

OS JOGOS ABERTOS DA TERCEIRA IDADE EM SC (JASTI): UM MODELO QUE DÁ CERTO

Marcelo de Oliveira Pinto¹
Suzana Matheus Pereira²
Sílvio Luiz Indrusiak Weiss³

resumo

Identificar os aspectos que motivaram a escolha de modalidades esportivas por praticantes da terceira idade é fundamental para desenvolver políticas públicas que melhorem a adesão desses sujeitos à prática esportiva. Assim, o objetivo desta pesquisa foi descrever os Jogos Abertos da Terceira Idade de Santa Catarina (JASTI) através do levantamento de dados históricos para divulgar e promover a participação e realização de eventos para esse público. Nesta pesquisa, foi realizada uma análise documental seguida de uma descrição dos dados encontrados. Foram analisados todos os relatórios de participantes dos JASTI das edições de 2008 até 2012, a fim de encontrar o número de municípios que aderiram ao

1 Graduado em Educação Física. Mestre em Ciência do Movimento Humano (UDESC). Professor da Universidade do Vale do Itajaí. E-mail: marcelo79ufsc@yahoo.com.br.

2 Graduada em Educação Física. Doutora em Ciências do Desporto pela Universidade do Porto. Professora da Universidade do Estado de Santa Catarina. E-mail: suzana.pereira@udesc.br.

3 Graduado em Educação Física. Doutor em Ciências do Movimento Humano (UDESC). Professor da Universidade do Estado de Santa Catarina. E-mail: silvio.weiss@udesc.br.

evento, o público total e os participantes por modalidade. Foram 89 municípios envolvidos em 2008, passando a 146 em 2012. Este aumento também pode ser visto no número de participantes, que ascendeu de 1.097, em 2008, para 1.782, em 2012. As modalidades também ganharam adeptos, além de sofrerem um desdobramento para melhoria da competição. A criação desse evento levou a um aumento na procura da prática de diversas modalidades pelos idosos, além de servir como uma excelente forma de convívio social e reintegração dessa população.

palavras-chave

Idosos. Eventos. Qualidade de Vida.

1 Introdução

O Brasil alcançará até 2020 o *status* de “país envelhecido”, quando, pelo menos, 14% da população terá acima de 65 anos. Em 2030, espera-se que 21% da população seja de idosos (IBGE, 2010). Esse acontecimento, aliado ao crescimento dos idosos com mais de sessenta anos, demonstra a sua integração definitiva no conjunto da sociedade e na pauta das políticas públicas, principalmente em relação à capacidade funcional, reversão das características da morbimortalidade e do déficit com gastos do Estado em educação, saúde e segurança que vão refletir em toda a população (CHAIMOWICZ; CAMARGOS, 2012).

Esse é o resultado natural de uma equação que tem, de um lado, a diminuição da mortalidade e o aumento da expectativa de vida e, de outro, a redução das taxas de natalidade (WHO, 2005; UN, 2012). A prática regular da atividade física atua na manutenção de uma vida ativa, já que o envelhecimento por si só acarreta alterações na capacidade funcional do indivíduo, não podendo ser evitada, mas, sim, controlada e atenuada através da prática regular de exercícios físicos (SPIRDUSO; FRANCIS; MACRAE, 2005), frequentemente associada a uma melhor qualidade de vida dos idosos (PORTO et al., 2012).

Os Jogos Abertos da Terceira Idade em Santa Catarina (JASTI) foram criados em 2008 com o propósito de envolver o idoso em atividades esportivas e recreativas, bem como ampliar suas perspectivas de qualidade de vida e interação social. Além disso, atividades como bolão, bocha, dança, canastra, truco e dominó tinham a função de contribuir para reverter a imagem do idoso de pessoas doentes em nossa sociedade, conquistando o respeito das demais

gerações; sensibilizando a sociedade para novas formas de participação da pessoa idosa; proporcionando canais de comunicação, convívio social, troca de experiências entre essas pessoas e as demais gerações; e valorizando e estimulando a prática esportiva, como fator de promoção de saúde e bem-estar, resgatando a autoestima para melhor convívio social (DELL' ANTONIO; PINTO; PEREIRA, 2013).

