



Ministério da Educação – Brasil  
Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM  
Minas Gerais – Brasil  
Revista Vozes dos Vales: Publicações Acadêmicas  
ISSN: 2238-6424  
QUALIS/CAPES – LATINDEX  
Nº. 22 – Ano XI – 10/2022  
<http://www.ufvjm.edu.br/vozes>

## **A IMPLEMENTAÇÃO DE ATIVIDADES FÍSICAS/EXERCÍCIOS PARA IDOSOS: uma revisão narrativa**

Carina Barbosa Borges

Discente do curso de Enfermagem na Universidade Federal dos Vales do  
Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM/MG – Brasil

<http://lattes.cnpq.br/1161339633842525>

E-mail: [carina.barbosa@ufvjm.edu.br](mailto:carina.barbosa@ufvjm.edu.br)

Luís Gustavo Souza Campos

Discente do curso de Educação Física (Bacharelado) na Universidade Federal dos  
Vales do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM/MG – Brasil

E-mail: [luis.souza@ufvjm.edu.br](mailto:luis.souza@ufvjm.edu.br)

Prof. Dr. Sandra Regina Garijo de Oliveira

Doutora em Educação: Psicologia da Educação pela Pontifícia Universidade Católica  
de São Paulo

Docente do Departamento de Educação Física na Universidade Federal dos Vales  
do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM/MG – Brasil

<http://lattes.cnpq.br/2476683543399539>

E-mail: [sandra.oliveira@ufvjm.edu.br](mailto:sandra.oliveira@ufvjm.edu.br)

Prof. Dr. Flávia Gonçalves da Silva

Pós doutorado em Saúde Coletiva pela UNESP/Botucatu

Docente do Departamento de Educação Física na Universidade Federal dos Vales  
do Jequitinhonha e Mucuri – UFVJM/MG – Brasil

<http://lattes.cnpq.br/1585197177825574>

E-mail: [flavia.gonsalves@ufvjm.edu.br](mailto:flavia.gonsalves@ufvjm.edu.br)

**Resumo:** O presente estudo teve o objetivo de constatar se as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM dizem respeito a ações/políticas/pesquisas voltadas para o idoso, assim como sobre a utilização de abordagens pedagógicas para este público. Para isso, fez-se uma revisão narrativa da literatura presente no Repositório Institucional da UFVJM, com as publicações realizadas no período de janeiro de 2018 a dezembro de 2022, através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): educação permanente and idoso/envelhecimento, educação física and envelhecimento/idoso, desenvolvimento humano and idoso/envelhecimento, promoção da saúde and idoso/envelhecimento. Ademais, foram seguidos critérios inclusivos e exclusivos e o objetivo norteador: Verificar/Analisar as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM no que diz respeito às ações/políticas/pesquisas voltadas para o público idoso. Foram encontrados 15.000 estudos, dos quais 23 eram elegíveis e, após a leitura na íntegra, 15 construíram a amostra final. Para a análise desses, por meio dos objetivos do estudo e para a síntese da pesquisa, foram analisadas 6 vertentes de forma individual. Com elas, não se percebeu a existência de estudos que constam o desenvolvimento de abordagens pedagógicas específicas para os idosos, sendo desenvolvidas atividades adaptadas estrategicamente para o público em destaque. Outrossim, também não foram encontradas ações, políticas e pesquisas desenvolvidas de forma contínua pelos profissionais, sendo elas, trabalhadas apenas em períodos pontuais. Com isso, o estudo foi marcado por um impasse para a continuidade dessas atividades, gerando uma falha nos objetivos prestados pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.

**Palavras-chave:** Idoso; Envelhecimento; Educação.

## **Introdução**

Avanços medicinais e inovações tecnológicas contribuem, exacerbadamente, com a redução da mortalidade, com o aumento da expectativa de vida dos indivíduos e, conseqüentemente, com o envelhecimento da população (TORRES, 2018; CASTRO, LIMA, DUARTE, 2016). Essas transformações introduzem na sociedade diversas alterações demográficas, sanitárias e epidemiológicas que imprimem desafios à saúde pública no que concerne a permanência da qualidade de vida, em consonância com um envelhecimento saudável, independente e autônomo (BRASIL, 2021).

Sobre isso, os idosos, em especial, são a classe de indivíduos que, devido à idade avançada e aumento das chances de desenvolverem dependências em geral, normalmente, possuem uma maior dificuldade de adesão às inovações tecnológicas, sendo diretamente atingidos pelas atualizações, dificultando a aquisição de informações. Além disso, esta faixa etária sofre de muitos preconceitos quando se pensa em interação social, valorização pessoal, elevação da autoestima e

experiência e aplicabilidade dos direitos e deveres adjuntos ao exercício pleno da cidadania (GOI, 2018).

Visando esses parâmetros e a importância de revertê-los, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, implementada através do Sistema Único de Saúde (SUS) com a PORTARIA Nº 2.528 DE 19 DE OUTUBRO DE 2006 que Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, incentiva o aprendizado ao longo da vida (NOGUEIRA, 2018a; BRASIL, 2006). Esta política está baseada em instrumentos e formas pedagógicas que buscam a permanência da saúde nos indivíduos ativos contribuindo, assertivamente, para o engajamento destes na sociedade (DERHUN, 2021). Segundo Brasil (2006):

A finalidade primordial da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa é recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde para esse fim, em consonância com os princípios e diretrizes do Sistema Único de Saúde.

A fim de implementar essa política, profissionais da saúde buscam, desde a sua graduação, desenvolver métodos ativos voltados para a pedagogia associada a uma Educação Permanente em Saúde. Para isso, procura-se praticar formas de aplicar atividades que mantêm os idosos inseridos na sociedade, levando em consideração suas capacidades, autonomies, limitações e restrições, visando a manutenção da qualidade de vida desses indivíduos (NOGUEIRA, 2018b; MENDONÇA, 2017).

A respeito disso, os profissionais da Educação Física possuem um destaque especial tendo em vista os seus conhecimentos relacionados, principalmente, aos exercícios físicos que trabalham a resistência, força, equilíbrio e flexibilidade. Esses, quando estimulados da forma correta, contribuem para a melhora da capacidade funcional do idoso e, ainda, somam na qualidade de vida quando se referem aos aspectos físicos, sociais, culturais e psicológicos (LIMA, 2020; CASTRO, 2016).

Com referência a isso, para a eficácia dessas práticas, necessitam-se de estudos experimentais, observacionais, qualitativos, descritivos e quantitativos a respeito da implementação de métodos pedagógicos que contribuem para o envelhecimento ativo (GOI, 2018). Por esta razão, este estudo teve o objetivo de verificar/analisar as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM no

que diz respeito às ações/políticas/pesquisas voltadas para o idoso, assim como sobre a utilização de abordagens pedagógicas para este público.

Nesse sentido, com as ações, busca-se o desenvolvimento de atividades pelos profissionais associados. Continuamente, com as pesquisas, espera-se encontrar estudos elaborados pelos profissionais e pesquisadores no intuito de gerar resultados às suas ações e, assim, possíveis condições de melhorias e demais análises. E, não menos importante, com as políticas, espera-se encontrar apoio governamental através de ações desenvolvidas por eles para essa questão e, além disso, como as mesmas são utilizadas pelos profissionais capacitados em prol da sociedade.

