MOTIVOS DE ADESÃO E DE PERMANÊNCIA AO PROGRAMA DA UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE DO CEFID/UDESC

Sabrina Fernandes[1]
Adriana Coutinho de Azevedo Guimarães[2]
Joseani Paulini Neves Simas[3]
Zenite Machado[4]
Amanda Soares[5]

1 Mestranda em Educação Física - CDS/UFSC, Especialista em Atividade Física Adaptada e Saúde pela Universidade Gama Filho - UGF, Licenciada em Educação Física pela Universidade do Estado de Santa Catarina - CEFID/UDESC. Desde de 2003 integrante do grupo de estudos do Laboratório de Desenvolvimento Humano atualmente - NASFIGE/LADEHU. Orientadora de Atividades Físicas do SESI. E-mail: saedfisica@hotmail.com

2 Doutoranda em Educação Física – FMH. Mestre em Educação Física; Professora do Departamento de Ginástica, Recreação e Rítmica do CEFID / UDESC. Laboratório de Desenvolvimento Humano – LADEHU/ NAFISGE

3 Doutoranda em Educação Física – FMH. Mestre em Educação Física; Professora do Departamento de Ginástica, Recreação e Rítmica do CEFID / UDESC. Laboratório de Desenvolvimento Humano – LADEHU/ NAFISGE

4 Doutora em Educação Física – FMH. Mestre em Ciência do Movimento Humano. Professora do Departamento de Ginástica, Recreação e Rítmica do CEFID / UDESCLaboratório de Desenvolvimento Humano – LADEHU/ NAFISGE

5 Orientadora de Atividade Física para Grupos Especiais. Mestre em Educação Física –CDS/UFSC. Pós-Graduada em Exercício Físico Aplicado à Reabilitação Cardíaca e a Grupos Especiais – Universidade Gama Filho. Laboratório de Desenvolvimento Humano – LADEHU/ NAFISGE

resumo

O estudo descritivo de caso objetivou identificar os motivos de adesão e de permanência, bem como especificamente investigar as características pessoais dos alunos ao programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC. A amostra intencional por acessibilidade foi de 67 alunos de ambos os sexos da UAM, 49 + 4,24 anos. O instrumento foi um questionário auto-aplicável com 24 questões. Utilizou-se estatística descritiva. Os resultados identificaram as características dos alunos sendo, de meia idade, casados, com o 2º grau ou nível superior completo, aposentados e com uma renda média mensal superior a 9 salários mínimos. O conhecimento do programa se deu através de amigos e os principais motivos de adesão foram a busca por novos conhecimentos, novas amizades e troca de experiências de vida e os principais motivos de permanência, a satisfação com as disciplinas, corpo docente e as instalações do programa. Muitas mudanças ocorreram depois do ingresso ao programa. Conclui-se, que o programa vem atendendo as expectativas dos alunos solidificando-se e tendo cada vez mais adeptos.

palavras-chave:
Motivação. Adesão. Meia-idade.

1 Introdução

O Brasil é um país em desenvolvimento que vem envelhecendo. A redução da mortalidade e da fecundidade no país devem-se aos progressos da medicina e estilos de vida mais saudáveis (MAZO, *et al.*, 2009), sendo importante respeitar e valorizar essa etapa do desenvolvimento humano (FENALTI; SCHWARTZ, 2003)

Nesse contexto, as experiências vividas pelos indivíduos ao longo de suas vidas, são adquiridas por trajetórias pessoais e coletivas (GUSMÃO, 2001). Nesse cenário de envelhecimento, a Universidade enquanto instituição de ensino superior, por excelência, geradora e socializadora de conhecimentos, cumprindo com suas funções de ensino, pesquisa e extensão (OLIVEIRA, 2007) cria Universidades Aberta para a Terceira Idade (UnATI) ou programas similares com as mais variadas nomenclaturas (SILVA, 2005b). Essa proposta tem a finalidade de contribuir para a elevação dos níveis de

saúde física, mental e social das pessoas idosas, utilizando as possibilidades existentes nas Universidades (VERAS; CALDAS, 2004), e deve estar presente na concepção para a melhoria de vida de pessoas, já que tal proposta tem um fim social geral e não exclusivo (SINÉSIO, 1999).