Esses jogos são planejados e realizados anualmente, com divisões em etapas: microrregional, regional e fase estadual (final). Para se classificarem na fase final, os participantes devem competir nas etapas eliminatórias regionais. Estima-se que, nas três etapas, o número de participantes alcance três vezes mais do que aqueles que chegam à fase final.

Levando-se em conta a evolução demonstrada pelo número de participantes e envolvidos em cada edição dos JASTI, fica explícita a aderência dessa população em tal tipo de evento. Porto et al. (2012) ressaltam que a atividade física está significativamente associada à melhoria da autopercepção da qualidade de vida em idosos brasileiros.

Assim, o objetivo deste estudo é descrever a evolução na participação das modalidades disputadas nos Jogos Abertos da Terceira Idade de Santa Catarina (JASTI), bem como o histórico de tais atividades e da população participante, a fim de influenciar o desenvolvimento de mais eventos esportivos para esse público.

2 Material e métodos

2.1 Tipo de pesquisa

Este estudo é, do ponto de vista dos procedimentos, uma pesquisa documental por se tratar de um levantamento de material que não recebeu tratamento analítico (SÁ-SILVA et al., 2009).

2.2 Amostragens

Para participar dos JASTI, os sujeitos assinaram um Termo de Consentimento de liberação de imagem e apresentaram atestado médico afirmando que estão aptos à prática esportiva. Como critérios de inclusão, foram analisados os documentos pertinentes a todas as etapas de envolvimento com os

Jogos Abertos da Terceira Idade de Santa Catarina, de 2008 até 2013. Foram selecionados todos os arquivos relacionados à fase final (fase estadual) por conter relatórios confiáveis.

2.3 Instrumento

Foi realizada uma pesquisa documental através de banco de dados público disponível na versão digital na Internet (FESPORTE, 2013) e em documentos impressos. Todos foram disponibilizados pela Fundação Catarinense de Esporte (FESPORTE) para realização desta pesquisa.

2.4 Procedimentos

Os JASTI são realizados anualmente e divididos em etapas microrregionais, regionais e fase final, que corresponde ao campeonato estadual dos selecionados nas etapas anteriores. Este estudo contou apenas com levantamento de dados da fase final (estadual).

Com a análise desses documentos, procurou-se levantar todos os municípios e atletas participantes nas edições de cada um dos eventos desde 2008.

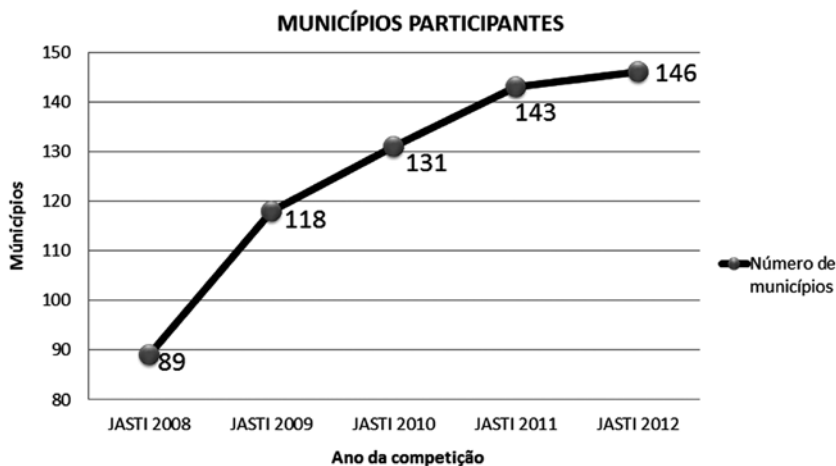
2.5 Análise dos dados

Estruturaram-se planilhas no programa *Microsoft Excel 2010 for Windows*® e os dados foram analisados com estatística descritiva, de acordo com a frequência dos elementos encontrados.

