acessíveis voltados ao lazer do idoso. No entanto, o lazer, especialmente para esses indivíduos, se faz importante independente de sua localidade, já que ele contribui para a saúde física, mental e a qualidade de vida dessas pessoas. Assim sendo, é de grande relevância analisar se os idosos têm ou não acesso ao lazer em municípios do interior do Brasil, como é o caso de Arraias – Tocantins (**Figura 1**).

Figura 1 - Localização de Arraias no Estado do Tocantins

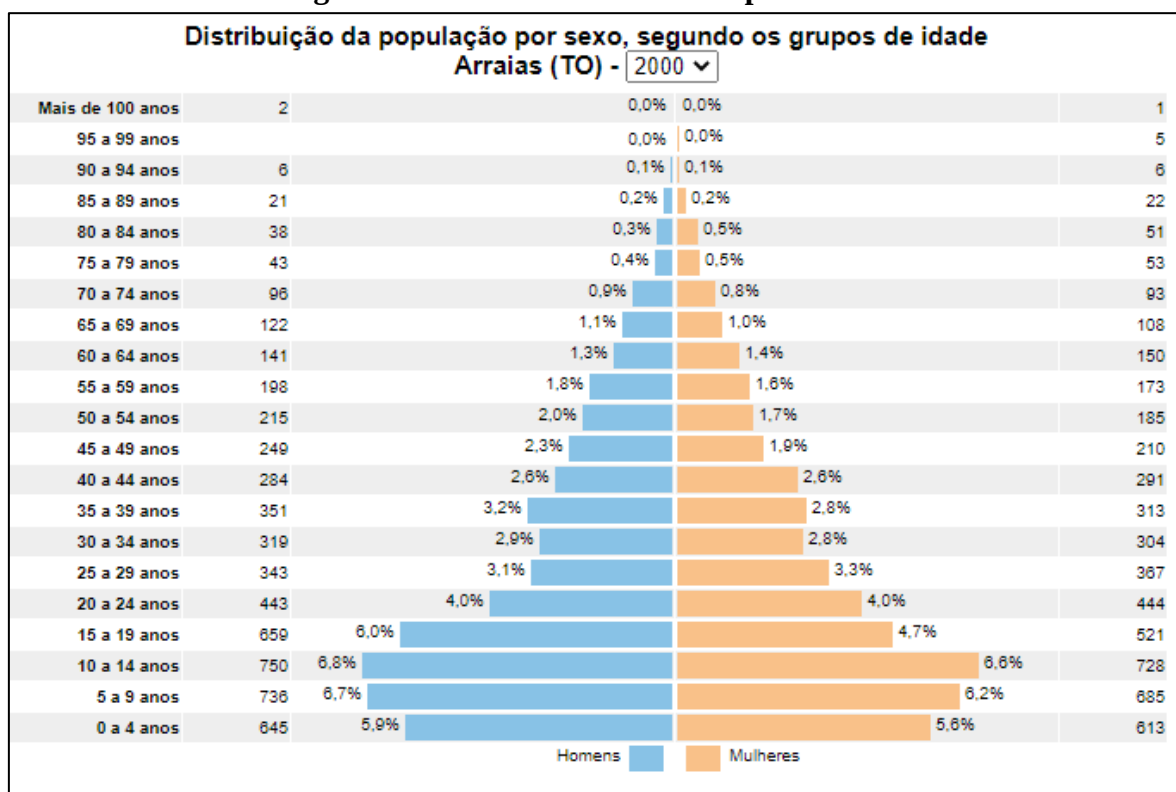


Fonte: Elaborado por Oliveira e Costa, 2018, p. 15.

A cidade de Arraias foi fundada em 1740 e está localizada no sudeste do estado do Tocantins. Ela é conhecida como cidade das colinas, pois é cercada por essas formações. A cultura de Arraias é marcada por ruínas, histórias e tradições que ao longo dos anos foram se tornando cada vez mais fortes.

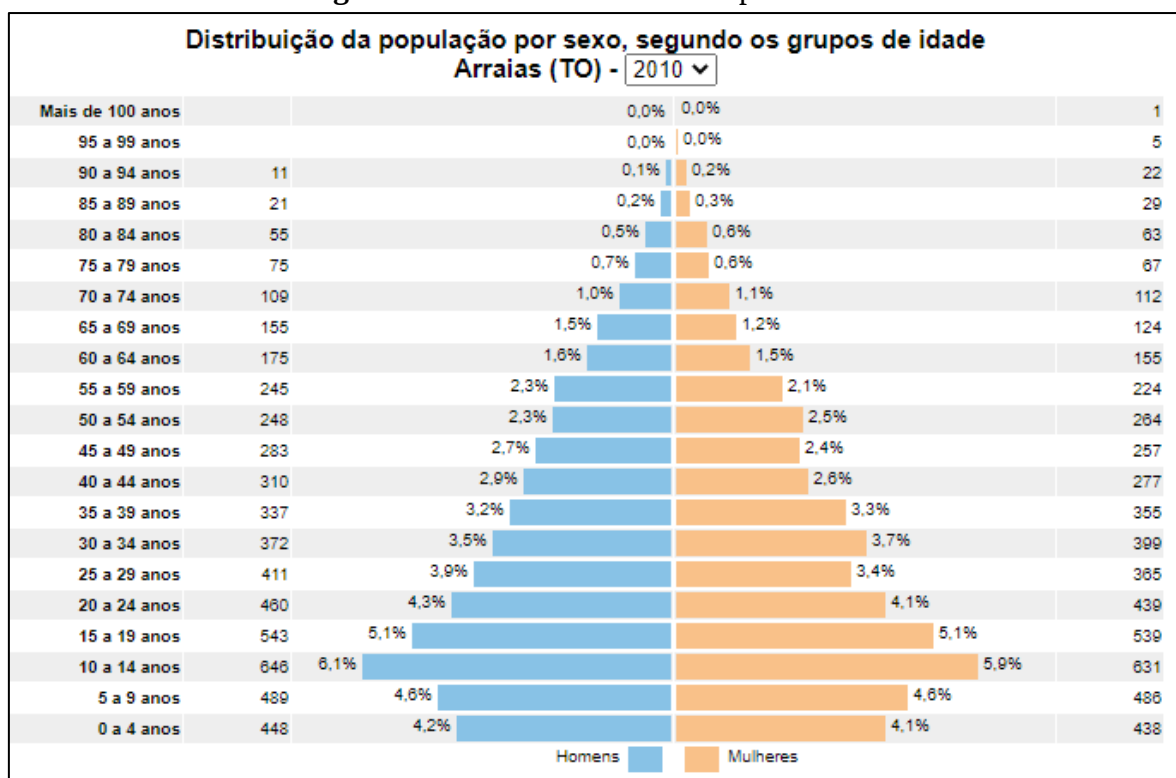
Atualmente, pelos dados gerados a partir do último censo feito pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE em 2010, o município conta com aproximadamente 10.534 habitantes (população estimada para 2020) (IBGE, 2021). Comparativamente, a pirâmide etária da população sofreu poucas mudanças entre os levantamentos realizados nos anos 2000 e 2010. Entretanto há um aumento na população idosa acima de 60 anos do município, onde no ano 2000 era formada por 469 homens e 489 mulheres, totalizando 958 idosos conforme **figura 2**, já em 2010 o número de idosos com idade acima de 60 anos subiu para 1179, sendo formado por 601 homens e 478 mulheres conforme **figura 3** (TOCANTINS, 2013).

Figura 2 - Pirâmide etária município de Arraias - 2000



Fonte: Tocantins, 2013

Figura 3 - Pirâmide etária município de Arraias - 2010



Fonte: Tocantins, 2013

Tal aumento mostra a urgência de conhecer melhor essa população, seus hábitos, necessidades e desejos em vários aspectos, dentre eles no que diz respeito ao acesso e a qualidade do lazer na terceira idade.

Salientamos que a complexidade do problema do acesso do idoso ao lazer só piorou após a pandemia global ocasionada pela COVID-19, iniciada no Brasil no começo de 2020, tornando mais urgentes estudos sobre esse cenário e principalmente iniciativas que colaborem para a resolução dessa situação. Como parte importante desse estudo, faz-se necessário agora uma breve explicação sobre a pandemia e suas consequências na atualidade.

O covid-19 surgiu em 2019 na cidade de Wuhan na China. Trata-se de uma infecção respiratória aguda causada pelo coronavírus SARS-COV-2. Esse vírus pertence a uma grande família de vírus que afeta muitas espécies diferentes de animais, incluindo o homem, camelos, gado, gatos e morcegos (BRASIL, 2021). Os principais sintomas da doença são: febre, cansaço e tosse seca. Algumas pessoas podem apresentar dores, congestão nasal, dor de cabeça, conjuntivite, dor de garganta, diarreia, perda de paladar ou olfato, erupção cutânea na pele ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés (OPAS, 2021). De potencialidade grave, elevada transmissibilidade e de distribuição global, o vírus é especialmente letal para os idosos e para pessoas com doenças crônicas ou infecções respiratórias. A doença espalhou-se pelo mundo (figura 4) e desde então trouxe tristeza e mudou a vida e a rotina de todos.

Figura 4 - Situação da Covid-19



Fonte: Google Notícias, 2021.

A maioria das pessoas (cerca de 80%) se recupera da doença sem precisar de tratamento hospitalar. Uma em cada seis pessoas infectadas por COVID-19 fica gravemente doente e desenvolve dificuldade de respirar. As pessoas idosas e as que têm outras condições de saúde como pressão alta, problemas cardíacos e do pulmão, diabetes ou câncer, têm maior risco de ficarem gravemente doentes (OPAS, 2021). Logo os mais vulneráveis a terem complicações graves ocasionadas pela Covid-19 são aqueles que já têm a situação de saúde mais debilitada. No entanto, qualquer pessoa pode pegar a COVID-19 e ficar gravemente doente, ademais trata-se de uma doença até então desconhecida cujo conhecimento sobre suas causas, transmissão, sintomas, pré-disposição, letalidade, medicação, tratamento etc. ainda estão sendo desvendados.

No caso dos idosos, é sabido que com a idade o sistema imunológico tende a se deteriorar, o que prejudica ainda mais a resposta do organismo a vírus e bactérias. O fato é que esses grupos de risco já determinados pela Organização Mundial da Saúde – OMS precisaram ampliar a cautela, reforçando a adoção de medidas de higiene e isolamento social. Isso porque, em comum, eles tendem a apresentar uma imunidade menos apta a reagir a tempo e adequadamente ao coronavírus.

O primeiro caso no Brasil foi registrado no final de fevereiro de 2020 (AGÊNCIA BRASIL, 2021), e em Arraias - TO o primeiro caso confirmado ocorreu no dia 15 de junho de 2020. Diante desse cenário a pandemia no mundo todo resultou em várias consequências: financeiras, psicológicas, a perda de vários entes queridos que se foram por causa do covid-19, entre outros, sendo que, os mais atingidos foram os idosos, já que, eles são do grupo de risco.

Apesar da vacinação - vacina que foi desenvolvida a partir de um esforço científico mundial - que ocorre lentamente e que iniciou em janeiro de 2021 priorizando idosos e pessoas do grupo de risco, a pandemia ainda perdura no momento em que este trabalho está em curso e não se sabe quando irá acabar, pois infelizmente faltam políticas públicas, protocolos, procedimentos e consciência. Em Arraias até o momento são 1074 casos confirmados e 14 óbitos registrados pela prefeitura municipal conforme a **figura 5**.

Figura 5 - Acompanhamento situação da Covid-19 no município de Arraias - TO



Fonte: prefeitura municipal de Arraias, 2021.

Além da eminência próxima da doença e suas terríveis consequências sendo a pior delas a morte, a pandemia trouxe outros impactos que atingiram de forma direta esse grupo, uma vez que, ficar em casa hoje se tornou algo ainda mais sufocante em especial aos idosos como os de Arraias - Tocantins que em sua maioria tinham uma vida ativa, seja por vontade ou por necessidade e que com a pandemia tudo mudou, prejudicando a saúde física e emocional desses idosos.

Nesse contexto torna-se importante estudar o lazer dos idosos de Arraias – TO antes de durante a pandemia do COVID 19, comparando os dois momentos e analisando se piorou ou não com essa pandemia que prejudicou muitas pessoas, principalmente os idosos.

Diante dessa problemática, a qual essa pesquisa dedica-se, surgiram algumas questões a serem desvendadas em nossos estudos como, por exemplo: será que os idosos no Município de Arraias têm acesso ao lazer de qualidade? Existem pessoas capacitadas para acompanhar esses idosos tendo em vista o bem estar de todos eles? Quais são as práticas de lazer existentes? De que forma o lazer contribui para a vida desses idosos? O que mudou durante a pandemia, no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana?

A partir dessa problemática e questionamentos surgiu o objetivo principal deste estudo, que é: Diante das perguntas de pesquisa anteriormente apresentadas e com a metodologia escolhida, o objetivo principal deste trabalho é: analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias – Tocantins, visto que o lazer é muito importante para a saúde e uma fuga para o descanso como abordam os autores Dumazedier (1979) e Marcellino (2011), sendo, em linhas gerais, o lazer um conjunto de ocupações, podendo o indivíduo fazer o que quiser no seu tempo livre. Já no que diz respeito a melhorar a qualidade de vida, é de amplo conhecimento que o lazer pode ajudar, especialmente quando se trata dos indivíduos da terceira idade.

Como desdobramento do objetivo geral desta pesquisa e diante do cenário recente ocasionado pelo COVID-19, adotamos também o seguinte objetivo específico: identificar e analisar o que mudou durante a pandemia do COVID-19 no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana.

Para alcançar tais objetivos, a metodologia do presente trabalho configura-se como: pesquisa de natureza básica, com abordagem qualitativa e quantitativa do problema, pois

utilizamos um questionário com perguntas fechadas para levantamento de dados com representação numérica por meio de gráficos, entretanto optamos pela análise qualitativa. Por fim, sob o ponto de vista do objetivo do estudo, trata-se de uma pesquisa exploratória e adotamos os procedimentos metodológicos da pesquisa bibliográfica e de levantamento.

Dessa forma, o presente trabalho possui a seguinte estrutura: se inicia com o problema da pesquisa, seguido de algumas hipóteses: a primeira é a de que os idosos têm acesso ao lazer de qualidade e que isso não foi alterado pela pandemia; a segunda é a de que os idosos têm acesso ao lazer de qualidade, mas que isso foi alterado pela pandemia; e a terceira é a de que em outro cenário (mais negativo) a maioria dos idosos não possui acesso ao lazer de qualidade, e tal situação ainda foi piorada devido a pandemia o que evidenciaria a necessidade de procurar melhorar urgentemente.