A Universidade do Estado de Santa Catarina – UDESC –, mais precisamente o Centro de Ciências da Saúde e Desporto – CEFID – oferece o curso de extensão cultural da Universidade Aberta à Maturidade (UAM), com o objetivo de criar uma proposta permanente voltada para o conhecimento, para o convite à reflexão e respaldada em fundamentos teóricos, valorizando o indivíduo, resgatando sua identidade social e cultural, sua dignificação pessoal e integração social. Inúmeros são os motivos e benefícios da participação dos indivíduos nas Universidades Abertas à Maturidade. Elas podem proporcionar reflexões e melhor entendimento sobre meia idade, tanto para os participantes quanto para a sociedade, pesquisadores e profissionais da saúde (FENALTI; SCHWARTZ, 2003; VERAS; CALDAS, 2004; IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008a).

Nesse sentido esta pesquisa teve como objetivo identificar os motivos de adesão e de permanência, bem como especificamente investigar as características pessoais dos alunos do programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC.

2 O que é o Programa Universidade Aberta do Cefid/Udesc

A Universidade Aberta à Maturidade surgiu na década de 70, na França, e hoje encontramos muitas propostas, com objetivos voltados para a formação e atualização de conhecimentos (CARVALHO, 2004). Segundo o mesmo autor, a proposta chegou ao Brasil por volta dos 80, e foi introduzida no país pelo professor Antonio Jordão Netto, há aproximadamente 20 anos, na PUC-SP.

O Centro de Ciências da Saúde e Desporto (CEFID) da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC) oferece o curso de extensão cultural da *Universidade Aberta à Maturidade* (UAM), destinado à pessoas na meia idade e idosos de ambos os sexos com idades acima de 45 anos. Não é exigido pré-requisito no que se refere à escolaridade anterior e tem-se como objetivo geral o resgate social e cultural desses indivíduos, bem como a autoimagem positiva. Esse curso teve início em maio de 2003, por iniciativa da Sra. Helena Mello de Carvalho.

O curso da UAM do CEFID/UDESC conta com um coordenador geral e técnico, sendo esse o responsável pelo desenvolvimento do curso. A gestão fica a cargo da FITEF (Fundação Técnica de Educação Física). Profissionais das mais diversas áreas encaminham suas propostas de programa de disciplinas para análise da coordenação. Se a proposta vem ao encontro dos objetivos do curso, a coordenação agenda uma entrevista com o proponente, e somente após essa entrevista a disciplina é encaminhada para credenciamento. A carga horária do curso é de 270h/a, distribuída em três semestres.

A metodologia privilegia o prazer, aproveitando as experiências que as pessoas acumularam ao longo da vida, contando com a participação ativa e espontânea do aluno, dando ênfase à ideia de que os sujeitos na meia idade e idosos serão capazes de produzir novos valores e a assumirem uma postura autônoma frente à família, aos amigos e à comunidade. De acordo com Oliveira (2007), o aluno passa a se ver como protagonista de sua vida e não como coadjuvante, conquistando um espaço mais respeitado no cenário familiar e social. No primeiro semestre é oferecida uma grade curricular fixa e nos demais semestres as disciplinas são escolhidas pela turma, visando à oportunidade dos alunos escolherem as disciplinas que melhor atendem suas necessidades, bem como a divisão de responsabilidade em tomadas de decisão.

Diferentes instituições universitárias propõem programas de Universidades Aberta a Maturidade, com procedimentos pedagógicos distintos que vão além do comum saber formal científico. Elas visam a valorização pessoal, a convivência grupal, o fortalecimento da participação social, a formação de um cidadão consciente de suas responsabilidades e direitos promovendo sua autonomia e qualidade de vida (FENALTI; SCHWARTZ, 2003). As autoras ressaltam que apesar do pouco tempo de vigor desses projetos, eles vêm despertando o interesse dos participantes, provavelmente por representarem uma das possibilidades de vivência significativa no âmbito do lazer.

Apoiando-se na realidade do envelhecimento populacional, programas nas Universidades estão se preocupando também com pessoas na meia idade. Com isso, buscam atender a essa clientela que hoje se encontra aposentada, buscando novos conhecimentos, sendo um convite à reflexão baseada em fundamentos teóricos e troca de experiências.

