

## Velhice, Lazer e Turismo: A Experiência de Pessoas Idosas na UNATI - Câmpus de Rosana

Mirilaine Gomes da Silva<sup>1</sup>

Lívia Morais Garcia Lima<sup>2</sup>

**Resumo:** O presente trabalho teve como objetivo geral analisar a importância e representatividade das pessoas idosas no contexto da Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI (Campus de Rosana), a respeito do turismo e lazer na promoção do bem-estar e qualidade de vida desses sujeitos. Como objetivos específicos, a pesquisa buscou verificar a inserção em atividades de lazer e turismo das pessoas idosas que frequentam a UNATI e analisar as percepções dos idosos em relação ao envelhecimento e sua analogia com o lazer e turismo. A pesquisa foi realizada a partir da abordagem qualitativa, do tipo participante e descritiva e analítica quanto aos seus objetivos. Primeiro foi realizado um levantamento bibliográfico sobre os temas da velhice, qualidade de vida, turismo e lazer, com o objetivo de fundamentar teoricamente o estudo. Em seguida, foram realizadas entrevistas com cinco idosos participantes das atividades da UNATI – Campus de Rosana, três mulheres e dois homens, para investigar de que maneira o turismo e o lazer contribuem para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida nessa faixa etária. As entrevistas foram gravadas em áudio e transcritas integralmente e foram analisadas com base em uma abordagem qualitativa. A partir dessa análise, foi possível identificar padrões e temas recorrentes nas falas dos participantes, gerando subsídios para um entendimento mais profundo sobre a relação dos idosos com o turismo e lazer, e seu impacto na melhoria da qualidade de vida. Nesse sentido, a presente pesquisa contribuiu com a reflexão sobre a heterogeneidade da velhice e como um fenômeno não só biológico, mas também como uma etapa da vida construída socialmente, permitindo a pessoa idosa ser consciente de sua importância como sujeito social, reforçando a ideia de que o turismo e o lazer representam um marco importante nessa disponibilidade de um mínimo de condições de qualidade de vida e sociabilização para esses sujeitos.

**Palavras-chave:** Idosos; Turismo; Lazer; Qualidade de Vida; Universidade Aberta à Terceira Idade

### INTRODUÇÃO

O presente trabalho teve como objetivo geral analisar a importância e representatividade das pessoas idosas no contexto da Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI (Campus de Rosana), a respeito do turismo e lazer na promoção do bem-estar e qualidade de vida desses sujeitos. Como objetivos específicos, a pesquisa buscou verificar a inserção em atividades de lazer e turismo das pessoas idosas que frequentam a UNATI e analisar as percepções dos idosos em relação ao envelhecimento e sua analogia com o lazer e turismo.

Observamos nas últimas décadas o crescente envelhecimento da população brasileira. Esta é uma realidade vivida em nosso país, devido às mudanças

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Turismo da Universidade Estadual Paulista – UNESP. [mirilaine.gomes@unesp.br](mailto:mirilaine.gomes@unesp.br)

<sup>2</sup> Professora Assistente Doutora do Departamento de Turismo e Desenvolvimento do Território da Universidade Estadual Paulista (UNESP). Professora permanente do Programa de Pós-Graduação em História da Universidade Estadual Paulista (PPGH - UNESP). [livia.m.lima@unesp.br](mailto:livia.m.lima@unesp.br)

demográficas que ocorreram no Brasil a partir das décadas de 1940 e 1960, que incluem queda na taxa de mortalidade infantil e natalidade. Segundo o Estatuto do Idoso (2003), a velhice no Brasil inicia-se aos 60 anos, portanto, atribuindo forte contorno etário à fronteira que separa essa etapa da vida frente a outras etapas. Depois de quatro anos de pandemia no país, a crise sanitária e, principalmente, humanitária tem evidenciado as diversas camadas de iniquidade econômica, social e política na qual a população idosa está imersa. Os dados da Covid-19 apontam maior taxa de mortalidade entre as pessoas com 80 anos ou mais, reforçando as apreensões com a população idosa (Hammerschmidt; Santana, 2020).

Nesse novo cenário de um mundo pós-pandemia, a preocupação com o envelhecimento, bem-estar e a melhoria da qualidade de vida na sociedade brasileira muda a sensibilidade investida na velhice e propõe outras reflexões para o reconhecimento da pluralidade de experiências nessa fase da vida (Ramos, 2020). A pessoa idosa é o agente social protagonista do processo de envelhecimento populacional e deve ser considerada a partir de sua inserção em um mundo por ela conquistado. Mesmo a velhice estando associada a perdas e dependência, o que é típico de qualquer idade do curso da vida, não significa que ela seja sinônimo de doença, ou ausência de ganhos diversos.