## **Objetivo**

Objetivo Geral:

Verificar/Analisar as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM no que diz respeito às ações/políticas/pesquisas voltadas para o idoso, assim como sobre a utilização de abordagens pedagógicas para este público.

Objetivos Específicos:

Identificar, nas publicações científicas, se os profissionais de Educação Física utilizam estratégias pedagógicas específicas para o público idoso;

Identificar e analisar se as publicações apontam ações e/ou abordagens pedagógicas específicas para o público idoso;

Identificar e analisar se os trabalhos apresentam políticas de promoção da saúde para os idosos através da prática de atividades físicas

## **Justificativa**

A população idosa diante de tantas mudanças no seu dia a dia, incluindo, desde as relações interpessoais até as visões estigmatizadas da sociedade sobre o idoso, tem dificuldade de adesão a um envelhecimento ativo, contribuindo para a dependência, a falha na interação social e a baixa autoestima das pessoas que

estão nesta etapa do desenvolvimento. Com isso, diante do envelhecimento da população e de como isso pode afetar os indivíduos, faz-se necessário o desenvolvimento de políticas públicas em educação voltadas para as práticas que contribuem para um envelhecimento saudável.

Por esses motivos, este estudo, no âmbito acadêmico da graduação em Educação Física, justifica-se para a contribuição com a pesquisa, mostrando o quanto necessário é o desenvolvimento de ações/políticas/pesquisas e procedimentos pedagógicos para o público idoso e como os profissionais de Educação Física podem atuar para tal. Além disso, busca-se ampliar a possibilidade de um envelhecimento saudável, autônomo e ativo, atingindo o esperado pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.

Por fim, num caráter pessoal, justifica-se esta pesquisa, além de sua importância, também diante a essência do tema. Estudar o processo de desenvolvimento humano e, conseqüentemente, as formas com que ele afeta o progresso e sua evolução, traz a satisfação de descobrir como o profissional da Educação Física pode contribuir com o desenvolvimento ativo da sociedade.

## **Revisão de literatura**

Ao longo dos anos, fatores externos e internos ou intrínsecos e extrínsecos fazem relações com o desenvolvimento dos indivíduos e com a evolução civilizadora dos seres humanos. Sobre isso, levando-se em consideração a amplitude existente no decorrer desse caminho evolutivo, muitos princípios são baseados em políticas públicas, com o intuito de nortear ações e estabelecer critérios assertivos e padronizados para o envolvimento conjunto da sociedade visando a não distinção de aparatos (DAINEZ, 2022).

Por conta da amplitude de fatores que estão associados ao desenvolvimento humano, traz-se à tona que, além de políticas e estruturas, a adesão e interpretações das mesmas influenciam diretamente no desenvolvimento. Especificando para a temática estabelecida, tem-se como exemplo a abordagem dessas políticas e suas interpretações para o idoso. Este, para a Organização das

Nações Unidas (ONU) são indivíduos acima de 60 anos em países subdesenvolvidos e acima de 65 para os países desenvolvidos (VERAS, 2018).

O envelhecimento, assim como as demais fases do desenvolvimento, caracteriza-se historicamente, culturalmente e individualmente com comportamentos preestabelecidos e específicos que compõem os seres humanos, que vão sendo transmitidos de geração para geração. Como exemplo, cita-se algumas civilizações antigas que se espelham em conceitos de valorização pessoal vinculada à capacidade física, força, vitalidade, beleza, virilidade e experiência de vida. Em contrapartida, outros ainda dizem do seu caráter pouco produtivo decorrente da inatividade no mercado de trabalho (ARAÚJO, 2004).

Percebe-se então que, diante de tantas diferenças culturais, o quesito “como envelhecer” ganha destaque quando se leva em consideração que este é apenas o reflexo do desenvolvimento humano como um todo (JESUS, 2018). Com isso, a aplicação de políticas que abordam a promoção da saúde, contribuem para o entendimento do avanço das faixas etárias e, pensando no idoso, em específico, na construção de conteúdos voltados para as múltiplas alterações do estado de saúde dessa população (SOUZA, 2022).

Como exemplo, tem-se a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, já dita anteriormente, que cumpre o objetivo teórico de perspectivas e trabalhos voltados para o envelhecimento saudável do público em estudo, favorecendo a permanência dos idosos no meio da sociedade e, principalmente, desenvolvendo suas atividades diárias de forma independente (VERAS, 2018). Diante as suas interpretações, a adesão dos profissionais de saúde e a forma de sua aplicação somam-se para o resultado do sucesso da política (WHO, 2005).

A respeito disso, dando importância ao fato de que o processo do envelhecimento impacta em fatores diversos que provocam alterações na identidade do indivíduo, como: a diminuição das capacidades físicas, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas, sociais e, ainda, as associações as histórias individuais, a adesão das políticas e, principalmente, dos profissionais que irão trabalhar com ela, precisam, rigorosamente, atentar-se a todos esses critérios para que seja possível atingir os preceitos estabelecidos nos seus objetivos (MENDES, 2020).

Dentre os seus objetivos, a prática de exercícios físicos, quando contínua em todas as faixas etárias, é muito discutida uma vez que a sua execução favorece o desenvolvimento saudável e adequado dos indivíduos de forma assertiva, além dos muitos benefícios relacionados a sua realização. Na sua inatividade, tem-se, gradativamente, a redução das reservas fisiológicas do corpo, induzindo riscos relacionados a mobilidade e a incapacidade física, contribuindo para o desenvolvimento de muitas doenças crônicas e também acidentes do aparelho locomotor (DUARTE, 2021).

O incentivo dessa prática e a nitidez dos seus impactos refletem diretamente na percepção da população. Relatos de muitos idosos comprovam que a sua fragilização é decorrente, muitas vezes, da falta de conhecimento, acesso e visibilidade de adesão às informações que norteiam as práticas de exercícios e a contribuição dos mesmos para a saúde, envolvendo perspectivas existenciais e evidenciando a importância de determinantes sociais pensando em aspectos de gênero e cultura, fatores sociais, econômicos, comportamentais, individuais, ambientais e outros relacionados com os serviços sócio-sanitários disponíveis que estão espelhados no envelhecimento das pessoas (MENDES, 2020; SILVEIRA, 2018)

Nesse sentido, associa-se os profissionais de Educação Física com essa prática e conhecimento. Estes, através de atividades pensadas para a garantia da saúde e bem-estar, trabalham, de forma específica as especificidades de cada público (TIEDEMANN, 2013). Ou seja, durante a prática das atividades, a fase do desenvolvimento humano é levado em consideração, associando os benefícios de cada período com a adesão de cada atividade (VERAS, 2018).

