

ESPAÇO ABERTO

ESPAÇO ABERTO

*PROGRAMA INTERDISCIPLINAR "PAF & PAPP":
CONCEPÇÕES METODOLÓGICAS
PARA A ATENÇÃO E O CUIDADO AO IDOSO
E A FORMAÇÃO ACADÊMICA¹*

Marcelo de Maio Nascimento²
Emília Cristina Ferreira Carvalho³
Julia Maria Rocha de Souza⁴
Natália de Lima Andrade Correio⁵

resumo

Este estudo tem como objetivo apresentar os procedimentos metodológicos desenvolvidos em um projeto de extensão universitária,

1 Agradecimentos ao Edital PROEXT/2013 pelo custeio de bolsa de três discentes e também a todos os voluntários e colaboradores da Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF) de Pernambuco. Um especial agradecimento às alunas colaboradoras do curso de Nutrição da Universidade Estadual de Pernambuco (UPE), Campus Petrolina.

2 Graduado em Educação Física. Doutor em Ciências do Movimento Humano. Professor Adjunto II da Universidade Federal do Vale do São Francisco (Univasf) vinculado ao Colegiado de Educação Física de Petrolina, Pernambuco. E-mail: marcelo.nascimento@univasf.edu.br

3 Graduada em Psicologia. Bolsista do Programa *Integrar: Saúde e Qualidade de Vida do Idoso*. E-mail: emiliacarvalho02@hotmail.com

4 Graduanda em Educação Física. Bolsista do Projeto *Pilates e o Idoso: Contribuições para o Equilíbrio Corporal*. E-mail: juli_25@hotmail.com

5 Graduanda em Medicina. Bolsista do Programa *Integrar: Saúde e Qualidade de Vida do Idoso*. E-mail: naty_milu2006@hotmail.com

Estud. interdiscipl. envelhec., Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 325-337, 2015.

o qual teve como fim ampliar a saúde e a qualidade de vida de 22 indivíduos idosos, em idade entre 60-69 anos, ao longo de onze meses. A organização e execução das atividades estiveram a cargo de uma equipe interdisciplinar formada por estudantes dos cursos de Educação Física, Psicologia, Medicina e Nutrição, sob a coordenação de um educador físico. As ações foram direcionadas para o tratamento do processo do envelhecimento humano e incidiram em seções do método Pilates, associadas a um programa formado por palestras de saúde e dinâmicas psicossociais, atividades criativas e conversações.

palavras-chave

Envelhecimento. Interdisciplinaridade. Atividade Física. Prática Psicológica.

1 Introdução

O prolongamento da vida se apresenta como uma ambição da humanidade (VERAS, 2009). Diante disso, tanto as políticas públicas de saúde contemporâneas como instituições de ensino superior e a própria população brasileira se empenham, cada vez mais, em transformar o caso em uma realidade. No entanto, se não acrescentarmos “qualidade” aos anos estendidos (VERAS, 2003, 2009), não será possível considerar isto como uma conquista real.

Na literatura especializada, o termo qualidade de vida (QV) não é consensual. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), ela não denota o sentido de algo estático ou mesmo singular, visto que é subjetiva e estabelecida pela percepção do indivíduo a partir de aspectos de ordem física, sociocultural, financeira e psicológica; os quais definem a sua posição na vida. Prontamente, quando o tema é o cuidado e a atenção à saúde do idoso, a “pluralidade” intrínseca ao processo do envelhecimento merece especial atenção. Nesse contexto, metodologias de trabalho em caráter interdisciplinar surgem como um forte aliado ao tratamento da questão (SIQUEIRA; BOTELHO; COELHO, 2002⁶ apud SILVA; LÜDORF, 2013).