Passando de um período apenas de perdas, a velhice passa a ser percebida como um estágio também propício para novas conquistas, guiado pela busca do prazer, sucesso e satisfação pessoal, justificando que as experiências vividas e os saberes acumulados podem significar ganhos que oferecem oportunidades. (Lopes, 2000). Assim, o idoso passa a ser um sujeito que não está mais ausente do conjunto dos discursos produzidos, em especial nos debates sobre políticas públicas, em momentos eleitorais e até mesmo na definição de novos mercados de consumo, como o lazer e o turismo (Farah, 2000; Debert, 1999).

Nesse sentido, a Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP implantou, em 1993, o Projeto Universidade Aberta à Terceira Idade com o objetivo de “proporcionar às pessoas de terceira idade oportunidades de socialização e aprendizado em diversos campos do saber”. O Projeto foi institucionalizado em 2001 (Portaria UNESP nº. 191) pela Pró-reitoria de Extensão Universitária – PROEX e tem se fortalecido com a adesão de outras unidades. (UNESP/PROEX, 2003).

A UNATI tem gerado inúmeros benefícios, tanto para o idoso participante quanto para a comunidade acadêmica envolvida. Esse projeto possibilita o

aprimoramento profissional e científico dos alunos graduandos e constitui, dentro da universidade, um campo para pesquisa de questões sobre envelhecimento e problemas relacionados à temática. (UNESP/PROEX, 2003).

O Núcleo de Rosana, criado em 2007, conta com o apoio e a infraestrutura da unidade universitária, contando com salas de aula adequadas, com carteiras e ar condicionado, laboratórios de informática e gastronomia, além de equipamentos audiovisuais. Os cursos são ministrados pelos alunos do curso de Turismo e de Engenharia de Energia, bolsistas e voluntários, sob supervisão do coordenador e vice-coordenadora do projeto e com o auxílio de um técnico administrativo.

Nesse sentido, o artigo contribuiu com a análise e reflexão sobre a heterogeneidade da velhice e como um fenômeno não só biológico, mas também como uma etapa da vida construída socialmente, permitindo a pessoa idosa ser consciente de sua importância como sujeito social, reforçando a ideia de que o turismo e o lazer representam um marco importante nessa disponibilidade de um mínimo de condições de qualidade de vida e sociabilização para esses sujeitos.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

Para aprofundar a discussão, é importante notar o crescente interesse pela velhice, que se tornou um tema relevante em diversos segmentos da sociedade. Segundo Mota (2016), a sociedade apresenta-se, em grande parte, despreparada e não sabe como lidar com seus velhos.

A crescente presença de palestras, reportagens e informações compartilhadas informalmente revela um aumento significativo no número de grupos de convivência e universidades voltadas para a terceira idade no Brasil. Isso indica que esse segmento demanda atenção especial, principalmente no que se refere ao turismo. Garcia (2021) afirma que o público idoso possui flexibilidade na administração de seu tempo livre, podendo estimular a atividade turística em períodos de baixa ocupação e reduzir os efeitos da sazonalidade.

Entre os meses de março a setembro de 2024, foram realizadas entrevistas com cinco idosos, sendo elas três mulheres e dois homens, participantes das atividades da UNATI – Câmpus de Rosana. Ao serem questionados sobre a participação em atividades de lazer e turismo e qual a importância atribuída para suas vidas, pudemos observar que a maior dificuldade relatada por eles é a condição

financeira para a realização das atividades, que em sua maioria demandam um custo econômico alto.

Por outro lado, os idosos relatam que as atividades de lazer e turismo são essenciais para um envelhecimento saudável e que há alterações significativas no âmbito psicológico e físico, que afetam tanto o seu estilo de vida como a sua própria identidade. Por fim, os idosos afirmam sobre a importância dessas atividades serem acessíveis para essa faixa etária e a importância dos guias turísticos e monitores serem experientes e capacitados para atender e cuidar da pessoa idosa.

Segundo Dumazedier (1994) o lazer tem uma importante função de fazer com que o indivíduo se desligue temporariamente de suas obrigações, e proporcionam que os idosos tenham uma vida mais descontraída, com mais socialização, podendo interagir com outras pessoas e culturas, participando da vida social, assumindo compromissos de modo enriquecedor e criativo.