No entanto, assim como as especificações, as formas de aplicações também necessitam de suas especificidades. A atribuição de procedimentos pedagógicos específicos teria o foco e contribuição para o aumento da adesão e aplicabilidade do que é abordado na descrição das políticas públicas e, especificamente, na Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. No entanto, na procura de pareceres teóricos sobre essas condutas encontra-se que, de acordo com Almeida (2013, p.223):

No Brasil, o número de pesquisas nesta perspectiva teórica é menor. Os estudos brasileiros utilizaram metodologia qualitativa. Além disso, não foi produzido nenhum instrumento de pesquisa para uso em larga escala avaliando o grau de

adaptação dos sujeitos frente a dificuldades do dia a dia que utilizem as estratégias de enfrentamento de vida na perspectiva teórica apresentada.

Logo, apresentar e discutir as possíveis adequações e implementações de ações/políticas/pesquisas e procedimentos e/ou abordagens pedagógicas apontadas na aplicabilidade dessas atividades e, ainda, inseridas pelos profissionais de forma adequada, trariam benefícios relacionados não apenas ao grupo em questão, como também aos indivíduos como um todo quando leva-se em consideração os benefícios da qualidade de vida prolongada.

### **Procedimentos metodológicos**

Trata-se de um estudo de revisão narrativa apropriado para discutir a dimensão do tema em questão que, por meio de uma ampla busca literária, reproduziu os achados sem a intenção de quantificá-los, ou, tão pouco, utilizar critérios explícitos e sistemáticos, valendo ainda a subjetividade dos autores. Para isso, o estudo seguiu seis etapas: formulação de um objetivo norteador, estabelecimento de critérios encontrados, categorização e análise dos estudos primários, avaliação, interpretação e síntese. A pesquisa foi norteadada com o seguinte objetivo: verificar/analisar as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM no que diz respeito às ações/políticas/pesquisas voltadas para o idoso, assim como sobre a utilização de abordagens pedagógicas para este público.

Realizou-se uma busca de cunho bibliográfico, na base de dados denominada “Repositório institucional - UFVJM” mediante os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus operadores booleanos por meio das expressões: educação permanente and idoso/envelhecimento, educação física and envelhecimento/idoso, desenvolvimento humano and idoso/envelhecimento, promoção da saúde and idoso/envelhecimento. Os critérios de inclusão foram: pesquisas publicadas de janeiro de 2018 a dezembro de 2022, nos idiomas de português e inglês, tendo os idosos como população alvo. O quadro 01 mostra os estudos selecionados inicialmente em todo o Repositório.





**Quadro 01: Quantitativo de materiais encontrados no Repositório Institucional – UFVJM durante janeiro de 2018 a dezembro de 2022**

Buscar em	Quantitativo de materiais de acordo com os descritores							
	Ed. Perm. and idoso	Ed. Perm and env.	Ed. física and idoso	Ed. física and env.	Des. Hum. and idoso	Des. Hum. and env.	Prom. da saúde and idoso	Prom. da saúde and env.
<b>CIT</b>	0	0	1	1	2	2	2	2
<b>FCA</b>	23	25	49	50	146	146	169	169
<b>FCBS</b>	41	40	49	49	58	58	67	67
<b>FCET</b>	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>FCAAE</b>	1	1	1	1	2	2	2	2
<b>FM</b>	4	4	4	4	3	3	3	4
<b>FMM</b>	1	1	2	2	2	2	3	3
<b>FIH</b>	21	21	24	24	24	24	25	25
<b>ICET</b>	3	3	2	2	3	3	3	3
<b>ICT</b>	9	9	10	10	16	16	49	49
<b>ICA</b>	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>IECT</b>	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>PRG</b>	2	2	2	2	2	2	2	2
<b>PRPPG</b>	1353	1380	1715	1724	2013	2010	2113	2113

<b>SB</b>	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>TS</b>	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>UFVJM</b>	12	12	16	16	18	18	29	29

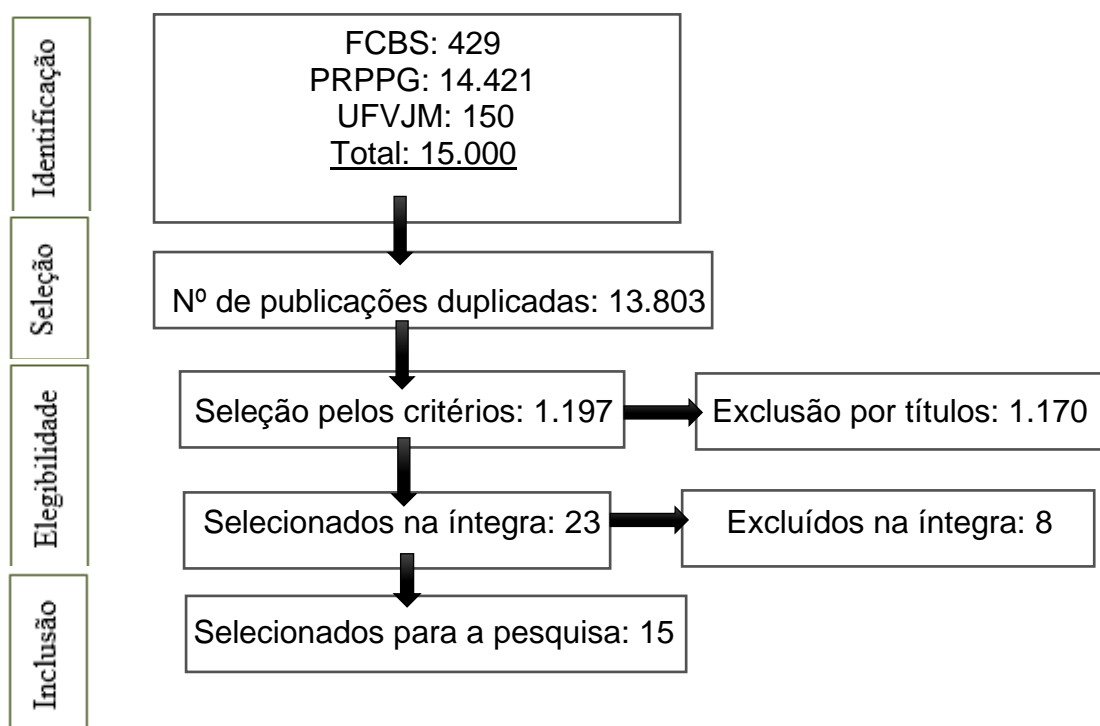
Fonte: Dos autores

Na sequência, foram excluídos todos os estudos que não se encontravam relacionados à questão norteadora. As 15.000 publicações encontradas foram organizadas com o auxílio da plataforma gratuita Excel 2016 e excluídos todos os estudos duplicados, totalizando em 1.197. Vale acentuar que esse quantitativo de estudos duplicados no Repositório Institucional da UFVJM é explicado devido ao mesmo trabalho encontrar-se em mais de uma fonte de busca.

Através da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e da leitura dos títulos e resumos foram selecionados 23 estudos para a leitura na íntegra e analisados individualmente. Ressalta-se que, dentre os selecionados havia 2 livros e 2 Anais de Eventos. Destes, foram selecionados 5 capítulos e 18 resumos, respectivamente.

