

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA  
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS  
BACHARELADO INTERDISCIPLINAR EM CIÊNCIAS HUMANAS

Isabel Cristina Amaral Silva

## **A IMPORTÂNCIA DO LAZER E TURISMO NA VIDA DO IDOSO**

Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel (Trabalho de Conclusão de Curso). Orientadora: Prof<sup>ª</sup>. Mestre Tatiana Martins Montenegro.

Juiz de Fora  
2016

## A IMPORTÂNCIA DO LAZER E TURISMO NA VIDA DO IDOSO

### THE IMPORTANCE OF LEISURE AND TOURISM IN OLD LIFE

*Isabel Cristina Amaral Silva<sup>1</sup>*

#### RESUMO

Este trabalho teve como objetivo analisar a importância do lazer e do turismo na vida da população idosa, tendo em vista que tal população constitui um expressivo fator de desenvolvimento do turismo, tanto pela sua disponibilidade de tempo quanto pelo seu poder aquisitivo. Buscar o tempo livre, do lazer, se tornou uma necessidade quase que primária da sociedade, que utiliza de forma crescente as viagens de lazer como a válvula de escape para relaxar e se equilibrar emocionalmente. Essas viagens por tempo determinado são conhecidas como turismo, que existe desde o início da civilização, com a busca por lugares diferentes, por necessidade ou território para plantar. Trata-se de revisão bibliográfica sobre a posição de diversos autores que tratam do tema em questão. A conclusão a que se chegou é que o turismo e o lazer ajudam muito a melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas

**Palavras-chave:** Lazer. Turismo. Terceira Idade.

#### ABSTRACT

This study aimed to analyze the importance of leisure and tourism in the life of the elderly population, considering that this population is significant hum tourism development factor , both for its availability of the hair pace your purchasing power. Search free rhythm, leisure, became a need almost que primary society , which uses ascending how leisure trips as an outlet to relax and balance emotionally. These are determined time trips known as tourism, which exists since the beginning of civilization, with the search for different places, to need territory paragraph plant . This consists of literature review about various authors what position deal with the subject in question. Completion one que was reached and what tourism and leisure very help to improve the quality of life of older people

**Keywords :** Leisure. Tourism. Third Age.

#### INTRODUÇÃO

Hoje em dia, o Brasil está entre os dez países com maior quantidade de idosos de todo o planeta e, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2009), em 2050, o Brasil ultrapassará 1 bilhão e 500 mil idosos.

Esses dados indicam a necessidade de novas prioridades e de novas exigências nas várias categorias de organização social. O turismo, visto como atividade econômica ou como fenômeno sociocultural, será afetado pelos reflexos da terceira idade. Essa nova composição etária é vista como um jeito de se referir aos indivíduos que ultrapassam os 60 anos de idade. O problema do envelhecimento dos cidadãos vem sendo tomado como a preocupação atual quer seja nos países desenvolvidos quanto nos subdesenvolvidos.

Deste modo, segmentar o mercado turístico conforme a idade é uma tarefa complexa, uma vez que a sociedade atual passa por grandes transformações em suas características populacionais e comportamentais. Seu uso corrente entre os pesquisadores interessados no estudo da velhice não é

---

<sup>1</sup>Graduanda em Ciências Humanas pela Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF. Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel. Orientadora: Prof. Mestre. Tatiana Martins Montenegro.

explicado pela referência a uma idade cronológica específica, mas por ser essa uma forma de tratamento das pessoas idosas, que não adquiriu ainda uma implicação pejorativa.

Em linhas gerais, o objetivo deste trabalho é analisar a importância do lazer e do turismo na vida da população idosa, tendo em vista que tal grupo social constitui um expressivo fator de desenvolvimento do turismo, tanto pela sua disponibilidade de tempo quanto pelo seu poder aquisitivo. Para atingir tal objetivo, pretende-se responder à seguinte indagação: De que forma a população idosa é compreendida pelo turismo?

A justificativa para a escolha deste tema se prende ao crescimento da população idosa no país, e a inserção deles na prática de lazer e turismo. A metodologia utilizada para a realização deste trabalho foi pesquisa documental e bibliográfica com revisão da literatura sobre a posição de diversos autores que tratam do tema em questão.