O envelhecimento, muitas vezes, é associado a uma rotina repetitiva e ao afastamento social, especialmente quando a pessoa idosa não está inserida em um contexto de atividades sociais ou culturais. As experiências de lazer e turismo podem romper essa rotina, oferecendo novas perspectivas de vivência. Isso é especialmente importante, porque a solidão e o isolamento social podem contribuir para o desenvolvimento de doenças psicológicas, como a depressão. Nesse sentido, o envolvimento em atividades de lazer e turismo proporciona uma oportunidade de interação e troca social, o que melhora a saúde emocional e a sensação de pertencimento à comunidade.

Lima (2010) destaca a ideia de que para se usufruir da velhice é preciso dispor de políticas adequadas que possam garantir o mínimo de condições de qualidade de vida e para os que atingem a idade avançada, sem dúvida, o turismo e o lazer representam um marco importante nessa disponibilidade de um mínimo de condições de qualidade de vida e sociabilização.

Segundo Campos (2003) o entendimento do que seja o lazer e o turismo na terceira idade necessita da compreensão da velhice como continuidade de um processo natural da vida e da heterogeneidade biopsicossocial do indivíduo que vivencia. Ampliando esse conceito, podemos dizer que a velhice é construída pela estrutura biológica, por seu capital cultural e social e por suas crenças e valores, como

um resultado de tudo aquilo que vivenciamos. Faz parte da noção de heterogeneidade da velhice a proposta de vê-la como um fenômeno não só biológico, mas também como uma etapa da vida construída socialmente e encarar o idoso consciente de sua importância como sujeito social.

Em relação à socialização dos idosos, a ideia central da teoria da atividade proposta por Neri (2007) é que essa condição é essencial ao envelhecimento saudável. Segundo essa teoria, idosos que mantêm atividades de natureza física, cognitiva e social, e interações sociais frequentes são mais aceitos socialmente e conseqüentemente, tendem a ser mais satisfeitos com a vida. Segundo a autora, a teoria da atividade influenciou fortemente as concepções e as pesquisas contemporâneas sobre velhice e vem servindo como base para o estabelecimento de programas turísticos, educacionais e de lazer para idosos e de políticas em favor do envelhecimento ativo.

O tempo potencial de lazer do idoso quando inicia a aposentadoria, quadruplica, isto é, é o que mais ocupa o seu dia (Ventosa, 2013). O autor ressalta assim a relevância qualitativa do turismo e do lazer para os idosos, devido às alterações significativas no âmbito psicológico, físico e econômico que o indivíduo tem de passar durante esta fase da vida, que afetam tanto o seu estilo de vida como a sua própria identidade.

Assim, apesar de considerar o crescente número de idosos integrando a sociedade brasileira com os outros segmentos etários, é importante investigar as novas interpretações e formas do uso do lazer e do turismo associados ao envelhecimento. Segundo Neri (2007) uma das importantes necessidades afetivas dos idosos é a alegria, que se associa à exploração do ambiente, por exemplo, por meio da participação em atividades de universidades abertas à terceira idade.

Nesse contexto, o turismo se destaca como uma ferramenta valiosa para promover um envelhecimento saudável e melhorar a qualidade de vida dos idosos. Como a aposentadoria se constitui em fator que influencia a vida do indivíduo e a vida social, esta se torna um tema importante também para as políticas públicas (Salzedas e Bruns, 2007), e com ela os idosos geralmente dispõem de mais tempo livre, o que pode impactar positivamente seu estilo de vida e identidade. Como observa Cameron (2008), "a aposentadoria é um tempo de renovação, onde os idosos podem

redescobrir suas paixões e interesses, contribuindo ainda para a sociedade de maneiras novas."

Para turistas idosos, viajar pode ser visto como um privilégio e uma forma de se reconectar com experiências de vida. Para aproveitar cada oportunidade única, é necessário pensar em questões como: acessibilidade: transporte adaptado, hotéis com rampas e acomodações especiais; segurança: tanto no transporte quanto no destino; serviços personalizados: guias locais, roteiros com pausas planejadas e suporte médico, se necessário. Isso promove bem-estar emocional e autoestima, oferece oportunidades de realizar desejos antigos de explorar destinos e combate a solidão, incentivando conexões sociais durante as viagens.