Do total de trabalhos considerados, 15 foram selecionados para o desenvolvimento da pesquisa. Para os capítulos dos e-books e trabalhos publicados em anais foram selecionados 3 capítulos e 9 resumos. Observe no fluxograma apresentado na figura 1 o processo de seleção dos materiais.

**Figura 01: Fluxograma do processo de seleção das publicações**



Fonte: Os autores

Na sequência, através dos achados anteriores, foi realizada a avaliação, interpretação e síntese dos documentos, cumprindo com o objetivo de: Verificar/Analisar as produções educacionais existentes no repositório da UFVJM no que diz respeito às ações/políticas/pesquisas voltadas para o idoso, assim como sobre a utilização de abordagens pedagógicas para este público. A análise foi realizada através da percepção de ações, políticas e/ou pesquisas nos materiais selecionados.

### **Resultado/discussão**

Os estudos selecionados foram organizados no quadro 2, destacando as seguintes informações: citação na norma ABNT, objetivo do trabalho e fatores correlacionados ao tema em análise. Sobre os fatores analisados, dividimos em seis vertentes escolhidas previamente a leitura dos textos da íntegra, sendo elas:

1. Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física: com o objetivo de buscar estudos que se associam aos programas governamentais;
2. Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável: no intuito de avaliar a existência de materiais que favorecem o cumprimento das políticas implementadas;
3. Permanência do idoso na sociedade: na intenção de verificar a funcionalidade e eficácia das atividades desenvolvidas com o público em questão;
4. Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais): com o propósito de encontrar relatos de idosos reconhecendo os impactos do envelhecimento não saudável;
5. Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais: a fim de encontrar profissionais da saúde que trabalham em prol do melhoramento da comunidade e influência dos mesmos na aquisição de bons hábitos de vida;
6. Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos: de maneira a associar a especificidade desses conteúdos com o melhoramento do envelhecimento da população e a percepção de atividades desenvolvidas de forma contínua e específica para o público.

**Quadro 02: Características dos trabalhos selecionados para análise**

Citação	Objetivo	Fatores correlacionantes
<p>SILVA, Priscyla Paulina. Importância do diagnóstico situacional para o planejamento de ações em saúde na Estratégia Saúde da Família. 2020. 123 p. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino em Saúde) – Programa de Pós-graduação em Ensino em Saúde, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.</p>	<p>Realizar o Diagnóstico Situacional de Saúde de duas Estratégias de Saúde da Família, uma localizada no Vale do Jequitinhonha (ESF 01) e outra na região do Médio Rio das Velhas (ESF 02), possibilitando o planejamento de ações e intervenções. com a comunidade.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;                  2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;                  3: Permanência do idoso no meio da sociedade;                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);                  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>SANTOS, Luana Otoni Costa. Efeitos de 12 semanas de um programa de exercício físico sobre os aspectos funcionais, cognitivos e qualidade de vida de idosos. 2020. 51 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.</p>	<p>O presente estudo avaliou os efeitos de 12 semanas de um programa de treinamento em circuito sobre aspectos funcionais, funções cognitivas e qualidade de vida de idosos.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;                  3: Permanência do idoso na sociedade;                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);                  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>PINHAL, Kaio Cesar. Idosas que participam de um programa regular de exercícios físicos apresentam maior nível de atividade física habitual e melhor desempenho da marcha. 2020. 52 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso,</p>	<p>O objetivo deste trabalho foi comparar o nível de atividade física habitual, a velocidade da marcha, o comprimento do passo, a força muscular e o equilíbrio entre idosas que participam de um programa regular de exercícios físicos e idosas que não praticam exercícios</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);                  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>

<p>Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.</p>	<p>físicos e investigar se a participação em um programa regular de exercícios físicos garante o atendimento às recomendações de atividade física descritas na literatura.</p>	
<p>MELO, Gisele Aparecida Santos Correia de. Limitação na atividade e obesidade mórbida são fatores de risco independentes para incontinência urinária em idosas com osteoartrite no membro inferior: um estudo exploratório. 2020. 56 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – Programa de Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.</p>	<p>Avaliar a prevalência e os fatores associados à incontinência urinária (IU) em uma amostra de mulheres com osteoartrite de membros inferiores.</p>	<p>4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>OLIVEIRA, Tatiara de. Prevalência de síndrome metabólica em idosos brasileiros: uma revisão de literatura. 2021. 27 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>Trata-se de um trabalho de revisão de literatura que teve como objetivo verificar a prevalência de síndrome metabólica em idosos brasileiros.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais).</p>
<p>RIBEIRO, Herbert Silva. Inserção do educador físico na atenção primária à saúde e seu papel junto a hipertensos assistidos na cidade de Diamantina-MG, Brasil. 2021. 131 p. Dissertação (Mestrado Profissional em</p>	<p>Conduzir uma reflexão sobre o processo de inserção do PEF na APS e descrever as condições de saúde de hipertensos assistidos pela Estratégia de Saúde da Família</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 3: Permanência do idoso no meio da sociedade; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações</p>

<p>Ensino em Saúde) – Programa de Pós-graduação em Ensino em Saúde, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>de Diamantina, Minas Gerais.</p>	<p>sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>DORES, Anderson de Jesus das. Como o exercício físico e o lazer podem contribuir para o bem estar de idosos institucionalizados?. 2021. 29 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>Apontar os benefícios que essas atividades podem trazer para os idosos internos em Instituições de Longa Permanência, tanto no aspecto da saúde, como também da convivência e da interação entre os idosos.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável; 3: Permanência do idoso na sociedade; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais; 6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>LOURENÇO, Mylleid Aparecida. Percepção de benefícios e barreiras associadas à prática regular do exercício físico em idosos comunitários: um estudo transversal. 2021. 41 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – Programa de Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>Avaliar a percepção de benefícios e barreiras associados à participação regular em um programa de exercício físico em idosos comunitários.</p>	<p>4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais).</p>
<p>VELOSO, Cleber Henrique. Perfil dos idosos atendidos na atenção primária à saúde quanto aos prenunciadores de declínio funcional. 2021. 31 p. Monografia (Especialização em Residência</p>	<p>Descrever as características da população idosa atendida na APS em uma cidade do interior de Minas Gerais por uma equipe multiprofissional de residentes em</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e</p>



<p>Multiprofissional em Saúde do Idoso) – Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>saúde do idoso, considerando-se as dimensões indicadoras de fragilidade, e caracterizar o declínio funcional de acordo com a idade, gênero e região onde mora (rural e urbana).</p>	<p>sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>SILVA, Bárbara Patrícia Santana. Validação do Late Life Function and Disability Instrument (LLFDI) em idosos comunitários. 2021. 77 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – Programa de Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>Avaliar a validade de construto do LLFDI em idosos comunitários, correlacionando-o com o perfil de atividade humana (PAH); com as escalas de Katz; de Lawton &amp; Brody e geriátrica de depressão (GDS); e com os testes Timed Up and Go (TUG) e o Short Physical Performance Battery (SPPB).</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável; 3: Permanência do idoso no meio da sociedade; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>PAULA, Fabiana Angélica de. Efeitos imediatos do exercício de vibração de corpo inteiro sobre parâmetros hemodinâmicos, hormonal e em biomarcadores oxidativos de idosos sarcopênicos: ensaio clínico controlado e randomizado. 2021. 114 p. Tese (Doutorado Multicêntrico em Ciências Fisiológicas) – Programa Multicêntrico de Pós-Graduação em Ciências Fisiológicas, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.</p>	<p>Avaliar o efeito do exercício de VCI (vibração do corpo inteiro) sobre parâmetros hemodinâmicos, hormonal e biomarcadores oxidativos em idosos sarcopênicos.</p>	<p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais; 6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>BARBOSA, Ana Letícia Guedes Rocha; et al. SEMANA DA INTEGRAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 6., 2018., Diamantina, MG. Anais SINT0642 - Grupo de</p>	<p>Este relato de experiência propõe-se a demonstrar as ações que foram desenvolvidas.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;</p>