O trabalho foi dividido da seguinte forma: o capítulo inicial trata do conceito e histórico do Turismo. Em seguida, aborda-se o conceito e o histórico do Lazer e, para finalizar, a perspectiva do turismo com relação aos idosos.

## 1. TURISMO: CONCEITO E HISTÓRICO

Conforme a Organização Mundial do Turismo – O. M. T (apud IGNARRA 2001, p. 23), turismo é "o deslocamento para fora do local de residência por período superior a 24 horas e inferior a 60 dias motivados por razões não-econômicas."

Desde a pré-história, as viagens sempre fizeram parte da vida das pessoas, isso porque, em função da necessidade de se proteger e de se alimentar, os nômades migravam de um lugar ao outro. Neste sentido, Gastal (2006, p. 161) argumenta que "a mobilidade, entretanto, não é um fenômeno novo. Desde a pré-história, ela caracterizou o humano: os bandos, as hordas, as tribos seguiam pelo mundo em busca de caça e de água ou fugindo do clima adverso."

Após fixarem-se em acampamentos, tornando-se sedentários, o homem teve tempo livre para aperfeiçoar as construções de meios de deslocamentos como rodas, barcos e canoas para exploração e conquista de terras. As viagens dessa época eram motivadas por fatores econômicos, políticos, culturais ou até mesmo por motivo de saúde, curiosidade ou descanso. Apesar do termo turismo não fazer parte do vocabulário deste período, viagens consideradas turísticas nos dias atuais já eram feitas, como visita às pirâmides do Egito.

Com o crescimento da população na Antiguidade, gerado pela grande concentração urbana, os povos antigos sentiram a mesma necessidade de evasão que sentimos nos dias de hoje. A Grécia antiga era um destino onde se encontravam as mais diversas formas de lazer. Era um lugar de prática da arte e cultura, onde eram organizados festivais públicos e os tão famosos jogos olímpicos os quais ocorrem até hoje. Outro destino formatado da época que dispunha de boas vias de acesso e segurança era a cidade de Roma, onde o lazer era propiciado com banhos públicos, sala de repouso, saunas e os tão conhecidos circos romanos. A elite da época também já usufruía de residências secundárias como casas na praia ou campo.

Porém, com a queda do Império Romano, a segurança nas vias de acesso de Roma desapareceu fazendo com que o turismo de lazer diminuísse devido aos riscos, dando lugar ao turismo religioso, onde peregrinos percorriam caminhos até cidades consideradas santas, como Meca e Jerusalém.

Com o aprimoramento dos meios de transportes fluviais e ferroviários no século XIX após a Revolução Industrial, as viagens se transformaram em moda entre a população, fazendo com que o inglês *Thomas Cook* iniciasse a comercialização dos destinos turísticos, montando pacotes e fazendo surgir a primeira empresa do ramo turístico.

Com a grande procura de viagens que surgiu nessa época, *Cook* criou também o *Voucher*, palavra que traduzida do inglês significa "recibo", tipo de documento próprio para autorizar utilização de

algum serviço ou compra de algum produto, em que o pagamento é feito pelo emissor do *Voucher* que pode ser uma agência, um hotel ou outros.

Com o aumento considerável de viagens que ocorreu no século XX devido ao avanço da tecnologia e a rapidez e eficácia dos meios de transportes, que o governo com intuito de fomentar a atividade turística criou no ano de 1966, o Instituto Brasileiro de Turismo – EMBRATUR –, órgão que ficaria responsável pela organização e desenvolvimento da atividade turística no Brasil. Porém, com a criação do Ministério do Turismo, em 2003, o EMBRATUR direcionou sua atenção para o marketing turístico externo, ou seja, a forma de vender seu produto/serviço/destino no exterior. Enquanto isso, o Ministério do Turismo ficou responsável por zelar pela promoção interna, qualidade de prestação de serviço e inclusão social. Para isso, usaram a estratégia de regionalização dos Estados brasileiros, a fim de estruturar seus produtos turísticos de forma que pudessem comercializá-los.