3 Resultados

Os resultados apresentados a seguir foram divididos de acordo com o número de municípios participantes (Figura 1), com o número de atletas que participaram em cada modalidade por edição dos jogos (Figura 2) e com a progressão de todos os atletas envolvidos em cada edição dos Jogos da Terceira Idade de Santa Catarina (Figura 3).

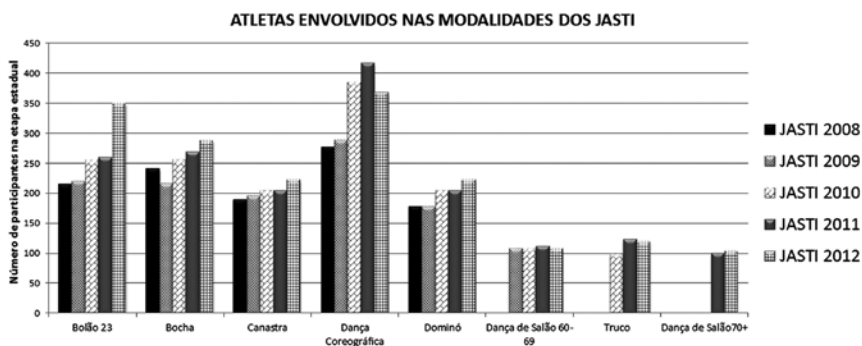
Figura 1 – Número de municípios que participaram em cada edição dos Jogos da Terceira Idade de Santa Catarina (JASTI).



Fonte: Autores (2013)

Segundo os dados dos municípios participantes que estão representados na Figura 1, é possível visualizar um aumento da adesão de cidades catarinenses que se envolveram com os Jogos Abertos da Terceira Idade. Observa-se que na primeira edição, ocorrida em 2008, apenas 89 municípios participaram na competição, enquanto na edição seguinte, de 2009, ocorreu um acréscimo substancial com a presença de 118 municípios.

Figura 2 – Número de atletas que participaram em cada modalidade por ano de realização dos Jogos da Terceira Idade de Santa Catarina (JASTI).



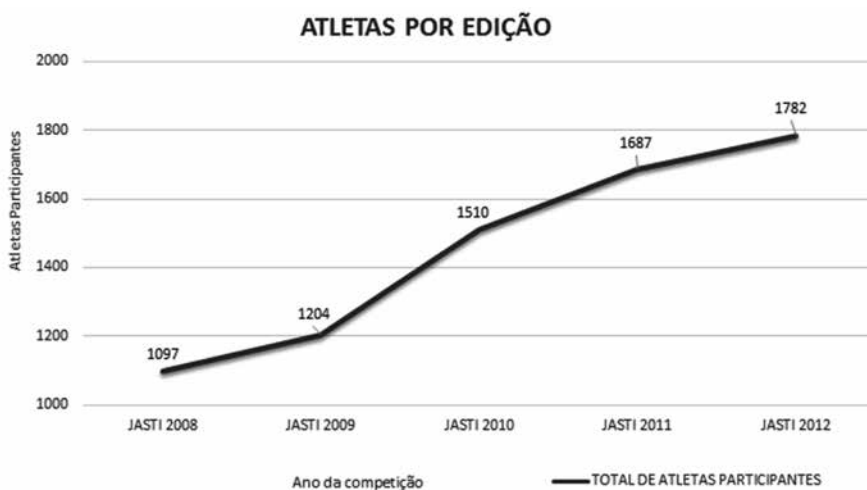
Fonte: Autores (2013)

No ano de 2008 e 2009, o evento contava com as modalidades de bocha, bolão canastra, dominó e dança coreográfica. Esta última continuou como opção de atividade para os idosos, mas ganhou mais uma divisão, dança de salão. Em 2010, a modalidade de truco foi incluída nos JASTI.