3 Metodologia

O estudo de campo, descritivo do tipo estudo de caso, foi composto por uma amostra não probabilística intencional por acessibilidade de 67 alunos,

sendo 84% do sexo feminino e 16% do masculino, com média de idade de 49 ±4,24 anos matriculados há pelo menos 6 meses na Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC. Foi elaborado um questionário auto administrável composto por 17 questões fechadas e 7 abertas, destinado à caracterização da amostra e aos motivos de adesão e permanência no programa da Universidade Aberta à Maturidade – UAM do CEFID/UDESC. Após ser aprovado pelo Comitê de Ética Pesquisa em Seres Humanos da UDESC, em 21/11/2005, Protocolo nº 127/05, realizou-se a coleta de dados durante o período de dezembro de 2005 a março de 2006 nas dependências da Universidade, no qual cada aluno assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, autorizando assim a sua participação no estudo. Os dados foram analisados pelo *Software* SPSS 16.0, utilizando-se estatística descritiva mediante cálculo de frequência simples, percentual e desvio padrão.

4 Resultados e Discussão

Objetivando identificar os motivos de adesão e de permanência, bem como especificamente investigar as características pessoais dos alunos ao programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC, os resultados serão apresentados e discutidos em tópicos, segundo os objetivos específicos do estudo.

4.1 Características Pessoais dos Alunos da Universidade Aberta à Maturidade

No primeiro momento foram abordadas as características pessoais dos alunos da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC.

A faixa etária que prevalece, com 29,85%, é de indivíduos entre 55 a 59 anos; logo em seguida, com 22,39%, entre 50 a 54 anos; 14,93% entre 45 a 49 anos; 13,43% entre 60 a 64 anos; sendo que também temos indivíduos com 45 até 81 anos. A maior população do estudo pode ser considerada de meia idade, a qual compreende o período da vida entre os 40 e os 65 anos (PAPALIA; OLDS, 2006).

QUADRO 1 – Características pessoais dos alunos da UAM.

Categorias	Variáveis	f	%
Estado			
	SC	42	62,70
	RS	12	17,91
	SP	4	5,97
	RJ	3	4,48
	Outros	6	8,94
Bairro			
	Coqueiros / Itaguaçu / Bom Abrigo / Estreito	30	44,78
	Centro	10	14,92
	Agronômica	5	7,46
	Outros	22	32,84
Escolaridade			
	Ensino Médio	23	34,33
	Superior completo	21	31,34
	Superior incompleto	8	11,94
	Pós-graduação	5	7,46
	Outros	10	14,93
Estado conjugal			
	Casado(a) / morando junto	38	56,72
	Divorciado(a)	17	25,37
	Viúvo(a)	10	14,93
	Solteiro(a)	2	2,98
Aposentadoria			
	Sim	30	57
	Não	18	40
	Não respondeu	1	3
Renda mensal			
	1 a 3 salários	5	10,20
	3 a 5 salários	6	12,25
	5 a 7 salários	6	12,25
	7 a 9 salários	10	20,41
	+ de 9 salários	18	36,73
	Não respondeu	4	8,16

Conforme o quadro 1, das características pessoais dos alunos da UAM, tem-se que 62,70% dos alunos são do estado de Santa Catarina; logo em seguida com 17,91%, do Rio Grande do Sul; 5,97% de São Paulo; 4,48% do Rio de Janeiro; e 8,94% de outros estados. Em seguida, observou-se que 44,78% residem nos bairros próximos da UAM (Coqueiros, Itaguaçu, Bom Abrigo e Estreito). Enquanto que 55,22% residem em outros bairros distantes da UAM (Centro, Trindade, Saco dos Limões, Campeche, Barreiros, Campinas).

Continuando a análise, constatou-se que 34,33% possuem ensino médio e 31,34%, superior completo. Resultados semelhantes foram encontrados nos estudos de Barreto *et al.* (2003), Irigaray e Schneider (2007), Irigaray e Schneider (2008a), Irigaray e Schneider (2008b). As pessoas de maior nível educacional e elevada posição ocupacional tem maior probabilidade de serem fisicamente ativas (WEINBERG; GOULD, 2008).

Observou-se ainda que 56,72% dos alunos são casados (as) ou residem com companheiro(a). Em programas semelhantes do estudo, porém com a população idosa, a maioria é viúva (IRIGARAY; SCHNEIDER, 2007; IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008a, IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008b). Os fatores mais importantes na longevidade conjugal parecem incluir sentimentos positivos em relação ao cônjuge, um compromisso em longo prazo com o casamento, metas compartilhadas e intimidade equilibrada com autonomia.