Hoje, o turismo se mostra como uma nova e importante contribuição econômica para este país. Conforme evidencia Castelli (2001, p. 28):

O século XXI abriu as portas para a prática do turismo em grande escala, graças às grandes transformações proporcionadas pela Revolução Industrial. O turismo passa a integrar a vida das nações. A compreensão do turismo pressupõe, contudo, o conhecimento do lazer, já que aquele é uma manifestação deste.

Nos dias atuais, as viagens vêm movimentando a economia e impulsionando uma enorme oferta para uma grande demanda.

## 2 LAZER: CONCEITO E HISTÓRICO

Tanto o lazer, como o turismo, são um acontecimento contemporâneo, próprios das sociedades industriais e intrinsecamente ligados ao advento, regularização e legalização do tempo livre (FROMER e VIEIRA, 2003). Da mesma maneira que diversos pesquisadores do lazer não chegaram a um consenso sobre a definição desse termo, os de turismo também não decidiram sobre a definição correta e precisa. A tendência que domina entre os estudiosos, é no sentido de levar as duas variáveis em conta – tempo e atitude – para conceituar o lazer. O lazer são todas as atividades executadas por livre espontânea vontade que satisfaçam e deem prazer a uma pessoa. Na opinião de Dumazidier (1976, p.34), o lazer é

um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.

Os anos de 1960 são vistos como um marco para a prática do lazer na França, em função de muitas conquistas, como diminuição da jornada de trabalho durante a semana e aumento do período de férias, que deixam as pessoas livres para as horas de lazer (GARCIA, 2007).

O tempo livre não pode ser percebido como uma fase de improdutividade para se tornar um elemento construtivo não divergente das exigências da sociedade industrial. O fato de ser um período de em que a pessoa não está trabalhando, não significa, obrigatoriamente, que seja um período que não se vai consumir nada, pelo contrário.

A ideia que se difunde atualmente é que o tempo livre deve ser aproveitado em benefício próprio e que o lazer está relacionado à qualidade de vida do indivíduo, que por sua vez, bombardeado por campanhas publicitárias que tornam a decisão de eleger um lugar para férias anual um exercício de planejamento, no qual se ponderam custos e benefícios realização de um desejo individuais e/ou familiares (GARCIA, 2007, p.8 ).

Para Fromer e Vieira (2003), o advento do turismo e do lazer, está associado às sociedades pós-industriais, a partilha do tempo social e a regulamentação de um tempo livre, que a pessoa não é obrigada a trabalhar para se divertir.

Apesar das perdas que sofrem devido à idade avançada, os idosos mantêm as mesmas necessidades psicológicas e sociais que possuíam nas outras fases da vida e, por isso, reconhecem e valorizam o lazer. Mesmo com todas as dificuldades com que se deparam no dia-a-dia, eles não abrem mão de vivenciar o lazer, pois este se consiste em um tempo privilegiado para a obtenção de bem-estar em qualquer que seja a idade. Através do lazer, os idosos podem se manter mais saudáveis física, psicológica e socialmente. (SOUZA, 2016, p. 3).

Embora as pessoas tenham muitas perdas por causa da elevação da idade, elas mantêm as mesmas necessidades psíquicas e sociais que tiveram em anos passados e, por essa razão, dão muito valor ao lazer, vivendo-o apesar das dificuldades que lhes são impostas no decorrer do dia. Trata-se de uma ocasião para o bem-estar de qualquer pessoa, seja qual for a fase de sua vida. Com o lazer, os experientes se mantêm mais dispostos e saudáveis, tanto física, psicológica e socialmente.

Ainda na visão de Souza (2016), o turismo ganha cada vez mais adeptos da terceira idade, pois, eles gostam de viajar e fazem disso um hábito prazeroso. Principalmente, pelo Brasil, que possui tantos atrativos naturais (aspectos da flora, fauna, formações geológicas, corpos d'água em todas suas manifestações e da atmosfera); culturais (festas, costumes, folclore e artesanato, saberes e fazeres tradicionais) e históricos (monumentos, edificações, patrimônios histórico-culturais).