A quantidade de atletas envolvidos em cada modalidade pode ser observada na Figura 2. Dessa forma, nota-se que o bolão 23, apresentou um crescimento dos participantes no decorrer dos anos, iniciando com 215 participantes em 2008, chegando a atingir 350 atletas em 2012. Nas atividades de bocha, canastra e dominó, também se observa um aumento entre as primeiras e as últimas edições (entre os anos de 2008 a 2012), de 240 para 288 atletas na bocha, de 189 para 222 na canastra e de 177 para 222 para o dominó.

A dança apresenta o maior número de adeptos. A modalidade foi dividida em dança coreográfica, com mais de 400 inscritos na edição de 2011, e dança de salão, subdividida em duas categorias: 60 até 69 anos, com aproximadamente 100 inscritos por edição e para pessoas acima de 70 anos, que foi introduzida nos JASTI em 2011. Esta modalidade também conta com um público participante de aproximadamente de 100 atletas por edição do evento. O truco foi uma modalidade implantada em 2010 a pedido dos atletas envolvidos, e a procura por ela ficou em torno de 120 participantes nas últimas edições.

Figura 3 – Progressão de atletas envolvidos em cada edição dos Jogos da Terceira Idade de Santa Catarina (JASTI).



Fonte: Autores (2013)

Como observado na Figura 3, vem ocorrendo um crescimento na adesão desse público a cada nova edição. Os JASTI de 2008 contaram com a participação de 1097 atletas. Nos JASTI de 2009, 2010 e 2011, observou-se um crescimento de público participante de 1.204, 1.510 e 1.687, respectivamente. Na edição de 2012, nota-se um acréscimo considerável de 1.782 atletas participantes, ou seja, um aumento significativo de aproximadamente 62% da primeira edição até 2012.

4 Discussão

Um dos aspectos negativos do processo de envelhecimento está atrelado à falta de políticas públicas que auxiliem o idoso na obtenção de qualidade de vida (CORREIA, 2010). Nesse sentido, faz-se necessário encontrar subsídios para que esses idosos envelheçam com saúde (MOTA et al., 2006). A ideia de criar uma competição com várias atividades lúdico-desportivas tem-se mostrado uma importante ferramenta de inclusão e desenvolvimento desse grupo etário.

Segundo o último censo do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, realizado em 2010, a população de Santa Catarina é de 6,3 milhões de habitantes. Desses, aproximadamente 655 mil habitantes possuem idade acima dos 60 anos, ou seja, 10,4% da população de Santa Catarina é considerada idosa, constituindo o grupo etário que mais apresentou crescimento.

O acréscimo do número de participantes do JASTI, apresentado nos resultados, está relacionado não só com o aumento da população, mas também com a adesão dos idosos a esses jogos. Essa competição contou com a participação dos próprios idosos na escolha das modalidades (DELL' ANTONIO; PINTO; PEREIRA, 2013), sendo uma das justificativas pelo aumento de participantes nas etapas.

É importante ressaltar que, em relação ao envelhecimento, a regularidade do exercício físico só tem benefícios a acrescentar ao praticante. Mota et al. (2006) afirmam que a atividade física regular é capaz de reduzir o risco de várias condições crônicas entre os idosos, como a doença coronária, as desordens metabólicas, a diabetes, a hipertensão, e diferentes estados emocionais nocivos como a depressão. Assim, a atividade física tem um papel determinante na promoção da saúde e prevenção das doenças associadas a esse importante grupo populacional (MATSUDO; MATSUDO; BARROS NETO, 2012) e ganha destaque como aspecto fundamental para a manutenção de um estilo de vida saudável, que é frequentemente associado a uma melhor qualidade de vida dos idosos (PORTO et al., 2012).