Em seguida, é apresentado o objetivo principal, assim como a metodologia da pesquisa e os procedimentos metodológicos adotados para a realização dos mesmos, explicando onde cada um foi utilizado.

No capítulo 2 é apresentada a fundamentação teórica que apresenta autores que esclarecem melhor alguns pontos centrais da pesquisa. Assim sendo, a primeira parte abrange o conceito Lazer a partir de sua trajetória e definições e a segunda parte do referencial teórico traz autores que especificam características do lazer na terceira idade.

Na parte final do presente trabalho, o capítulo 3 apresenta os resultados, contendo os gráficos elaborados a partir das respostas de nossos participantes da pesquisa, sendo eles todos residentes do município de Arraias com idade acima de 60 anos. Os resultados são apresentados de forma analítica trazendo informações sobre o perfil dos entrevistados; sobre o lazer antes da pandemia; sobre o lazer durante a pandemia; sobre o lazer na vida dos entrevistados; e sobre o lazer no município de Arraias.

Dentro desse contexto apresentado e com essa estrutura, esse estudo procura fazer uma contribuição na área do lazer voltado à terceira idade, com foco em colaborar para a qualidade do lazer dos idosos do município de Arraias, visto que, é de suma importância o lazer para esse público auxiliando no desenvolvimento físico e emocional destes cidadãos, mas em meio a pandemia ocasionada pelo COVID 19, sendo o idoso parte do grupo de risco, eles se viram isolados dentro de casa, prejudicando ainda mais o seu lazer. Nesse sentido, esta pesquisa pretende colaborar para dar voz aos idosos do município a respeito de suas impressões e

perspectivas sobre o lazer na vida deles e ainda ser um possível instrumento de diagnóstico da situação para futuras políticas públicas na área.

1.1 Problema de pesquisa

É sabido que no Brasil existe uma escassez de locais e atividades de lazer acessíveis para a terceira idade. Essa situação é ainda mais grave fora dos grandes centros urbanos. No entanto, o lazer, especialmente da terceira idade, se faz importante independente de sua localidade, já que ele contribui para a saúde física, mental e a qualidade de vida dessas pessoas. Assim sendo, é de grande relevância analisar se os idosos têm ou não acesso ao lazer em municípios do interior, como é o caso de Arraias – Tocantins.

Nesse sentido, a complexidade do problema do acesso da terceira idade ao lazer só aumentou após a pandemia ocasionada pela COVID-19, iniciada no começo de 2020, tornando mais urgentes estudos sobre esse cenário e principalmente iniciativas para a resolução dessa situação que envolve o esforço de toda a sociedade, tanto da sociedade civil, quanto dos governantes elaborando políticas públicas. É relevante pontuar que no município de Arraias não existe uma solução consolidada e sequer encaminhada, porém existe o projeto Conviver que (principalmente antes da pandemia) proporcionaram algumas atividades de lazer para os idosos.

Diante dessa problemática, surgiram algumas questões a serem desvendadas por essa pesquisa como, por exemplo, será que os idosos no Município de Arraias têm acesso ao lazer de qualidade? Existem pessoas capacitadas para acompanhar esses idosos tendo em vista o bem estar de todos eles? Quais práticas de lazer de que forma o lazer contribui para a vida desses idosos? O que mudou durante a pandemia, no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana?

1.1.1 Hipótese

Diante do problema apresentado e das perguntas a partir dele formuladas, o presente trabalho pretende analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias - Tocantins tendo algumas hipóteses: uma seria a de que os idosos têm acesso ao lazer de qualidade e que isso não foi alterado pela pandemia e a outra a de que os idosos têm acesso ao lazer de qualidade, mas que isso foi alterado pela pandemia.

Já em outro cenário (mais negativo) a maioria dos idosos não possui acesso ao lazer de qualidade, e tal situação ainda foi piorada devido a pandemia o que evidenciaria a necessidade de procurar melhoras, o que somente poderia acontecer a partir de políticas públicas voltadas ao acesso da terceira idade arraiana ao lazer de qualidade, bem como a adoção de atividades devidamente organizadas para esse público.

1.1.2 Justificativa

Escolher esse tema foi algo pensado há muito tempo, desde de pequena tenho amor pelos idosos e sempre ficava pensando o que poderia fazer para ajudar, foi aí que a universidade abriu as portas para realizar esse estudo. Desse modo o idoso poderá ser visto como um ser humano que também necessita de atenção, carinho e amor.

É importante analisar esse tema no município de Arraias que por sinal é uma cidade histórica e que a maioria dos idosos estão conectados a essa memória, devido a isso um grande número de idosos se dispõe a estar ativo buscando sempre algo para se ocupar. Com isso, a sociedade como um todo precisa apoiar já que um dia todos nós vamos chegar a essa etapa, então é evidente que devemos cuidar do nosso futuro e cobrar dos governantes políticas públicas já que se trata de um direito do cidadão e um dever do Estado.

É importante frisar que o investimento em infraestrutura no contexto do lazer é de extrema importância para a sua qualidade e acesso, como por exemplo, a existência de estruturas adequadas e pessoas capacitadas para trabalhar junto a esse grupo específico. Assim o presente trabalho visa dar voz aos idosos do município e contribuir para o planejamento de possíveis políticas públicas na área.

1.2 Objetivos

Neste Trabalho de Conclusão de Curso, feito a partir das atividades desenvolvidas durante o estágio realizado no projeto de pesquisa “Educação, Patrimônio e Lazer Cultural: conectando saberes”, coordenado pela professora Ana Paula Rosa Rodrigues, os objetivos que nortearam a pesquisa são os seguintes:

1.2.1 Objetivo Geral

Diante das perguntas de pesquisa anteriormente apresentadas, o objetivo principal deste trabalho é: analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias – Tocantins.

1.2.2 Objetivos Específicos

Como desdobramento do Objetivo Geral desta pesquisa e diante do cenário recente ocasionado pelo COVID-19, adotamos também o seguinte objetivo específico;

Identificar e analisar o que mudou durante a pandemia do COVID-19 no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana;

A seguir apresentaremos e explicaremos os procedimentos metodológicos adotados na intenção de alcançar os objetivos acima descritos.

1.3 Metodologia da Pesquisa

A partir dos objetivos apresentados e com o intuito de alcançá-los o presente trabalho adotou a seguinte metodologia:

a) Sob o ponto de vista de sua natureza;

A pesquisa caracterizou-se como básica, que é aquela que tem como objetivo gerar conhecimentos novos para o avanço da ciência sem a aplicação de prática (GERHARDT e SILVEIRA, 2009). A princípio, a pesquisa básica acontece de acordo com algo que já existe, mas que busca novos conhecimentos, a exemplo do que foi feito nessa pesquisa cujo objetivo é analisar o lazer na terceira idade no município de Arraias, identificando e analisando o que mudou durante a pandemia, levantando conhecimento sobre esse tema.

b) Sob o ponto de vista da forma de abordagem do problema;

A pesquisa caracterizou-se como quantitativa e qualitativa. A pesquisa quantitativa tem como objetivo buscar resultados da pesquisa que podem ser calculados centra-se na objetividade influenciada pelo positivismo, considera que a realidade só pode ser compreendida com base em análise de dados brutos, recolhidos com instrumentos padronizados e neutros (FONSECA, 2002 *apud* GERHARDT; SILVEIRA, 2009). A pesquisa quantitativa recorre a números matemáticos para descrever a causa de um fenômeno, as relações entre variáveis etc. (FONSECA, 2002 *apud* GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Um grande exemplo de como usamos a pesquisa quantitativa para abordar o problema a ser analisado (se os idosos têm ou não acesso ao lazer em municípios do interior, como é o caso de Arraias – Tocantins, bem como as mudanças em sua prática diante da pandemia ocasionada pelo COVID 19) foi a utilização de um questionário elaborado no *Google Forms* (instrumento padronizado e neutro) aplicado junto

a pessoas da terceira idade residentes no município de Arraias no intuito de levantar as informações sobre o lazer deles antes e depois da pandemia e apresentar os dados por meio de gráficos representativos.

Já a pesquisa qualitativa não possui o foco na representatividade numérica, mas com o aprofundamento da compreensão de um grupo social de uma organização. A maior parte da pesquisa qualitativa recusa o modelo positivista, aplicado ao estudo da vida social, uma vez que o pesquisador não pode fazer julgamentos sem permitir que seus preconceitos e crenças contaminem a pesquisa. A pesquisa qualitativa preocupa-se com aspectos da realidade que não podem ser quantificados, centrando-se na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais (GOLDENBERG, 1997 *apud* GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Sendo assim, após levantar e apresentar as informações por meio de gráficos representativos analisamos os dados de maneira qualitativa a partir dos referenciais propostos acerca do papel e da importância do lazer na terceira idade no intuito de compreender o fenômeno e estabelecer hipóteses.

c) Sob o ponto de vista de seus objetivos;

A pesquisa caracterizou-se como exploratória. Esse tipo de pesquisa tem como objetivo possibilitar maior proximidade com o problema, com vistas a torná-lo mais claro e objetivo, podendo construir hipóteses (GIL, 2007). O objetivo principal deste estudo é analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias – Tocantins, e para alcançar esse objetivo e ao objetivo específico de identificar e analisar o que mudou durante a pandemia no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana foi feito primeiramente um levantamento bibliográfico para compreender o lazer na terceira idade, posteriormente formulamos um questionário que foi aplicado junto a pessoas desse grupo na intenção de explorar e aproximar do problema de pesquisa, podendo assim obter mais informações.

1.3.1 Procedimentos metodológicos

Diante da metodologia de pesquisa apresentada e das justificativas sob os diferentes pontos de vista da metodologia científica, utilizamos alguns procedimentos metodológicos que representam como o trabalho foi desenvolvido para atingir os seus objetivos. Nesse sentido, adotamos como procedimento a pesquisa bibliográfica e de levantamento.

A pesquisa bibliográfica é realizada a partir do levantamento de referenciais teóricos já analisados, sejam escritos ou eletrônicos (FONSECA, 2002 *apud* GERHARDT; SILVEIRA, 2009). Foram utilizados autores e artigos para a realização dessa pesquisa, especialmente para a fundamentação teórica que constitui a base de toda pesquisa científica. Já quanto a pesquisa de levantamento, dentre suas vantagens temos “o conhecimento direto da realidade, economia e rapidez, e obtenção de dados agrupados em tabelas que possibilitam uma riqueza na análise estatística” (GERHARDT e SILVEIRA, 2009, p.38). Fonseca (2002 *apud* GERHARDT; SILVEIRA, 2009) aponta a existência de dois tipos: levantamento de uma amostra ou levantamento de uma população, no caso do presente estudo foi utilizado uma amostra de uma população, sendo assim, foi usado um questionário para a realização do levantamento de dados diretamente com a realidade do público a ser analisado.

Entretanto, faz-se necessário pontuar que diante do atual cenário de pandemia, que iniciou-se em março de 2020, essa pesquisa sofreu alguns impactos que levaram a mudanças em seus objetivos e consequentemente em sua metodologia, pois a princípio a ideia era ter contato direto com esse grupo da terceira idade com a finalidade de executar atividades de lazer como parte das atividades de estágio da pesquisadora, porém com a pandemia e com o distanciamento tivemos que buscar outros métodos, procedimentos e instrumentos para a realização desse trabalho. Inicialmente o método a ser aplicado seria entrevista presencial, sem intermediário, mas com a pandemia, o único jeito foi se reinventar através das redes de comunicação e assim dar andamento a pesquisa.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O lazer pode ser entendido como a busca pela satisfação e prazer pessoal, procurando assim uma pausa para saúde mental e física. Nesse sentido é quase impossível determinar quando ele surgiu, porém foi com o acontecimento da Revolução Industrial que o conceito de lazer moderno, que se assemelha com o que compreendemos nos dias de hoje, surgiu. Com a jornada de trabalho exaustiva na qual as horas de descanso eram somente para a reposição das forças físicas, pois logo os operários deveriam voltar a linha de produção, surge então a noção de um tempo livre, e com ele o conceito de lazer moderno. Com isso, anos depois a área da sociologia começa a estudar o lazer, especialmente os impactos sociais do lazer na vida da sociedade como um todo. Sobre o surgimento e a trajetória inicial da sociologia do Lazer, Dumazedier (1979) diz que:

A sociologia do lazer que foi fundada nos Estados Unidos, mas foi nas décadas de 20 e 30 que os primeiros estudos da sociologia empírica do lazer surgem nos Estados Unidos e na França, buscando relacionar os fenômenos do lazer aos outros campos da realidade social. No entanto, foi somente a partir da Segunda Guerra Mundial que a sociologia do lazer e uma série de pesquisas sobre o assunto se proliferaram por outros países e passaram a se relacionar de modo mais frequente com outras áreas sociais, tais como: política, urbanismo, planejamento econômico, saúde e assistência social. (DUMAZEDIER, 1979, *apud* MARCELLINO et al, 2011, p.14).

Podemos observar que o autor aponta para o fato de que, foi a partir da Sociologia do Lazer que o mesmo passou a se relacionar de modo mais frequente com outras áreas sociais, e que inclusive, anos depois tornar-se-ia um tema essencial para muitas delas, inclusive para o Turismo.

Nesse sentido, uma das áreas frequentemente associadas ao lazer é a da recreação. Sobre a relação entre a recreação e o lazer, o estudo realizado por Ferreira (1959), ressalta o fato de que a recreação está relacionada às atividades desenvolvidas no tempo do lazer, dessa maneira ele afirma que “a recreação representava a possibilidade de organização racional do lazer, sendo capaz de auxiliar na manutenção do equilíbrio da sociedade diante dos grandes problemas apresentados pelas mudanças decorrentes da industrialização e do crescimento desordenado das cidades” (FERREIRA, 1959, *apud* MARCELLINO et al, 2011, p.14).

Ressaltando novamente que o lazer tem forte relação com outras áreas sociais, outra ciência que contribui para o tema é a Psicologia. Em uma abordagem que abrange as questões da psicologia associadas ao lazer, Requixa (1980, p.35 *apud*, MARCELLINO, 2011, p. 16)

define o lazer como: “ocupação não obrigatória, de livre escolha do indivíduo que a vive, e cujos valores propiciam condições de recuperação psicossomática e de desenvolvimento pessoal e social”. Sendo assim, o lazer é importante tanto para a saúde física quanto para a saúde mental, pois com as jornadas de trabalho cansativas e o estresse do dia- dia, ele foi se tornando cada vez mais necessário para o bem estar do indivíduo.