Portanto, o lazer e o turismo revelam-se como fundamentais agentes para as pessoas mais velhas, pois possibilita que eles convivam mais, socialmente, e, inclusive, reabilite os que já ficaram muito tempo isolados ou com problemas psicológicos e/ou psiquiátricos, ou até mesmo, com qualquer outro problema de saúde.

A mesma autora defende adverte que as atividades de lazer e o turismo propiciam o desenvolvimento intelectual do idoso, fortalecem suas habilidades físicas e mantêm sua independência.

Segundo a O.M.T. do ponto de vista formal, turismo é a soma de relações e de serviços resultantes de uma mudança de residência, temporária e voluntária, motivada por motivos alheios a negócios ou profissionais.

O Turismo é uma atividade econômico representada pelo conjunto de transações - compra e venda de serviços turísticos - efetuadas entre os agentes econômicos do turismo. É gerado pelo deslocamento voluntário e temporário de pessoas para fora dos limites da área ou região em que têm residência fixa, por qualquer motivo, executando-se o de exercer alguma atividade remunerada no local de visita (EMBRATUR, 2016, p. 15).

Já a palavra lazer, nos últimos tempos, vem sendo divulgada, sem qualquer distinção, pela mídia, nas propagandas eleitorais e em diversas situações corriqueiras (CHEIBUB, 2009).

O lazer pode ser visto como uma produção histórico-cultural do ser humano usufruída por ele enquanto direito próprio da vida. Por causa das suas várias interfaces com outras áreas e atividades, há muitos sentidos e conceitos relacionados a esse termo. Ideias como ócio, tempo-livre, recreação, turismo, constantemente são apresentados como definições de tal palavra (DE MASI, 2000).

O termo lazer vem do latim, *licere*, que significa “ser permitido”; a palavra ócio, de fonte latina, *otium*, que significa o fruto das horas vagas, do descanso, do sossego; a recreação de raiz latina *recreare*, que quer dizer restaurar, recuperar, renovar, reanimar; o adjetivo lúdico que nasceu de *ludo*, cuja origem está no latim *ludus*, que se traduz por “jogo”, “divertimento”, “passatempo” (CAMPOS, 1998).

Entretanto, a sociedade está cada vez mais consumista e não se lembra de aproveitar o tempo que resta. Por causa disso, as cidades deveriam oferecer um espaço ideal para realizar diversas atividades. Dessa forma, os indivíduos só observam o sentido daquilo que está próximo das suas

necessidades e desejos essenciais, ou seja, que lhes tenham qualquer sentido. No mundo inteiro, as pessoas da terceira idade são os que menos frequentam espaços de lazer. Neste sentido, na concepção de Melo e Alves Júnior (2003, p. 32):

[...] é melhor falar que os momentos de lazer pressupõem a busca pelo prazer, mas que este não é exclusivo dos momentos de lazer. E devemos ressaltar que falar de "busca pelo prazer" não significa que sempre se alcance o resultado esperado: quando as pessoas buscam lazer, espera-se que obtenham prazer, o que pode ser frustrado por problemas que eventualmente ocorram durante as atividades de diversão. De qualquer forma, ninguém sai de casa para se divertir esperando ter problemas.

As pessoas mais velhas, como têm o tempo livre, podem usufruir mais do seu tempo, passeando, viajando, exercendo atividades físicas, lendo bons livros, ou fazendo uso do tempo de acordo com seu próprio interesse. Camargo (2003) considera o tempo livre como condição necessária para que se tenha horas de lazer. A noção de tempo livre se refere à existência de uma certa quantidade de tempo, normalmente livre das obrigações sociais, domésticas, ou de outro tipo, e que constitui, em potencial, um tempo para o exercício da expressão e liberdade pessoal.

Como as obrigações diminuem com o passar do tempo, a velhice emerge como um estágio singular da vida para se aproveitar o lazer. Se considerar o envelhecimento como um processo de crescimento estruturado, em torno do tempo e marcado por mudanças biológicas, psicológicas e sociais é possível perceber, hoje em dia, que estão sendo valorizados fatores como: satisfação, realização pessoal, qualidade dos relacionamentos, opções de lazer, entre outros relacionados à qualidade de vida. Assim, ao se conscientizar da importância do lazer na vida do senescente, torna-se válido considerá-lo um tempo privilegiado para se viver valores que contribuem para mudanças de ordem moral e cultural (CAMARGO, 2003).