A criação e a manutenção dos JASTI proporcionam a seus participantes competições de bocha, bolão 23 e danças que representam atividades de alta demanda energética, sendo as modalidades de danças a competição com mais adeptos. Em tal contexto, a dança de salão pode ser considerada uma atividade lúdica e prazerosa, podendo facilmente contribuir para a melhora da função cardiorrespiratória e, conseqüentemente, da qualidade de vida (MONTE et al., 2010). Segundo Carvalho (2013), a vantagem da dança está também nas suas características, que aproximam as pessoas, tanto de forma física como emocional, neste cenário em que a dança de salão pode ser vista como estratégia terapêutica de doenças cardiovasculares e disfunção sexual (GONZÁLES et al., 2013).

Dessa forma, para manter a qualidade de vida e lidar com as atividades cotidianas, é importante para o idoso permanecer com a melhor aptidão física possível (MATSUDO; MATSUDO; BARROS NETO, 2012). Uma vez que a qualidade de vida é altamente associada a um bom desempenho motor, a prática regular de atividade física torna-se fundamental para esse grupo etário. Para Alencar et al. (2010), indivíduos com autonomia no desempenho das atividades diárias possuem melhor qualidade de vida e quanto maior o estado de resistência muscular localizada de um indivíduo, melhor é a autonomia no desempenho dessas atividades. Portanto, atividades como bocha, bolão e dança contribuem para a manutenção da autossuficiência do idoso, mantendo o indivíduo em movimento por mais tempo e, com isso, permanecendo com um bom comportamento motor e boa capacidade física.

Matsudo, Matsudo e Barros Neto (2012) apontam que a atividade física pode atuar na prevenção e tratamento da depressão nos idosos. Para Domingues e Neri (2012), a prática regular de exercício físico pode contribuir na redução dos escores para depressão e ansiedade em indivíduos com mais de 60 anos. Os JASTI contam também com modalidades de mesa (dominó, canastra e truco), que, apesar de não apresentarem uma alta demanda energética, são atividades cognitivas e têm o propósito de aproximar os idosos e promover experiências lúdicas, mantendo a saúde mental e as relações interpessoais intensificadas.

Segundo Scherer e Carretta (2012), as atividades físicas, atividades de lazer e atividades cognitivas são significativamente estimuladas em pessoas socialmente ativas, e essas três situações agrupadas proporcionam proteção contra a demência. Dessa forma, é necessário também considerar os fatores relacionados à integração e socialização dos idosos durante a competição.

Assim, levando-se em conta a evolução demonstrada pelo número de municípios e idosos envolvidos em cada edição do JASTI, a aderência dessa população a esse tipo de evento e os benefícios encontrados nas atividades realizadas, fica explícita a necessidade de cada vez serem desenvolvidas tais atividades para esse público.

5 Conclusão

Esta análise documental apontou a adesão dos grupos da terceira idade nas atividades esportivas demonstrando que, por meio de políticas públicas que incentivam tais práticas, podem-se obter centros de excelência para inclusão social e melhoria de qualidade de vida para esse grupo etário. Assim, temos:

- Os JASTI como uma excelente forma de convívio social e reintegração do idoso;
- Crescimento na procura da prática de diversas modalidades por esses idosos, mostrando a importância destes jogos;
- A manutenção da vida ativa por mais tempo, garantindo uma melhor qualidade de vida.

Estudos futuros poderão analisar as etapas regionais dos JASTI, bem como entrevistar os participantes para investigar a influência dos JASTI na qualidade de vida desses idosos.

THE SANTA CATARINA SENIORS' OPEN GAMES: A CASE REPORT OF A MODEL THAT WORKS

abstract

It is crucial to identify the aspects that motivated the choice for a sport modality to develop public policies that increase the adhesion for sport practice. Thus, the aim of this work was to describe the Seniors' Open Games of Santa Catarina (JASTI), through the use of historic data collection, and promote these events to the public. Therefore, an analysis of the existent data was conducted. All reports from the participants of JASTI from 2008 to 2012 were collected, and the number of participant cities, the whole number of athletes and per modality participants were measured. We observed the number of participant cities increased from 89, in the first edition of the games, to 146 in 2012. Also, the number of athletes increased from 1097, in 2008, to 1782, in 2012. Thus, it is possible to observe the creation of this event increases the searching for sport practice in the elderly and it works as a good form of promotion for sociability and integration of this population.

