



# V Seminário Internacional de Gestão e Políticas para o Esporte

Curitiba, PR - 8 a 10 de novembro de 2022

## CENTRO DE TREINAMENTO DE IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

*Márcia Franciele Spies*  
*Universidade Federal do Paraná*  
*marciaedufi@gmail.com*

*Guilherme da Silva Gasparotto*  
*Universidade Federal do Paraná*  
*guilhermegptt@gmail.com*

**Anais do V Seminário Internacional de Gestão e Políticas para o Esporte**

Disponível em: <https://eventos.ufpr.br/SIGPE/SIGPE2022/schedConf/presentations>



## CENTRO DE TREINAMENTO DE IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Subárea:** (1) Políticas públicas e estratégias de desenvolvimento para o esporte

**Indicação para tipo de apresentação no evento:** Comunicação Oral

**Introdução e Objetivos:** Envelhecer já não é mais privilégio de poucos. A tendência segundo levantamento da Organização Mundial de Saúde, é de que a população de idosos que alcança a marca dos cem anos de vida siga aumentando, colocando o Brasil no ano de 2025, como o sexto País mais velho do mundo. O município de Toledo fundado no ano de 1951, situado no oeste do Paraná, tem hoje aproximadamente 150 (cento e cinquenta mil) habitantes e não foge à regra dessa tendência contemporânea: o envelhecimento, contabilizando em sua população aproximadamente 15.000 (quinze mil) idosos. Para atender essa demanda emergente, município de Toledo implantou no ano de 2021 um Centro de Treinamento de Idosos, o (CTI). O CTI é um espaço de treinamento de esportes adaptados para idosos, que leva em conta as particularidades e peculiaridades da idade. Duas vezes por semana, aproximadamente 70 idosos participam de atividades como “basquete relógio”, vôlei gigante” “handebol por zona”, “vôlei no escuro”, peteca, xadrez, tênis de mesa e dama. Assim como em outras faixas etárias, a prática esportiva na velhice, traz benefícios como a melhoria na coordenação motora, a inserção social, a recuperação da auto confiança e a melhoria na saúde. Neste sentido, o objetivo desta pesquisa é relatar a percepção dos idosos sobre a implantação e participação no CTI. **Métodos:** Trate-se de uma pesquisa qualitativa de cunho exploratório. Para a coleta de dados foi utilizada a técnica de roda de conversa, que objetivou reunir informações detalhadas sobre a compreensão dos idosos a respeito da sua participação no CTI. Como critério de seleção, participaram da roda de conversa 28 atletas com mais de 60 anos, que disputaram os Jogos da Integração do Idoso no ano de 2022. Como pergunta norteadora, foi proposta a seguinte questão: Houve alguma mudança na sua vida a partir da participação nas atividades do CTI? Os idosos participaram da roda como voluntários e, as informações relatadas foram transcritas pelos pesquisadores preservando o anonimato dos relatores. As respostas foram analisadas por meio da técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2011). **Resultados e Discussão:** A partir dos relatos a respeito da participação nas atividades do CTI, foi possível identificar categorias que se constituíram como códigos. Os códigos que apresentaram maior incidência e semelhança entre os relatos foram respectivamente: Qualidade de Vida (24 incidências), Socialização (19 incidências), Melhoria na Saúde (18 incidências), Política Pública para Idosos (6 incidências), totalizando 67 respostas em relação a pergunta guia. **Considerações finais:** A velhice não cessa as possibilidades de mudança e participação. Como direito constitucional a garantia do oferecimento da prática esportiva e do lazer ao cidadão que envelhece é dever do poder público. Este relato traz uma experiência positiva da participação dos idosos no CTI. Além de revelar aspectos positivos quanto aos benefícios do esporte no processo de envelhecimento diretamente relacionadas a manutenção da autonomia, a melhoria da qualidade de vida e a redução da segregação social, observamos ganhos quanto à democratização do acesso as atividades oferecidas pelo poder público a esta faixa etária.

**Palavras-chave:** Idosos; Esportes; Política Pública.

### Referências

BARDIN, Laurence. (2011). Análise de Conteúdo. São Paulo: Edições 70.



## V Seminário Internacional de Gestão e Políticas para o Esporte

Curitiba, PR - 8 a 10 de novembro de 2022

MELO, Ricardo Henrique Vieira de et al. Roda de conversa: uma articulação solidária entre ensino, serviço e comunidade. *Revista Brasileira de Educação Médica*. Rio de Janeiro, v. 40, n. 2, abr./jun. 2016, p. 301-309,

MENICUCCI, Telma Maria Gonçalves (2006). Políticas Públicas de lazer. Questões analíticas e desafios políticos. In: ISAYAMA, H. F., LINHALES, M. A. Sobre Lazer e Política: maneiras de ver, maneiras de fazer. Belo Horizonte: Editora UFMG, p. 136-164.

NERI, Anita Liberalesso. (2007). Qualidade de vida na velhice: enfoque multidisciplinar. Campinas: Alínea.

OMS.Organização Mundial da Saúde (2015). Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde—Resumo.28 p.

SANTOS, Bruno Freitas (2019). O Esporte na Terceira Idade. Os Benefícios para Longevidade .*Revista Brasileira do Esporte Coletivo* - v. 3. n. 1. p.18-27.