Para Schuster (2024), a motivação é um dos principais motores do turismo, sendo a força que leva os indivíduos a buscar experiências, vivências e deslocamentos para além de sua rotina. Entre os idosos, o ato de viajar adquire significados profundos, frequentemente relacionados à realização de desejos acumulados ao longo da vida, à busca por descanso, ou ao fortalecimento de laços afetivos e sociais. Nesse grupo etário, as motivações no turismo podem variar amplamente, mas sempre refletem suas características únicas, necessidades e expectativas. O autor também afirma que as motivações então são separadas nas vertentes: relaxamento e descanso: após uma vida de trabalho, muitos buscam viagens tranquilas; descoberta cultural: aprendizado e experiências que enriquecem a vida, muitas vezes priorizando locais acessíveis; saúde e bem-estar: escapadas para spas, termas ou destinos com clima benéfico à saúde.

A relação entre o turismo e a melhoria na qualidade de vida é muito discutida por Liz (2012) quando investiga a intersecção entre turismo, o processo de envelhecimento e a qualidade de vida dos idosos. Dumazedier (1994) observa que as atividades que predominam no tempo livre da maioria dos idosos, são quase sempre as mesmas que as que foram praticadas no tempo livre durante a vida ativa. Elas continuam, com um ligeiro aumento na sua duração e frequência, mas sofrendo adaptações. A partir das entrevistas realizadas com os idosos que frequentam a UNATI – Campus de Rosana, pudemos perceber que o turismo e o lazer podem servir como meios significativos de produção da qualidade de vida na terceira idade, ao oferecer oportunidades de socialização, atividades físicas e descoberta de novas experiências.

Nesse sentido, a UNATI – Campus de Rosana acaba por se adequar exatamente com o que é proposto pelos autores pesquisados durante o presente projeto de iniciação científica e também pelas informações recolhidas durante as entrevistas realizadas com os idosos. A UNATI proporciona espaços para a socialização e aprendizado contínuo para pessoas idosas. O projeto tem demonstrado beneficiar tanto os participantes quanto a comunidade acadêmica, permitindo que estudantes se envolvam em práticas educativas e de pesquisa voltadas para o envelhecimento. Este modelo não só fomenta o aprendizado e a socialização, mas também serve como um campo fértil para investigações sobre as especificidades dessa faixa etária.

As entrevistas realizadas durante a pesquisa contribuíram para um entendimento mais profundo sobre a heterogeneidade da velhice, destacando que esta fase da vida é fundamentada em construções sociais e experiências únicas, permitindo aos idosos reconhecerem sua relevância na sociedade. O turismo e o lazer, nesse contexto, não apenas proporcionam momentos de prazer, mas também se mostram essenciais para assegurar um mínimo de condições de qualidade de vida, promovendo a inclusão social e o fortalecimento das relações interpessoais. Assim, é crucial continuar investindo em políticas e iniciativas que valorizem essas dimensões, garantindo que a velhice seja vivida com dignidade e alegria.

## **METODOLOGIA**

A pesquisa foi realizada a partir da abordagem qualitativa, do tipo participante e descritiva e analítica quanto aos seus objetivos. Foi realizado levantamento bibliográfico e entrevistas com pessoas idosas, com uso de roteiro semiestruturado, gravação em áudio e transcrição, acompanhada pelo diário de campo.

De acordo com Bogdan e Biklen (1994), a pesquisa qualitativa envolve a coleta de dados ricos e detalhados sobre pessoas, lugares e interações, permitindo uma análise profunda dos fenômenos em sua complexidade e no contexto natural. Não se trata de uma pesquisa que parte da operacionalização de variáveis, mas de uma investigação que busca entender a realidade tal como ela é vivida pelos participantes, sem reduzi-la a medidas quantitativas.

A entrevista semiestruturada, como definido por Triviños (1987), permite que o pesquisador estabeleça questões principais baseadas em teorias e hipóteses, mas

abre espaço para que novos questionamentos surjam durante a interação com os participantes, enriquecendo a coleta de dados. Esse formato possibilita uma exploração mais ampla das experiências dos entrevistados, favorecendo uma abordagem mais aberta e dinâmica.

Além disso, foi utilizado um diário de campo, conforme a abordagem de Magnani (1997), que enfatiza a importância deste instrumento não apenas para registrar os dados, mas também para compreender o contexto em que eles são produzidos. O diário de campo permite que o pesquisador capture informações que não seriam acessíveis por outros meios, como entrevistas gravadas ou observações diretas, ajudando a interpretar as experiências e as condições em que os dados são gerados.