Quanto à aposentadoria, 57% são aposentados, e segundo Cavalcanti (2004), esses programas servem para compreender a relação da aposentadoria no contexto social e familiar. A autora salienta a importância do aposentado em manter-se ativo, encontrando novas atividades que deem sentido as suas vidas diminuindo os processos estimativos do envelhecimento.

Quando questionados em relação à atividade profissional, observou-se que 78% dos alunos não exercem atividades profissionais, 19% continuam exercendo e 3% não responderam. As atividades profissionais citadas pelos alunos que continuam as exercendo foram: comerciante, artesão, tradutora de línguas, empresário, administrador, lavadeira, guia turística e corretor de imóveis.

Por fim, verificou-se que 38,81% dos alunos da UAM possuem uma renda mensal superior a 9 salários mínimos e 7,46% de 1 a 3 salários mínimos. Segundo dados do IBGE (2000), a renda média mensal dos idosos residentes do município de Florianópolis é de 5 a 7 salários mínimos. Os dados do IBGE não se referem à meia-idade, porém os alunos da UAM possuem renda media mensal superior aos idosos de Florianópolis. Outra relação com a renda desses sujeitos é a escolaridade, pois com ensino superior completo, as chances de um bom emprego são mais elevadas, permitindo assim uma renda maior mesmo após a aposentadoria.

4.2 Motivos de Adesão ao Programa da Universidade Aberta à Maturidade

Em seguida, foram abordados os motivos de adesão ao programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC.

Quando questionados a respeito do conhecimento do programa da UAM, constatou-se que 37,31% dos alunos conheceram o programa através de amigos; 17,92% por televisão; 13,43% jornal; 11,94% outros meios. Para a adesão em programas, Papalia e Olds (2006) consideram que pessoas de meia-idade dependem dos amigos para apoio emocional e orientação prática.

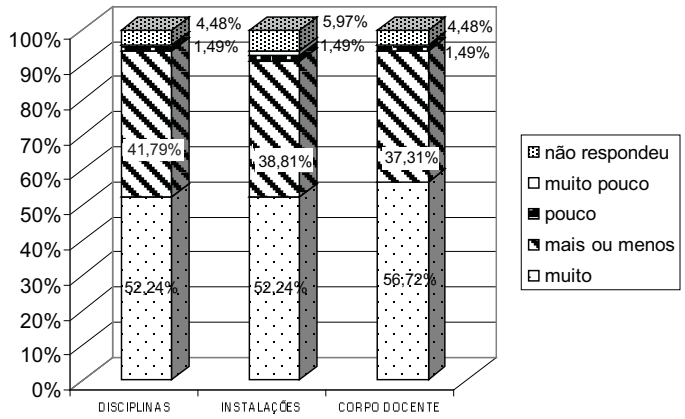
Quando questionados a respeito dos principais motivos que os levaram a participarem da UAM, verificou-se que esses foram por novos conhecimentos, novas amizades e troca de experiências. Os resultados corroboram que os principais motivos para ingresso nesses programas são a busca de conhecimentos, contato social, atualização cultural e ocupação do tempo livre (FENALTI; SCHWARTZ, 2003; IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008a). Buscar a atualização, oportunidade de estudar, atividade fora de casa e novos relacionamentos foram os motivos para procurarem o projeto Escola para a Vida, da Faculdade Metodista de Santa Maria/RS, atividades para maiores de 45 anos (ANDRADE *et al.*, 2005). Viver novas experiências na velhice pode possibilitar adequação às mudanças que acontecem dentro do indivíduo e ao seu redor, podendo com isso, ele se inserir e atuar em seu meio (OKUMA *et al.*, 2007).

No âmbito da adesão de programas à pessoas de meia-idade e idosos é de fundamental importância a criação de espaços educacionais (OKUMA *et al.*, 2007). As autoras enfatizam que estes espaços além de informar sobre os benefícios da prática de atividade física, permitem aprendizagens conceituais e a descoberta do prazer pela prática, bem como a comunicação dessas vivências a outras pessoas.