O presente estudo tem por fim apresentar os procedimentos adotados por um Programa de Atividade Física (PAF) direcionado à ampliação da saúde e QV

6 SIQUEIRA, Renata Lopes de; BOTELHO, Maria Izabel Vieira; COELHO, France Maria Gontijo. A velhice: algumas considerações teóricas e conceituais. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 899-906, 2002. Disponível em: <<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/edicoes/index.php>>. Acesso em: 16 jan. 2014. Apud SILVA; LÜDORF, 2013.

de indivíduos idosos fisicamente independentes. O PAF foi fundamentado no método Pilates, o qual também é deliberado como “contrologia”, ou seja, a arte de controlar, conscientemente, a movimentação corporal (APARÍCIO; PÉREZ, 2005). Sua prática incide no fortalecimento da musculatura responsável pela postura corporal. Na atualidade, a prática do método é muito recomendada para indivíduos idosos, uma vez que contribui para o aprimoramento dos níveis de força muscular, flexibilidade e alongamento, além de contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio estático e dinâmico (APPELL et al., 2012), um fator à prevenção de quedas, fraturas, dores e, ainda, óbito. Prontamente, ao participar do programa PAF, pôde-se estimular os idosos à transformação de hábitos nocivos à saúde, dos quais muitos, até então, já eram incorporados no seu dia a dia (SALIN, 2011). A iniciativa também contou com a inclusão de dinâmicas psicossociais fundamentadas nas Modalidades da Prática Psicológica (BARRETO, 2009; BENEVIDES, 2010).

Este estudo integrou a linha *Saúde e Qualidade de Vida do Idoso*, a qual fez parte do *Programa Integrar: Ampliando os repertórios de práticas integrativas de cuidado na Educação e Promoção da Saúde*, uma iniciativa interdisciplinar de Ensino, Pesquisa e Extensão. O Programa foi ofertado às comunidades das cidades de Petrolina, Pernambuco, e Juazeiro, Bahia, pela Universidade Federal do Vale do São Francisco (UNIVASF), de Pernambuco, e contou com o apoio do Edital PROEXT de 2013. Seu objetivo incidu em consolidar uma cultura sistêmica à formação e cuidado humano segundo as carências locais, potencializando práticas de atenção direcionadas ao fenômeno saúde-doença. Sendo assim, o presente estudo vem materializar objetivos propostos pelo *Programa Integrar*: a) produção de conhecimentos articulados com a prática na área da saúde e do cuidado humano; b) sistematização dos mesmos; e c) publicação de experiências colhidas pelos grupos de trabalho junto às comunidades.

2 Material e métodos

O presente estudo foi analisado e aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Vale do São Francisco (número do protocolo: 0007/270812). A amostra foi composta por 22 idosos do sexo feminino, em idade entre 60 e 69 anos, residentes na cidade de Petrolina, Pernambuco. A equipe PAF & PAPP foi composta por seis estudantes da Universidade Federal do Vale do São Francisco e quatro discentes (colaboradoras) do curso de Nutrição da Universidade Estadual de Pernambuco (UPE), Campus Petrolina, enquanto o projeto foi coordenado por um educador físico. Antecedendo as atividades físicas, foi aplicado o instrumento

PAR-Q (*Physical Activity Readiness Questionnaire*) (LUZ; NETO; FARINATTI, 2007), o qual teve por fim avaliar o nível de aptidão física dos idosos.

A metodologia PAF & PAPP foi subdividida em quatro fases distribuídas ao longo de onze meses. Os exercícios físicos foram progressivamente apresentados, igualmente, em quatro fases e sua execução seguiu a metodologia de treinamento do próprio método Pilates. A atividade física foi complementada por dinâmicas psicossociais e ciclos de palestras, intituladas por PAPP. Esta sigla traduz um conjunto de ações oriundas de três áreas do conhecimento: a) Modalidades da Prática Psicológica, aqui denominadas por Programa de Atenção Psicológica (PAP), que estiveram sob a responsabilidade de quatro estudantes do curso de Psicologia; e b) Palestras (P) na área da saúde, sob o encargo de estudantes do curso de Medicina e Nutrição. Tanto as atividades PAF como as dinâmicas PAPP tiveram uma frequência semanal de dois dias ao longo de onze meses.

