

É POSSÍVEL OBTER QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE EM SÃO PAULO, UMA CIDADE QUE ESTÁ EM CONSTANTE EXPANSÃO E DESENVOLVIMENTO?

Camilla Cuellar dos Santos¹

Luiz Gustavo Percidio Dias¹

Victor Pasqualin Taboada da Silva¹

Rosângela Maura Correia Bonici²

Resumo:

Para a elaboração do artigo, foi escolhido um tema de extrema importância e relevância para a sociedade atual, terceira idade, com o objetivo de pesquisa traçado, o artigo visou responder se os idosos que residem na cidade de São Paulo possuem qualidade de vida. O artigo foi composto por uma pesquisa feita nas ruas da cidade, podendo assim dar voz a todos, com uma simples caneta e um papel cheio de perguntas a serem respondidas fomos à busca de idosos, pelas ruas da maior cidade do país, foram abordadas inúmeras pessoas, algumas infelizmente não quiseram participar, mas, isso serviu como combustível para acharmos outras pessoas interessadas em debater o assunto. Mediante essa circunstância adversa, foi encontrada uma grande quantidade de pessoas interessadas em expor seu modo de pensar sobre o tema e isso deu fundamento para o artigo, com o auxílio dos entrevistados o resultado chegou a surpreender em alguns pontos como, por exemplo: a quantidade de idosos ativos em serviços e o respeito descrito por eles em lugares que demandam filas, nos mais diversos pontos da capital paulista, em contra partida, no que diz respeito à segurança, educação e a recreação dos idosos, chegou a surpreender negativamente. Com as respostas obtidas no decorrer da pesquisa foi observado que os idosos não se sentem seguros e não possuem uma qualidade de vida completa na cidade de São Paulo, por esse motivo, inúmeros entrevistados dizem querer se mudar para cidades mais tranquilas.

Palavras-chave: Idoso, Qualidade de vida, São Paulo, Terceira idade

Abstract:

For the elaboration of the article, was choose an extreme important and relevance theme for the actual society, third age, with the aim of research traced, the article aimed to answer if the elderly living in the city of São Paulo possess quality of live. The article was composed by a research done on the streets of the city, being able to giving voice to all. With a simple pen and paper full of questions to be answered we went to search the elderly, by the streets of the country's largest city, innumerable people were approached,

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

some unfortunately did not want to participate, but, this served as fuel for us to find other interested people in discussing the subject. Through this adverse circumstance, was found a large number of people interested in exposing your way of thinking about the theme and this gave base for the article, with the help of the interviewees the result came to surprise in some points such as, for example: the number of elderly people active in services and the respect they have described in places that demand rows, in the most diverse points of the city of São Paulo, in contrast, with regard to safety, education and recreation of the elderly, came to surprise negatively. With the answers obtained during the research it was observed that the elderly don't feel safe and don't have a complete quality of life in the city of São Paulo, for this reason, countless interviewees say they want to move to more quiet cities.

Keywords: Elderly, Quality of life, São Paulo, Third age

1. APRESENTAÇÃO

Considerando que a população brasileira está envelhecendo rápido, é importante analisar a qualidade de vida em que vivem estes “jovens” da terceira idade. O intuito desse artigo é apresentar fatos abordados pelos integrantes do grupo mediante pesquisa feita nas ruas da cidade de São Paulo em seus mais diversos bairros e regiões, não houve coleta de dados pela internet. Para facilitar a compreensão dos leitores, o artigo contará também com gráficos ilustrando o percentual atingido para cada pergunta feita aos entrevistados, o objetivo é fornecer um conteúdo rico em detalhes estatísticos sobre um tema tão presente em nosso cotidiano, porém pouco abordado. O tema, terceira idade, foi escolhido para pesquisa, pois analisamos que apesar do crescimento de idosos no Brasil pouco é dito, mostrado e melhorado para uma qualidade de vida melhor, como seremos idosos um dia, assim esperamos, queremos com esse artigo contribuir identificando as falhas e buscando soluções simples para os problemas.