Diante da transversalidade do tema, o sociólogo francês Jofre Dumazedier, conhecido como “pai” da Sociologia do Lazer, hoje uma área consolidada do pensamento científico, apontou em sua definição, ainda amplamente utilizada, a complexidade e a importância do lazer. Segundo ele:

O lazer é o conjunto de ocupações, às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-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, 1979, p.12 *apud* MARCELLINO, 2011, p. 16).

Desse modo, o lazer quebra essa regra de obrigação e passa a ser algo espontâneo e livre, para que o indivíduo possa descansar a mente e o corpo físico, e isso é relevante para a terceira idade já que a maioria possui tempo livre podendo usá-lo da forma que lhe agrada ou convém. O lazer também é sensação de auto existência, é desfrutar da vida de maneira que o prazer de tal atividade alcance satisfação espiritual na alma. Sendo assim, a importância de um conjunto de atividades de lazer satisfatórias para o indivíduo da terceira idade é de muita significância, podendo evitar até mesmo doenças que lhes são comuns nessa faixa etária.

As atividades de lazer na vida do ser humano são de muita relevância, considerando tais atividades com notável diferença nas ocupações diárias do indivíduo como no trabalho e na família, melhorando sua função, cumprindo suas tarefas com melhor desempenho.

Em se tratando dos Direitos Sociais, o direito ao lazer está previsto na Constituição Brasileira – artigo 6º, caput, § 3, e artigo 227 (BRASIL, 1988), e está inserido no capítulo dos direitos Sociais, e este, por sua vez, está inserido no título dos Direitos Fundamentais. Assim sendo, o acesso e desfrute do lazer trata-se de um direito do cidadão e uma obrigação do Estado. O que preconiza a essa obrigatoriedade dentro do Estado de Direito, como lembra Rodrigues (2019):

Mais do que uma necessidade e uma reivindicação, o lazer tornou-se um direito da pessoa, que passa a vivenciá-lo como um valor. Além do direito ao lazer, no caso brasileiro, é garantido também o acesso aos bens culturais e equipamentos de lazer. Segundo a nossa Constituição, é dever do Estado fornecer subsídios e fomentar o lazer, a educação e a cultura. Evidencia-se ainda mais a importância do lazer em nossa sociedade, colocado ao lado da educação e da cultura como um direito e um importante promotor de dignidade humana (RODRIGUES, 2019, p. 97)

Pode-se afirmar que esse dever está ligado diretamente ao bem estar social, pois, dentro deste contexto, há uma ligação entre essa obrigação do próprio Estado e a necessidade humana, sabendo que o ser humano é dotado de necessidades a serem supridas, que em sua maioria estão ligadas diretamente ao bem estar social, que por sua vez apenas o Estado é capaz de tornar isso acessível ao ser humano.

Por essas e outras razões, no Brasil, o Estado prevê desde a criação da Constituição Federal de 1988 essa necessidade, visto que, todos, deveriam ser beneficiados com esses direitos sociais, para que as pessoas tenham uma vida mais digna proporcionando mais qualidade de vida, porém, mesmo sendo um direito constituído e, o direito ao lazer é pra todos, infelizmente, normalmente a pessoa que tem o poder aquisitivo melhor tem mais condições de ter uma vida social mais ativa enquanto outras não têm essa possibilidade, como aponta Rodrigues (2019):

A conquista do direito ao lazer é um marco em nossa sociedade, ainda que não represente a totalidade do acesso democrático a este. Infelizmente, no caso brasileiro, as grandes desigualdades sociais e a segregação socioespacial, características da nossa sociedade, nem ao **lazer mercadoria** os mais pobres têm acesso. Conforme Aulicino (2011), o lazer no contexto da sociedade do consumo e da Indústria Cultural se transforma em mais uma dimensão da desigualdade social, na medida em que exposto exclusivamente à condição de quase mercadoria, impõe restrições às populações mais pobres (RODRIGUES, 2019, p. 97).

Um dos grupos que mais sofrem com a falta de políticas públicas voltadas ao lazer, é a terceira idade. Entretanto, o Artigo 20 do Capítulo V do Estatuto do Idoso que fala sobre Educação, Cultura, Esporte e Lazer diz que “o idoso tem direito a educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade” (BRASIL, 2003 Artigo 20 do Capítulo V do Estatuto do Idoso) enfatizando mais uma vez o seu direito constituído ao lazer.

Sendo assim, na próxima seção abordaremos algumas questões a respeito das especificidades do lazer na terceira idade para então refletir sobre a importância do lazer nessa fase da vida.

2.1 Lazer na terceira idade

Em um primeiro olhar os termos velho, idoso e terceira idade podem parecer a mesma coisa, no entanto, alguns autores apontam diferenças como por exemplo Papaléo Netto (2002 *apud* RODRIGUES, L.S. e SOARES) que elaborou o seguinte conceito acerca do envelhecimento e de tais termos:

O envelhecimento (processo), a velhice (fase da vida) e o velho ou idoso (resultado final) constituem um conjunto cujos componentes estão intimamente relacionados. [...] o envelhecimento é conceituado como um processo dinâmico e progressivo, no qual há modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos que terminam por levá-lo à morte. (PAPALÉO NETTO, 1996). [...] Às manifestações somáticas da velhice, que é a última fase do ciclo da vida, as quais são caracterizadas por redução da capacidade funcional, calvície e redução da capacidade de trabalho e da resistência, entre outras, associam-se a perda dos papéis sociais, solidão e perdas psicológicas, motoras e afetivas (PAPALÉO, 1996, p. 2, *apud* RODRIGUES, SOARES, 2006, p. 2).

O autor aponta que durante a vida o ser humano passa por fases que evoluem gradualmente em etapas, como um processo dinâmico de envelhecimento, pois conforme o tempo vai passando as transformações vão acontecendo de forma progressiva e isso faz com que o indivíduo tenha algumas dificuldades e limitações. Nesse sentido, a fase da velhice vem acompanhada de perda de algumas capacidades junto a vários outros problemas, como o autor Domenico De Masi indica:

Basta observar a progressão das despesas médicas e farmacêuticas: no último ano de vida nós gastamos uma quantia equivalente a que tínhamos gasto [sic] durante toda a vida até aquele momento. E o último mês custa tanto quanto o último ano inteirinho. Portanto a velhice é calculada não a partir do ano de nascimento, mas tendo como referência a morte (DE MASI, 2000:275 *apud* RODRIGUES, SOARES, 2006, p. 2).

Dentre os termos utilizados para designar a pessoa velha, nota-se que o termo idoso é frequentemente usado para fins jurídicos e até no dia a dia para indicar um benefício ou um atendimento específico, já o termo velho é comumente associado a um sentido muitas vezes pejorativo, quase como um xingamento ou um sinônimo de algo em mal estado, apesar de ser

o termo mais adequado e adotado pelas áreas acadêmicas e de saúde, uma vez que, seus contrapontos (jovem, criança) são utilizados sem problemas para outras fases da vida.

Por sua vez, o termo terceira idade é frequentemente associado aos indivíduos mais ativos quando faladas por outras pessoas fora dessa comunidade ou até mesmo para identificar aqueles que vivenciam esse tempo. Assim sendo, o termo terceira idade é usado para classificar cronologicamente os indivíduos avançados em idade.

No entanto, é importante lembrar que além desses termos comumente utilizados em diversas áreas, os próprios idosos gostam de ser “rotulados” de “melhor idade”. Na convivência entre eles esse termo é expressado com prazer e orgulho. O que podemos perceber é que ao usar esse termo eles sentem entusiasmo ao sentir que são e estão pertencentes em vários espaços, ainda mais quando tais espaços lhe agradam.

A partir do exposto, destacamos que o termo a ser usado neste trabalho será “terceira idade”, pois essa expressão também é bem aceita por essa faixa etária e remete a uma aceitação ao chegar na fase da velhice.

O conceito de velhice, de acordo com Debert (1998) pode ser compreendido como uma etapa isolada das outras, podemos perceber isso nas preferências dos espaços públicos e privados, essa fase da vida se dá ao envelhecimento, chegando a essa etapa com mais dificuldade, porém ainda assim pode ser aproveitada de forma mais saudável e divertida. O envelhecimento é algo notório visto que nascemos, crescemos e morremos como diz (RODRIGUES e SOARES, 2006) só precisamos ver o envelhecimento como um novo sentido para essa etapa, visto que, o lazer pode ajudar a ter melhor qualidade de vida, e é o principal elemento nessa faixa etária como por exemplo uma senhora que faz tapetes aos 104 anos para se ocupar ou até mesmo para não se sentir “inútil”, pois a sociedade capitalista impõe a ideia de que uma pessoa só é “útil” enquanto ela estiver trabalhando, ainda que muitos idosos tenham de fato trabalhado a vida toda até alcançar a tão sonhada aposentadoria.

Nesse sentido, o sociólogo Francês Dumazedier (1999) diz que chegar a fase da aposentadoria é algo desejado para aqueles que já atingiram certa idade, já que não é mais possível “trabalhar pesado”, no entanto, alguns ainda se mantêm ativos cumprindo sua responsabilidade profissional tendo assim uma ocupação diária. Nessa nova fase os aposentados buscam se ocupar com os saberes empíricos que possam favorecer o seu conhecimento. Esses idosos que continuam ativos no trabalho extraprofissional conseguem manter seu tempo livre

com atividades vinculadas ao lazer, mesmo com outras obrigações a serem cumpridas, como a obrigação sócio espiritual.

Outra obrigação apontada pelo autor é a sócio-política, sendo de suma importância. Na verdade, não se trata de obrigação, seria mais um envolvimento das diversas associações entreterendo e se ocupando de forma não obrigatória. As Atividades não obrigatórias não envolvem somente diversão, existe também a relação familiar que deixa claro que devemos ter um tempo para a família, sendo esta composta pela família residencial com pai mãe filhos e a outra pela família aumentada que são as três gerações reunidas (DUMAZEDIER, 1999).

Mas, afinal, quais são os tipos de lazer?

Segundo Dumazedier (1999) os tipos de lazer seriam os seguintes:

- Lazeres físicos; que movimentam as partes do nosso corpo, no entanto parte dos idosos não consegue desenvolver essa atividade.
- Lazeres artísticos; que abrange o público envolvendo a visitação em museus, teatros, monumentos históricos, entre outros, nos quais os idosos buscam valores empíricos.
- Lazeres práticos; que são os de mais fácil acesso em sua idade, um exemplo seria fazer artesanatos ou até mesmo atividades dentro de casa de acordo com a praticidade e com a capacidade de exercer tal função.
- Lazeres intelectuais; seriam as atividades que poderiam desenvolver intelectualmente a mente de um idoso como por exemplo a leitura de um livro, jogos de xadrez ou caça palavras.
- Lazeres sociais; que é de suma importância para os idosos, pois nessa idade eles sentem-se muito sozinhos e precisam dessa relação com outras pessoas, apesar disso não são todos que se dispõem ou podem praticá-lo, já que alguns veem essa fase como fim e não sentem vontade de socializar, ou não possuem família/amigos ou estão debilitados fisicamente para a socialização.

Diante dos conceitos apresentados, enfatizamos novamente que o idoso tem direito ao lazer como qualquer outro indivíduo, e se tratando de direto, como praticar tais atividades se as mesmas não estão ao dispor desse grupo? Tendo em vista que o número de idosos vem crescendo cada vez mais no Brasil todo, inclusive no município de Arraias - TO é importante tratar o lazer voltado à terceira idade como parte relevante das políticas públicas dos municípios, tanto no que diz respeito ao lazer voltado à recreação e enriquecimento cultural e

social, quanto ao lazer voltado à saúde física e mental entre outros, pontuando que na realidade todos estão interligados.

No entanto, antes de qualquer ação nessa direção faz-se importante primeiro conhecer o cenário, principalmente na perspectiva dos idosos, e a presente pesquisa pretende colaborar nesse sentido, levantando informações e principalmente dando voz aos indivíduos da terceira idade arraiana. Assim sendo, no próximo capítulo apresentaremos os resultados e análise da pesquisa aplicada junto aos idosos do município de Arraias – Tocantins.

3 RESULTADOS E ANÁLISE

Com o intuito de alcançar os objetivos da pesquisa de analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias – Tocantins, antes e durante a pandemia do COVID 19 elaboramos um questionário voltado à terceira idade. A intenção do questionário era obter dados específicos nas respostas, para alcançar informações das atividades de lazer que os entrevistados desenvolvem e que almejam desenvolver tendo foco apurar se esse grupo possui ou não acesso ao lazer e qualidade de vida como efeito disto, as questões abordadas indagam respostas pontuais e de cronologia diferentes, ou seja, antes e durante a pandemia do COVID19.

Assim sendo, consideramos a necessidade do distanciamento social, especialmente pelo fato de nossos entrevistados fazerem parte do grupo de risco, por esse motivo o formulário virtual (**Apêndice A**) foi aplicado de forma online, pois com a pandemia o único meio viável que assegurava a segurança e a saúde tanto da pesquisadora quanto dos entrevistados era o virtual, no entanto enfatizamos que tal meio não é o mais adequado para o perfil dos idosos principalmente pela dificuldade que a maioria deles possui para usar algumas tecnologias.

Para distribuir e divulgar o formulário utilizamos o WhatsApp e acionamos a rede de contatos desta pesquisadora contando com colegas de curso, familiares, amigos e ainda contatos que facilitaram a distribuição do formulário no grupo Conviver formado por diversos idosos do município de Arraias. Assim sendo, para facilitar a comunicação, solicitamos e contamos com a preciosa colaboração de parentes próximos ao idoso para em alguns casos ajudá-los a responder à pesquisa. No total alcançamos 24 participantes, um bom número, dada as circunstâncias adversas.

O formulário é formado por 25 perguntas todas com sequência lógica e organizadas em blocos, sendo eles: bloco de perguntas sobre o perfil dos entrevistados; bloco de perguntas sobre o lazer antes da pandemia; bloco de perguntas sobre o lazer durante a pandemia; bloco de perguntas sobre o lazer na vida dos entrevistados; e bloco de perguntas sobre o lazer no município de Arraias. Todas as perguntas são fechadas, visto a dificuldade que eles enfrentam com tecnologia. Para melhor compreensão e posterior análise o resultado dessa pesquisa será apresentado a seguir através de gráficos.