<p>práticas corporais com idosos de um bairro de Diamantina: relato de experiência, Diamantina, MG: UFVJM, 2018, 655 p.</p>		<p>3: Permanência do idoso no meio da sociedade;  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;  6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>PEREIRA, Franciely Mayara Dias; et al. SEMANA DA INTEGRAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 6., 2018., Diamantina, MG. Anais SINT0643 - Grupo de Práticas Corporais com Idosos de uma Instituição de Longa Permanência de Diamantina: Um relato de experiência, Diamantina, MG: UFVJM, 2018, 656 p.</p>	<p>Este relato visa demonstrar um pouco do que é desenvolvido por uma dessas equipes.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;  2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;  3: Permanência do idoso no meio da sociedade;  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;  6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>SANTOS, Loizy Maria Gomes; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0277 – GINÁSTICA PARA TODOS E CULTURA POPULAR NA TERCEIRA IDADE: PROPOSIÇÕES DE UM PROJETO DE EXTENSÃO DA UFVJM Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 286 p.</p>	<p>Apresentação do projeto de extensão “Ginasticando na melhor idade”, o qual tem como objetivo disseminar a prática da GPT atrelada às manifestações artísticas e culturais da região, para a comunidade idosa de Diamantina, MG.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;  2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;  3: Permanência do idoso no meio da sociedade;  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas</p>

		<p>governamentais;</p> <p>6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>SANTOS, Luana Otoni Costa; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0279 – Grupo de práticas corporais com idosos do Município de Felício dos Santos /MG - Um relato de experiência Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 288 p.</p>	<p>Demonstrar as ações que foram desenvolvidas tendo a Educação Física como o aspecto primordial para promoção da saúde.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;</p> <p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;</p> <p>3: Permanência do idoso no meio da sociedade;</p> <p>4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);</p> <p>5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;</p> <p>6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>RODRIGUES, Polliana Franciele Mendes; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0281 – Intervenção Multiprofissional em Grupo de Atividades Físicas de Diamantina: um relato de experiência Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 290 p.</p>	<p>O objetivo é promover uma abordagem multiprofissional (Fisioterapia, Enfermagem e a Educação física), a fim de atender e dar uma melhor assistência para aqueles que frequentam o grupo diariamente.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;</p> <p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;</p> <p>3: Permanência do idoso no meio da sociedade;</p> <p>4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);</p> <p>5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;</p> <p>6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>PINHAL, Kaio Cesar; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019,</p>	<p>Promover práticas de autocuidado no gerenciamento de dores na coluna vertebral em idosos</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;</p> <p>2: Construção de conteúdos voltados para o</p>

<p>Diamantina, MG. Anais SINT0289 – “ESCOLA DE COLUNA”: PROMOVENDO O AUTOCUIDADO EM IDOSOS DE DOIS MUNICÍPIOS DO VALE DO JEQUITINHONHA Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 298 p.</p>	<p>acompanhados pela Atenção Primária de Saúde, incentivar a prática regular de atividade física, promover ações educativas permitindo o conhecimento dos fatores anatômicos, biomecânicos, ergonômicos e causais das alterações relacionadas à coluna vertebral e prevenir agravos em portadores de distúrbios e lesões da coluna vertebral.</p>	<p>envelhecimento saudável; 3: Permanência do idoso no meio da sociedade; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais; 6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>RODRIGUES, Ana Luíza da Silva Nunes Teixeira; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0390 – AVALIAÇÃO DA TRANSMISSIBILIDADE E ATIVAÇÃO MUSCULAR EM MEMBROS SUPERIORES DE IDOSOS DURANTE O EXERCÍCIO DE VIBRAÇÃO DE CORPO INTEIRO Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 399 p.</p>	<p>Avaliar a transmissibilidade e ativação muscular em MMSS de idosos durante exercício de VCI na posição de agachamento a 30º de flexão de joelhos com as mãos fixas à haste da plataforma.</p>	<p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais; 6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>PIMENTA, Itamara de Cassia Araujo; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0645 – PRÁTICAS CORPORAIS OFERTADAS POR MUNICÍPIOS DO ALTO E MÉDIO JEQUITINHONHA Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 654 p.</p>	<p>Expor sobre as Atividades Físicas e Práticas Corporais ofertadas em municípios do alto e médio Jequitinhonha, que estão sob a jurisdição da Secretaria Regional de Saúde de Diamantina.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física; 2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável; 3: Permanência do idoso no meio da sociedade; 4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais); 5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;</p>

		6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.
<p>COELHO, Matheus Ribeiro; et al. SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT1218 – Terapia Assistida por Animais em idosos residentes em Instituição de Longa Permanência para Idosos de Unai/MG: “Zooterapia: Bicho Amigo”. Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 1227 p.</p>	<p>Promover melhorias no estado geral de saúde do idoso, por meio da utilização de terapias assistidas por animais, especificamente o cão, avaliando sua relação e influência no processo saúde-doença e no dia a dia do residente.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;                  2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;                  3: Permanência do idoso no meio da sociedade;                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);                  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;                  6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>BRITO, Joyce Souza Aquino; et al. Redução de massa muscular e os riscos para a qualidade de vida e longevidade: estudo em mulheres da terceira idade. SILVA, Edson da (org.). Extensão universitária nas Ciências da Saúde no Brasil. Ponta Grossa: Atena, 2020. 187 p. (122 p.) - (132 p.)</p>	<p>Analisar o perfil da massa muscular de mulheres idosas participantes de um programa de extensão universitária, tendo em vista a identificação de riscos para sua qualidade de vida e longevidade.</p>	<p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);                  5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais.</p>
<p>SILVA, Lianara de Oliveira; NOBRE, Marcia de Souza; MAIA, Raquel da Rocha Paiva. Adesão ao tratamento medicamentoso de uso contínuo: ação educativa com idosos. SILVA, Edson da (org.). Atualidades em extensão universitária: interdisciplinaridade. Rio Branco: Stricto Sensu, 2020. 312 p. (84 p.) – (92 p.)</p>	<p>Relato de experiência de um projeto de extensão que teve como objetivo promover ações educativas para estimular a adesão ao tratamento medicamentoso de uso contínuo aliado a prática de hábitos de vida saudáveis entre idosos.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;                  2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;                  3: Permanência do idoso no meio da sociedade.                  4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);</p>