A maior cidade do país, São Paulo, também uma das maiores do mundo, cresce a cada dia em população, aqui temos um encontro de culturas, uma cidade cosmopolita, agora, com todo esse crescimento, como será que vivem os idosos por aqui? Esse é um assunto delicado, ainda tem espaço para a velha guarda, a terceira idade? Como o poder público lida com isso, será que há um respaldo ou um trabalho em conjunto com a sociedade?

2. POPULAÇÃO BRASILEIRA

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

Nesta seção faremos uma breve apresentação de alguns pontos que foram importantes para o desenvolvimento do artigo, e que levamos em consideração para formular o questionário utilizado na pesquisa e as estratégias para captação do material. Será apresentado também o envelhecimento da população, o descaso, a importância em se expressar e a relação entre o poder público e a terceira idade.

2.1 O Envelhecimento da População

Estima-se que hoje no Brasil cerca de 26 milhões de brasileiros estejam com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos, idade que no Brasil uma pessoa é considerada idosa (terceira idade). O artigo tem por objetivo trabalhar com essa população, homens e mulheres que se encontrem nesta faixa etária. Uma cidade que mesmo frente a uma crise que assola diversos países tem um crescimento econômico, mesmo que tímido, acima das demais cidades do Brasil, São Paulo “abraça” a todos, mas, será oferece qualidade de vida em troca?

2.2 O Descaso e a Importância em se Expressar

O artigo buscou retratar alguns fatos atuais deste problema, a atenção e o cuidado aos idosos estão cada vez mais escassos, a sociedade cada vez mais tem menos tempo as coisas e as pessoas mais importantes. A terceira idade é uma etapa da vida em que se almeja apenas uma coisa “qualidade de vida”, agora, o que seria isso? Essa é uma questão bem complexa, é subjetiva e pode haver inúmeras respostas. Como conseguir qualidade de vida em uma grande metrópole como São Paulo? Este artigo apresenta respostas de quem está nesta fase da vida e pode falar com total propriedade sobre o assunto, busca dar voz a terceira idade, busca mostrar seu ponto de vista, para que desta forma, tenham seus problemas solucionados pelas autoridades governamentais.

2.3 A Relação entre o Poder Público e a Terceira Idade

Para pautar este artigo, tanto na parte teórica quanto na parte prática (pesquisa), utilizamos como guia o “Estatuto do Idoso”, criado pelo ministério da Saúde em 2003, trouxe mais segurança para os idosos no que diz respeito aos direitos básicos, porém, infelizmente, os mesmos nem sempre são cumpridos e respeitados em nosso dia a dia, fica o alerta, pois compete a cada um de nós

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

juntamente com o estado (poder público) cuidar e zelar para que o idoso tenha todos os seus direitos respeitados e cumpridos no que manda a lei. LEI N° 10.741, DE 1° DE OUTUBRO DE 2003. Para isso, estão disponíveis mecanismos que possibilita, a cada um, denunciar a órgãos competentes qualquer irregularidade: Autoridade Policial, Ministério Público, Conselho Municipal do Idoso, Conselho Estadual do Idoso e Conselho Nacional do Idoso. Esses são alguns dos órgãos públicos disponíveis para o cidadão denunciar qualquer irregularidade contra o idoso. O Estatuto do Idoso trás fatores de extrema importância para que ele tenha qualidade de vida e dignidade nessa fase.

O idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, sem prejuízo da proteção integral de que trata esta Lei, assegurando-se-lhe, por lei ou por outros meios, todas as oportunidades e facilidades, para preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade. É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária. (BVSMS SAUDE, 2013, p. 7-8).

Apenas para registro, vale salientar que as leis que pautam o Estatuto do Idoso vale para todo território nacional, todos os estados brasileiros são responsáveis por assegurar aos idosos estes direitos fundamentais, o motivo da pesquisa apresentar apenas dados de um único estado (São Paulo) se dá ao fato de todos os integrantes do grupo responsável pela coleta do material residir no mesmo.