O primeiro bloco de perguntas do questionário diz respeito ao perfil dos entrevistados. Estabelecemos duas perguntas iniciais, como questões filtro, uma vez que, somente os moradores de Arraias poderiam responder ao questionário de acordo também com a faixa etária

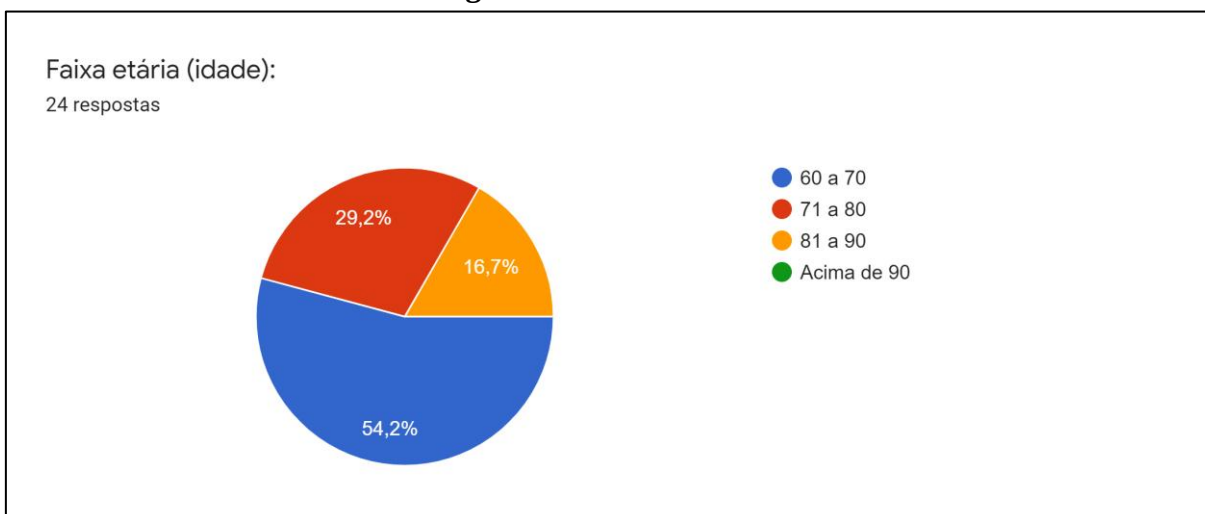
definida na pesquisa, a partir de 60 anos¹, correspondendo assim a todos os entrevistados conforme aparece respectivamente nos **gráficos 01 e 02** logo abaixo.

Gráfico 1 - Pergunta filtro: Município de residência dos entrevistados



Fonte: Autora, 2021.

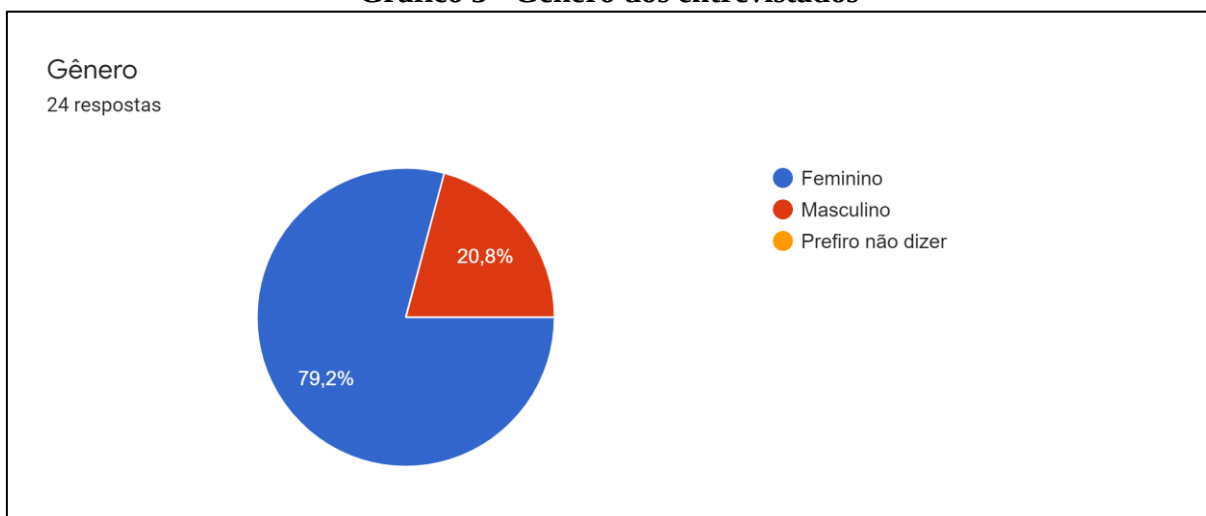
Gráfico 2 - Pergunta filtro: Faixa etária dos entrevistados



Fonte: Autora, 2021.

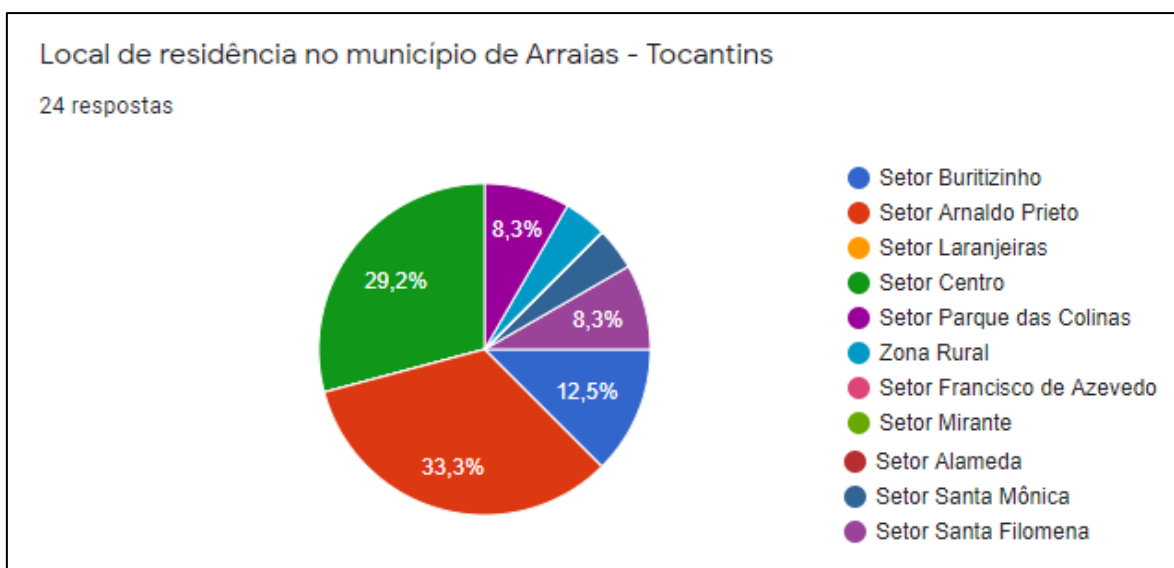
Seguindo com a apresentação do perfil dos entrevistados, o **gráfico 03** exibe o gênero, apontando que a maioria (79,2%) dos respondentes são mulheres.

¹ Pontuamos que a Organização Mundial da Saúde (OMS) considera idosa a partir de 60 anos de idade.

Gráfico 3 - Gênero dos entrevistados

Fonte: Autora, 2021.

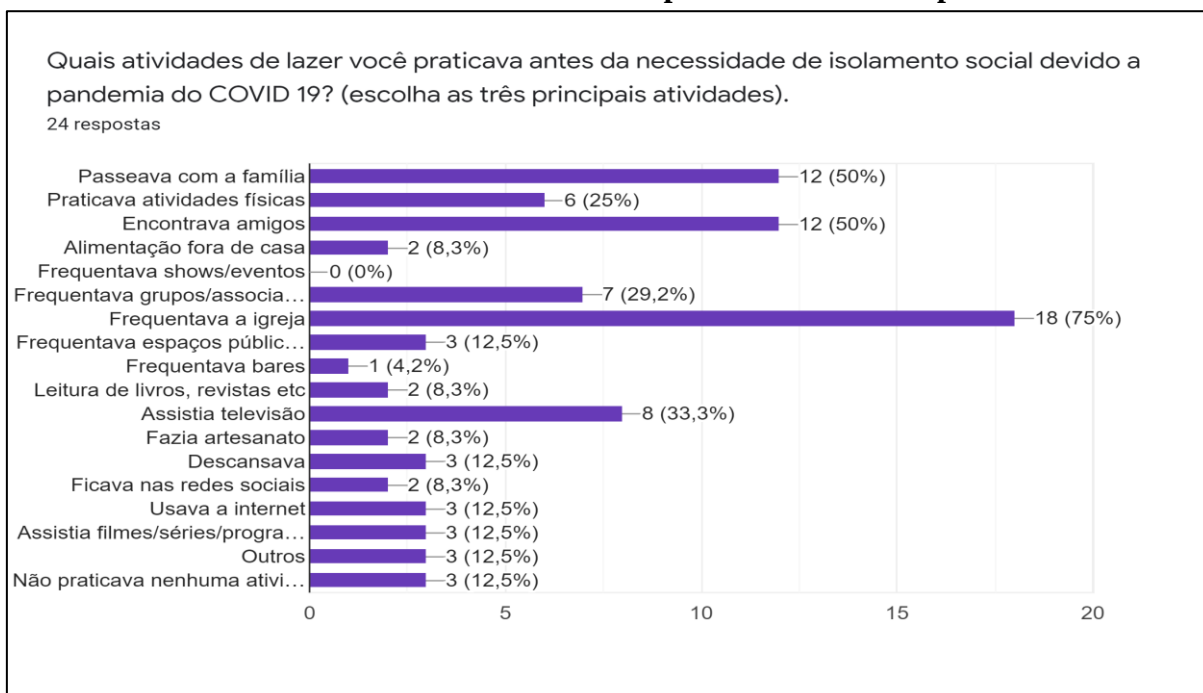
Já o **gráfico 04** exibe o local de residência dos entrevistados no município de Arraias, trazendo a informação dos seus respectivos bairros/ setores. Podemos observar nesse gráfico que quase metade dos entrevistados reside nos setores Centro e Arnaldo Prieto. Entretanto, o restante dos entrevistados está distribuído entre os setores Buritizinho, Parque das Colinas, Santa Filomena, Santa Mônica e na Zona Rural, isso nos permite ter a perspectiva dos idosos a partir de vários locais do município de Arraias, o que se torna relevante uma vez que, alguns setores possuem mais ou menos infraestrutura voltada ao lazer.

Gráfico 4 - Local de residência dos entrevistados

Fonte: Autora, 2021.

Com o perfil de nossos entrevistados apresentado, passamos para o bloco de perguntas sobre o lazer antes da pandemia. Observa-se no **gráfico 05** que antes da pandemia a maioria dos entrevistados tinha o costume de ir à igreja, os dados mostram que encontrar com amigos e passear com os familiares também acontecia nesse espaço de tempo livre dedicado ao lazer, possibilitando atividades que gostavam de fazer diariamente.

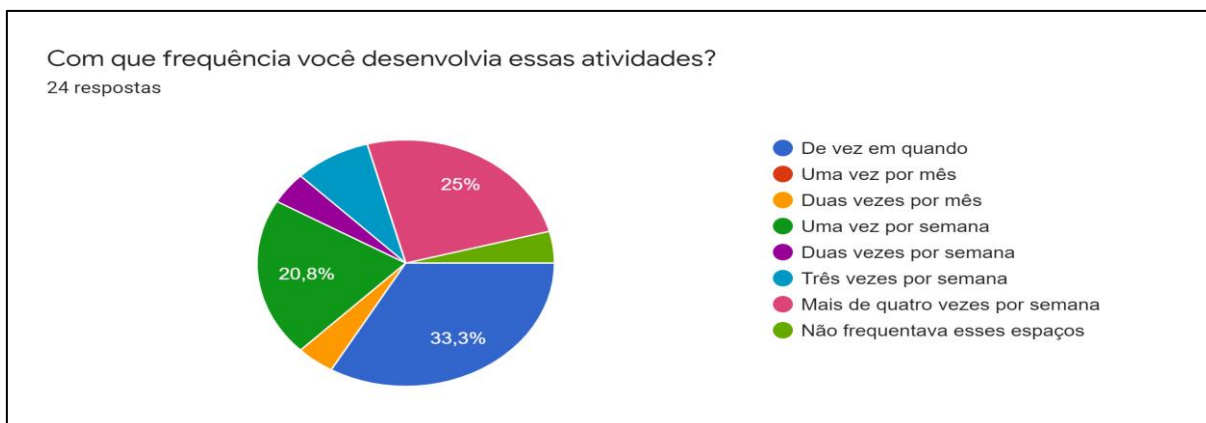
Gráfico 5 - Atividades de lazer praticadas antes da pandemia



Fonte: Autora, 2021.

Já o **gráfico 06** mostra que a maioria tinha o hábito de desenvolver essas atividades de vez em quando, entretanto a frequência variou entre os respondentes que apontaram também as opções de mais de quatro vezes por semana e uma vez por semana.

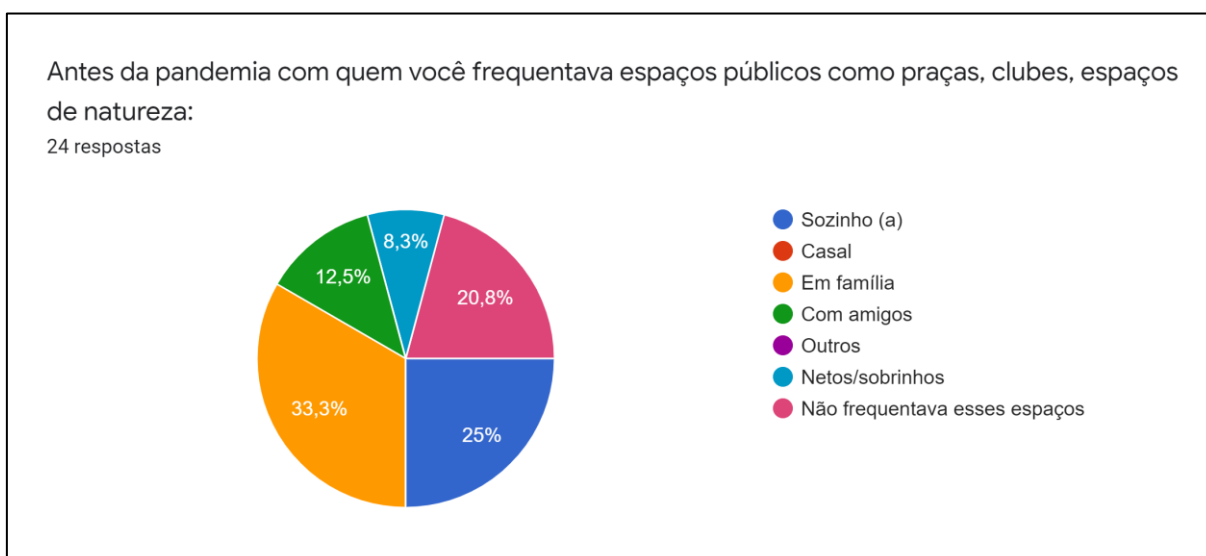
Gráfico 6 - Frequência das atividades de lazer praticadas antes da pandemia



Fonte: Autora, 2021.

