*ORIGENS DOS SEMINÁRIOS INTERNACIONAIS
SOBRE AS ATIVIDADES FÍSICAS PARA A
TERCEIRA IDADE: OS MAIS IMPORTANTES
E PRESTIGIOSOS EVENTOS NO BRASIL,
NA ÁREA.*

Prof. Dr. Alfredo Faria Junior

Em 1989, o Instituto de Educação Física e Desportos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) aprovou um Projeto multidisciplinar de intervenção e pesquisa de atividades físicas para idosos (UERJ, 1989), sendo criado o “Idosos em Movimento: Mantendo a Autonomia” (Projeto IMMA). A primeira fase do projeto procurou traçar um referencial teórico e preparar os recursos humanos para as atividades. A segunda fase teve lugar no Posto de Assistência Médica (PAM) de São Francisco Xavier no Rio de Janeiro, do Instituto Nacional de Assistência Médica e Previdência Social (INAMPS). Isso se deu pelo conhecimento do trabalho que vinha sendo desenvolvido pela médica Helena de Barros Campos de Carvalho, no campo do atendimento geriátrico (FARIA JUNIOR; RIBEIRO, 1995). Assim, a equipe da UERJ uniu-se aos médicos, fisioterapeutas, assistentes sociais e enfermeiros que trabalhavam com essa médica (FARIA JUNIOR; RIBEIRO, 1995). Neste polo, as aulas semanais eram ministradas por Maria da Graça Costa Ribeiro, coadjuvada

pela acadêmica Santina Maria Brandão Nascimento Gonçalves, estagiária do Projeto. Outro polo criado foi no Campus da UERJ, no Maracanã, sob os contornos de um projeto de extensão. Foi selecionado o acadêmico Luiz Carlos Lira, que demonstrou disponibilidade de atuar durante um ano sem interrupção.

Os exercícios físicos e as atividades físicas são apresentados como trazendo benefícios para o corpo humano, mas podem ser fatais para o praticante durante o esforço devido à modificação da pressão sanguínea, o esforço respiratório e a arritmia (GHORAYEB et al., 2013). Por isso, admitimos que devamos aferir a pressão arterial de todos os idosos, antes de cada aula. Na preparação para as aulas também é importante tomar alguma precaução no caso de idosos portadores de diabetes mellitus porque consideram arriscado o início de atividade com valores de glicemia acima de 250mg/dl (LEITE, 1994).

O Projeto IMMA também desenvolveu uma bateria de testes para idosos, destacando-se a importância da avaliação da “amplitude média da dupla passada” (SANTOS, 1996). Uma das opções oferecidas pelo Projeto IMMA era a Ginástica para Idosos, ministrada pela professora Soyane Vargas. Faria Junior e Ribeiro (1995) propuseram um esquema de Aula para Idosos que foi testado, desenvolvido e aprimorado pelo Projeto IMMA.

Desde 1993, com surgimento da UnATI, as atividades voltadas para o idosos na UERJ tornaram a universidade um polo de referência nos assuntos do envelhecimento. O Dr. Renato Veras, diretor da UnATI, autorizou a realização do I Seminário Internacional sobre Atividades Físicas para Terceira Idade, mas impôs que a denominação do Seminário teria de marcar posição usando a expressão *Terceira Idade*. Os objetivos eram: integrar profissionais e cuidadores; divulgar e discutir as tendências mundiais da pesquisa e disseminar as informações sobre atividades físicas para idosos; integrar professores estrangeiros com os nacionais; valorizar os novos participantes nos seminários para introdução de novas temáticas para os eventos; e apresentar atividades socioculturais (corais de idosos, exposições, danças de idosos, etc.) por universidades e órgãos promotores (secretarias estaduais e municipais). Ficou determinado que as conferências, as mesas-redondas, fóruns especiais e temas livres seriam publicados em anais dos seminários. Alguns preferiram publicá-los sob a forma de periódicos e outros em meios digitais. Foram depois realizados o segundo e o terceiro seminários. A partir do terceiro seminário, optou-se por não mudar o nome porque a denominação já estava consagrada.

O quarto seminário foi realizado sob o patrocínio do Centro Universitário de João Pessoa e contou com as conferências dos professores doutores: Jorge Bento (Porto), João Barreiros (Lisboa), Suzane Laberge (Montreal), Woytek Chodzko-Zajko (EUA), Edgar Thil (França), Renée Raway (Bélgica), Jacques

Vanfraechem, Felipe Melo (Lisboa), Sidônio Serpa (Lisboa) e Raul Lorda (Uruguai). No quarto seminário foram realizados espetáculos de dança.

O quinto seminário possibilitou a consolidação dos Seminários Internacionais sobre Atividades Físicas para a Terceira Idade, baseando-se em três fatores: 1) três professores internacionais: Dra. Sandra Cousins (Canadá), Dr. Wojtek Chodzo-Zaiko (EUA) e Dr. Jorge Mota (Portugal); 2) professores do Brasil com doutorado: Alberto Amadio, Alfredo Faria Junior, Anita Neri, Go Tani, Guita Debert, Lilian Gobbi, Paulo Farinatti, Sandra Matsudo, Sebastião Gobbi, Silene Okuma, Suely Santos, Wilson Jacob Filho; e 3) atividades variadas: conferências, cursos, fóruns especiais, mesas redondas, programações culturais (contador de histórias, grupos de danças, apresentação do Programa de Atividades Físicas para Idosos, coral) e tutoriais.

Nas edições seguintes, o SIAFTI, sigla adotada para a identificação do evento, tornou-se o único evento específico na área de envelhecimento e atividade física no Brasil, sendo reconhecido e prestigiado. A 14ª edição (em 2018) ocorreu na Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e com a próxima edição confirmada (em 2020), na 15ª, com retorno à universidade de origem – a Universidade Estadual do Rio de Janeiro.

referências

FARIA JUNIOR, Alfredo; RIBEIRO, Maria. *Idosos em Movimento – Mantendo a Autonomia: evolução e referencial teórico*. Rio de Janeiro: EdUERJ, 1995.

GHORAYEB, Nabil *et al.* Diretriz em cardiologia do esporte e do exercício da Sociedade Brasileira de Cardiologia e da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, Rio de Janeiro, v. 100, n. 1, supl. 2, p. 1-41, jan. 2013.

LEITE, Paulo. *Riscos cardíaco-nutricionais: diagnóstico e tratamento*. São Paulo: Loyola, 1994.

SANTOS, Fernanda. A amplitude média da dupla passada em idosos inscritos na UnATI/ UERJ. In: SEMANA DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA, 5., 1996, Rio de Janeiro. *Resumos [...]*. Rio de Janeiro: UERJ/DARH, 1996. p. 41.

UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (UERJ). *Livro de Atas do Departamento de Ciências da Atividade Física*. Rio de Janeiro: IEFD, 1989.

Data de Submissão: 20/10/2018

Data de Aprovação: 30/11/2018