4.3 Motivos de Permanência ao Programa da Universidade Aberta à Maturidade

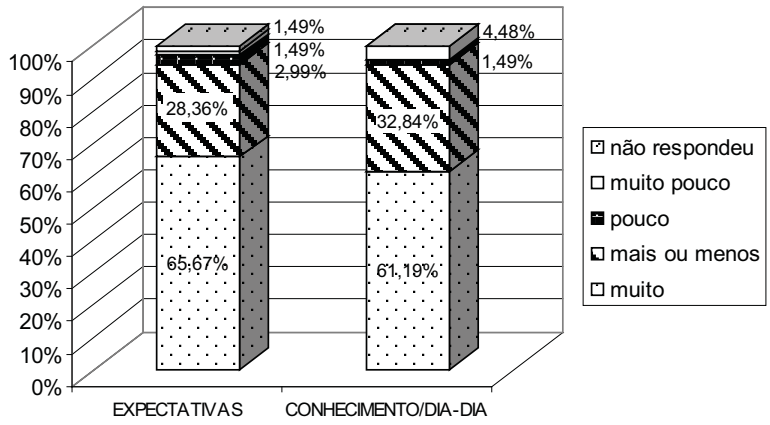
Por fim, serão abordados os motivos de permanência no programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC.

FIGURA 1 – Distribuição percentual dos alunos da UAM em relação à satisfação.



Verificou-se na figura 1 que 52,24% dos alunos da UAM estão muito satisfeitos com as disciplinas e as instalações oferecidas e 56,72%, com o corpo docente do programa da Universidade Aberta à Maturidade do CEFID/UDESC. Noutros estudos com faixa etária inferior, Peres e Boscarioli (2004) e Faria *et al.* (2006) observaram que as disciplinas e o corpo docente são fatores relevantes na questão da qualidade do ensino-aprendizagem. Igualmente, em ambientes como academias e clubes, a satisfação com a infraestrutura colabora para a permanência dos clientes (SILVA, 2008).

FIGURA 2 – Distribuição percentual dos alunos da UAM em relação às expectativas e conhecimento adquirido na utilização do dia-a-dia.



Na figura 2, observou-se que 65,67% dos alunos, da Universidade Aberta à Maturidade conseguiram atender "muito" as suas expectativas. Ainda, para 61,19% deles, o conhecimento adquirido durante o curso está sendo muito utilizado no seu dia a dia.

Em relação à satisfação, resultados semelhantes foram encontrados, com os alunos e ex-alunos da Universidade Integrada da Terceira Idade – UNITI, que demonstraram satisfação por cursá-la ou a terem cursado (FERRAZ FILHO *et al.*, 2005). Quanto à aquisição de conhecimentos, Jordão (2001) elucida que é uma oportunidade de ampliar e desenvolver os conhecimentos e aptidões intelectuais, visando uma maior e mais produtiva inserção na sociedade.

Dando continuidade, verificou-se que 91,04% dos alunos preferem disciplinas teóricas/práticas, 5,97% disciplinas teóricas e 2,99% disciplinas práticas. A justificativa para a preferência foi de que nas disciplinas que são do tipo teórica/prática a aprendizagem se torna mais completa, com discussões em sala sobre os assuntos tratados, trabalhos em grupo, saídas de campo, espaços abertos para os alunos falarem o que acham e de suas experiências de vida. Verifica-se, portanto, que os participantes do estudo valorizam as situações que permitem a sua auto expressão, o estímulo à criatividade e à capacidade de solução de problemas.

Quando questionados quanto às disciplinas que mais apreciaram no curso, destaca-se a disciplina de "Psicologia" (37,31%), a de "Envelhecimento e Atividade Física" (10,45%) e "Marketing pessoal" e "A arte de ler o rosto" (8,96%).

Quanto às mudanças ocorridas, observou-se que 75% dos alunos constataram mudança em sua vida após o ingresso e que essas mudanças foram a conquista de novos amigos (22,39%), novos conhecimentos e melhoria nos relacionamentos (22,39%), reciclagem de vida (8,96%) e outras alterações como a maneira de agir e pensar, relacionamento familiar e sentir-se mais feliz (16,4%). Para os idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade, algumas mudanças ocorreram em suas vidas, manifestando assim a satisfação ao desenvolverem as atividades e os resultados foram alcançados por muitos (COSTA; MACIEL, 2005; WEBBER; CELICH, 2007). A educação nas UnATI'S passa a ser um instrumento para o fortalecimento da auto-estima e da integração dos alunos na sociedade, procurando as limitações que foram impostas a essa faixa etária (SILVAa, 2005).