Questionados sobre com quem frequentavam os espaços públicos antes da pandemia, a maioria respondeu que frequentava acompanhado da família ou sozinho, conforme apresenta o **gráfico 07**. Entretanto o percentual de quem não frequentava tais espaços foi bem expressivo, correspondendo a 20,8% dos entrevistados.

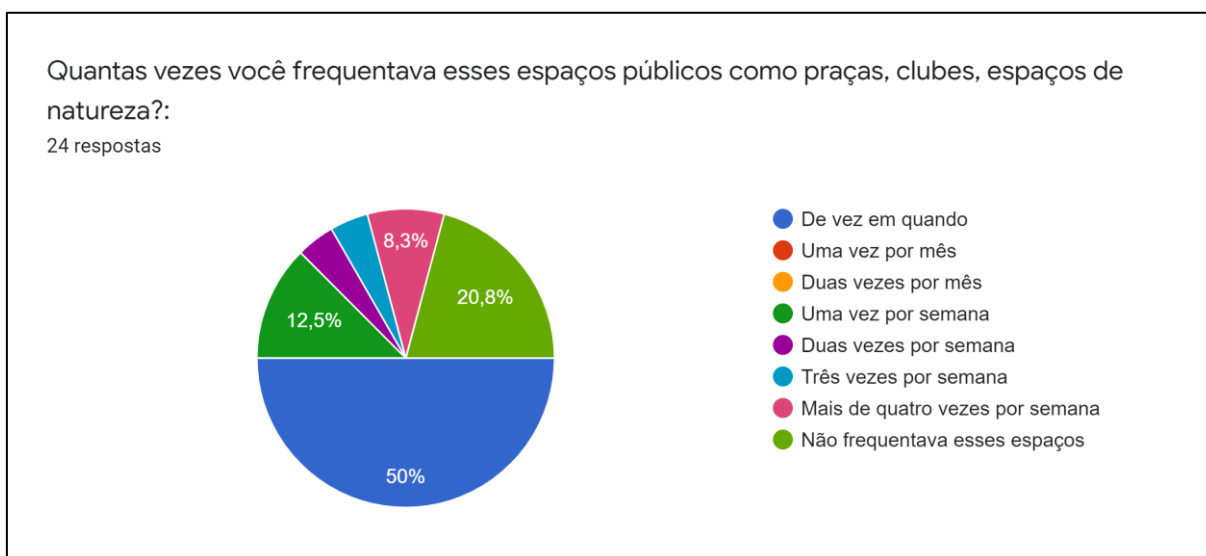
Gráfico 7 - Com quem frequentava espaços públicos antes da pandemia



Fonte: Autora, 2021.

Já no que diz respeito à frequência, o **gráfico 08** mostra que 50% frequentava de vez em quando os espaços públicos, outros 20,8 % não frequentavam esses espaços e 12,5% frequentavam uma vez por semana.

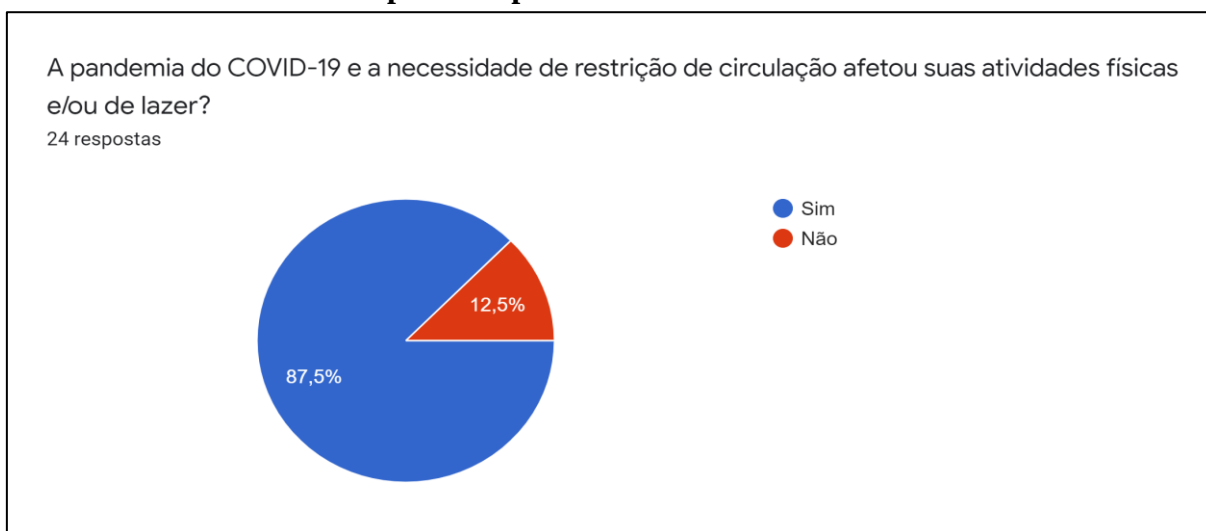
Gráfico 8 - Frequência que frequentava espaços públicos antes da pandemia



Fonte: Autora, 2021.

A partir do **gráfico 09**, iniciamos o bloco de perguntas sobre o lazer durante a pandemia. Como pode-se observar no gráfico a grande maioria dos entrevistados (assim como todos nós) teve o lazer prejudicado pela pandemia ocasionada pelo COVID19, pois tinham o costume de ter horários para praticar tais atividades.

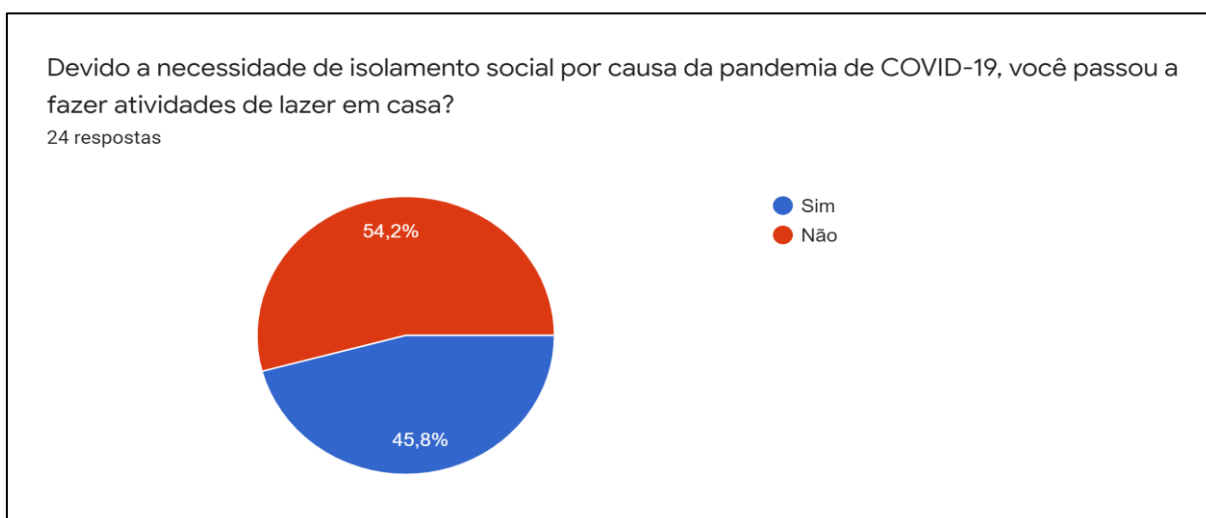
Gráfico 9 - Impacto da pandemia nas atividades físicas e/ou de lazer



Fonte: Autora, 2021.

No **gráfico 10** podemos observar que 54,2% dos entrevistados responderam que não passaram a praticar atividades de lazer em casa devido a pandemia, em contraponto 45,8 % responderam que passaram a praticar atividades de lazer em casa, equilibrando assim as respostas.

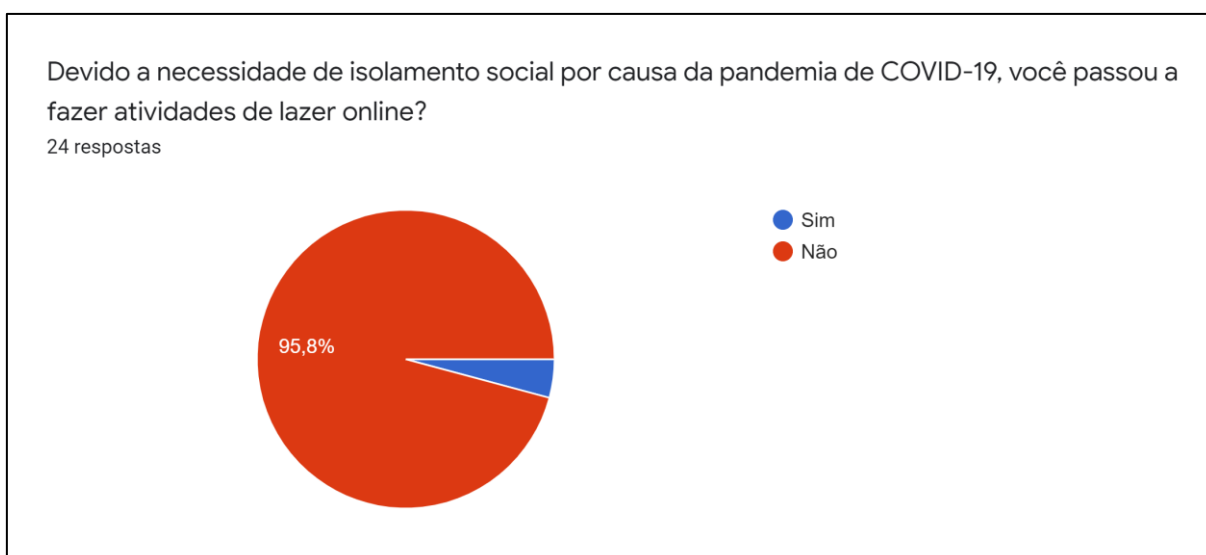
Gráfico 10 - Pandemia e atividades físicas e/ou de lazer em casa



Fonte: Autora, 2021.

Entretanto, a seguir o **gráfico 11** mostra que a grande maioria (95,8%) dos idosos entrevistados afirmaram que não passaram a fazer atividades online, o que é compreensível uma vez que, muitos não possuem acesso (internet e equipamentos como computador e celular), aliás, uma realidade não só da terceira idade, mas da população arraiana. E ainda há o fato de que tal modalidade, que mexe com tecnologias, não favorece esse público. Além disso, as opções de lazer online, ainda hoje, voltadas à terceira idade, realmente são poucas, a maioria são atividades fora de casa ao ar livre, levando em consideração que grande parte desses idosos tem como motivação sair dos seus lares, sair da rotina que os prende.

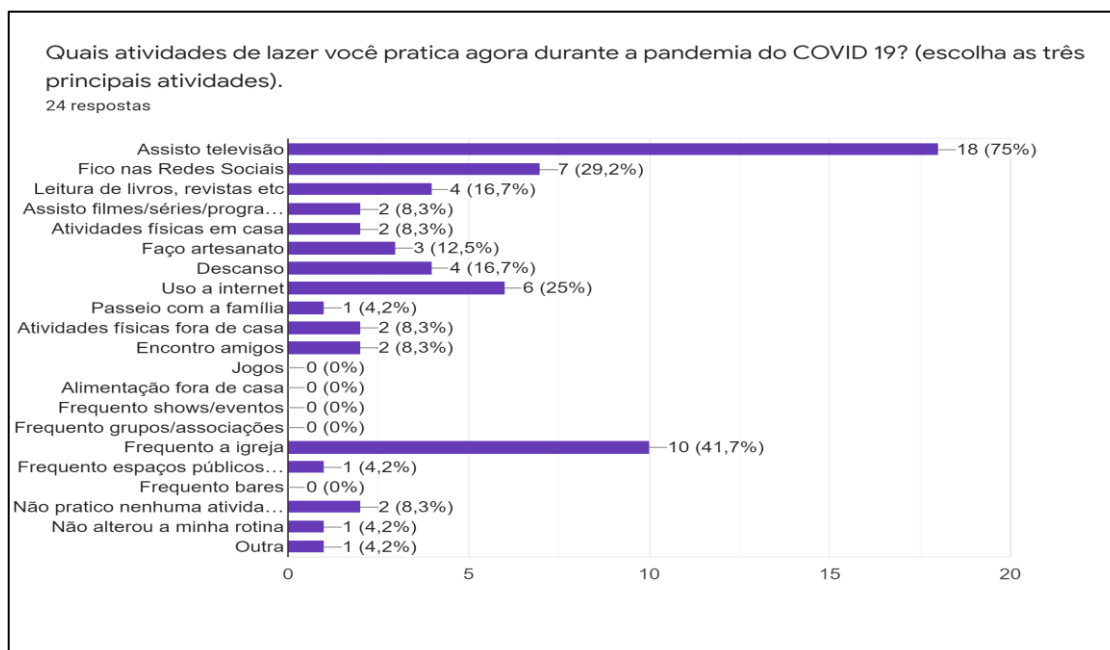
Gráfico 11 - Atividades de lazer online durante a pandemia



Fonte: Autora, 2021.

No que diz respeito às principais atividade de lazer praticadas durante a pandemia, o **gráfico 12** mostra que 75% responderam que durante a pandemia a atividade de lazer mais praticada é assistir TV, a segunda mais citada é ir à igreja com 41,7%, o que é preocupante uma vez que por mais que sigam os protocolos o risco a saúde e a vida deles é grande, entretanto, conforme apontado anteriormente no **gráfico 05**, essa era a principal atividade de lazer dos idosos arraianos e sabe-se o quão difícil é para eles abrir mão dessa prática.