3. MÉTODO DE PESQUISA

A técnica de amostragem utilizada na elaboração do artigo e da pesquisa foi aleatória simples, essa técnica visa escolher aleatoriamente pessoas em diversos lugares para obter um resultado mais completo do assunto proposto, com os integrantes do grupo morando em regiões diferentes da cidade, ficou mais fácil abordar e preencher todos os cantos de São Paulo, no que diz respeito à abordagem, nos apresentávamos como estudantes as pessoas e dizíamos nosso intuito com a abordagem e com o resultado da pesquisa, saber se os idosos possuem qualidade de vida na cidade de São Paulo. Ao todo, participaram da pesquisa 216 pessoas, que contribuíram deixando suas opiniões e enriquecendo

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

nossa pesquisa. O resultado conta com opiniões diversas, sem discriminações, todas as pessoas que aceitaram participar tiveram suas respostas contabilizadas, claro, respeitando o objetivo central do artigo, pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. Todas as regiões estiveram presentes nas respostas, o que possibilita ter uma visão mais ampla da cidade, sobre a qualidade de vida dos idosos.

4. RESULTADOS DA PESQUISA

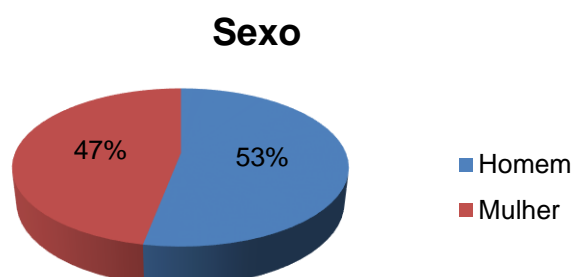
Desenvolver esse artigo junto com a pesquisa nos levou a aplicar todos os conhecimentos adquiridos de estatística ao longo do semestre.

4.1 Coleta de Dados – Questionário

Informações Pessoais:

Sexo?

- Homem
- Mulher



Idade?