### 3 PERSPECTIVA DO TURISMO PARA OS IDOSOS

Pessoas ativas e saudáveis contribuem, assim, para sua maior autonomia, seu direito ao trabalho, ao lazer, à informação e à educação. É uma estratégia importante para preparar a sociedade para uma realidade cada vez mais emergente: o aumento da população idosa no mundo, em especial, nos países subdesenvolvidos (CERVATO *et al.*, 2005).

As evoluções nos paradigmas sobre o desenvolvimento e o envelhecimento, trazem para discussão a possibilidade de o envelhecimento poder ser vivido com satisfação, saúde e bem-estar, instigando a busca de variáveis que interferem no alcance de um envelhecimento bem-sucedido (CUPERTINO, ROSA e RIBEIRO, 2007).

Na atualidade, os estudiosos procuram definir o envelhecimento saudável, ou que teve bom êxito, no entanto, nota-se que pouquíssimos pesquisaram que maneira os próprios idosos definem o envelhecimento ideal e como consideram a possibilidade de atingir esse envelhecimento (CUPERTINO, ROSA e RIBEIRO, 2007).

Como já foi dito, a expectativa de vida continuará está aumentando, e que a proporção de idoso está crescendo em muitos países. Para vencer o desafio da diversidade e do aumento da quantidade de idosos, políticas e programas integrados nos setores de habitação, apoio econômico e social, assistência médica, transporte e lazer precisam ser elaborados e colocados em prática.

McPherson (2000) considera os seguintes fatos e princípios muito úteis, em se tratando de se elaborar políticas e programas de lazer para esse grupo etário:

- a) Compreender a mudança do aspecto das pessoas mais velhas, no presente e no futuro: grande parte dos senescentes é do sexo frágil e "envelhecer" é uma questão que tem relação com as mulheres que têm uma multiplicidade de experiências de trabalho e de lazer; muitos idosos, principalmente, as mulheres, moram sozinhas; famílias menores e os

filhos são espalhados geograficamente; as pessoas mais velhas consegue ser social e fisicamente ativas, bem como são capazes de aprender e de contribuir para a sociedade no final de suas existências; os idosos podem migrar temporária ou eternamente para outra região brasileira ou mesmo para o exterior, etc.

- b) Identificar e resolver os problemas relacionados à política pública: a inserção em programas e serviços deveria fundamentar-se na idade, ou seja, acima de 65 anos, com acesso universal e igual; qualidade e quantidade em serviços ou assistência ao formular políticas e outros.

Logo, significa que consciente de que o aumento da expectativa de vida ativa está aumentando na maior parte das nações, e, como resultado, mais pessoas desse grupo etário são aptas a aderir ao lazer ativo e às oportunidades de turismo por um tempo maior na terceira idade.

Dessa forma, bem divulgado e desenvolvido em países da América do Norte, Europa e Ásia, até mesmo na América Latina, no Brasil, especificamente, este segmento turístico está aumentando, sobretudo, pela maior conscientização do quanto a atividade física e o lazer são importantes para se ter uma melhor qualidade de vida. Tudo isso impõe uma reflexão sobre o conceito de turismo da terceira idade "como um tipo de turismo planejado para as necessidades e possibilidades de pessoas com mais de 60 anos, que dispõem de tempo livre e condições financeiras favoráveis para aproveitar o turismo" (MOLETTA, 2000, p. 8).

Isto representa que os profissionais do lazer e do turismo precisam analisar os aspectos sociais, culturais, psicológicos e demográficos locais e regionais para que as políticas e os programas satisfaçam as expectativas e as necessidades desse grupo etário. Como não bastasse, tais profissionais deverão pensar a segmentação deste mesmo mercado, pois esta não pode ser por idade cronológica, em si, não é um parâmetro útil ou válido para avaliar e identificar habilidades, interesses e atividades para as pessoas que ultrapassarem os 60 anos de idade.