2.1 Metodologia PAF & PAPP

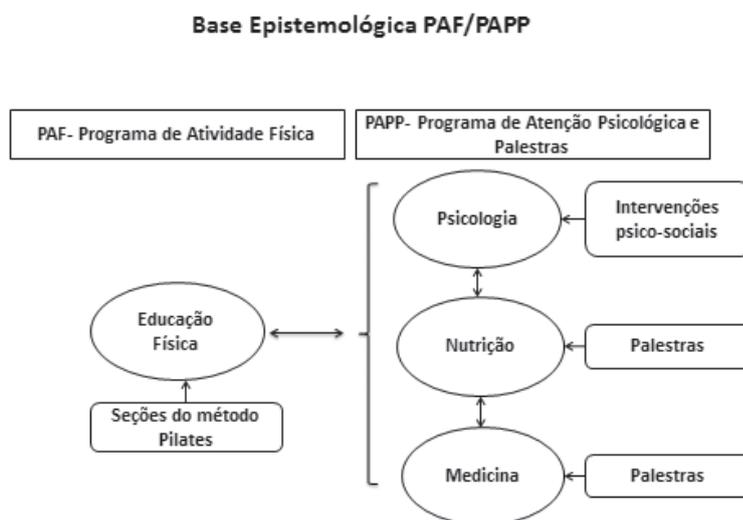
Em geral, o processo pedagógico que assinala o intuito de fusionar conhecimentos, disciplinas e habilidades é denominado como abordagem interdisciplinar (MATHISON; FREEAN, 1997). Tal ponto de vista pondera o tratamento das circunstâncias a partir de ações “integradas” e “integradoras”. Prontamente, a interdisciplinaridade não significa (meramente) pactuar distintas áreas do conhecimento (KLEIN, 1990; KLEIN et al., 2001). Em sua gênese, há também a intensão de que procedimentos e indivíduos do grupo de trabalho se “auto influenciem”, apresentando como resultado melhorias na abrangência dos conteúdos e enfoque dos fatos. Nessa perspectiva, a opção por uma equipe interdisciplinar permitiu tratar as demandas dos 22 idosos, em sentido mais específico as suas necessidades; concebendo, assim, maior fundamentação à iniciativa “extensionista”. Como salientam Gattás e Furegato (2006, p. 325):

[...] Interdisciplinaridade pode ser entendida como qualquer forma de combinação entre duas ou mais disciplinas objetivando-se a compreensão de um objeto a partir da confluência de pontos de vista diferentes cujo objetivo final seria a elaboração de síntese relativa ao objeto comum; implica alguma reorganização do processo ensino/aprendizagem e supõe trabalho contínuo de cooperação entre os professores envolvidos.

Em sentido à formação acadêmica, a proposta interdisciplinar PAF e PAPP serviu como incentivo para que estudantes e professores da Universidade

Federal do Vale do São Francisco, Pernambuco, expandissem seus olhares além dos modelos tradicionais de atenção e cuidado oferecidos, em regra, à população idosa local. Entretanto, diante da pluralidade do processo do envelhecimento, existiu, inicialmente, a necessidade de se estabelecer uma estrutura reflexiva (comum) aos integrantes da equipe. Tal medida incidiu na criação de uma matriz epistemológica, norteando as fases de planejamento, execução e avaliação da proposta PAF e PAPP, o que concebeu unidade à pluralidade de dados, ideias e teorias incisivas às atividades (Figura 1):

Figura 1 – Matriz de estudo PAF e PAPP.



A organização das atividades seguiu uma dinâmica pré-estabelecida: inicialmente, as ações eram planejadas em reuniões próprias de cada uma das quatro áreas do conhecimento e, a seguir, discutidas com todo o corpo docente na reunião semanal do projeto. Neste momento, as dinâmicas da semana eram firmadas. Outro recurso adotado para aperfeiçoar os procedimentos consistiu na criação de uma pasta compartilhada no programa de compartilhamento *Dropbox*. Desta forma, foi possível registrar as práticas segundo critérios como: data, tema/dimensão, objetivo, nome da atividade, repercussão no grupo e facilitadores, além de que seus conteúdos pudessem ser acessados pelos integrantes a qualquer momento.