		<p>5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;</p> <p>6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>
<p>CAMPOS, Ana Carcia da Silva Sampaio. Autocuidado e envelhecimento saudável: ação educativa com idosos. SILVA, Edson da (org.). Atualidades em extensão universitária: interdisciplinaridade. Rio Branco: Stricto Sensu, 2020. 312 p. (104 p.) – (113 p.)</p>	<p>Relata a experiência de um projeto de extensão que teve como objetivo a criação de um grupo de idosos com foco em ações de autocuidado para o envelhecer saudável.</p>	<p>1: Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física;</p> <p>2: Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável;</p> <p>3: Permanência do idoso no meio da sociedade;</p> <p>4: Impactos do envelhecimento (diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais);</p> <p>5: Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais;</p> <p>6: Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos.</p>

Fonte: Dos autores

As análises das vertentes foram agrupadas de acordo com as especificidades de cada estudo. Diante o seu desenvolvimento foi possível perceber que todos eles apresentaram, no mínimo, um aspecto. Isso comprova a eventualidade da temática, porém, evidencia a falha em formas de abordagem e adesão do público de interesse.

Analisando de forma mais singular, percebe-se que todos os estudos citaram a temática presente no número quatro (Impactos do envelhecimento - diminuição da capacidade física, mudanças fisiológicas, alterações sensoriais, modificações mentais, cognitivas e sociais). Isso confirma como o envelhecimento impacta na vida dos indivíduos, afetando muitas de suas ações e rotinas (BRITO, 2020; VELOSO, 2021). Em contrapartida, alguns estudos trouxeram aspectos que justificasse esses impactos uma vez que a população idosa se restringe em participar de atividades que trabalham com o desenvolvimento corporal por conta das ineficazes formas de enfrentamento às mazelas e violações para com a faixa etária estudada. (CAMPOS, 2020)

A quinta vertente (Atuação dos profissionais da saúde nas políticas governamentais) também se destacou, estando presente em 91% dos estudos selecionados. Embora o estudo esteja voltado para o profissional da Educação Física, tornou-se inadequado avaliar apenas as suas ações para o público idoso, uma vez que as abordagens de equipe multidisciplinar contribuem de forma considerável para que a saúde do corpo físico, mental e espiritual, envolvendo atividade física, alimentação e lazer, corresponda com o esperado. (CAMPOS, 2020; OLIVEIRA, 2021; PEREIRA, 2018; RODRIGUES, 2019b). O que se pôde perceber foi que, o profissional de educação física, junto das demais profissões, é indispensável, visando a avaliação conjunta e a especificidade no desenvolvimento corporal do idoso, auxiliando na promoção e prevenção da saúde (RIBEIRO, 2021).

A vertente de número um (Políticas que abordam a promoção da saúde através da inserção da atividade física) estava presente em 78% dos estudos. Esse número, embora menos significativo que os demais já analisados, merece um destaque pois, diante dele, é possível investir em fontes de melhorias para os idosos e o seu desenvolvimento. Segundo Silva (2020), para que os idosos tenham interesse de buscar um envelhecimento ativo, necessitam-se de ações de promoção da saúde e que, essas, precisam estar estrategicamente voltadas para a adequação

do ambiente utilizado, formas de locomoção/acesso, didática e disponibilidade de tempo (SILVA, 2020; PIMENTA et al, 2019)

Sobre as didáticas e formas de adesão, a segunda vertente (Construção de conteúdos voltados para o envelhecimento saudável) buscou por alguns instrumentos que visam a formulação de maneiras para trabalhar com os idosos. Esta foi destacada em 69% dos estudos. Eles apresentavam possibilidades de, por meio de alguns conteúdos, conhecer os idosos participantes, suas limitações, capacidades, performances físicas, comportamentos depressivos e demais parâmetros que colaboram para o conhecimento do participante e conduta para o profissional que está inserindo a atividade (SILVA, 2021). Além disso, alguns estudos também trouxeram a importância de um diagnóstico situacional feito de forma detalhada e rigorosa. Dessa forma, mapeia-se a população e seus principais focos de ação, no intuito de trabalhar com a prevenção e promoção da saúde local (SILVA, 2020).

Além disso, 65% dos estudos trabalharam com formas e temas que voltam os idosos para a sociedade, no intuito de inseri-los na população e fazer da participação da atividade, um momento de interação, lazer, troca de experiências e saberes tanto entre os participantes quanto deles com os profissionais responsáveis (SANTOS, 2019).

Outrossim, a vertente de número seis (Procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos) teve o objetivo de buscar por procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas para os idosos. Infelizmente, mesmo que descrito por muitos a importância de manter a participação dos idosos nessas ações de forma contínua, não foi possível encontrar um procedimento e/ou abordagem pedagógica específica para o público em questão.

Além disso, nenhum estudo selecionado mostrou estudos longitudinais realizados com o público em questão. Porém 56% dos nossos estudos buscaram ou desenvolveram trabalhos temporários e com resultados positivos sobre a inserção dos idosos em grupos de práticas corporais nas comunidades, grupos de ginástica, rodas de conversa, palestras, atividades educativas, atividades de lazer, terapias assistidas e atividades de cunho intelectual como por exemplo bingos, música, jogos, entre outros. (SILVA, 2020; SANTOS 2020; PINHAL, 2020; DORES, 2021; BARBOSA, 2018; SANTOS, 2019a; RODRIGUES et al, 2019a)



## Considerações finais

Conclui-se que, baseado nos objetivos do estudo, existem profissionais da saúde envolvidos com as políticas governamentais que trabalham com os impactos do envelhecimento através do desenvolvimento de abordagens sobre a promoção da saúde. Além disso, foi possível perceber que essas ações acontecem por meio da inserção da atividade física para os idosos e da construção de conteúdos para a orientação a respeito do envelhecimento saudável, retirando disso o proveito de manter o idoso no meio da sociedade. Para mais, constatou-se que as publicações científicas que abordam a implementação de atividades físicas/exercícios para idosos, não demonstram procedimentos e/ou abordagens pedagógicas específicas, desenvolvidas pelos profissionais de educação física, para este público, embora os trabalhos em estudo demonstrem a importância de trabalhar com os idosos de forma estratégica ou adaptada.

Ademais, todas essas percepções atingidas por meio do objetivo do estudo não foram identificadas de forma contínua, como preza a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Ou seja, muitas ações são desenvolvidas, mas não são continuadas, causando uma falha na aquisição dos objetivos das mesmas.

Como evidenciado, diante de tantos benefícios demonstrados durante a curta execução de ações voltadas para o objetivo, recomenda-se que novas ações institucionais, educativas e de saúde e comportamentais sejam estimuladas, na busca pela redução das barreiras e pelo fortalecimento de fatores contribuintes.

## Referências

ALMEIDA, Sionara Tamanini de, Stobäus, Claus Dieter e Resende, Thais de Lima Adaptação transcultural do Selection, Optimization and Compensation questionnaire (SOC) para aplicação a idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia** [online]. 2013, v. 16, n. 2 [Acessado 20 Julho 2022] , pp. 221-237. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000200003>>. Epub 26 Jul 2013. ISSN 1981-2256. <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000200003>.

ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes de, CARVALHO, Virgínia Ângela M. de Lucena e. Aspectos Sócio-Históricos e Psicológicos da Velhice. **MNEME Revista de Humanidades**. V. 06. N. 13, dez.2004/jan.2005. – Semestral ISSN -1518-3394 Disponível em [www.cerescaico.ufrn.br/mneme](http://www.cerescaico.ufrn.br/mneme)

BARBOSA, Ana Letícia Guedes Rocha; et al. **SEMANA DA INTEGRAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 6., 2018., Diamantina, MG. Anais SINT0642 - Grupo de práticas corporais com idosos de um bairro de Diamantina: relato de experiência, Diamantina, MG: UFVJM, 2018, 655 p.

BRASIL, Christina César Praça et al. Percepções de profissionais sobre o agente comunitário de saúde no cuidado ao idoso dependente. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2021, v. 26, n. 01 [Acessado 7 Junho 2022] , pp. 109-118. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.31992020>>. Epub 25 Jan 2021. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.31992020>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília (DF): **Ministério da Saúde**; 2006. [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528\\_19\\_10\\_2006.html#:~:text=A%20finalidade%20primordial%20da%20Pol%C3%ADtica,do%20Sistema%20C3%9Anico%20de%20Sa%C3%BAde](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html#:~:text=A%20finalidade%20primordial%20da%20Pol%C3%ADtica,do%20Sistema%20C3%9Anico%20de%20Sa%C3%BAde).

BRITO, Joyce Souza Aquino; et al. Redução de massa muscular e os riscos para a qualidade de vida e longevidade: estudo em mulheres da terceira idade. SILVA, Edson da (org.). **Extensão universitária nas Ciências da Saúde no Brasil. Ponta Grossa**: Atena, 2020. 187 p. (122 p.) - (132 p.)

CAMPOS, Ana Carcia da Silva Sampaio. Autocuidado e envelhecimento saudável: ação educativa com idosos. SILVA, Edson da (org.). **Atualidades em extensão universitária: interdisciplinaridade**. Rio Branco: Stricto Sensu, 2020. 312 p. (104 p.) – (113 p.)

CASTRO, Marcela Rodrigues de; LIMA, Leopoldo Henriques Rezende; DUARTE, Emerson Rodrigues. Jogos recreativos para a terceira idade: uma análise a partir da percepção dos idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte** [online]. 2016, v. 38, n. 3 [Acessado 9 Junho 2022] , pp. 283-289. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.rbce.2015.11.004>>. ISSN 2179-3255. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2015.11.004>.

COELHO, Matheus Ribeiro; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT1218 – Terapia Assistida por Animais em idosos residentes em Instituição de Longa Permanência para Idosos de Unaí/MG: “Zooterapia: Bicho Amigo”. Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 1227 p.

DAINEZ, Débora, Smolka, Ana Luiza Bustamante e Souza, Flavia Faissal de “A dimensão constitutiva do meio: implicações políticas e práticas em educação especial”. **Educação & Sociedade** [online]. 2022, v. 43 [Acessado 8 Julho 2022] , e256418. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/ES.256418>>. Epub 21 Mar 2022. ISSN 1678-4626. <https://doi.org/10.1590/ES.256418>.

DERHUN, Flávia Maria et al. Contributions of university activities to active aging: grounded theory\* \* Extracted from the thesis “Envelhecimento ativo: contribuições da universidade aberta à terceira idade”, Universidade Estadual de

Maringá, 2021. **Revista da Escola de Enfermagem da USP** [online]. 2022, v. 56 [Acessado 9 Junho 2022], e20210237. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0237>>. Epub 31 Jan 2022. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0237>.

DORES, Anderson de Jesus das. Como o exercício físico e o lazer podem contribuir para o bem estar de idosos institucionalizados?. 2021. 29 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – **Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

DUARTE, Michelle Matos et al. Functional flexibility in institutionalized sedentary older adults. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano** [online]. 2021, v. 23 [Accessed 8 July 2022] , e73816. Available from: <<https://doi.org/10.1590/1980-0037.2021v23e73816>>. Epub 05 Apr 2021. ISSN 1980-0037. <https://doi.org/10.1590/1980-0037.2021v23e73816>.

GOI, Lourdes Lúcia; PEREIRA, Débora Gene; VEIGA, Aline Cristina de Assis. A importância do pedagogo e da pedagogia do sujeito idoso. **Revista Humanidades e Inovação** v.5, n. 7 – 2018 [Acessado 15 Maio 2022]. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/humanidadesinovacao/article/view/756#:~:text=A%20IMPORT%C3%82NCIA%20DO%20PEDAGOGO%20E%20DA%20PEDAGOGIA%20DO%20SUJEITO%20IDOSO,-Lourdes%20L%C3%BAcia%20Goi&text=Caracterizou%2Dse%20como%20uma%20abordagem,do%20idoso%20paradoxalmente%20vem%20mudando>.

JESUS, Viviane Silva de et al. Promotion of health, sustainability and social development of a vulnerable community. **Revista Brasileira de Enfermagem** [online]. 2018, v. 71, n. 6 [Accessed 8 July 2022] , pp. 3109-3114. Available from: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0381>>. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0381>.

LIMA, Alisson Padilha de et al. Grupo de convivência para idosos: o papel do profissional de educação física e as motivações para adesão à prática de atividade física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte** [online]. 2020, v. 42 [Acessado 9 Junho 2022] , e2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.rbce.2019.02.001>>. Epub 06 Jul 2020. ISSN 2179-3255. <https://doi.org/10.1016/j.rbce.2019.02.001>.

LOURENÇO, Mylleid Aparecida. Percepção de benefícios e barreiras associadas à prática regular do exercício físico em idosos comunitários: um estudo transversal. 2021. 41 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – **Programa de Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

MELO, Gisele Aparecida Santos Correia de. Limitação na atividade e obesidade mórbida são fatores de risco independentes para incontinência urinária em idosas com osteoartrite no membro inferior: um estudo exploratório. 2020. 56 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – **Programa de**

**Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

MENDES, Felismina et al. Envelhecer Em Segurança No Alentejo: Compreender Para Agir. ESACA- Envelhecer com Segurança no Alentejo. **ÉVORA**. JANEIRO, 2020. p. 168; 186. Disponível em: <https://www.esaca.uevora.pt/envelhercer-em-seguranca-no-alentejo-compreender-para-agir/>. ISBN: 978-989-99122-9-8

MENDONÇA, Francielle Toniolo Nicodemos Furtado de et al. Health education with older adults: action research with primary care professionals. **Revista Brasileira de Enfermagem** [online]. 2017, v. 70, n. 4 [Acessado 9 Junho 2022] , pp. 792-799. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0349>>. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0349>.

