

A ATIVIDADE FÍSICA PARA O IDOSO E A PERSPECTIVA NA PROMOÇÃO DE SAÚDE

Felipe Damke OLIVEIRA*
Rodolfo César de SOUZA**
Higor de Lima RODRIGUES***
João Aldo ZANACHI****

RESUMO

INTRODUÇÃO: O envelhecimento populacional e o aumento na expectativa de vida trazem consequências econômicas e sociais consideráveis que exigem aprovação e desenvolvimento de ações políticas. Enquanto reduz-se a mortalidade por doenças infectocontagiosas, cresce o número de doenças crônico-degenerativas em consequência do aumento da longevidade. A aprovação das leis específicas para a população idosa nos países em desenvolvimento cria divergências entre a classe política porque as políticas adequadas para sanar problemas gerais primários e de saúde tais como educação, mercado de trabalho, ainda não foram superadas, e já emergem questões do envelhecimento populacional a resolver, como a seguridade social, a saúde e uso do tempo livre. O entendimento de que a saúde tem determinações que vão além das biológicas e genéticas, como as políticas e culturais, fez com que a promoção passasse a ser entendida como responsabilidade tanto da população organizada quanto de atores de outros setores sociais, não necessariamente da área de saúde. **OBJETIVO:** O objetivo do presente estudo foi analisar a importância da atividade física da vida dos idosos. **METODOLOGIA:** Este estudo foi desenvolvido por meio de pesquisa bibliográfica. **RESULTADO:** Desta forma, foi possível concluir que existem importantes desafios trazidos focados a transformação dos comportamentos dos indivíduos ou estilo de vida de acordo com o emprego e renda, habitação adequada, acesso e oportunidades. **CONCLUSÃO:** Conclui ainda que o mais importante é entender a grande variedade de circunstâncias e de locais onde as influências sobre o comportamento individual e coletivo podem ser dar, beneficiando-o ou não, mesmo que qualquer intenção específica para a promoção de saúde.

Palavras-chave: Atividade física. Idosos. Promoção de saúde.

* Felipe.damke@hotmail.com

** r.chuquita@gmail.com

*** h08lima@gmail.com

**** jazanachi@gmail.com