McPherson (2000) classifica os idosos em quatro grupos de idade:

- Os que se aposentam entre os 55 e 65 anos de idade;
- Os aposentados entre 65 e 75 anos de idade;
- Os idosos em risco (75 a 84 anos de idade);
- Os idosos acima de 85 anos.

Segundo esse autor, esses grupos nasceram em épocas distintas, com diferença de até 30 anos, com interesses, valores e necessidades diferentes. Neste sentido, com o aumento da expectativa de vida com maior qualidade, este segmento se torna mais independente e com um elevado índice de mobilidade não só para habitação, como para viagens e o turismo. O que permite direcionar para oferta de serviços e produtos para a terceira idade com ênfase em viagens.

A O.M.T. (2000) elenca os principais fatores que motivam os indivíduos mais velhos a viajar: recreação e entretenimento, bailes de salão ou folclóricos, lazer ou férias, convívio social e fazer amizades durante a viagem, viajar com os amigos, turismo religioso, viajar para o litoral, no período de quatro a sete dias.

Dessa forma, os locais escolhidos pelos turistas idosos, são: praias; estâncias hidrominerais, termas ou climáticas com propósitos terapêuticos; áreas rurais e hotéis fazendas; reservas ambientais e ecológicas; cidades culturais ou históricas e lugares com neve (McPHERSON, 2000).

No entanto, para que essa população frequente esses lugares, Beni (2003) enumera os quesitos mais significativos que os estabelecimentos precisam oferecer: a presença de médico, de segurança particular e de animador turístico durante a viagem e que a agência de viagens forneça seguros contra roubos, extravios ou acidentes.

Acredita-se que o turismo idoso continuará sendo um acentuado fator de desenvolvimento do tráfego turístico e dos destinos de viagens. Para que isso ocorra, não é o suficiente apenas ofertar produtos e serviços de excelente qualidade, mas atrair a fidelização dos turistas idosos. Para tanto, são necessárias algumas adaptações, como salienta Beni (2002, p. 64):

Aumento do tamanho das letras e números para facilitar a visão, bancos, ônibus, remédios, algumas revistas; contratação de mais funcionários mais velhos para atender idosos em lojas, bancos etc.; caixas especiais em bancos e locais comerciais; seguros de automóveis mais baratos – idosos são mais prudentes; tarifas de transportes especiais; entrega de bagagens e bilhetes em domicílios; amplificadores telefônicos, ergonomia de produtos; hotéis com médicos residentes, enfermeiras e fisioterapeutas.

Essa faixa etária representa um segmento que se interessa por viagens mais curtas, porém mais contínuas, mas que requerem um conforto maior e um alto atendimento dos profissionais da área. Como consumidores de turismo, demandam novas exigências, "as empresas devem satisfazer consumidores distintos que podem escolher a partir de muitas ofertas de produtos, no mercado global" (WEINSTEIN, 1995, p. 17).

No contexto brasileiro esta questão surge como emergente, despertando interesse da comunidade. A infraestrutura necessária para responder à demanda social do envelhecimento no Brasil, é, de certa forma, nova, com programas sociais e serviços insignificantes. É aqui que entra o debate acerca da acessibilidade que precisa ser levada em consideração: portadores de necessidades especiais, pessoas da terceira idade e outros grupos vulneráveis precisam receber especial atenção das autoridades, empresas e profissionais do setor turístico.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

É normal as pessoas pensarem que, depois de envelhecer, não sobra mais nada para ser realizado, tendo em vista que todos os ideais da vida já foram todos alcançados. Geralmente, o envelhecimento é considerado uma etapa sem saída e sem futuro, pois os idosos são vistos como um problema para a família, já que são improdutivos.

Mesmo assim, essa faixa etária procura alternativas para mudar essa imagem construída pela sociedade, e uma delas é o turismo e o lazer, que estão sendo cada vez mais procurados por esse público.

Neste contexto, o turismo para essa faixa etária deve fazer parte do turismo como um todo, pois são partilhados os mesmos produtos com os demais usuários.