A pesquisa foi desenvolvida em duas etapas principais: primeiro, foi realizado um levantamento bibliográfico sobre os temas da velhice, qualidade de vida, turismo e lazer, com o objetivo de fundamentar teoricamente o estudo. Em seguida, foram realizadas entrevistas com cinco idosos participantes das atividades da UNATI – Campus de Rosana, três mulheres e dois homens, para investigar de que maneira o turismo e o lazer contribuem para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida nessa faixa etária.

As entrevistas foram gravadas em áudio e transcritas integralmente e foram analisadas com base em uma abordagem qualitativa. A partir dessa análise, foi possível identificar padrões e temas recorrentes nas falas dos participantes, gerando subsídios para um entendimento mais profundo sobre a relação dos idosos com o turismo e lazer, e seu impacto na melhoria da qualidade de vida.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A partir da análise sobre o conteúdo das entrevistas realizadas com os idosos e o levantamento bibliográfico realizado durante a presente pesquisa, foi constatado que processo de envelhecimento e seu impacto nas práticas de lazer e turismo revela a necessidade urgente de compreensão e adaptação das políticas públicas voltadas para a população idosa. A velhice, como uma etapa complexa da vida, não pode ser considerada apenas sob a perspectiva biológica, mas deve ser apreciada em sua totalidade, envolvendo aspectos sociais, culturais e existenciais. O aumento da longevidade e as mudanças nas dinâmicas familiares e sociais exigem enfatizar a

autonomia e o direito à cidadania dos idosos, possibilitando que eles explorem novas experiências e desfrutem da vida de maneira plena.

## **IMPLICAÇÕES PRÁTICAS E/OU TEÓRICAS**

A identificação de necessidades específicas desse grupo etário, como segurança, acessibilidade e hospitalidade, é crucial para que o turismo para essa faixa etária se desenvolva de forma mais inclusiva e enriquecedora. Com base na legislação existente, como a supracitada Política Nacional do Idoso, é fundamental que as iniciativas do poder público se tornem cada vez mais eficazes, promovendo ambientes que não apenas acolham, mas também incentivem a participação ativa dos idosos na sociedade.

Além disso, a indústria do turismo possui um papel vital em ampliar seu foco para atender melhor os turistas idosos, adaptando seus serviços e criando produtos que considerem suas particularidades. A falta de atenção a essa demanda representa uma oportunidade perdida de potencializar a qualidade de vida dessa população, integrar diferentes gerações e valorizar a riqueza de experiências que os idosos têm a oferecer.

Em suma, o desenvolvimento de políticas públicas eficazes e a adaptação da oferta turística não só beneficiarão os idosos, mas também contribuirão para uma sociedade mais justa e inclusiva, onde todos os cidadãos, independentemente da idade, possam desfrutar de seus direitos e viver experiências significativas. As mudanças necessárias demandam um esforço conjunto entre governo, sociedade civil e setor privado, criando um ambiente propício para que a velhice seja celebrada e vivida com dignidade e alegria.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O presente trabalho teve como objetivo geral analisar a importância e representatividade das pessoas idosas no contexto da Universidade Aberta à Terceira Idade – UNATI (Campus de Rosana), a respeito do turismo e lazer na promoção do bem-estar e qualidade de vida desses sujeitos. Como objetivos específicos, a pesquisa buscou verificar a inserção em atividades de lazer e turismo das pessoas idosas que frequentam a UNATI e analisar as percepções dos idosos em relação ao envelhecimento e sua analogia com o lazer e turismo.

A partir do levantamento bibliográfico e de entrevistas com pessoas idosas, com uso de roteiro semiestruturado, gravação em áudio e transcrição, acompanhada pelo diário de campo, foi possível afirmar que as pessoas idosas que participam da UNATI - Campus de Rosana, são ativas em relação às atividades de lazer e turismo. Apesar de muitas atividades ainda possuírem um alto custo financeiro, outras atividades geram inúmeros benefícios, parecendo representar para todos eles um momento de prazer, adquirindo significado de extrema importância para o idoso, porque pode representar a fuga da rotina e do isolamento ou até a concretização de um sonho, que pela ruptura do cotidiano amplia horizontes históricos e possibilidades de convivência social. O convívio com outras pessoas idosas que compartilham interesses semelhantes gera um espaço de solidariedade e apoio mútuo, o que é fundamental para combater o envelhecimento solitário. Essas relações podem se expandir para fora dos ambientes de lazer e turismo, criando uma rede de apoio contínua.

