

# RELAÇÃO INTERGERACIONAL E PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE AVÓS E NETOS

**Alice Souza Noronha Nepomuceno**

Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Gelcemar Oliveira Farias**

Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Alexandra Folle**

Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

**Giovana Zarpellon Mazo**

Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil

## Resumo

Com o objetivo de analisar a relação intergeracional entre avós e netos e a prática de atividades físicas (AF), foram entrevistados 20 idosos e 20 netos. A percepção dos netos sobre a prática de AF de suas avós é positiva. A maioria das avós diz que tem influência nos hábitos de AF dos seus netos, mas estes não reconhecem tal influência. Todas as avós consideram que a prática de AF proporciona benefícios aos seus netos, e estes, para as suas avós. As avós incentivam os netos a fazerem AF e poucos deles as motivam. Há relações intergeracionais entre os avós e seus netos na prática de AF.

**Palavras-chave:** Idosos. Estudantes. Relação entre gerações. Atividade motora.

## Introdução

Um aumento expressivo da população idosa e da expectativa de vida vem sendo explicado pela atual transição demográfica mundial (IBGE, 2010; CAMARANO; KANSO, 2011). Por sua vez, o envelhecimento populacional traz mudanças nas estruturas familiares, que vêm se tornando menores e com um número maior de idosos em sua composição, o que pode ser notado pelo aumento da proporção de famílias convivendo entre várias gerações e com idosos residindo junto a elas.

A importância da intergeracionalidade, ou seja, a aproximação entre jovens e idosos é discutida e enfatizada pela Política Nacional do Idoso e pelo Estatuto do Idoso (BRASIL, 1994; 2003). O convívio intergeracional promove o desenvolvimento de atitudes mais positivas em relação às demais gerações, além do enriquecimento cultural derivado das trocas de experiências próprias de cada geração, por meio de um processo de coeducação, em que os jovens transmitem aos idosos novos hábitos e valores, além das novas tecnologias, ao mesmo tempo em que os idosos repassam aos jovens a história da família e da comunidade, além de diferentes modelos de como lidar com o envelhecimento (FERRIGNO, 2007).

Neste sentido, estudos relacionados à temática das relações intergeracionais têm sido desenvolvidos para melhor compreender as distintas mediações e relações humanas em diferentes tempos de vida. É possível mencionar que estas investigações estão centradas na área da Enfermagem (SILVA et al., 2015), da Saúde Mental (RIBEIRO; BASTO-PEREIRA; MAIA, 2016) e da Psicologia (TORRES et al., 2015), carecendo de estudos voltados à área da Educação Física.

O conceito de transmissão intergeracional compreende a travessia de uma geração à seguinte de legados, de rituais e de tradições, a qual pode ser consciente ou inconsciente (MAGALHÃES; FÉRES-CARNEIRO, 2004). Pode-se estabelecer na transmissão intergeracional a correlação entre os valores experienciados e os valores que são repassados às futuras gerações (LUNDBERG et al., 2000).

Neste contexto, destaca-se a transmissão de conhecimentos e hábitos saudáveis, relativos ao estilo de vida. O estilo de vida envolve um conjunto de comportamentos/ações habituais que refletem os valores, as atitudes e as oportunidades na vida e na sociedade em que se vive (NAHAS, 2010). Além disso, Ciconetti et al. (2002) enfatizam que os hábitos são passíveis de serem modificados ou, pelo menos, influenciados dentro de um espaço de tempo e do ambiente em que a pessoa está inserida. Assim, acredita-se que os hábitos relacionados à prática de atividades físicas (AF) possam ser influenciados dentro da perspectiva dos convívios intergeracionais.

A manutenção de hábitos de AF durante o curso da vida é fundamental. Na adolescência, esses hábitos determinam parte dos níveis de AF na fase adulta (HALLAL et al., 2006; MARANI; OLIVEIRA; GUEDES, 2007). Na velhice, esses hábitos trazem benefícios que não se restringem aos campos físico-funcional e mental dos indivíduos, mas repercutem também na dimensão social, melhorando o desempenho funcional e mantendo a independência e a autonomia daqueles que envelhecem (ZAITUNE et al., 2007; MAZO; LOPES; BENEDETTI, 2009). Além disso, reduzem os efeitos do processo natural do envelhecimento, melhorando de uma forma geral a qualidade de vida (CARNES; OLSHANSKY; GRANH, 2003; MATSUDO; MARIN; MATSUDO, 2008) e reduzindo riscos e prevalência de morte prematura (CHODZKO-ZAJKO et al., 2009).

Na literatura, encontram-se investigações que analisaram os fatores determinantes para a prática de AF (SEABRA et al., 2008; FIGUEIRA JUNIOR, 2009), apontando-se fatores de cunho demográfico-biológico (idade, sexo, status socioeconômico) e sociocultural (família, amigos e professor de Educação Física) (SEABRA et al., 2008), sendo destacada a importância do nível de estímulo da família e da participação dos amigos da escola e fora dela (FIGUEIRA JUNIOR, 2009). Nesta perspectiva, o contexto escolar e principalmente a Educação Física Escolar, por ser uma disciplina que trata do corpo em movimento, são privilegiados pelo potencial de promoção de AF entre os jovens que são influenciados, direta ou indiretamente, pelo extenso tempo semanal que passam inseridos neste contexto (COSTA; GARCIA; NAHAS, 2012).