Programas de Educação Permanente voltado para alunos de maior idade podem favorecer o desenvolvimento da autoconfiança, do interesse por assuntos diversos, do acompanhamento da evolução dos tempos com

alegria, prazer e sabedoria. Tais programas estimulam a formação da consciência crítica, da luta pelos direitos e da melhor qualidade de vida, vendo o passado como uma experiência a ser transmitida às gerações mais jovens (DEPINÉ *et al.*, 2005; WEBBER; CELICH, 2007).

5 Conclusões

Diante do exposto, pode-se concluir que os alunos do programa da *Universidade Aberta à Maturidade* (UAM), do CEFID/UDESC, são predominantemente do sexo feminino, com média de idade de 49 anos, considerados na meia-idade. Na sua maioria, possuem ensino médio ou superior completo; são aposentados e não exerciam nenhuma atividade profissional no período de permanência no programa; e tem uma renda média mensal superior a nove salários mínimos. Os alunos conheceram o programa através de amigos e os principais motivos de adesão que os levaram a participar do programa, foram a busca de novos conhecimentos, socialização e a troca de experiências de vida. Quanto aos motivos de permanência no mesmo, esses atribuem-se a satisfação dos alunos com as disciplinas, com as instalações e com o corpo docente do programa. Desta forma, o curso conseguiu atingir as expectativas dos participantes, visto que conquistaram novas amizades e que os conhecimentos adquiridos estão sendo utilizados no seu dia-dia, possibilitando uma nova maneira de agir e de pensar.

REASONS OF ADHERENCE AND PERMANENCE IN THE PROGRAM OF OPENED UNIVERSITY TO MATURITY OF CEFID / UDESC

abstract

The descriptive case study aimed to identify the reasons of adherence and permanence in the program of the Maturity Opened University (MOU) at CEFID/UDESC. The intentional sample was composed by 67 students of both genders from the MOU, 49 ± 4,24 years. A self-applicable questionnaire composed of 24 questions was used as evaluation instrument in which descriptive statistics were used. The results identified the students' characteristics as middle aged, married, with a high school or university diploma, retired, and with

a monthly income of over 9 times the minimum wage. The knowledge of the program happened through friends, and the main reasons for adhering to the group were the search for new knowledge, new friendship, and life experience exchange; and the reasons for permanence in the group were satisfaction with the disciplines, the teaching staff, and the facilities. Many changes occurred after entering the program. Therefore, it is concluded that the program has fulfilled the expectancy of the students and has become more solid with more and more participants.

keywords
Motivation. Adherence. Middle Age.

referências

ANDRADE, Carmem Maria; COELHO, E. S.; TREVISAN, Tatiana Valéira. Uma escola para todas as idades. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior: VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, p. 78, 2005.

BARRETO, Kátia Magdala Lima; CARVALHO, Eduardo Maia Freese de; FALCÃO, Ilka Veras; LESSA, Fábio José Delgado; LEITE, Valéria Moura Moreira. Perfil sócio-epidemiologico demográfico das mulheres idosas da Universidade Aberta à Terceira Idade no estado de Pernambuco. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 3, n. 3, p. 339-354, jul./set. 2003.

CARVALHO, Helena Melo. Universidade Aberta à Maturidade. *Revista Abceducatio*. São Paulo: Criarp/Ltda, v. 37, 2004.

CAVALCANTI, Sandra Lopes. A aposentadoria e o sentido da vida. In: XIVCongresso Brasileiro de geriatria e gerontologia VII Jornada Baiana de geriatria e gerontologia III Encontro Nacional das ligas de geriatria e gerontologia, Bahia – Salvador. *Anais*... Bahia – Salvador, p. 45, 2004.

COSTA, M. L. S.; MACIEL, Paulete Maria Ambrósio. Os idosos da universidade aberta à terceira idade e a oficina de artes. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior: VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, p. 43, 2005.

DEPINÉ, J.; GENIES, M.; SOUZA, I. Aprender e reaprender com o tempo. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior; VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, p. 85, 2005.

FARIA; Ana Cristina de; COME, Eduardo; POLI, Janete; FELIPE, Yone Xavier. O grau de satisfação dos alunos do curso de ciências contábeis: busca e sustentação da vantagem competitiva de uma IES privada. *Enfoque reflexão contábil*. Maringá, v. 25, n. 1, p. 25-36, jan./abr. 2006.

FENALTI, Rita de Cássia de Souza; SCHWARTZ, Gisele Maria. Universidade aberta à terceira idade e a perspectiva de ressignificação do lazer. *Revista Paulista de Educação Física*, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 131–141, 2003.