keywords

Aged. Events. Quality of Life.

referências

- ALENCAR, Nelyse de Araújo et al. Nível de atividade física, autonomia funcional e qualidade de vida em idosas ativas e sedentárias. *Fisioterapia em Movimento*, Curitiba, v. 23, n. 3, p. 473-481, jul./set. 2010.
- CARVALHO, Tales de et al. Reabilitação cardiovascular, dança de salão e disfunção sexual. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, São Paulo, v. 101, n. 6, p. e107-e108, dez. 2013.
- CHAIMOWICZ, Flávio; CAMARGOS, Mirela Castro Santos. A saúde dos idosos no Brasil. In: BRASIL, Cristiane (Org.). *Viver é melhor opção: envelhecer... faz parte!* Rio de Janeiro: Quartet, 2012. p. 31-54.
- DELL' ANTONIO, Elisa; PINTO, Marcelo de Oliveira; PEREIRA, Suzana Matheus. Preferência desportiva de idosos na organização de eventos para a terceira idade. *FIEP Bulletin On-line*, Foz do Iguaçu, v. 83, Special Edition, Article III, Jan. 2013.
- DOMINGUES, Paula Casalini; NERI, Anita Liberalesso. Atividade física habitual, sintomas depressivos e doenças auto-relatadas em idosos da comunidade. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Londrina, v. 14, n. 3, p. 164-173, 2009. Disponível em: <<http://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/viewFile/770/779>> Acesso em: 6 fev. 2014.
- FUNDAÇÃO CATARINENSE DE ESPORTE. *Jogos Abertos da Terceira Idade*. Florianópolis: FESPORTE, 2012. Disponível em: <www.fesporte.sc.gov.br>. Acesso em: 6 fev. 2014.
- GONZÁLES, Ana Inês et al. Influência da dança na saúde cardiovascular e função sexual. *RBM: Revista Brasileira de Medicina*, São Paulo, v. 72, n. 4, p. 161-165, abr. 2015.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Pesquisa nacional por amostra de domicílio* – 2010. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <www.censo2010.ibge.gov.br>. Acesso em: 10 dez. 2013.
- MATSUDO, Sandra Mahecha; MATSUDO, Victor Keihan Rodrigues; BARROS NETO, Turibio Leite. Efeitos benéficos da atividade física na aptidão física e saúde mental durante o processo de envelhecimento. *Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde*, Londrina, v. 5, n. 2, p. 60-76, 2012.
- MOTA, Jorge et al. Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 20, n. 3, p. 219-225, jul./set. 2006.
- PORTO, Denilson Braga et al. Perceived quality of life and physical activity in Brazilian older adults. *Motricidade*, Santa Maria da Feira, v. 8, n. 1, p. 33-41, 2012.
- SÁ-SILVA, Jackson Ronie; ALMEIDA, Cristóvão Domingos de; GUINDANI, Joel Felipe. Pesquisa documental: pistas teóricas e metodológicas. *Revista Brasileira de História & Ciências Sociais*, São Leopoldo, ano 1, n. 1, p. 1-15, jul. 2009.
- SCHERER, Sabrina; CARRETTA, Marisa Basegio. Perspectivas atuais na prevenção da doença de Alzheimer. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, Porto Alegre, v. 17, n. 1, p. 37-57, jun. 2012.
- SPIRDUSO, Waneen W.; FRANCIS, Karen L.; MacRAE, Priscilla G. *Physical Dimensions of Aging*. 2. ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 2005.
- UNITED NATIONS. *Population Ageing and Development 2012*. New York: UN, Sept. 2012. Disponível em: <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/2012PopAgeingandDev_WallChart.pdf>. Acesso em: 7 dez. 2013.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Tradução de Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.

Recebido: 31/03/2014
Aceite Final: 17/08/2015