1° Passo: $At: (X_{Max} - X_{Min}) + algo$

At: $(89 - 60) + algo$

At: $(29) + algo$

At: $29 + 1$

At: 30

2° Passo: $K: 1 + 3,3 \cdot \text{Log}(n)$

K: $1 + 3,3 \cdot \text{Log}(216)$

K: $1 + 3,3 \cdot 2,3344$

K: $1 + 7,7035$

K: 8,7035

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

At: (30) + algo

3° Passo: H: At

At: 30 + 1

K

At: 31

H: 32

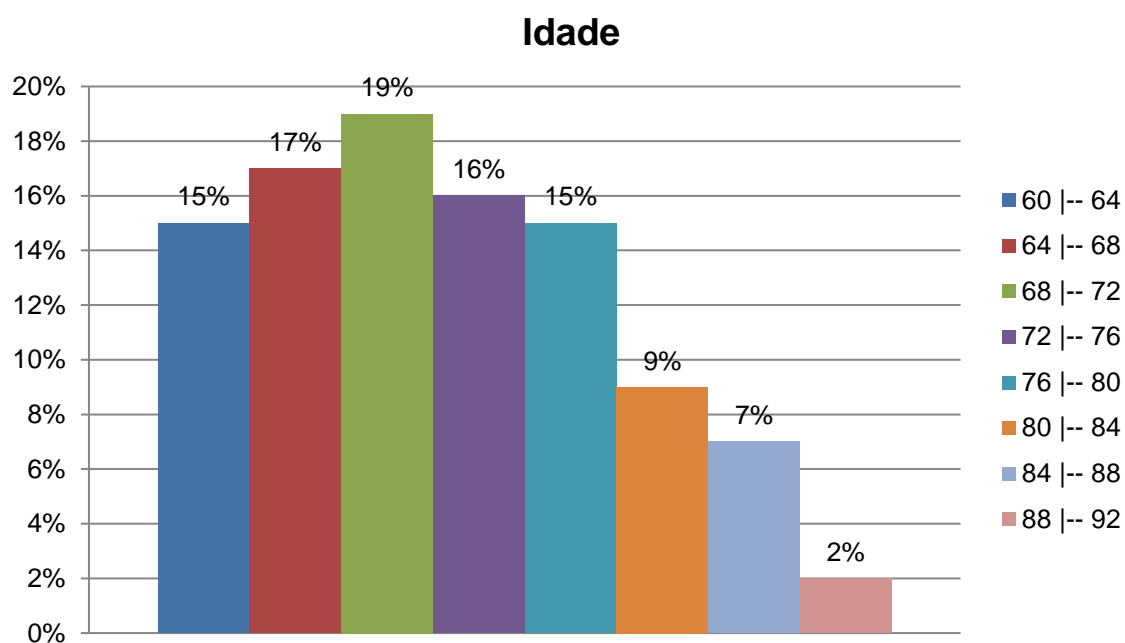
At: (31) + algo

8

At: 31 + 1

H: 4

At: 32



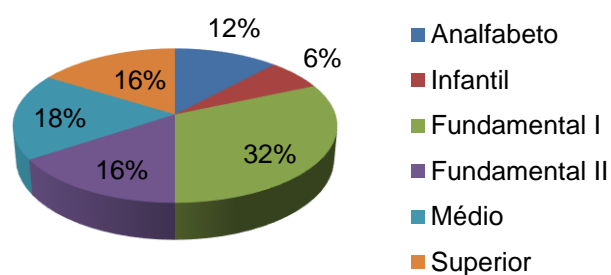
Escolaridade?

- Analfabeto
- Infantil
- Fundamental I
- Fundamental II
- Médio
- Superior

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

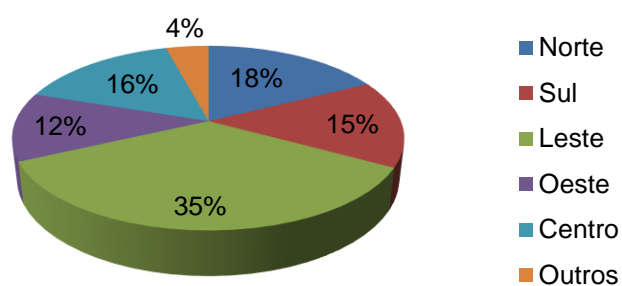
Escolaridade



Região em que mora?

- Norte
- Sul
- Leste
- Oeste
- Centro
- Outros

Região em que mora

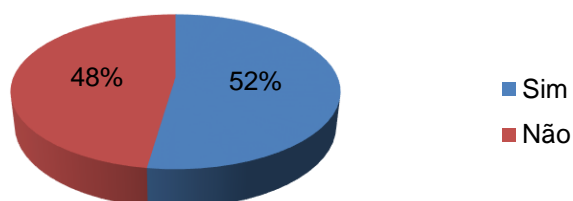


Aperfeiçoamento Moral e Social

Trabalha atualmente?

- Sim
- Não

Trabalha Atualmente



¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

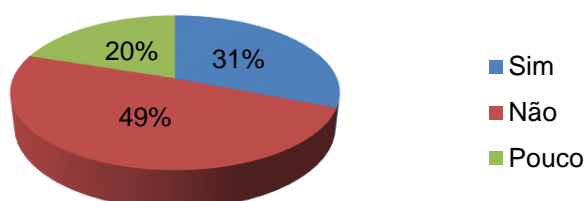
² Professora orientadora do artigo

Direito à Vida

Se sente seguro no dia a dia?

- Sim
- Não
- Pouco

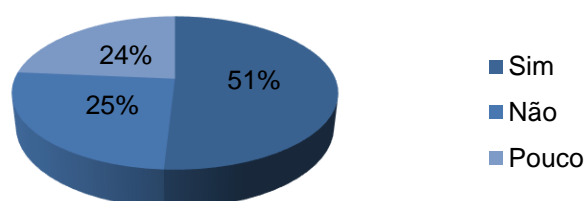
Segurança



Tem acesso a saúde pública?