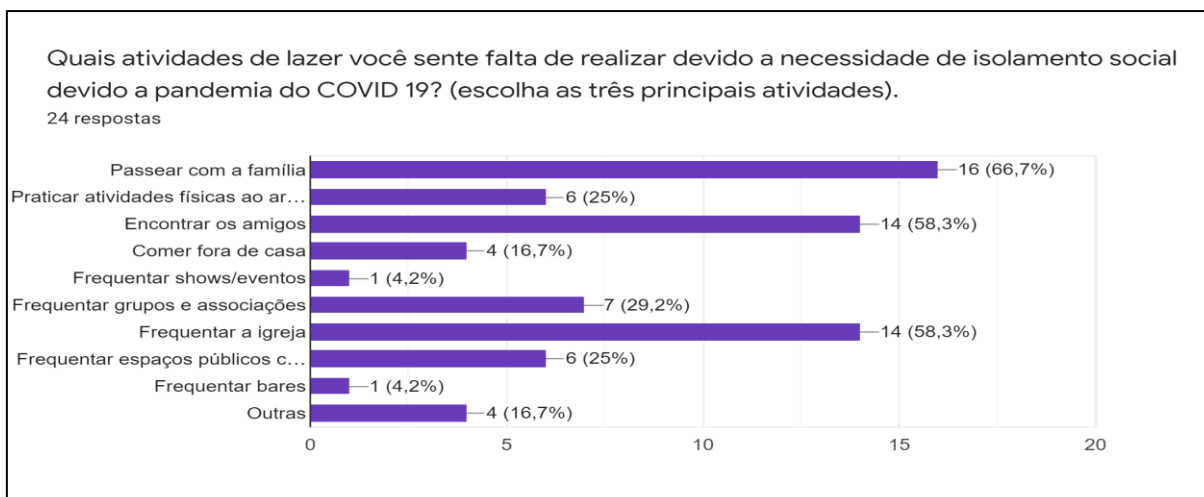
Gráfico 12 - Principais atividades de lazer praticadas durante a pandemia



Fonte: Autora, 2021.

Perguntamos também aos idosos sobre o que mais eles sentem falta durante a pandemia (**gráfico 13**). É explícito que durante essa pandemia só resta saudades de amigos, familiares, saudades de quando se podia abraçar, sair sem nem uma preocupação, mas infelizmente hoje a palavra cuidar está sendo manter distância de quem a gente ama, o que faz muita falta para eles. Frequentar a igreja também foi citado, visto que, alguns idosos mesmo com a liberação de abertura das igrejas continuam seguindo de forma assertiva a recomendação de não sair de casa e frequentar lugares de aglomeração.

Gráfico 13 - Quais atividades de lazer sente falta durante a pandemia



Fonte: Autora, 2021.

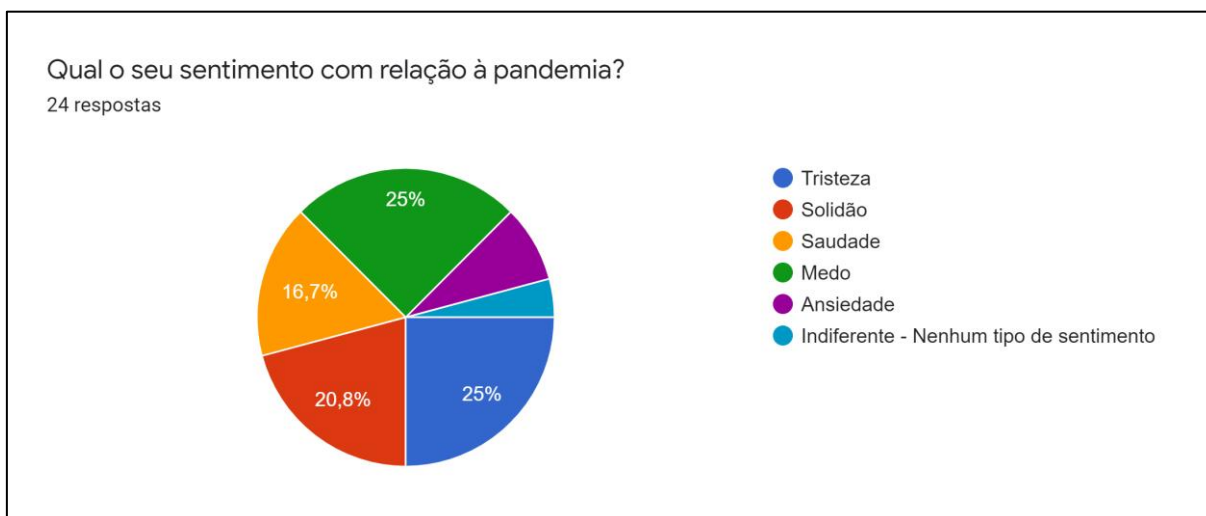
Diante de todas as mudanças, algumas pontuados nos gráficos anteriores, no ponto de vista dos idosos, devido ao isolamento e a restrição de circulação houve uma piora para 66,7% dos respondentes no que se refere a atividades de lazer, outros 29,2% responderam que continuou igual e uma pessoa disse que melhorou, correspondendo a 4,2%, conforme **gráfico 14**.

Gráfico 14 - A pandemia melhorou ou piorou a utilização do tempo livre



Fonte: Autora, 2021.

A última questão desse bloco de perguntas sobre o lazer durante a pandemia questionava sobre os sentimentos dos idosos, buscando compreender um pouco pelo o que eles estão passando e saber a sua dimensão. O **gráfico 15** mostra que com 25% das respostas os sentimentos mais citados é a tristeza e com a mesma porcentagem o medo devido ao momento que o mundo enfrenta. A solidão, a saudade e a ansiedade também aparecem e somente uma pessoa disse estar indiferente a essa situação.

Gráfico 15 - Sentimento em relação à pandemia

Fonte: Autora, 2021.

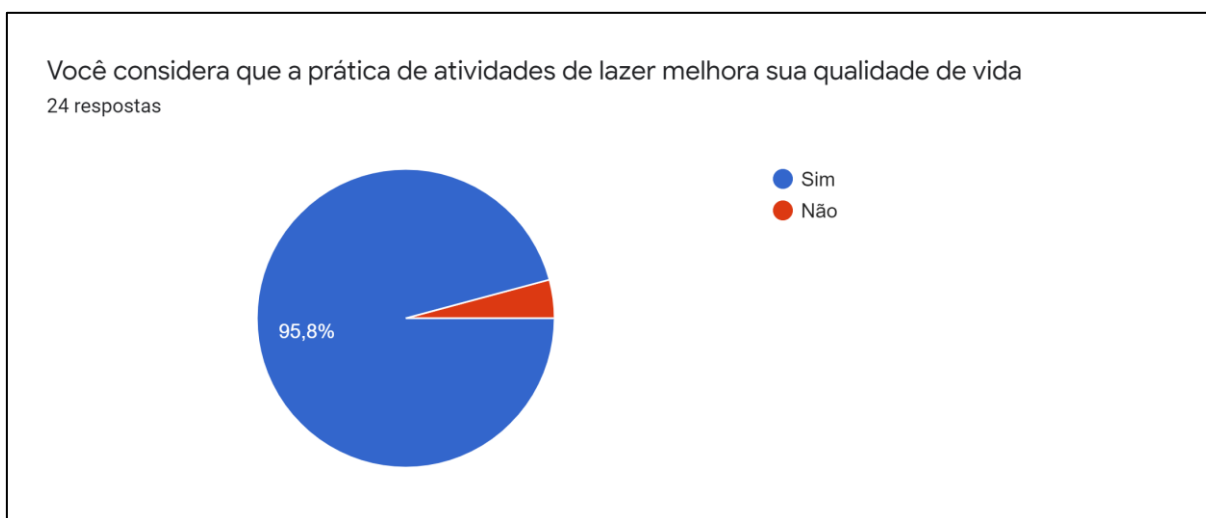
Com o cenário já estabelecido sobre o lazer antes e durante a pandemia, daremos início a apresentação do bloco de perguntas sobre o lazer na vida dos entrevistados. A primeira pergunta questionava sobre a motivação, e a grande motivação desse público com 62,5 % é o bem estar, em segundo lugar com 37,5% aparece a recomendação médica e em terceiro lugar com 33,3% o motivo é encontrar com outras pessoas, ou seja, socialização, conforme aparece no **gráfico 16**.

Gráfico 16 - Principal motivação para prática de atividades de lazer

Fonte: Autora, 2021.

Demonstrando o papel e a importância do lazer para a terceira idade, o **gráfico 17** mostra que 95,8% dos entrevistados responderam que a prática de atividades de lazer melhora sim a sua qualidade de vida e podemos observar no **gráfico 18** que 66,7% responderam que essa prática é muito importante para eles.

Gráfico 17 - Lazer e qualidade de vida



Fonte: Autora, 2021.

Gráfico 18 - A importância do lazer



Fonte: Autora, 2021.

Já de maneira enfática o **gráfico 19** mostra que 95,8% dos entrevistados acreditam que a atividade de lazer ajuda no seu estado físico e psicológico.

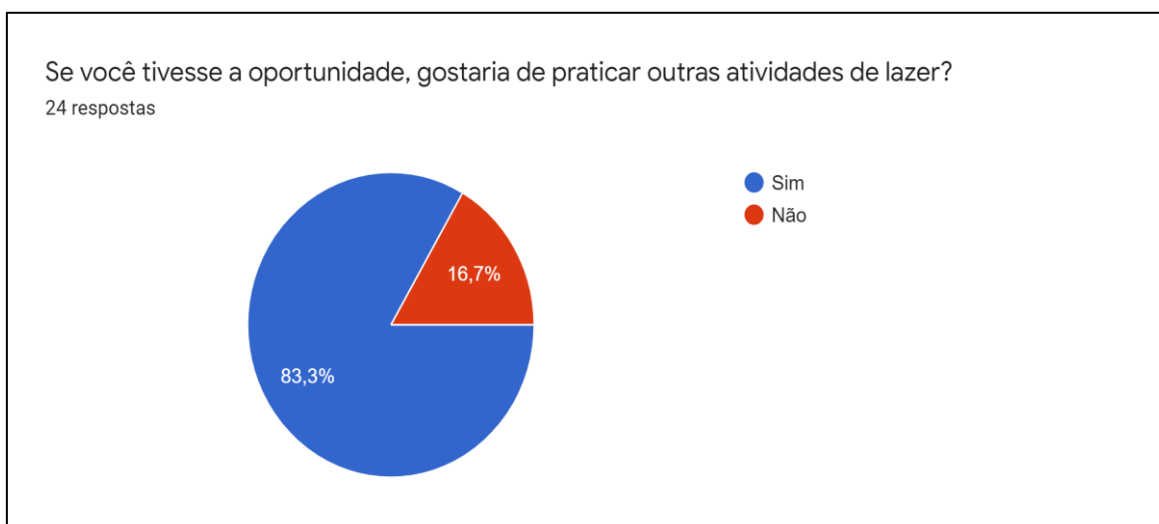
Gráfico 19 - Lazer e estado físico e psicológico



Fonte: Autora, 2021.

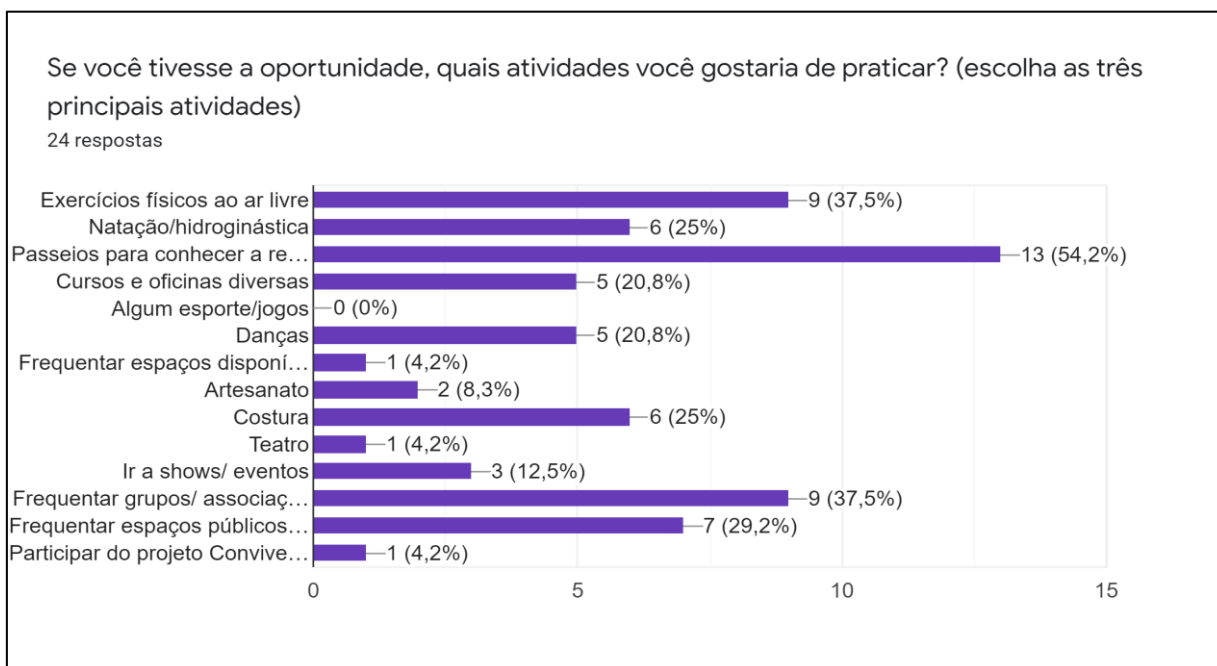
Pensando em conhecer melhor os seus interesses acerca do lazer, perguntamos se caso tivessem oportunidade gostariam de praticar outras atividades de lazer e quais seriam. Nesse sentido, a maioria (83,3%) respondeu que se tivessem outras opções de lazer gostariam sim de praticá-las (**gráfico 20**). As outras opções de lazer desejadas pelos idosos arraianos são apontadas no **gráfico 21** logo a seguir, são elas: 54, 2% responderam que queriam passeios para conhecer a região; empatados em segundo lugar com 37,5% aparecem exercícios ao ar livre e frequentar grupos/associações para idosos;

Gráfico 20 - Lazer e oportunidades



Fonte: Autora, 2021.