As ações PAF & PAPP se subdividiram em quatro fases dispostas ao longo de onze meses:

Fase I: Este período assinalou o recrutamento dos alunos, realizado por meio de cartazes junto à comunidade local. Os idosos interessados no programa compareceram às dependências do Colegiado de Educação Física da UNIVASF/Petrolina, Pernambuco, onde eram entrevistados. Neste momento, eles eram credenciados e, após, era realizada uma anamnese. O instrumento utilizado foi o questionário de prontidão à atividade física PAR-Q (*Physical Activity Readiness Questionnaire*), o qual questiona o estado geral de saúde da pessoa, indicando sua aptidão ou não à prática da atividade física (LUZ; NETO; FARINATTI, 2007). Vale salientar que o programa teve como fim atender idosos funcionalmente “independentes”. De tal forma, possíveis limitações orgânicas eram apontadas pelo Par-Q, determinando, em certos casos, a necessidade de um exame mais apurado do candidato pelo médico especialista. Caso aprovado na entrevista, o aluno passava para a segunda etapa da mesma fase: preenchimento do TCLE e avaliação física e funcional. Nesta, o IMC (índice de massa corporal) era calculado e, a seguir, o aluno cumpria uma bateria de testes físicos. A avaliação compreendia medidas de flexibilidade, alongamento, força da musculatura abdominal e dos membros e percepção corporal e espacial, além do equilíbrio estático e dinâmico (Figura 3).

Com base nos resultados do PAR-Q e dos testes físicos e funcionais, estimava-se o perfil da condição funcional e o estado de saúde de cada candidato. Isso foi fundamental para o estabelecimento do início do programa PAF-Pilates. O planejamento dos níveis de intensidade e volume dos exercícios trabalhados, durante as aulas, foi estabelecido mediante a reprodução da bateria de testes ao final das fases II e III. Assim, com base nos dados obtidos, estipulava-se o grau de dificuldade dos exercícios da fase subsequente (Figura 3). Esse procedimento também foi repetido ao final dos onze meses de treinamento, na fase IV, momento em que se estabeleceu, em sentido geral, a evolução da capacidade física e funcional dos idosos. Ainda na fase I, estudantes das áreas de Medicina, Psicologia e Nutrição desenvolveram reuniões formativas para o estudo de aspectos concernentes ao processo do envelhecimento. Tal procedimento consistiu com base na concepção do programa PAPP (Programa de Atenção Psicológica e Palestras (Figura 2). Com esta abordagem, temas e atividades do dia a dia se “auto influenciavam”, construindo o enfoque interdisciplinar além de si mesmo, tornando-se ele próprio “transdisciplinar” (KLEIN, 1990).

Fase II: Esta etapa foi assinalada pelo início das atividades práticas PAF e ciclos de palestras e intervenções psicossociais PAPP sob a forma conjunta. As atividades transcorreram com a frequência de duas seções semanais, sendo que as seções do PAPP possuíam 90 minutos de duração e antecediam os 60 minutos da atividade física (PAF-Pilates). Tais ações se estenderam e intensificaram nas fases subsequentes.

