



26º Seminário de Pesquisa do CCSA

Crise Climática, Desenvolvimento e Democracia

23 a 27 de setembro de 2024

TURISMO E LAZER NA PRÓPRIA CIDADE (STAYCATION) COMO ALTERNATIVA PARA O PÚBLICO SÊNIOR: UM ESTUDO EM NATAL/RN

Jaercio Mendes do Nascimento¹

Samuel do Nascimento Martinho²

RESUMO

O objetivo deste trabalho se faz a respeito da avaliação e da conjuntura de ações que desenvolvam a motivação e o estímulo aos idosos com a prestação de serviços na área do turismo, sendo suas características realizadas em forma de lazer ao referido público sênior, ou, a terceira idade, sendo construído através da realização de estudos em nossa capital Natal. Proporcionando a satisfação da auto-estima, do bem estar pessoal, e da qualidade de vida física e emocional. O trabalho elaborado através de uma pesquisa exploratório-descritiva, com abordagem mista, qualitativa e quantitativa, apresentando a satisfação das pessoas idosas a uma vida com mais dinamismo, valorização ao bem estar e na qualidade de vida social, constituídas com o público sênior, sendo vivenciadas com pessoas de sexo masculino e feminino residentes em Natal, no Rio Grande do Norte. A pesquisa busca identificar fatores motivacionais que influencia ao incentivo do auto cuidado com a saúde física e saúde emocional. Sendo através deste, segue-se em realização de estudo, analisando fatores que venham a se tornar necessário a saúde do público sênior.

Palavras-chaves: saúde física; emocional; bem está social; qualidade de vida.

1 INTRODUÇÃO

Avaliar a conjuntura das ações a que venha desenvolver a motivação, o estímulo ao turismo, ao Lazer e a qualidade de vida no público sênior, ou seja, da terceira Idade, um estudo em nossa capital Natal, visando o entendimento dos recursos necessários que poderá vir a proporcionar a satisfação do bem estar e da qualidade de vida ao público da terceira idade. Os idosos no decorrer de suas vidas e a expectativa imensa do bem-estar de todo o seu organismo, seja físico e emocional, tomando como escopo a atividade turística, a serem

¹Acadêmico do Curso de Bacharelado em Turismo da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). E-mail: jaerciomenas@gmail.com

² Acadêmico do Curso de Bacharelado em Turismo da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN). E-mail: Samuelnascimento8@gmail.com



26º Seminário de Pesquisa do CCSA

Crise Climática, Desenvolvimento e Democracia

23 a 27 de setembro de 2024

vivenciadas de forma harmônica, salutar e inclusão social será bastante louvável ao controle e aos efeitos emocionais.

A atividade de turismo cada vez mais detalhada e competitiva dentro do processo econômico, os produtos sendo conquistados com mais facilidades. A terceira idade que há décadas vem crescendo cada vez mais em sua perspectiva de vida, permitindo aos idosos maiores momentos na vida.

No Brasil, a taxa de envelhecimento está crescendo, e que o Estatuto da Pessoa Idosa em sua legislação constituída define como população idosa as pessoas com idade igual ou superior a 60 anos.

Segundo Machado (2006), “O envelhecimento se manifesta por diversas características específicas que podem estar ligadas diretamente a determinados aspectos biopsicossociais” (p.242). O autor ainda condiciona alguns fatores e doenças que alteram a saúde do organismo como: estresse, diabetes, hipertensão arterial, arteriosclerose, depressão e tabagismo.

O público da terceira idade no exercício de seu sistema de vida fica menos exposto ao convívio social, se obrigando de certa forma ao leito familiar, perdendo a sintonia e a vivência em grupos de amigos ou sociais, muitas das vezes se resguardando para cuidados com a saúde. Portanto se sentir bem fisicamente, e emocionalmente são fatores primordiais de fundamental importância para esse público especial. Então, vir a proporcionar ações que visem á prática de atividades turísticas como atividade de bem prazer, ante-estresse, e com uma boa vivência social são fatores característicos para uma conduta eficaz na saúde do organismo físico, emocional e social dos idosos.