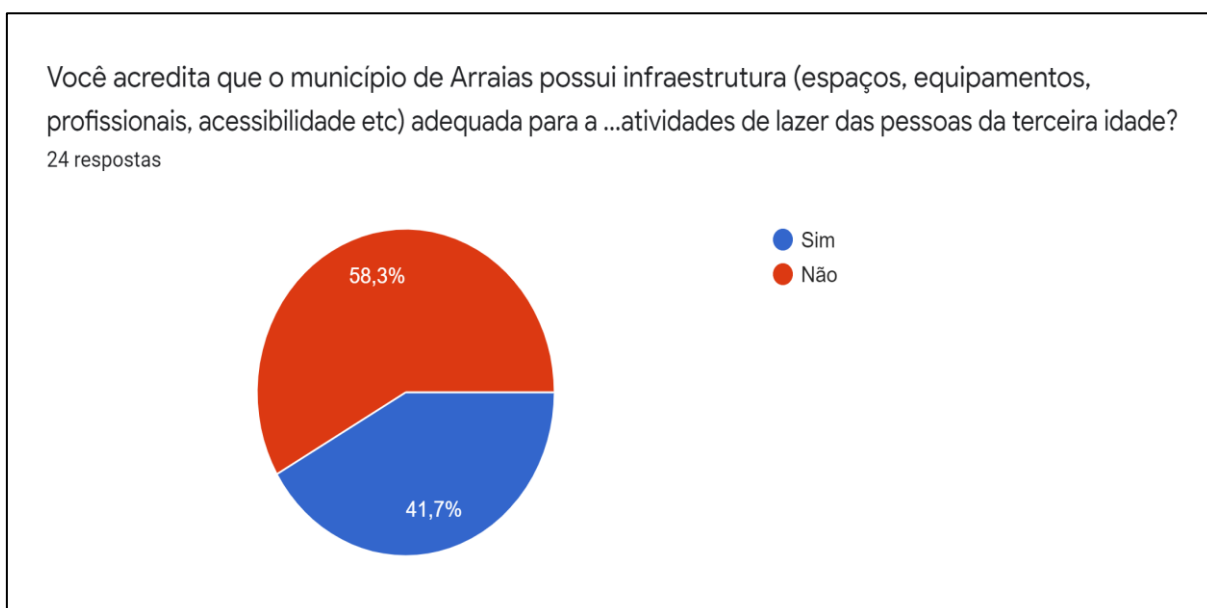
Gráfico 21 - Atividades de lazer que gostaria de praticar



Fonte: Autora, 2021.

No último bloco de questões, perguntamos aos idosos entrevistados sobre o lazer no município de Arraias, para saber as suas percepções. De acordo com a infraestrutura para a terceira idade, como espaços, equipamentos, profissionais, acessibilidade etc., se é adequada ou não, 58, 3% disseram que não, mas 41, 7% disseram que sim é adequada conforme aparece abaixo no **gráfico 22**.

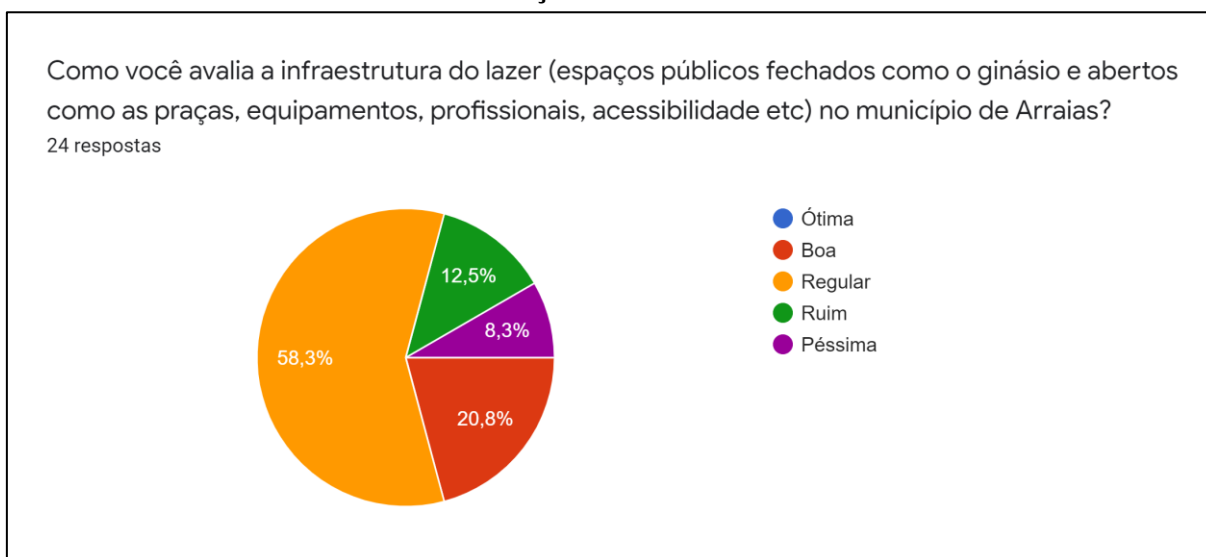
Gráfico 22 - Infraestrutura adequada para a atividade de lazer



Fonte: Autora, 2021.

Pedimos então que os idosos avaliassem a infraestrutura do lazer no município e de acordo com o **gráfico 23** para a maioria deles a infraestrutura desses espaços é regular com 58,3%, boa para 20,8%, ruim para 12,5 e péssima para 8,3%.

Gráfico 23 - Avaliação da infraestrutura do lazer



Fonte: Autora, 2021.

Por fim perguntamos aos entrevistados se o poder público local oferece ou já te ofereceu para participar de atividades de lazer ou atividades físicas feitas especialmente para a terceira idade. O **gráfico 24** mostra que 54,2% responderam que não tiveram nenhuma proposta para participar de atividades de lazer ou físicas voltadas para esse grupo da terceira idade. E questionamos também sobre, na opinião do entrevistado, quais ações voltadas ao lazer poderiam ser feitas no município de Arraias para melhorar a sua qualidade de vida? E conforme o **gráfico 25**, para eles as ações que poderiam ser aplicadas no município de Arraias com 50% das respostas seriam espaços com estruturas adequadas para o grupo da terceira idade, e com 41,7% garantir que o idosos tenha acesso à saúde.

Gráfico 24 - Existência de atividades de lazer voltada para a terceira idade



Fonte: Autora, 2021.

Gráfico 25 - O que poderia ser feito para a melhoria da qualidade de vida



Fonte: Autora, 2021.

Diante dos resultados apresentados podemos observar que houve uma mudança no que se refere ao lazer da terceira idade no município de Arraias, pois a grande maioria desses idosos tinha a vida ativa praticando caminhadas ao ar livre, indo a igreja ou socializando com a família, mas durante a pandemia já não se pode ter esse contato direto, e os idosos sofrem pela saudade junto a uma mistura de sentimentos que os aprisionam, visto que, a maioria dos idosos tem na sua rotina o lazer como uma forma de tirá-los da solidão e do tédio, fazendo-os se sentir “útil”, ou melhor dizendo, parte de algo e isso é muito importante para eles.

É sabido que o idoso precisa de cuidados com a saúde e o mais importante com a saúde

mental para aproveitar essa etapa da vida podendo por exemplo desfrutar da nossa região, o que revelou-se como vontade de muitos que responderam ao questionário. O município de Arraias está em uma região turística conhecida como Serras Gerais que possui várias opções de passeios para o lazer que podem beneficiar o grupo da terceira idade. No entanto não há incentivo do governo, visto que, na própria cidade já não acontece escancarando a falta de políticas públicas e apoio para a melhoria da qualidade de vida desses idosos. Lamentavelmente no atual cenário da pandemia infelizmente não é possível que ocorram tais passeios e atividades em geral ao ar livre e em grupo que eles tanto almejam conforme apresentado nos resultados, mas em breve isso vai acabar e esses trabalhos poderiam ser planejados.

Com relação ao lazer no nosso município a maioria avaliou como regular, mas o que está faltando afinal?

Garantir que o idoso tenha acesso a saúde, criar espaços com estruturas adaptadas para a terceira idade é o que a maioria dos entrevistados responderam, pois a falta de estruturas para essa faixa etária está evidente nos locais públicos, sendo até mais grave do que aparece nas respostas de nossos entrevistados. Outro ponto é o direito a saúde no que se refere a lei do Estatuto do Idoso, lei federal 10.741 de 2003, no Título II Capítulo IV, que reforça o direito à saúde de pessoas com mais de 60 anos. Sendo assim, todos os idosos deveriam ter esse direito plenamente atendido, o que não é o caso dos entrevistados. Lembramos que os dados apontam que os próprios idosos associam a melhora da sua saúde física e mental e da sua qualidade de vida à prática do lazer, ou seja, o não acesso ou o acesso de forma não ideal pode sim prejudicar a sua saúde dos idosos.

Por fim, os dados apresentados nos gráficos deixam claro que a situação do lazer da terceira idade no município de Arraias antes da pandemia não era boa. É possível analisar que, ainda não existem estruturas adequadas para incorporar uma política sólida que possa beneficiar integralmente o grupo da terceira idade tendo em vista a dificuldade que eles enfrentam para se locomover não pelas limitações da idade, mas pela falta de acessibilidade, que é fator primordial na busca da satisfação do direito de ir e vir. Além da falta de estruturas adequadas com acessibilidade faltam atividades e profissionais especializados, nesse sentido é importante a iniciativa dos governantes junto a sociedade como um todo para que possam aprimorar os projetos como o Conviver para que esses idosos tenham uma vida mais agradável e saudável, e para que também venham a ser vistos e reconhecidos pela comunidade em geral.

Tal cenário só veio a piorar com a pandemia que tirou o pouco lazer que esses idosos praticavam, restringindo-os ao uso da TV e as idas à igreja aos que continuaram frequentando mesmo diante dos riscos. A falta de passear com a família e encontrar com os amigos só aumentou a solidão que eles sentem e trouxe à tona também a necessidade urgente por mudanças. Esses idosos precisam ser notados como ser humano, como qualquer outro, com os mesmos direitos, esse é o momento da vida em que necessitam de amparo e não somente dos familiares, mas da sociedade como um todo.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Envelhecer faz parte da vida e chegar à velhice é ao mesmo tempo uma conquista e um desafio. Em uma sociedade que adora a juventude e ignora seus velhos, faltam espaços, produtos e serviços, profissionais e políticas públicas voltadas às necessidades e desejos dos idosos. Tal cenário é ainda mais preocupante quando se trata do lazer, uma vez que, ainda que comprovadamente benéfico à saúde física e mental do idoso ele ainda é encarado como uma atividade não tão necessária. O primeiro passo para mudar esse contexto é conhecendo a percepção do lazer para os idosos, tarefa essa que no caso dos idosos do município de Arraias foi feita por essa pesquisa.

Retomando o objetivo principal deste estudo que tratou de analisar o lazer da terceira idade no município de Arraias – Tocantins, após a aplicação do questionário disponibilizado para os idosos e dos dados apresentados e analisados, pontuamos que o objetivo do trabalho foi totalmente cumprido. Foi identificado que ainda não existem espaços, estruturas, profissionais e nem atividades de lazer adequadas para o lazer dos idosos arraianos. Seu lazer ainda está muito centrado à TV, idas à igreja e frequentar espaços públicos com familiares, ainda que estes não sejam adequados às suas necessidades.

Já no que diz respeito ao objetivo específico da pesquisa de identificar e analisar o que mudou durante a pandemia do COVID-19 no que diz respeito ao lazer da terceira idade arraiana identificamos que esse grupo da terceira idade antes da pandemia era ativo saíam com amigos, familiares e praticavam atividades (especialmente os que frequentavam o grupo de idosos CONVIVER) porém, durante a pandemia houve uma queda e mudanças drásticas nessas atividades devido a necessidade do isolamento social e também pelo fato desses idosos serem do grupo de risco, o que resultou em sentimentos de medo, solidão, saudade e tristeza.

Durante o desenvolvimento da pesquisa tivemos dificuldades devido à pandemia, e tivemos que adaptar tanto os objetivos quanto à metodologia à essa nova realidade pois, a princípio o objetivo era elaborar atividades e entrevistas presenciais, mas optamos por mudar o objetivo e incluir a pandemia em nosso levantamento de informações, identificando assim o seu impacto no lazer dos idosos e ainda tivemos que adotar o questionário virtual que foi distribuído por grupos de WhatsApp e pelas redes sociais contando também com a ajuda de terceiros alcançando assim nossos objetivos.

Esse trabalho pode contribuir para mudar a realidade dos idosos de hoje e para os futuros idosos, evidenciando a importância do lazer para o idoso arraiano, assim como, apresentando as possibilidades de lazer desejadas por eles e apontadas em nossa pesquisa, como por exemplo: o desejo de fazer exercícios ao ar livre, de frequentar grupos/associações para a terceira idade, de fazer costura, dança, natação, hidroginástica e a vontade participar de passeios e de conhecer a região. Sendo assim, tal diagnóstico pode servir como base para políticas públicas, pois em qualquer política pública voltada à terceira idade é necessário analisar se ela é adequada ou não ao seu perfil, como estão os espaços, se tem profissionais capacitados ou não, entre outros. Esse trabalho contém todas essas informações expondo a realidade do lazer da terceira idade de Arraías na atualidade para quem sabe ajudar a melhorá-la no futuro.

Contudo esse trabalho é um ponto inicial para outros trabalhos que até mesmo busquem outra visão sobre o mesmo tema, inspirando assim trabalhos futuros, como por exemplo: investigar com mais profundidade outras atividades que os idosos gostariam de fazer ou sobre a melhoria das estruturas desses locais de lazer. Indicamos para todos que desejam trabalhar com essa temática que assistam ao documentário *Envelhescência* (2015) que relata a história de seis pessoas que vivem a vida de maneira plena e nos mostram, através de suas próprias experiências, que os costumes e a rotina após os 60 anos podem ser repletos de atividades e bom humor (MERTINEZ, 2015). Intercalado com comentários de especialistas o filme sugere uma nova perspectiva sobre o significado do envelhecimento em nossas vidas e foi o título dele que inspirou o desse estudo.

A envelhescência não é o fim da vida, pelo contrário, é o começo de uma fase no qual se pode aproveitar e viver intensamente como se não houvesse amanhã, e isso é muito importante para ter uma velhice cheia de esperança e mais fôlego de vida. Os idosos precisam de suporte, de pessoas que os compreendam e que lutem pelos seus direitos e pelo seu bem-estar, dentre esses o direito constituído e previsto no Estatuto do Idoso que é o direito ao lazer. O primeiro passo nos caminhos da envelhescência para agir em prol dessas mudanças é o de dar voz ao que os idosos desejam e necessitam, tarefa essa que esta pesquisa almejou alcançar.