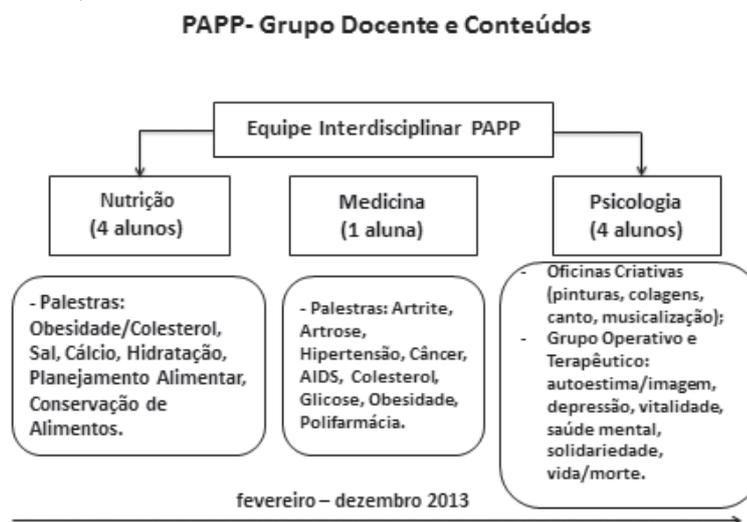
Fase III e IV: Todas as atividades seguiram um cronograma previamente estabelecido, o qual era discutido nas reuniões semanais e, a seguir, publicado para a equipe no *Dropbox*. No caso do PAPP, em geral, uma dinâmica favorecia a criação das demais, fato que transformava e enriquecia os contextos, intensificando o processo e integrando seus atores.

Antecedendo a prática da atividade física, a pressão arterial (PA) era verificada. Durante os onze meses do projeto, a PA foi registrada em fichas personalizadas, possibilitando assim a confecção de um mapa individualizado dos alunos; isto facilitou o acompanhamento do estado de saúde de alunos hipertensos. A PA consistiu em tema das atividades dos grupos Nutrição, Medicina e Psicologia. Prontamente, ao se trabalhar a questão, percebeu-se transformações nos hábitos alimentares dos idosos, bem como a adoção de um comportamento seletivo durante a compra de produtos no supermercado.

2.1.1 Programa PAPP

Como explícito na Figura 2, o adágio metodológico desta ação versou em trabalhar a mesma temática, no mesmo encontro (90 minutos) e sob o olhar técnico de três áreas (Nutrição, Medicina e Psicologia), de forma sequencial:

Figura 2 – Grupo de trabalho e dinâmicas PAPP.



Segundo Gattás e Furegato (2006, p. 326), a interiorização do exterior é um ato interdisciplinar. Diante disso, temas do cotidiano do idoso eram questionados e abordados. As palestras eram organizadas da seguinte forma: nos primeiros 30 minutos, uma estudante de Medicina introduzia, por exemplo, a temática Osteoporose. A seguir, em também 30 minutos, o grupo de nutricionistas dava continuidade à questão, adicionando princípios alimentares importantes à prevenção ou tratamento como a retenção de cálcio e vitamina D pelo organismo.

Completando esta programação, os psicólogos finalizavam o ciclo PAPP com 30 minutos de dinâmicas psicossociais. O trabalho dos psicólogos incidiu em motivar os idosos emocionalmente à criação de mecanismos que facilitassem a adoção e manutenção de hábitos de saúde físicos e mentais, úteis para o retardo do processo do envelhecimento. A iniciativa se mostrou extremamente importante uma vez que muitos dos idosos manifestavam problemas de ordem psicossocial advindos da solidão ou mesmo de relacionamentos familiares mal resolvidos, o que afetava a saúde emocional. Finalizados os 90 minutos das ações PAPP, os idosos eram conduzidos pelos educadores físicos à sala de ginástica. Salienta-se que existiram dias em que os 90 minutos da dinâmica PAPP foi, integralmente, destinada a uma só área do conhecimento; isto dependia do tema trabalhado.

