



## **PERCEPÇÃO DE IDOSOS SOBRE A SAÚDE E AS PRÁTICAS CORPORAIS**

*PERCEPTION OF ELDERLY PERSONS ON HEALTH AND  
CORPORATE PRACTICES*

*PERCEPCIÓN DE ANCIANO EN SALUD Y PRÁCTICAS  
CUERPO*

Nayara Queiroz de Santana<sup>1</sup>  
Tadeu João Ribeiro Baptista<sup>2</sup>

*PALAVRAS-CHAVE: saúde 1; práticas corporais 2; idosos 3.*

### **INTRODUÇÃO**

As práticas corporais têm se mostrado uma contribuição interessante para a vida de idosos, considerando, não apenas os componentes biológicos, mas, também, as condições psicossociais. Dessa forma, fizemos a pesquisa com idosos que pertencem a um grupo de Práticas Corporais (PC), em uma Unidade de Atenção Básica da Saúde da Família, que prioriza atendimento primário e secundário, e que tem a formatação de atendimento em grupo, como extensão do atendimento ambulatorial, dando prioridade para promoção da saúde, através das PC em um grupo de convivência.

### **BREVE CONCEITO DE SAÚDE E PRÁTICAS CORPORAIS**

A saúde muitas vezes é visualizada de forma simples e reduzida, como somente ausência de doença, voltada para o lado biológico, porém, esse conceito vem se destrinchando e se faz como o “o completo bem-estar bio-psico social” segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (MERHY, 2006; FARINATTI; FERREIRA, 2006). Todavia, esta forma levanta outras questões que envolve a saúde do sujeito, desconsiderando que a vida não seja linear.

Com o avanço de estudos, e revendo as conceitualização, VIII Conferência Nacional da Saúde, saúde “[...] é a resultante das condições de alimentação, habitação, educação, renda, meio ambiente, trabalho, transporte, emprego, lazer, liberdade, acesso e posse da terra e acesso a serviço de saúde” (BRASIL, 1986, p.4),

<sup>1</sup> Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), nayaraqueiroz\_go@hotmail.com

<sup>2</sup> Universidade Federal de Goiás (UFG), tadeujrbaptista@yahoo.com

pode-se ver as possibilidades das determinações sociais na obtenção da saúde, em um complexo de vertentes que envolvem o sujeito e/ou comunidade. Além disso, Farinatti e Ferreira (2006), apresentam a ideia de uma saúde positiva, a qual permite o sujeito executar suas tarefas e atividades no seu cotidiano com máximo de autonomia. Por outro lado, a saúde negativa, é aquela que o ser não tem qualquer autonomia, e precisa de terceiros para executar qualquer demanda.

Um dos fatores intervenientes neste processo é a realização de práticas corporais (PC). A definição de Práticas Corporais envolve aspectos culturais diretamente envolvidos na construção de grupos e de sua cultura, atribuindo a elas sentidos e significados, sendo contextualizada no cotidiano do sujeito e/ou comunidade (LAZZAROTTI et al, 2010).

## **METODOLOGIA**

Foram realizados 6 encontros de observação de um grupo de idosos, que resultaram em diário de campo e um grupo focal (MINAYO, 2013). O grupo existe há 12 anos, acontece todas sextas-feiras numa quadra poliesportiva da comunidade que fica próxima à UABFS, e fazem parte desse grupo em média 30 idosos, em que todos foram convidados para participar do grupo focal. Porém, somente 5 compareceram e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. O grupo focal durou 1 hora e 6 minutos e posteriormente os dados foram transcritos e analisados.

## **DISCUSSÃO**

Iniciamos perguntando o que seria saúde para os idosos, e eles responderam “Uai, a saúde é uma coisa muito importante, porque a saúde que nos ajuda a trabalhar, ajuda a gente como diz o outro [...] alegria, a gente tem alegria porque tem saúde” (H67); “[...] a saúde pra mim é muito especial, porque tendo saúde, você consegue fazer tudo dentro de casa [...]”. Nessas falas, percebemos que para os idosos a saúde é positiva (FARINATTI; FERREIRA, 2006), pois é através dela que eles têm autonomia para fazer as suas atividades cotidianas.

Foi perguntado se as PC interferem na condição de saúde, e as respostas foram: “Ah, esse negócio da atividade pela saúde, tenho problema de diabetes, tenho problema de pressão [...]” (M67); “[...] eu não sinto tonteira, eu sinto muito bem [...]. Me sinto tão bem quando faço minha física” (M63), aqui podemos levantar a questão, eles entendem que as PC sejam um “estímulo biológico” (MIRA, 2003).

Perguntamos a eles, se no envelhecimento houve algumas alterações na saúde deles “[...] minha saúde foi depois dos 50 que deu uns probleminhas” (M67); “[...] ah! Só esses problemas dessas doenças [sic!], antes eu não tinha nada” (diabetes e hipertensão) (M63), através das falas dos idosos, percebemos o quanto é determinante o discurso biológico do processo saúde-doença (FARINATTI; FERREIRA, 2006), e que o processo de envelhecer trouxe modificações negativas para a saúde.

## **CONCLUSÃO**

Por mais que as políticas públicas estejam voltadas à saúde ampliada, os idosos participantes, não demonstram clareza sobre a mesma, mas apontam elementos

importantes para pensar essa concepção de saúde, como a alimentação, o convívio social. Destaca-se no discurso dos idosos uma saúde positiva, pelo fato deles perceberem que tendo minimamente a saúde, eles conseguem efetuar as atividades do cotidiano.

Porém as PC são visualizadas com atividade física, que interfere na sua condição física, contudo, é necessário que as intervenções com as PC possam ainda mais enriquecer o dia a dia desses idosos, com discursos ampliados e relevantes, considerando os aspectos culturais do grupo e das pessoas, para surtir efeito qualitativo e transformador na vida desses idosos.

## REFERENCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Relatório Final da 8ª conferência Nacional de Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 1986.

LAZZAROTTI FILHO, Ari (et al) O termo práticas corporais na literatura científica brasileira e sua repercussão no campo da Educação Física. **Movimento** (Porto Alegre), v. 16, n. 01, p. 11-29, janeiro/março de 2010. Disponível em: < <http://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/9000>> acesso em: 14/06/2016

MALTA, D.C et al. A Promoção da Saúde e da Atividade Física no Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**. v. 13, n. 1, p. 24-27, 2008. Disponível em < <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/779/788> > acesso em 01/03/2014 ;

MERHY, Emerson Elias (organizador). **O trabalho em saúde: olhando e experienciando o SUS no cotidiano**. São Paulo: Hucitec, 2006.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O Desafio do Conhecimento** – Pesquisa Qualitativa em Saúde, 13. ed. São Paulo: Hucitec, 2013.

MIRA, C. M. Exercício Físico e Saúde: da crítica prudente. In: BAGRICHEVSKY, M; PALMA, A; ESTEVÃO, A. (Orgs.). **A Saúde em debate na educação física**. Blumenau: Edibes, 2003, p. 169-191, v. 1.