O interessante é notar que as atividades de turismo e lazer são como uma importante função sociocultural. É interessante, também, sugerir aos órgãos competentes e empresários do ramo para se empenharem mais na busca de maior comodidade, conforto, levando em consideração os produtos oferecidos a esse público.

Enfim, pode-se afirmar que o turismo e o lazer ajudam muito a melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas. As referências bibliográficas citadas contribuíram para a fundamentação teórica e na construção da ideia que este trabalho teve como objetivo.

## REFERÊNCIAS

BARRETTO, M. **Planejamento e Organização do Turismo**. Campinas: Papirus, 2005.

BENI, M. C. **Globalização do turismo: megatendências do setor e a realidade brasileira**, São Paulo: Aleph, 2003.

CAMARGO, L. O. L. **O que é lazer**. 3. ed. São Paulo: Brasiliense, 2003.

CAMPOS, L. C. de A. Menescal. **Lazer e recreação**. São Paulo: SENAC, 1998.

CASTELLI, G. **Turismo: atividade Marcante**. 4. ed. Caxias do Sul: Educs, 2001.



- CERVATO, A. M.; DERNTL, A. M.; LATORRE, M. R. D. O.; MARUCCI, M. F. N. Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para a Terceira Idade. **Rev. Nutr.** v. 18, n. 1, Campinas Jan./Feb. 2005.
- CHEIBUB, B. L. **Lazer, experiência turística, mediação e cidadania: um estudo sobre o projeto Turismo Jovem Cidadão (SESC-RJ)**. Dissertação (Mestrado) Belo Horizonte: UFMG, 2009.
- CUPERTINO, A. P. F. B.; ROSA, F. H. M.; RIBEIRO, P. C. C. Definição de envelhecimento saudável na perspectiva de indivíduos idosos. **Psicol. Reflex. Crit.** v. 20, n. 1, Porto Alegre, 2007.
- DE MASI, D. **O ócio criativo**. Rio de Janeiro: Sextante, 2000.
- DUMAZEDIER, J. **Sociologia Empírica do Lazer**. São Paulo: Perspectiva, 1999.
- EMBRATUR. **Glossário de turismo**. Disponível em: <<http://www.turismo.gov.br/>>. Acesso em fev. 2016.
- FROMER, B.; VIEIRA, D. D. **Turismo e terceira idade**. São Paulo: Aleph, 2003.
- GARCIA, R. M. P. Produção de espaço pelo lazer e turismo. **Revista Eletrônica da Associação dos Geógrafos Brasileiros – Seção Três Lagoa-MS**, v. 1, n. 5, ano 4, maio de 2007.
- GASTAL, S. **Alegorias urbanas: o passado como subterfúgio: tempo, espaço e visualidade na pós-modernidade**. São Paulo: Papyrus, 2006.
- HOLANDA, N. **Planejamento e projetos**. Fortaleza: Estrela, 2005.
- IGNARRA, L. R. **Fundamentos do Turismo**. São Paulo: Pioneira, 2001.
- MARCELLINO, N. C. **Terceira idade: tempo de lazer**. 3. ed. Campinas: Autores Associados, 2002.
- MCPHERSON, B. Envelhecimento populacional e lazer. In: **Lazer numa sociedade globalizada: Leisure in a globalized society**. São Paulo. SESC/WLRA, 2000.
- MELO, V. A. de; ALVES JÚNIOR, E. D. **Introdução ao lazer**. Barueri: Manole, 2003.
- MOLETTA, V. F. **Turismo Para a Terceira Idade**. Porto Alegre: SEBRAE-RS, 2000.
- O.M.T - ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE TURISMO. **Tendências de los mercados turísticos**: Edición para Iás Américas. Madrid: Organización Mundial Turismo, 2000.
- SOUZA, T. R. de. **Lazer, Turismo e Políticas Públicas Para a Terceira idade**. Disponível em: <<http://www.revista.inf.br/turismo04/artigos/art01.pdf>>. Acesso em fev. 2016.
- WEINSTEIN, A. **Segmentação de Mercado**. Tradução Celso A. Rimoli. São Paulo: Atlas, 1995.