Entendemos da importância em prover ações que incentive o zelo pela saúde mental e espiritual, somando com atividades lúdicas através do ambiente de práticas turísticas com grupos de pessoas, considerando o convívio social como fonte de energia para se distanciar das tensões, receios e angústias obtidas aos avanços da própria idade.

Em tempos atuais, vejamos da necessidade deste assunto se fortalecer na pertinência de sua discussão, somando com demais estudos e assim fortalecer ao entendimento da necessidade de se fazer zelar quanto mais à vida das pessoas que atingem a terceira idade.



Como pergunta problema da pesquisa, tem-se: Quais as percepções e motivações de turismo e lazer na própria cidade (Staycation) como alternativa para o público sênior?

Justificativa

A população está envelhecendo cada vez mais, e, a terceira idade de hoje tem pouco em comum com a herança da mesma faixa etária de algumas décadas atrás. Com o aumento progressivo do público de idosos em evidência, a escolha do tema se deve pela necessidade de favorecer estímulos ao lazer e qualidade de vida através de atividades turísticas para o público sênior, já que este se trata de assunto bastante pertinente, ganhando mais adeptos a cada dia. A atividade, ou a dinâmica deste trabalho obtém da intenção de contribuição futura ao estudo dentro do respectivo assunto.

Objetivos do Estudo

Analisar a percepção e motivações de turismo, lazer, bem estar e qualidade de vida na própria cidade (*Staycation*) como alternativa para o público sênior:

Objetivos Específicos

- a) Identificar ações para o estímulo da melhoria do bem estar e da qualidade de vida do público sênior;
- b) Observar o comportamento a ser adotado pelo público da terceira idade, quanto à motivação aos fatores turísticos e a obtenção da auto-estima;
- c) Desenvolver estímulos ao turismo e qualidade de vida, ao público sênior, tornando-o saudável através do lazer turístico.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

No entanto, com o crescimento do público da terceira idade que vem se multiplicando mutuamente, a necessidade de proporcionar ações que visem à motivação e o estímulo aos idosos nas questões turísticas e vivência social. Conquistando o prazer ao manuseio do antestresse, a vivência familiar e o convívio social. Tornando assim, fatores imprescindíveis para uma vida bastante saudável e com efeitos positivos a qualidade vida.



O artigo 230 da Constituição Federal de 1988. A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando a sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida.

Ana Cristina Fernandes Clemente (2018) apresenta que políticas públicas podem ser objetivas para propagação do lazer e do turismo na sociedade atual, sendo ferramenta de transformação da cidade e das pessoas em cenários propícios a ordem cultural e social. Ainda, em seu trabalho apresenta a percepção do lazer e a possibilidade de vivenciar o turismo em lugares da própria cidade (Araújo e Isayama, 2009).

[...] Que o lazer turístico, além de fazer conhecer outras localidades, ainda estimula o conhecimento do próprio lugar, dos ambientes públicos, e que assim contribui para potencializar os recursos naturais, culturais, históricos e paisagens locais. (Araújo e Isayama, 2009, p. 148).

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O trabalho terá sua elaboração através de uma pesquisa exploratório-descritiva, abordagem mista, qualitativa e quantitativa e que venha a apresentar o bem estar e a qualidade de vida das pessoas na terceira idade ou o grupo sênior na cidade de Natal no Rio Grande do Norte.

A amostra constituída de pessoas idosas, pessoas de sexo masculino e feminino, que residem em nossa capital Natal, Rio Grande do Norte.