- Sim
- Não
- Pouco

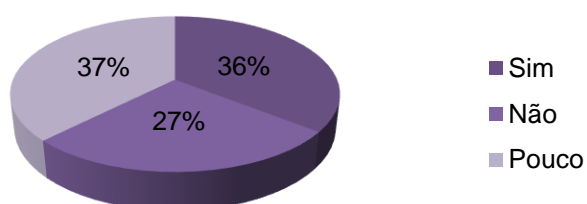
Saúde Pública



Tem acesso a medicamentos gratuitos?

- Sim
- Não
- Pouco

Medicamentos Gratuitos



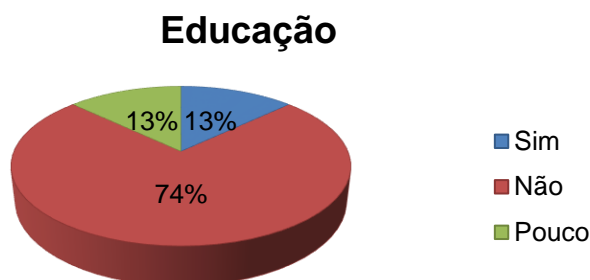
¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

Direito à Educação

Tem acesso a programas de educação, tais como o que a USP e outras instituições de ensino oferecem?

- Sim
- Não
- Pouco

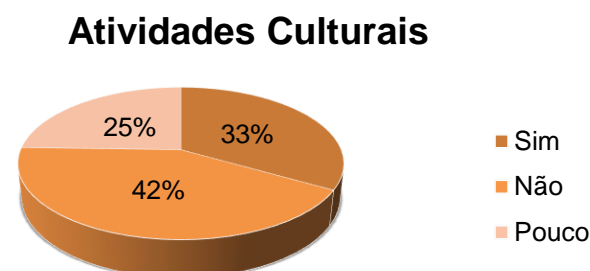


É de responsabilidade do poder público oferecer aos idosos, oportunidades de acesso à educação, adequando: currículos, metodologias e materiais didáticos aos programas educacionais.

Direito à Cultura

Tem acesso a atividades culturais, tais como: eventos gastronômicos, festivais de música, festivais de dança, teatro e outros?

- Sim
- Não
- Pouco



Em seu site oficial o Ministério da Cultura informa aos leitores que buscam uma informação sobre cultura e terceira idade, conteúdo em construção, isso talvez ajude a entender a ineficácia e a pouca procura dos mais velhos por cultura. Quando se procura, não acha.

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

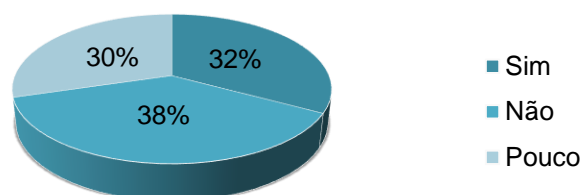
² Professora orientadora do artigo

Direito à Esporte e Lazer

Tem acesso a espaços de lazer e recreação, tai como: parques, Núcleo de Convivência de Idoso (NCI) e outros?

- Sim
- Não
- Pouco

Recreação

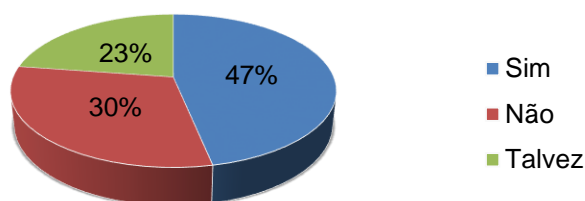


Direito à Cidadania

Local que demanda fila é respeitada a prioridade?

- Sim
- Não
- Talvez

Prioridade



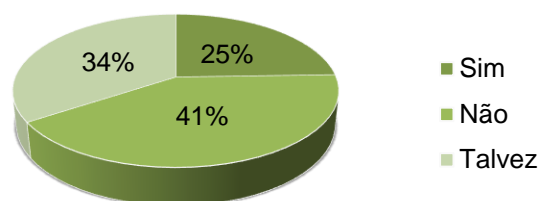
São Paulo oferece boa estrutura para viver à terceira idade com qualidade?