Considerando o crescente número de pessoas idosas na sociedade e a importância de ações que promovam seu bem-estar e qualidade de vida, a Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) – Câmpus de Rosana, tem um papel significativo nesse contexto, pois propicia um ambiente de inclusão, aprendizagem e socialização, elementos essenciais para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa.

Nesse sentido, conclui-se que a pesquisa destaca o papel vital das atividades de lazer e turismo na vida dos idosos, não apenas como um meio de recreação, mas como uma ferramenta de inclusão social, bem-estar e realização pessoal. Essas atividades ajudam a romper o ciclo de isolamento e monotonia, promovendo um envelhecimento ativo e com mais qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

BOGDAN, R; BIRKLEN, Sari Knopp. **Investigação qualitativa em educação**. Porto: Porto Editora, 1994.

Brasil. Lei n.º 10.741, de 1 de outubro de 2003. **Estatuto do Idoso**. Recuperado em 11 agosto, 2012, de: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/L10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741.htm).

CAMPOS, T. J. **Lazer e terceira idade: contributos do turismo no âmbito do Programa Clube da Melhor Idade**. Dissertação de mestrado. Programa de Pós-graduação em Gerontologia. Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP: Unicamp, 2003.

DEBERT, G.G. **A reinvenção da velhice: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento.** São Paulo (SP), 1999.

GARCIA, Karen Ramos. **Pela voz da geração: A representação social do turismo na velhice.** 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Turismo) — Universidade de Brasília.

HAMMERSCHMIDT, K; SANTANA, R. F. Saúde do idoso em tempos de pandemia Covid-19. **Cogitare enferm.** 25: e72849, 2020.

HENNING, C. E. Nem no Mesmo Barco nem nos Mesmos Mares: gerontocídios, práticas necropolíticas de governo e discursos sobre velhices na pandemia da COVID-19. **Cadernos De Campo.** 2020. 29(1), 150-155.

LIMA, L. **Turismo, cultura e velhice bem-sucedida: contribuições para a elaboração de atividades turístico-culturais para idosos no contexto de fazendas históricas paulistas** [dissertação mestrado] Programa de Pós-Graduação em Gerontologia, Faculdade de Ciências Médicas, Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP/ 2010.

LIZ, E. et al. **Turismo e Lazer para a Terceira Idade: Perspectivas e Desafios.** 2012.  
LOPES, A. **A sociedade brasileira de Geriatria e Gerontologia e os desafios da Gerontologia no Brasil.** Dissertação de mestrado em Educação. Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP, 2000.

MAGNANI, J. O velho e bom caderno de campo. **Revista Sexta Feira**, n. 1, p. 8-12, maio, 1997.

MORI, G. FERREIRA DA SILVA, L. Lazer na terceira idade: desenvolvimento humano e qualidade de vida. **Motriz: Revista de educação física.** UNESP, v. 16, n. 4, p. 950–957, 2010.

MOTA, K. M.; BABINSKI, L. R. Lazer na terceira idade: o turismo como opção. **O turismo como Estratégia do Desenvolvimento.** UCS, 2016. Rio Grande do Sul. Brasil. Disponível em: <https://www.ucs.br/site/midia/arquivos/gt11-lazer-na-terceira-idade.PDF>. Acesso em: 21 de setembro de 2024.

NERI, A. Feminização da velhice. In: NERI A. (org). **Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativa na terceira idade.** São Paulo: Editora Perseu Abramo; 2007.  
NERI, A. Contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice. In: **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano.** Passo Fundo, 69-80 – jan/jun, 2011.

RAMOS, T. T. Pandemia é pandemia em qualquer lugar – vivendo a crise da Covid-19 de fora dos grandes centros. **Espaço e Economia.** P. 1-10, 2020.

SCHUSTER, M. S. Escala de Motivação Turística (EMT): uma forma de mensuração para investigação em contextos brasileiros, **Turismo - Visão e Ação**, 26:e19807, 2024.

TRIVIÑOS, A. N. **Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação**. São Paulo: Atlas, 1987.

VENTOSA, V. Metodologia e recursos musicais para animar o ócio na terceira idade. In: PEREIRA, J. D. L; LOPES, M. S; RODRIGUES, T. M. **Animação Sociocultural, Gerontologia e Geriatria: a intervenção social, cultural e educativa na terceira idade**. Intervenção: Chaves, Portugal, 2013.