Atividade constituída e realizada pela pesquisa em que se busca a identificação dos fatores motivacionais e que influencia questões da auto-estima, do bem estar e da qualidade de vida. Assim, aliada com as atividades turísticas propondo incentivo ao auto cuidado com a saúde física e emocional, seguiremos em realização de estudo de campo com uma pesquisa de efeito informal com o público de idosos na cidade do Natal, no Rio Grande do Norte, com a finalidade em analisar os cuidados que venham a ser necessários a saúde do público sênior e ou da terceira idade.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Envelhecer é um processo fisiológico e natural. Não estando necessariamente ligados aos fatores da idade e a sua cronologia, o envelhecimento acontece com a modificação do



26º Seminário de Pesquisa do CCSA

Crise Climática, Desenvolvimento e Democracia

23 a 27 de setembro de 2024

corpo, onde a pele com a sua flacidez no aparecimento das rugas, os cabelos embranquecidos, as passadas com o andar mais lento, a diminuição das capacidades auditivas e visuais e a diminuição da força tornando o corpo mais frágil. Este é o contexto de uma velhice ocasionada pelo fator biologicamente normal e que evolui de forma progressiva e natural.

Para Santos, P. L. e tal (2008), “O envelhecimento biológico tende a diminuir a resistência orgânica das pessoas, expondo-lhes mais às doenças, aumenta suas limitações físicas e restringe sua capacidade motora, podendo contribuir para um declínio da capacidade funcional” (p.1,2)

Segundo Machado (2006), “O envelhecimento se manifesta por diversas características específicas que podem estar ligadas diretamente a determinados aspectos biopsicossociais” (p.242). O autor ainda condiciona alguns fatores e doenças que alteram a saúde do organismo como: estresse, diabetes, hipertensão arterial, arteriosclerose, depressão e tabagismo

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, partindo da premissa que o público sênior necessite de estímulos e influências motivacionais para a realização de atividades que proporcionem a sua auto-estima, tanto pessoal, quanto social, obtendo ganhos saudáveis através dos sistemas de relacionamentos interpessoais e ou coletivos. Amparando de certa forma uma sintonia de bem estar, sensação de potencia e satisfação, conseqüentemente servindo de pressuposto que a atividade de cunho turístico pode ser fonte saudável e fortalecimento das fragilidades próprias entre os seres que compõem a terceira idade.

Então, percebendo-se que programas e serviços turísticos que atendam a qualidade de vida e lazer ao publico sênior podem influenciar a atenção da saúde física e emocional ao público idoso.

Diante da expectativa de vida na população brasileira que está aumentando de forma progressiva, com o aumento da porcentagem das pessoas a atingirem a terceira idade, fato apresentado em vários estudos, visa-se a necessidade deste público vivenciar sua fase idosa com qualidade de vida. Apresentamos este trabalho com o objetivo de avaliar a promoção da saúde dos idosos, onde utilizamos através de uma pesquisa de campo, uma abordagem



26º Seminário de Pesquisa do CCSA

Crise Climática, Desenvolvimento e Democracia

23 a 27 de setembro de 2024

descritiva e exploratória com um público de idosos do sexo masculino e feminino pertencentes à cidade de Natal no Estado do Rio Grande do Norte. .

REFERÊNCIAS

BRASIL, Constituição (1988) – Constituição da República Federativa do Brasil: Texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988, com as alterações adotadas pelas Emendas Constitucionais – 1/92 a 44/2004 e pelas Emendas Constitucionais de revisão – 1 a 6/94. Brasília: Senado Federal e Subsecretaria de Edições Técnicas, 2004. 438p. ISBN – 85-7018-219-8.

CLEMENTE, ANA CRISTINA FERNANDES; STOPPA, EDMUR ANTONIO **Políticas Públicas de Turismo e Lazer do Órgão Oficial de Turismo na Cidade de São Paulo-SP**

Rosa dos Ventos, vol. 10, núm. 2, 2018 Universidade de Caxias do Sul, Brasil Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=473557641010> DOI:

<https://doi.org/10.18226/21789061.v10i2p355>

Lei nº. 10.741, de 1º de outubro de 2003 (alterada pela Lei nº 14.423, de 2022). “Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm” Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa idosa.

MACHADO, Afonso Antônio – **Psicologia do Esporte – Da educação Física Escolar ao Esporte de Alto Nível** – 2006 - p.232 a 257.

SANTOS, P. L; Foroni, P. M; Chaves, M. C. F. **Atividades Físicas e de Lazer e seu impacto sobre a cognição no envelhecimento**. Artigo; Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto – USP, 2008/2009.