- Sim
- Não
- Talvez

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

Boa Estrutura



4.2 Relatório Detalhado da Pesquisa

Em nossa pesquisa observamos que a maioria dos entrevistados é do sexo masculino com 53%. Nenhum dos 216 entrevistados disse ser LGBT: Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transgêneros. Outro aspecto interessante a ressaltar da pesquisa é a quantidade de pessoas com idade igual ou superior ha 80 anos, que totalizam 18% dos entrevistados. A pesquisa nos ajudou a entender o que falta ser melhorado na cidade de São Paulo para que os idosos tenham, de fato, qualidade de vida. O resultado obtido da escolaridade dos entrevistados foi algo assustador, observamos que a maioria (65%) não chegou ao ensino médio, por razões diversas: doenças na infância, trabalhar para ajudar na renda da família, família formada precocemente, entre outros... “o pouco conhecimento nos mantém fraco para lutar pelos nossos direitos” - disse um entrevistado. A pesquisa foi realizada nas ruas de São Paulo, e cosmopolita como é, tem pessoas de todos os lugares, porém, isso não se refletiu no resultado da pesquisa, apenas 4% dos entrevistados residem no interior ou no litoral do estado.

Dos 216 entrevistados, 113 (52%) trabalham atualmente, vale ressaltar que destes mesmos 113 nem todos possui vínculo empregatício com empresas, muitos são autônomos, trabalham em seu quintal como: marceneiro, eletricista, pintor, “professor”, essa é uma profissão que vale observação, a capacidade do brasileiro em desenvolver técnicas e habilidades a fim de transmitir a outros. Se levarmos em consideração o resultado de escolaridade supracitado, veremos que o feito não é fácil, são professores de músicas que nunca sentaram em uma cadeira para aprender música, são professores de idiomas estrangeiros que pouco estudaram o idioma nativo.

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

De acordo com levantamento realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) no último ano, o Brasil possui 4,5 milhões de idosos empregados [...] a ocupação profissional é também positiva para os idosos. De acordo com Carlos André Freitas dos Santos, médico geriatra da Universidade Federal do Estado de São Paulo (Unifesp), a função cotidiana melhora o engajamento e a autoestima, que são essenciais para o envelhecimento saudável e ativo. "O idoso que trabalha tem um gasto energético maior, quando comparado com idosos que não trabalham. Isto está relacionado ao fato do trabalho normalmente estar ligado a deslocamentos que tiram o idoso do sedentarismo", afirma o médico. (ESTADÃO, 2017, s.p).

A cidade de São Paulo é uma das maiores cidades do mundo, e o que isso impacta nos idosos? A insegurança. A maioria dos entrevistados (69%) se sente pouco seguro na cidade, dizem não haver segurança pública eficiente para todos, principalmente para eles "que são vulneráveis". Alguns ainda afirmam que são grandes alvos por serem leigos em determinados assuntos, ao pedirem ajuda para acessarem suas contas em bancos, por exemplo. A segurança não está somente relacionada à segurança física, como calçadas desniveladas, buracos nas ruas, falta de sinalização e sim em geral. A maioria (51%) diz ter acesso à saúde pública, mas com uma ressalva, "é muito precária a saúde pública neste país". A saúde pública é muito importante para o idoso, ela tem o intuito de melhorar a qualidade de vida de todos e diminuir a lotação em hospitais e prontos socorros, com o acesso, os idosos podem acompanhar sua saúde e prevenir futuras doenças. Agora, acesso a medicamento gratuito, nem todos possuem, ela não chega à mão de 65% das pessoas, isso não é exclusividade de uma determinada região, "todas as regiões são atingidas com essa falta de respeito do poder público com os idosos", - informa um entrevistado que reside no litoral do estado. Idosos com doenças como: diabetes, hepatite C, mal de Alzheimer, entre outros, têm o direito garantido por lei a medicamentos gratuitos. Muitos não possuem condições financeiras para custear o melhor tratamento, ou o mais adequado. Por isso, a importância desse acesso, para melhorar a saúde, estado físico e emocional.