NOGUEIRA, Iara Sescon et al. Atenção ao idoso: práticas de educação permanente do Núcleo de Apoio à Saúde da Família \* \* Extraído da dissertação: “Atenção ao idoso: práticas de educação permanente em saúde no contexto do Núcleo de Apoio à Saúde da Família”, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Universidade Estadual de Maringá, 2018b. . **Revista da Escola de Enfermagem da USP** [online]. 2019, v. 53 [Acessado 9 Junho 2022] , e03512. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018022103512>>. Epub 19 Ago 2019. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018022103512>.

NOGUEIRA, Iara Sescon et al. Planejamento local de saúde: atenção ao idoso versus Educação Permanente em Saúde. **Acta Paulista de Enfermagem** [online]. 2018a, v. 31, n. 5 [Acessado 9 Junho 2022] , pp. 550-557. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0194201800076>>. ISSN 1982-0194. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800076>.

OLIVEIRA, Tatiara de. Prevalência de síndrome metabólica em idosos brasileiros: uma revisão de literatura. 2021. 27 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – **Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

PAULA, Fabiana Angélica de. Efeitos imediatos do exercício de vibração de corpo inteiro sobre parâmetros hemodinâmicos, hormonal e em biomarcadores oxidativos de idosos sarcopênicos: ensaio clínico controlado e randomizado. 2021. 114 p. Tese (Doutorado Multicêntrico em Ciências Fisiológicas) – **Programa Multicêntrico de Pós-Graduação em Ciências Fisiológicas**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

PEREIRA, Franciely Mayara Dias; et al. **SEMANA DA INTEGRAÇÃO, ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 6., 2018., Diamantina, MG. Anais SINT0643 - Grupo de Práticas Corporais com Idosos de uma Instituição de Longa Permanência de Diamantina: Um relato de experiência, Diamantina, MG: UFVJM, 2018, 656 p.

PIMENTA, Itamara de Cassia Araujo; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019, Diamantina, MG.

Anais SINT0645 – PRÁTICAS CORPORAIS OFERTADAS POR MUNICÍPIOS DO ALTO E MÉDIO JEQUITINHONHA Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 654 p.

PINHAL, Kaio Cesar. Idosas que participam de um programa regular de exercícios físicos apresentam maior nível de atividade física habitual e melhor desempenho da marcha. 2020. 52 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – **Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

PINHAL, Kaio Cesar; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019, Diamantina, MG. Anais SINT0289 – “ESCOLA DE COLUNA”: PROMOVEDO O AUTOCUIDADO EM IDOSOS DE DOIS MUNICÍPIOS DO VALE DO JEQUITINHONHA Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 298 p.

RIBEIRO, Herbert Silva. Inserção do educador físico na atenção primária à saúde e seu papel junto a hipertensos assistidos na cidade de Diamantina-MG, Brasil. 2021. 131 p. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino em Saúde) – **Programa de Pós-graduação em Ensino em Saúde**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

RODRIGUES, Ana Luíza da Silva Nunes Teixeira; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019a, Diamantina, MG. Anais SINT0390 – AVALIAÇÃO DA TRANSMISSIBILIDADE E ATIVAÇÃO MUSCULAR EM MEMBROS SUPERIORES DE IDOSOS DURANTE O EXERCÍCIO DE VIBRAÇÃO DE CORPO INTEIRO Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 399 p.

RODRIGUES, Polliana Franciele Mendes; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019b, Diamantina, MG. Anais SINT0281 – Intervenção Multiprofissional em Grupo de Atividades Físicas de Diamantina: um relato de experiência Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 290 p.

SANTOS, Loizy Maria Gomes; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019a, Diamantina, MG. Anais SINT0277 – GINÁSTICA PARA TODOS E CULTURA POPULAR NA TERCEIRA IDADE: PROPOSIÇÕES DE UM PROJETO DE EXTENSÃO DA UFVJM Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 286 p.

SANTOS, Luana Otoni Costa. Efeitos de 12 semanas de um programa de exercício físico sobre os aspectos funcionais, cognitivos e qualidade de vida de idosos. 2020. 51 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – **Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

SANTOS, Luana Otoni Costa; et al. **SINTEGRA SEMANA DA INTEGRAÇÃO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO**, 7., 2019b, Diamantina, MG. Anais SINT0279 – Grupo de práticas corporais com idosos do Município de Felício dos Santos /MG - Um relato de experiência Diamantina, MG: UFVJM, 2019, 288 p.

SILVA, Bárbara Patrícia Santana. Validação do Late Life Function and Disability Instrument (LLFDI) em idosos comunitários. 2021. 77 p. Dissertação (Mestrado em Reabilitação e Desempenho Funcional) – **Programa de Pós-Graduação em Reabilitação e Desempenho Funcional**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021.

SILVA, Lianara de Oliveira; NOBRE, Marcia de Souza; MAIA, Raquel da Rocha Paiva. Adesão ao tratamento medicamentoso de uso contínuo: ação educativa com idosos. SILVA, Edson da (org.). **Atualidades em extensão universitária: interdisciplinaridade**. Rio Branco: Stricto Sensu, 2020. 312 p. (84 p.) – (92 p.)

SILVA, Priscyla Paulina. Importância do diagnóstico situacional para o planejamento de ações em saúde na Estratégia Saúde da Família. 2020. 123 p. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino em Saúde) – **Programa de Pós-graduação em Ensino em Saúde**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2020.

SILVEIRA, Daniel Rocha et al. The perception of the elderly about suffering related to frailty. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia** [online]. 2018, v. 21, n. 02 [Acessado 8 Julho 2022] , pp. 215-222. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.170126>>. ISSN 1981-2256. <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.170126>.

SOUZA, Aline Pereira de et al. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva** [online]. 2022, v. 27, n. 05 [Acessado 8 Julho 2022] , pp. 1741-1752. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232022275.23112021>>. Epub 04 Maio 2022. ISSN 1678-4561. <https://doi.org/10.1590/1413-81232022275.23112021>.

TIEDEMANN, Anne, Sherrington, Catherine and Lord, Stephen R. The role of exercise for fall prevention in older age. Motriz: **Revista de Educação Física** [online]. 2013, v. 19, n. 3 [Accessed 8 July 2022] , pp. 541-547. Available from: <<https://doi.org/10.1590/S1980-65742013000300002>>. Epub 03 Oct 2013. ISSN 1980-6574. <https://doi.org/10.1590/S1980-65742013000300002>.

TORRES, Kelle Raquel Brandão de Oliveira, Luiza, Vera Lucia e Campos, Mônica Rodrigues. A EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA NO CONTEXTO DA POLÍTICA NACIONAL DE SAÚDE DA PESSOA IDOSA: ESTUDO DE EGRESSOS. **Trabalho, Educação e Saúde** [online]. 2018, v. 16, n. 1 [Acessado 7 Junho 2022] , pp. 337-360. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00103>>. Epub Jan-Apr 2018. ISSN 1981-7746. <https://doi.org/10.1590/1981-7746-sol00103>.

VELOSO, Cleber Henrique. Perfil dos idosos atendidos na atenção primária à saúde quanto aos renunciadores de declínio funcional. 2021. 31 p. Monografia (Especialização em Residência Multiprofissional em Saúde do Idoso) – **Programa de Pós-Graduação Multiprofissional em Saúde do Idoso**, Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri, Diamantina, 2021