REFERÊNCIAS

- AGÊNCIA BRASIL. **Primeiro caso de Covid-19 no Brasil completa 1 ano**. Publicado em 26/02/2021 Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2021-02/primeiro-caso-de-covid-19-no-brasil-completa-um-ano>. Acesso em: agosto de 2021.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil de 1988**. 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em 01/07/2021.
- BRASIL – Ministério da Saúde. **O que é a Covid-19?** publicado em 08/04/2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/coronavirus/o-que-e-o-coronavirus>. Acesso e agosto 2021
- BRASIL - **Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm Acesso em: 01/07/2021.
- COSTA, Pedro Henrique. **Proposta para uma cartografia turística de Arraias: Estudo preliminar**. 2018. 32p. Relatório Técnico-Científico. Universidade Federal do Tocantins, Arraias, 2018.
- DARDENGO, C.F.R. e MAFRA, S.C.T. **Revista de Ciências Humanas**, vol. 18, n. 2, jul./dez. 2018.
- DUMAZEDIER, Joffre. **Sociologia do lazer empírica do lazer**. Ed. 2ª edição. São Paulo. 1999.
- GERHARDT, TATIANA ENGEL e SILVEIRA, DENISE TOLFO. **Métodos de pesquisa**. (1ª edição). Rio Grande do Sul: UFRGS, 2009.
- GIL A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª Edição. São Paulo: Atlas, 2007.
- IBGE. **Cidades e Estados**. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/to/araias.html>. Acesso em 01/07/2021
- MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Importância da recreação e do lazer** / Débora Alice Machado da Silva ... [et al.] – Brasília: Gráfica e Editora Ideal, 2011.
- MARTINEZ, Gabriel. **Envelhecimento**. Filme – Documentário. 2015. Brasil. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=i4cLyLdK5EA>. Acesso em: 01/07/2021.
- OLIVEIRA, Luciel Henrique. **Quadros, tabelas e figuras: como formatar, como citar, qual a diferença?** 2007. Disponível em: <http://www.administradores.com.br/producao_academica/quadros_tabelas_e_figuras_como_formatar_como_citar_qual_a_diferenca/436>. Acesso em: 10 set. 2009.
- OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. **Folha informativa sobre Covid-19**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19>. Acesso em agosto de 2021.
- RODRIGUES, Ana Paula Rosa. **As transformações do universo museal pelos paradigmas do conhecimento e o aprimoramento de sua função social a partir da Nova Museologia**. 2019. 152 f. Dissertação (Mestrado em Mudança Social e Participação Política) – Escola de Artes, Ciências e Humanidades, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019.

RODRIGUES, L.S. e SOARES, G.A. **Velho, idoso e terceira idade na sociedade contemporânea**. Revista Ágora, Vitória, n.4, p.1-29.2006.

TOCANTINS - SECRETARIA DO PLANEJAMENTO E DA MODERNIZAÇÃO DA GESTÃO PÚBLICA. **Perfil Socioeconômico dos Municípios do Tocantins**. 2013, p.11.

Disponível Em:

https://censo2010.ibge.gov.br/sinopse/webservice/frm_piramide.php?codigo=170240&corho=3d4590&cormulher=9cdbfc Acesso em: 25/07/2021.

APÊNDICE

APÊNDICE A – Formulário Virtual

Perguntas Respostas 24

Seção 1 de 6

Pesquisa Caminhos da Envelhescência: o lazer da terceira idade no município de Arraias antes e durante a pandemia do Covid-19

Olá! Esta pesquisa faz parte do meu Relatório-Técnico-Científico do curso de Turismo Patrimonial e Socioambiental da Universidade Federal do Tocantins. Peço por gentileza que responda este questionário para colaborar com o meu trabalho. Suas respostas são importantes para o andamento da pesquisa. Desde já agradeço!

A pesquisa se refere ao lazer (percepções e realidades) da terceira idade no município de Arraias antes e durante a pandemia ocasionada pelo Covid 19.

IMPORTANTE: As perguntas devem ser respondidas apenas por pessoas com idade acima de 60 anos que residam no município de Arraias - Tocantins.

A pesquisa é anônima e não será divulgado o nome e o e-mail dos respondentes.

Discente: kézia da Silva Santos
Orientadora: Ana Paula Rosa Rodrigues

Contato: keziagermano@uft.edu.br

Seção 2 de 6

Perfil Entrevistada(o)

×

⋮

Descrição (opcional)

Nome Completo: *

Texto de resposta curta

Mora em Arraias? (Pergunta filtro, pois todos os entrevistados devem morar em Arraias) *

☐ Sim

Faixa etária (idade): *

☐ 60 a 70

☐ 71 a 80

☐ 81 a 90

☐ Acima de 90

Gênero *

- ☐ Feminino
- ☐ Masculino
- ☐ Prefiro não dizer
- ☐ Outros...

Local de residência no município de Arraias - Tocantins *

- ☐ Setor Buritizinho
- ☐ Setor Arnaldo Prieto
- ☐ Setor Laranjeiras
- ☐ Setor Centro
- ☐ Setor Parque das Colinas
- ☐ Zona Rural
- ☐ Setor Francisco de Azevedo
- ☐ Setor Mirante
- ☐ Setor Alameda
- ☐ Setor Santa Mônica
- ☐ Setor Santa Filomena

Seção 3 de 6

Sobre o seu lazer antes da pandemia

Descrição (opcional)

Quais atividades de lazer você praticava antes da necessidade de isolamento social devido a pandemia do COVID 19? (escolha as três principais atividades).

- ☐ Passeava com a família
- ☐ Praticava atividades físicas
- ☐ Encontrava amigos
- ☐ Alimentação fora de casa
- ☐ Frequentava shows/eventos
- ☐ Frequentava grupos/associações
- ☐ Frequentava a igreja
- ☐ Frequentava espaços públicos como praças, ginásio e espaços de natureza
- ☐ Frequentava bares
- ☐ Leitura de livros, revistas etc
- ☐ Assistia televisão
- ☐ Fazia artesanato

Seção 3 de 6

Sobre o seu lazer antes da pandemia

Descrição (opcional)

Quais atividades de lazer você praticava antes da necessidade de isolamento social devido a pandemia do COVID 19? (escolha as três principais atividades).

- ☐ Passeava com a família
- ☐ Praticava atividades físicas
- ☐ Encontrava amigos
- ☐ Alimentação fora de casa
- ☐ Frequentava shows/eventos
- ☐ Frequentava grupos/associações
- ☐ Frequentava a igreja
- ☐ Frequentava espaços públicos como praças, ginásio e espaços de natureza
- ☐ Frequentava bares
- ☐ Leitura de livros, revistas etc
- ☐ Assistia televisão
- ☐ Fazia artesanato

- ☐ Fazia artesanato
- ☐ Descansava
- ☐ Ficava nas redes sociais
- ☐ Usava a internet
- ☐ Assistia filmes/séries/programas na internet
- ☐ Outros
- ☐ Não praticava nenhuma atividade de lazer antes da pandemia

Com que frequência você desenvolvia essas atividades?

- ☐ De vez em quando
- ☐ Uma vez por mês
- ☐ Duas vezes por mês
- ☐ Uma vez por semana
- ☐ Duas vezes por semana
- ☐ Três vezes por semana
- ☐ Mais de quatro vezes por semana
- ☐ Não frequentava esses espaços

...

Antes da pandemia com quem você frequentava espaços públicos como praças, clubes, espaços de natureza:

- ☐ Sozinho (a)
- ☐ Casal
- ☐ Em família
- ☐ Com amigos
- ☐ Outros
- ☐ Netos/sobrinhos
- ☐ Não frequentava esses espaços

Quantas vezes você frequentava esses espaços públicos como praças, clubes, espaços de natureza?:

- ☐ De vez em quando
- ☐ Uma vez por mês
- ☐ Duas vezes por mês
- ☐ Uma vez por semana
- ☐ Duas vezes por semana
- ☐ Três vezes por semana
- ☐ Mais de quatro vezes por semana

...

Antes da pandemia com quem você frequentava espaços públicos como praças, clubes, espaços de natureza:

- ☐ Sozinho (a)
- ☐ Casal
- ☐ Em família
- ☐ Com amigos
- ☐ Outros
- ☐ Netos/sobrinhos
- ☐ Não frequentava esses espaços

Quantas vezes você frequentava esses espaços públicos como praças, clubes, espaços de natureza?:

- ☐ De vez em quando
- ☐ Uma vez por mês
- ☐ Duas vezes por mês
- ☐ Uma vez por semana
- ☐ Duas vezes por semana
- ☐ Três vezes por semana
- ☐ Mais de quatro vezes por semana

☐ Mais de quatro vezes por semana

☐ Não frequentava esses espaços

Após a seção 3 Continuar para a próxima seção

Seção 4 de 6

Sobre o seu lazer durante a pandemia



Descrição (opcional)

A pandemia do COVID-19 e a necessidade de restrição de circulação afetou suas atividades físicas e/ou de lazer?

☐ Sim

☐ Não

Devido a necessidade de isolamento social por causa da pandemia de COVID-19, você passou a fazer atividades de lazer em casa?

☐ Sim

☐ Não

Devido a necessidade de isolamento social por causa da pandemia de COVID-19, você passou a fazer atividades de lazer online?

☐ Sim

☐ Não

Quais atividades de lazer você pratica agora durante a pandemia do COVID 19? (escolha as três principais atividades).

☐ Assisto televisão

☐ Fico nas Redes Sociais

☐ Leitura de livros, revistas etc

☐ Assisto filmes/séries/programas na internet

☐ Atividades físicas em casa

☐ Faço artesanato

☐ Descanso

☐ Uso a internet

☐ Passeio com a família

☐ Atividades físicas fora de casa

☐ Encontro amigos

☐ Jogos

- ☐ Encontro amigos
- ☐ Jogos
- ☐ Alimentação fora de casa
- ☐ Frequento shows/eventos
- ☐ Frequento grupos/associações
- ☐ Frequento a igreja
- ☐ Frequento espaços públicos como praças, ginásio e espaços de natureza
- ☐ Frequento bares
- ☐ Não pratico nenhuma atividade de lazer no momento
- ☐ Não alterou a minha rotina
- ☐ Outra

Quais atividades de lazer você sente falta de realizar devido a necessidade de isolamento social devido a pandemia do COVID 19? (escolha as três principais atividades).

- ☐ Passear com a família
- ☐ Praticar atividades físicas ao ar livre
- ☐ Encontrar os amigos
- ☐ Comer fora de casa
- ☐ Frequentar shows/eventos

- ☐ Frequentar shows/eventos
- ☐ Frequentar grupos e associações
- ☐ Frequentar a igreja
- ☐ Frequentar espaços públicos como praças, ginásio e espaços de natureza
- ☐ Frequentar bares
- ☐ Outras

A necessidade de isolamento social e restrição de circulação melhorou ou piorou a utilização de seu tempo livre para atividades de lazer e/ou atividades físicas?

- ☐ Melhorou
- ☐ Piorou
- ☐ Continuou igual

Qual o seu sentimento com relação à pandemia? *

- ☐ Tristeza
- ☐ Solidão
- ☐ Saudade
- ☐ Medo

- ☐ Medo
- ☐ Ansiedade
- ☐ Indiferente - Nenhum tipo de sentimento

Após a seção 4 Continuar para a próxima seção

Seção 5 de 6

Sobre o lazer na sua vida

Descrição (opcional)

Qual a sua principal motivação para a prática de atividades de lazer? (escolha as três principais motivações)

- ☐ Saúde e bem-estar
- ☐ Recomendação médica
- ☐ Ocupação do tempo livre (horas vagas)
- ☐ Encontrar com outras pessoas
- ☐ Gosto de praticar atividades de lazer
- ☐ Por incentivo de outras pessoas

Você acredita que as atividade de lazer ajudam a melhorar o seu estado físico (corpo) e psicológico (mente)? *

☐ Sim

☐ Não

Se você tivesse a oportunidade, gostaria de praticar outras atividades de lazer? *

☐ Sim

☐ Não

Se você tivesse a oportunidade, quais atividades você gostaria de praticar? (escolha as três principais atividades) *

☐ Exercícios físicos ao ar livre

☐ Natação/hidroginástica

☐ Passeios para conhecer a região

☐ Cursos e oficinas diversas

☐ Algum esporte/jogos

☐ Danças

☐ Frequentar espaços disponíveis para leitura, assistir filmes e peças

☐ Gosto de praticar atividades de lazer

☐ Por incentivo de outras pessoas

☐ Outra motivação

☐ Não realizo atividades de lazer

Você considera que a prática de atividades de lazer melhora sua qualidade de vida *

☐ Sim

☐ Não

Qual a importância do lazer para você? *

☐ Muito importante

☐ Importante

☐ Pouco importante

☐ Não é importante

☐ Tanto faz

☐ Não é nada importante

☐ Não pratico lazer

- ☐ Frequentar espaços disponíveis para leitura, assistir filmes e peças
- ☐ Artesanato
- ☐ Costura
- ☐ Teatro
- ☐ Ir a shows/ eventos
- ☐ Frequentar grupos/ associações para idosos
- ☐ Frequentar espaços públicos como praças, ginásio e espaços de natureza
- ☐ Outros...

Após a seção 5 Continuar para a próxima seção

Seção 6 de 6

Sobre o lazer no município de Arraias - Tocantins

Descrição (opcional)

Você acredita que o município de Arraias possui infraestrutura (espaços, equipamentos, profissionais, acessibilidade etc) adequada para a prática de atividades de lazer das pessoas da terceira idade? *

Você acredita que o município de Arraias possui infraestrutura (espaços, equipamentos, profissionais, acessibilidade etc) adequada para a prática de atividades de lazer das pessoas da terceira idade? *

- ☐ Sim
- ☐ Não

Como você avalia a infraestrutura do lazer (espaços públicos fechados como o ginásio e abertos como as praças, equipamentos, profissionais, acessibilidade etc) no município de Arraias? *

- ☐ Ótima
- ☐ Boa
- ☐ Regular
- ☐ Ruim
- ☐ Péssima

O poder público local oferece ou já te ofereceu para participar de atividades de lazer ou atividades físicas feitas especialmente para a terceira idade?

- ☐ Sim
- ☐ Não

O poder público local oferece ou já te ofereceu para participar de atividades de lazer ou atividades físicas feitas especialmente para a terceira idade?

- ☐ Sim
- ☐ Não

Em sua opinião, quais ações voltadas ao lazer poderiam ser feitas no município de Arraias para melhorar a sua qualidade de vida? *

- ☐ Criar políticas públicas
- ☐ Espaços com estruturas adaptadas para a terceira idade
- ☐ Garantir ao idoso acesso à saúde
- ☐ Participação social