Talvez um dos pontos mais importantes da pesquisa, na opinião do grupo responsável pela coleta do material, que seria determinante para mudar esse cenário e ajudar os idosos a buscar um algo a mais, decepcionou a todos, apenas 13% dos entrevistados disseram ter acesso a educação na melhor idade, apenas 13% continuam aprendendo e se desenvolvendo intelectualmente com mais de 60 anos, "o conhecimento pode afetar diretamente na qualidade de vida dessas

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

peças”, - Luiz Gustavo, integrante do grupo. Apenas 33% dos entrevistados dizem ter acesso à cultura, o que chama a atenção nessa estatística é a declaração de um entrevistado, “ter acesso não significa frequentar, eu tenho acesso, mas nunca fui a uma galeria de arte, nem mesmo ver uma peça teatral, não me chama a atenção, sei lá... não gosto muito!” Esse é um relato importante e ganhou destaque para mostrar que talvez outros partilhem da mesma idéia. Acesso a recreação, a maioria se diz possuir, 63% dos entrevistados dizem ter acesso a um parque perto de suas casa para frequentar com a família aos finais de semana, alguns se dizem frequentadores da Av. Paulista, que aos domingos fica fechada para carros e recebe a população no coração financeiro de São Paulo, de fato, a cidade tem se empenhado para melhorar os pontos de encontro a céu aberto. A importância de ter acesso a parques e espaços de lazer, é essencial, pois com o avanço da idade, o corpo exige mais esforço para realizar atividades cotidianas. Por isso, caminhadas e esportes são capazes de prevenir doenças e deixar o organismo em dia. O respeito aos idosos em lugares que demandam fila ou bom senso da população ganha nosso destaque, pois 47% dos entrevistados dizem ser respeitado nestes locais, isso mostra que no quesito estamos no caminho certo, em alguns anos talvez o cenário seja ainda melhor. Cada vez mais, os jovens estão se importando com o bem-estar do idoso, acreditando que um dia, todos irão passar pela mesma situação. Já no quesito boa estrutura, o que leva em conta todos os aspectos, o que também varia de região, idade, poder econômico, escolaridade e todos os demais quesitos, o resultado foi que apenas 25% das pessoas acham que São Paulo oferece uma boa estrutura para acolher os idosos. Voltando aos aspectos relacionados à segurança física, São Paulo acaba sendo uma cidade complicada para se viver bem quando relacionada com a terceira idade. Afinal, como dito anteriormente, existem muitas ruas com buracos, calçadas estreitas e/ou desniveladas, o que dificulta o caminhar com segurança do idoso. Mesmo sendo uma cidade enorme, São Paulo deixa bastante a desejar quando nos referimos a viver na terceira idade com qualidade.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nossa conclusão (consideração final) sobre o artigo é que a cidade de São Paulo tem um longo caminho a percorrer para oferecer aos idosos uma qualidade

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

de vida, boas políticas públicas serão necessárias para que isso aconteça, é importante ressaltar que alguns aspectos propostos pelo grupo estão bem encaminhados, porém, em outros, São Paulo tem muito a melhorar, falta muita divulgação no que diz respeito à educação e a cultura, por exemplo, e isso ficou claro na pesquisa, o conhecimento pode alterar a perspectiva de vida de um cidadão com idade igual ou superior a 60 anos, isso até mesmo foi dito por um entrevistado. É necessário melhorar a saúde pública, infelizmente nessa faixa etária o corpo requer um cuidado muito especial e hoje parece que São Paulo não se encontra preparada para acolher essas pessoas, medicamentos são necessários para aliviar a dor que muitos sentem e a capacidade da cidade não atende a quantidade de idosos que residem por aqui.