As dinâmicas psicossociais organizadas pelo grupo de psicólogos foram fundamentadas segundo as Modalidades da Prática Psicológica (BARRETO, 2009). Dentre elas, encontramos os grupos operativos, terapêuticos e as oficinas criativas. Todos os três consistem em formas de atenção e cuidado, sendo destinados ao acolhimento de necessidades particulares e realizados sob a forma grupal, apresentando baixo custo e alta eficácia. Bastos (2010) considera que, por meio da integração social e dos questionamentos suscitados nos grupos operativos, tais espaços se firmam como caminho à elaboração do conhecimento da pessoa sobre ela mesma em diferentes contextos. De tal forma, durante os encontros, os idosos puderam compartilhar e confrontar experiências de ontem e de hoje, acostumando-se a analisar os sentimentos do dia a dia, principalmente aqueles suscitados no âmbito familiar. Mediante contextos integradores e afetivos intrínsecos às dinâmicas PAPP, possibilitou-se aos idosos reavaliarem atitudes e tecerem novos mecanismos à resolução de situações cotidianas. Prontamente, mediante o estímulo à autoexpressão, espaços para o aprendizado da escuta e do escutar foram construídos, remetendo aos integrantes, por conseguinte, a repensarem o “eu-idoso”.

Outro momento importante das atividades psicossociais foi assinalado pelas oficinas criativas, as quais estimularam a sensibilidade, a alegria e o prazer dos idosos para viverem e convierem com o outro. Conforme Cupertino (2006), oficinas de criatividade instituem espaços para encontros transformadores,

pautados no olhar e na escuta. Assim, foi por intermédio do pintar, do recorte de revistas e jornais, da troca de informações sobre a arte da costura e do bordado, agregados ao canto, que se instituiu uma forma para que o grupo trabalhasse suas perdas, sonhos e angústias, desvendando afeições e materializando escolhas para o futuro.

Benevides (2010) salienta que não são raras as situações nos grupos em que depoimentos sirvam como auxílio à compreensão de fatos comprometedores à qualidade de vida. Prontamente, as atividades psicossociais seguiram linhas bem determinadas, estruturadas a partir da reflexão e do incentivo à resolução dos fatos. Nessa perspectiva, elas buscaram orientar e apoiar a pessoa por intermédio da integração e interação. Seus procedimentos priorizaram o desenvolvimento da solidariedade e cooperação, a valorização de capacidades pessoais e o exercício de modos de enfrentamento. Sendo assim, a metodologia PAF & PAPP incidiu na propagação de informações e mecanismos úteis à introspecção de atitudes salutares para o cotidiano, tão necessárias a um envelhecimento com qualidade.

Como já tematizado, as dinâmicas PAPP obtinham prosseguimento por meio da atividade física. Nessa perspectiva, enquanto praticavam o Pilates, os idosos recebiam verbalmente, dos educadores físicos, informações relativas aos benefícios do exercício físico para o fortalecimento da estrutura óssea ou outra temática desenvolvida. Fundamentados nessa metodologia, foi possível consolidar atividades integradas e integradoras; contudo, sempre em sentido à matriz epistemológica (Figura 1).

2.1.2 Programa PAF

As atividades práticas foram distribuídas em quatro fases, desenvolvendo, gradativamente, uma série de 15 exercícios provenientes do método original Pilates. Três critérios foram fundamentais para o planejamento das atividades: a) que os exercícios atendessem às necessidades funcionais dos idosos; b) fossem eficientes para o fortalecimento da musculatura estabilizadora do tronco e quadril; e, por fim, c) fossem, igualmente, de fácil execução. Aliado ao fato, considerando a idade dos alunos (60-69 anos), dedicou-se especial atenção à composição do volume e da intensidade dos exercícios (Figura 3):

Figura 3 – Programa de Atividade Física (PAF).



A prática dos exercícios Pilates esteve associada a técnicas de respiração/relaxamento, postura e percepção corporal. Diante disso, foi possível transmitir ao grupo informações valiosas sobre o cuidado e atenção à saúde. As transformações da qualidade de vida e bem-estar puderam ser observadas tanto pelos resultados obtidos na bateria de testes (Fases I, II, III e IV) como, também, pelos depoimentos diários dos participantes. Nessa perspectiva, os resultados se apresentaram em sentido a avanços no grau de amplitude articular dos membros superiores, na força da musculatura abdominal, dos glúteos, adutores e abdutores, como também na musculatura dos braços. Tais decorrências implicam em qualidade à resolução das atividades de vida diárias (AVD). Mediante os depoimentos, pôde-se observar uma redução considerável de queixas sobre dores na região do torso, ombros e lombar, além de efeitos positivos para a qualidade do sono. Tais aspectos também podem ser atribuídos ao aprendizado de técnicas de relaxamento, respiração e alongamento.