FERRAZ FILHO, E. M. *et al*. UNITI – 10 anos. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior; VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, p. 87, 2005

GUSMÃO, Neusa Maria Mendes. A maturidade e a velhice: um olhar antropológico. In: NERI, Anita Liberalesso. (Org.). *Desenvolvimento e envelhecimento*: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas. Campinas: Papirus, 2001.

IBGE – *Censo Demográfico* (2000). Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 01 maio 2006.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Prevalência de depressão em idosas participantes da Universidade para a Terceira Idade. *Revista de Psiquiatra*, Porto Alegre, v. 29, n. 1, p. 19-27, jan./abr. 2007.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Participação de Idosas em uma Universidade da Terceira Idade: Motivos e Mudanças Ocorridas. *Psicologia*: Teoria e Pesquisa, Brasília, v. 24, n. 2, p. 211-216, abr./jun. 2008a.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; SCHNEIDER, Rodolfo Herberto. Impacto da qualidade de vida e no estado depressivo de idosas participantes de uma universidade da terceira idade. *Estudos de Psicologia*, Campinas, v. 25, n. 4, p. 517-525, out./dez. 2008b.

JORDÃO, Leila. Mostra de eventos da terceira idade. In: III Congresso Sul-Brasileiro de Geriatria e Gerontologia; III Jornada Catarinense Geriatria e Gerontologia; I Simpósio Nacional da Ligas Acadêmicas de Geriatria e Gerontologia, Florianópolis, 2001. *Livro de Resumos*... Florianópolis, UFSC, p. 124, 2001.

MAZO, Giovana Zarpellon; LOPES, Marize Amorim; BENEDETTI, Tânia Rosane Bertoldo. *Atividade física e o idoso*: concepção gerontológica. 3. ed. Porto Alegre: Sulina, 2009.

OKUMA, Silene Sumura; MIRANDA, Maria Luiza de Jesus; VELARDI, Marília. Atitudes de idosos frente a pratica de atividades fisicas. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Brasilia, v. 15, n. 2, p. 47-54, 2007.

OLIVEIRA, Rita de Cássia da Silva. O processo histórico do estatuto do idoso e a inserção pedagógica na universidade aberta. *Revista HISTEDBR*. Campinas, n. 28, p. 278 –286, dez. 2007.

PAPALIA, Diane E.; OLDS Sally Wendkos. *Desenvolvimento humano*. 8. ed. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2006.

PERES, Sarajane Marques; BOSCARIOLI, Clodis. Avaliando disciplinas de graduação pela ótica do docente, do discente e do egresso. *Revista Varia Scientia*, Cascavel, v. 04, n. 07, p. 25-41, ago. 2004.

SILVA, M.C.B. Gerontologia: construindo uma pedagogia interdisciplinar voltada para o idoso. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior; VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, 2005a, p. 65.

SILVA, M.C.B. Universidade aberta à terceira idade: a construção do caminho. In: IX Fórum Nacional de Coordenadores de projetos da terceira idade de instituições de ensino superior: VII Encontro Nacional de Estudantes da terceira idade de instituições de ensino superior, Aracaju – Sergipe, 2005. *Anais*... Aracaju – Sergipe, Universidade Federal de Sergipe, p. 66, 2005b.

SILVA, Richard Maximiliano da Cunha. Mensurar a satisfação dos clientes na academia de ginástica fsport. *Revista Administração – Faculdades Network*, São Paulo, v. 2, n 1, 2008.

SINÉSIO, N. B. O. *Universidade da melhor idade*: uma proposta salesiana para o idoso. Minas Gerais: UCDB, 1999

VERAS, Renato Peixoto. CALDAS, Célia Pereira. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. *Ciência & saúde coletiva*. Rio de Janeiro, v. 9, n. 2, p. 423-432, abr./jun. 2004.

WEBBER, Francieli; CELICH, Kátia Lilian Sedrez. As contribuições da universidade aberta para a terceira idade no envelhecimento saudável. *Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento*. Porto Alegre, v. 12, p. 127-142, 2007.

WEINBERG, Robert Stephen; GOULD, Daniel. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 4. ed. Porto Alegre. Artmed, 2008.

Recebido: 09/03/2010
1ª Revisão: 07/05/2010
2ª Revisão: 25/07/2010
Aceite Final: 12/04/2011