Com a pesquisa pudemos responder o problema proposto pelo grupo. O que está relacionado à qualidade de vida dos idosos? Os idosos necessitam das coisas básicas, como: um local para recreação, uma estrutura hospitalar para caso seja necessário utilizar, segurança para se transitar no dia a dia, um lar harmonioso e principalmente educação, pois a vida nunca para de nos ensinar e quando mantemos nossa mente ativa, em busca de novos conhecimentos, nos sentimos mais úteis para todos a nossa volta e a qualidade de vida se torna plena, pois somos plenos para nós mesmos e pleno para aos a nossa volta.

6. REFERÊNCIAS

A TERCEIRA IDADE. **A importância das relações sociais na terceira idade. 2016.** Disponível: <<https://www.aterceiraidade.com/cuidado-com-idosos/a-importancia-das-relacoes-sociais-na-terceira-idade/>>; acessado: 10/02/2017 – 21h11min

BVSMS SAUDE. **Estatuto do Idoso. 2013.** Disponível: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estatuto_idoso_3edicao.pdf>; acessado: 26/02/2017 – 17h22min

ESTADÃO. **Terceira idade ganha espaço no mercado de trabalho. 2017.** Disponível: <<http://emails.estadao.com.br/noticias/comportamento,terceira-idade-ganha-espaco-no-mercado-de-trabalho,70001719135>>; acessado: 16/04/2017 – 18h10min

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo

EXAME. Poder de consumo da Terceira Idade deve surpreender nos próximos anos. 2017. Disponível: <<http://exame.abril.com.br/negocios/dino/poder-de-consumo-da-terceira-idade-deve-surpreender-nos-proximos-anos-shtml/>>; acessado: 09/02/2017 – 14h17min

ÉPOCA. O Brasil está envelhecendo mais rápido do que outros países. 2015. Disponível: <<http://epoca.globo.com/tempo/filtro/noticia/2015/10/brasil-esta-envelhecendo-mais-rapido-do-que-outros-paises.html>>; acessado: 09/02/2017 – 16h50min

ÉPOCA. Bons hábitos alimentares na terceira idade. 2015. Disponível: <<http://epoca.globo.com/vida/noticia/2015/02/bons-habitos-alimentares-na-terceira-idadeb.html>>; acessado: 10/02/2017 – 19h07min

GLOBO. O que é qualidade de vida? s.d. Disponível: <http://bemstar.globo.com/index.php?modulo=corporate_mat&url_id=22>; acessado: 08/02/2017 – 19h02min

GLOBO. Universidades oferecem cursos para terceira idade na grande SP. 2012. Disponível: <<http://g1.globo.com/sao-paulo/noticia/2012/04/universidades-oferecem-cursos-para-terceira-idade-na-grande-sp.html>>; acessado: 09/02/2017 – 18h03min

GLOBO. Estudo da USP associa nível escolar à evolução da fragilidade dos idosos. 2016. Disponível: <<http://g1.globo.com/sp/ribeirao-preto-franca/noticia/2016/09/estudo-da-usp-associa-nivel-escolar-evolucao-da-fragilidade-dos-idosos.html>>; acessado: 09/02/2017 – 17h38min

MINISTÉRIO DA CULTURA. Cidadania e Diversidade. 2013. Disponível: <<http://www.cultura.gov.br/culturaviva/cidadania-e-diversidade/cultura-e-terceira-idade>>; acessado: 16/04/2017 – 17h10min

TERCEIRA IDADE. O que é a terceira idade? s.d. Disponível: <<https://www.aterceiridade.com/o-que-e-a-terceira-idade-2/>>; acessado: 08/02/2017 – 22h25min

VIVO MAIS SAÚDE. Entenda a importância da atividade física na terceira idade. 2015. Disponível: <<http://vivomaissaudeavel.com.br/atividade-fisica/terceira-idade/entenda-a-importancia-da-atividade-fisica-na-terceira-idade/>>; acessado: 09/02/2017 - 18h17minh

¹ Graduandos em Comércio Exterior na Faculdade de Tecnologia da Zona Leste – FATEC-ZL

² Professora orientadora do artigo