Por meio da utilização de bases instáveis nas aulas (*bola suíça*), ativou-se a musculatura mais interna, responsável pela estabilização da coluna vertebral. Nessa perspectiva, o *core*, centro de força, foi trabalhado. A partir de então, este mecanismo se tornou consciente, passando a ser ativado não unicamente durante a realização dos exercícios, mas também ao longo das atividades diárias, contribuindo para o firmamento de uma postura corporal correta. Como reflexo

do treinamento, novos padrões da marcha foram vivenciados e aprendidos pelos idosos, uma qualificação importante nesta faixa etária visto que o controle do equilíbrio dinâmico é fundamental à prevenção de quedas e risco de lesões.

3 Considerações finais

Atualmente, na Região do Médio São Francisco, Políticas Públicas de Saúde e as próprias IES se preocupam em problematizar demandas do cenário local. Nessa perspectiva, o programa PAF & PAPP representou um avanço à capacitação de estudantes, proporcionando o aprendizado de técnicas específicas para o trabalho com o idoso durante a formação acadêmica, já que, no ensino universitário, a abordagem prática é geralmente ofertada nos períodos finais da formação. Prontamente, a iniciativa extensionista antecipou o contato dos alunos com a comunidade, abreviando a compreensão de algumas demandas da região. Por outro lado, ela também contribui à qualificação do próprio sistema de saúde local, visto que a população idosa permanece carente de ações específicas de cuidado e atenção.

Outra conquista interessante do projeto PAF & PAPP incidiu na criação de uma linha de estudo e pesquisa junto ao Colegiado de Educação Física, intitulada *Atividade Física, Saúde e Integralidade do Idoso, em Caráter Interdisciplinar*. Tal iniciativa tem por fim integrar diferentes profissionais (conhecimentos) das áreas da saúde ao sistema público de saúde local. Diante disso, o presente projeto/metodologia permitiu a materialização do caráter dialético e social de sua proposta inicial (Projeto Integrar). Por conseguinte, o programa PAF & PAPP articulou estudantes, professores, comunidade e a própria universidade para o desenvolvimento “além” do convencional, transpondo barreiras, disciplinas e preconceitos.

INTERDISCIPLINARY PROGRAM “PAF & PAPP”:
METHODOLOGICAL CONCEPTIONS
FOR ATTENTION AND CARE OF THE ELDERLY
AND FOR ACADEMIC DEVELOPMENT

abstract

This study aims to present the methodological proceedings developed during a university extension project, which aimed to provide better health and quality of life to 22 elderlies aged 60-69 years old, in an eleven-month period. The organization and execution of the activities

were under charge of an interdisciplinary team consisting of Physical Education, Psychology, Medicine and Nutrition undergraduate students, all coordinated by a physical trainer. The activities were directed to the treatment of human aging process and occurred in Pilates sections, being associated with a program based on health lectures and psychosocial dynamics, creative exercises and conversation.

keywords

Aging. Interdisciplinarity. Physical Activity. Psychological Practice.

referências

APARÍCIO, Esperanza; PÉREZ, Javier. *O autêntico método Pilates: a arte do controle*. São Paulo: Planeta do Brasil, 2005.

APPELL, Isabela Coriolano et al. The Pilates Method to Improve Body Balance in the Elderly. *Archives of Exercises Health and Disease*, Porto, v. 3, n. 3, p. 188-193, 2012. Disponível em: <<http://ciafel.fade.up.pt/aehd/index.php/aehd/issue/view/26>> Acesso em: 5 jan. 2014.

BARRETO, Carmem Lúcia Brito Tavares. Modalidades de Prática Psicológica Clínica: Atenção psicológica e atitude Fenomenológica Hermenêutica. In: SIMPÓSIO NACIONAL DE PRÁTICAS PSICOLÓGICAS EM INSTITUIÇÕES, 9., 2009, Recife. *Anais...* Recife: Unicap, 2009 p. 15-23. Disponível em: <<https://laclife.files.wordpress.com/2009/10/click-na-figura-para-baixar-o-artigo-de-carmem1.pdf>>. Acesso em: 17 jun. 2013.

BASTOS, Alice Beatriz Izique. A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon. *Psicólogo inFormação*, São Paulo, v. 14, n. 14, p. 160-169, jan./dez. 2010.

BENEVIDES, Daisyanne Soares et al. Cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos de um hospital-dia: perspectivas dos trabalhadores de saúde. *Interface Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu*, v. 14, n. 32, p. 127-138, mar. 2010.

CUPERTINO, Christina. Criação e formação: a Oficina de criatividade revisitada. In: SIMPÓSIO NACIONAL DE PRÁTICAS PSICOLÓGICAS EM INSTITUIÇÕES: PSICOLOGIA E POLÍTICAS PÚBLICAS, 6., 2006, São Paulo. *Anais...* São Paulo: UNIF, 2006. 7 p. Disponível em: <http://www.christinacupertino.com.br/publicacoes_exibe.asp?id=44>. Acesso em: 20 jul. 2013.

GATTÁS, Maria Lucia Borges; FUREGATO, Antonia Regina Ferreira. Interdisciplinaridade: uma Contextualização. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 19, n. 3, p. 323-327, jul./set. 2006. Disponível em: <<http://www2.unifesp.br/acta/pdf/v19/n3/v19n3a11.pdf>>. Acesso em: 5 jan. 2014.

KLEIN, Julie Thompson. *Interdisciplinarity: History, Theory, & Practice*. Detroit, MI: Wayne State University Press, 1990.

KLEIN, Julie Thompson et al. (Ed.). *Transdisciplinarity: Joint Problem Solving among Science, Technology and Society*. Boston; Basel, Berlin: Birkhäuser Verlag, 2001.

LUZ, Leonardo Gomez de Oliveira; NETO, Geraldo de Albuquerque Maranhão; FARI-NATTI, Paulo de Tarso Veras. Validade do Questionário de Prontidão para a Atividade Física (PAR-Q) em Idosos. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, Florianópolis, n. 9, v. 4, p. 366-371, out. 2007. Disponível em: <<http://www.bcdh.ufsc.br/MostraEdicao.do?edicao=33>>. Acesso em: 18 jan. 2014.

MATHISON, Sandra; FREEMAN, Melissa. The logic of interdisciplinary studies. In: ANNUAL MEETING OF THE AMERICAN EDUCATIONAL RESEARCH ASSOCIATION, 1997, Chicago. *Proceedings...* Chicago: University at Albany, 1997. 32 p. Disponível em: <<http://www.albany.edu/cela/reports/mathisonlogic12004.pdf>>. Acesso em: 9 jan. 2014.

SALIN, Mauren da Silva et al. Atividade Física para idosos: diretrizes para implantação de programas e ações. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 197-208, jun. 2011. Disponível em: <<http://revista.unati.uerj.br/pdf/rbagg/v14n2/v14n2a02.pdf>>. Acesso em: 18 dez. 2013.

SILVA, Alan Camargo; LÜDORF, Sílvia Maria Agatti. Prática Profissional em Educação Física: Rumo a novas experiências com o passar dos anos. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, Porto Alegre, v. 18, n. 2, p. 411-427, dez. 2013. Disponível em: <<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/34352/27666>>. Acesso em: 5 jan. 2014.

VERAS, Renato. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 43, n. 3, p.548-544, maio 2009. Disponível em: <<http://www.rsp.fsp.usp.br/mensagem/pub/busca.tpl.php>>. Acesso em: 12 dez. 2013.

_____. Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 705-715, jun. 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v19n3/15874.pdf>>. Acesso em: 12 dez. 2013.

Recebido: 03/04/2014
Aceite Final: 18/04/2015