No que tange ao papel do suporte social, estudos investigaram a influência dos pais no estilo de vida ativo de seus filhos (FIGUEIRA JUNIOR, 2000; FÉLIX et al., 2010). No entanto, nota-se a carência de estudos relativos à temática da AF envolvendo a relação entre avós e netos e a prática de AF. Neste sentido, este estudo tem como objetivo analisar a relação intergeracional e a prática de atividades físicas entre avós e netos.

## Metodologia

Trata-se de um estudo transversal descritivo, com abordagem quantitativa e qualitativa dos dados coletados (GIL, 2009). No primeiro momento, realizou-se um levantamento com todas as idosas pertencentes ao programa de extensão Grupo de Estudos da Terceira Idade

(GETI), do Centro de Ciências da Saúde e do Esporte (CEFID), vinculado à Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), de modo a verificar aquelas que tinham neto com idade escolar, matriculados no Ensino Fundamental. A opção pelas mulheres idosas ocorreu devido à predominância feminina no programa de extensão (MAZO et al., 2014).

Dentre as idosas pertencentes ao GETI, foram selecionadas aquelas que atendiam aos seguintes critérios de inclusão: ser mulher; ter idade igual ou superior a 60 anos; praticar uma ou mais modalidades de AF no GETI (hidroginástica, natação, ginástica, musculação, caminhada, ioga); ter mais de um ano de frequência no grupo, e ter neto estudante do Ensino Fundamental, residente na cidade de Florianópolis (SC). Para a seleção do neto, foram adotados como critérios: ter de 6 a 17 anos de idade; de ambos os sexos; estar cursando o Ensino Fundamental (1<sup>a</sup> ao 9<sup>o</sup> ano); residir em Florianópolis (SC), e que seu responsável e a avó aceitassem participar da pesquisa. Diante destes critérios, participaram do estudo 20 idosas praticantes de AF e seus respectivos netos, sendo estes 20 escolares do Ensino Fundamental.

Para a coleta dos dados, foram realizadas duas entrevistas, uma direcionada às idosas e outra para aos seus netos. A entrevista realizada com as idosas foi composta por quatro blocos temáticos, quais sejam: dados de identificação (nome, idade, telefone para contato); características sociodemográficas (estado civil, moradia, religião, ocupação atual); condições de saúde (estado de saúde atual, dificuldade para praticar AF, doença, medicamentos, tabagismo); prática de AF (modalidade física praticada no GETI; prática de AF regular fora do GETI), e relações intergeracionais (frequência de contato/convívio com o neto, percepção da influência de sua prática de AF regular na prática de AF do neto, opinião sobre a prática do neto e incentivo ao neto para a prática de AF).

A entrevista realizada com os netos também foi composta por quatro blocos: dados de identificação (nome, data de nascimento, idade, ano escolar, endereço, telefone para contato); condições de saúde (estado de saúde atual, dificuldade para praticar AF, presença de doenças, uso de medicamentos); prática de AF (frequência semanal de prática de Educação Física escolar, prática de AF fora da escola); relações intergeracionais (prática de AF junto com a avó, percepção da influência de sua prática de AF na prática de AF de sua avó, prática de AF regular da sua avó, incentivo à prática de AF da avó).

O estudo foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisas em Seres Humanos da Universidade do Estado de Santa Catarina, sob o protocolo nº 649.092. As idosas participantes do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, declarando sua aceitação de participação na pesquisa, enquanto os netos assinaram o Termo de Assentimento e seus responsáveis assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, aceitando a participação de seus filhos/netos no estudo.

As entrevistas individuais com as idosas foram realizadas nas dependências do GETI/CEFID/UDESC. Na sequência, para a realização das entrevistas com os netos, foi necessário contatar os seus familiares e agendar dia, horário e local disponível para a efetivação das entrevistas, as quais foram realizadas na sua maior parte na residência de cada um.

Os dados quantitativos foram analisados de forma descritiva por meio de frequência simples (variáveis categóricas), média e desvio-padrão, enquanto os dados qualitativos foram analisados considerando o processo de análise de conteúdo temática, seguindo as orientações de Minayo (2008).

## Resultados

## Características de avós e netos

A Tabela 1 apresenta as características sociodemográficas das avós (idosas) e dos netos (escolares) participantes deste estudo, constatando-se que a média de idade das avós é de 69 anos (consideradas idosas-jovens) e a maioria delas é casada e aposentada, enquanto os netos têm idade média de 10 anos e estudam nos anos iniciais do Ensino Fundamental.

**Tabela 1** – Características sociodemográficas das avós e dos netos.

<b>AVÓS</b>		<b>NETOS</b>	
<b>Idade</b> (anos em média/desvio-padrão)	69,71/6,68	<b>Idade</b> (anos em média/desvio-padrão)	10,3/2,36
<b>Estado Civil</b>	<b>f</b>	<b>Sexo</b>	<b>f</b>
Casada	13	Feminino	11
Viúva	7	Masculino	9
		<b>Ano escolar</b>	
		2°	3
		3°	2
<b>Ocupação atual</b>		4°	2
Aposentada	12	5°	6
Aposentada e pensionista	4	6°	1
Não remunerada ativa	4	7°	1
		8°	2
		9°	3
<b>Total</b>	<b>20</b>		<b>20</b>

f= frequência

**Fonte:** Elaborado pelos autores, 2017.

Na Tabela 2, observam-se as condições de saúde de avós e netos, verificando-se que a maioria das avós considera seu estado de saúde “bom” e que este não dificulta a prática de AF regularmente. Além disso, destaca-se entre as doenças informadas a hipertensão arterial e também o fato de que as idosas necessitam tomar medicamentos diariamente e não fumam. Dentre os netos, estes consideram seu estado de saúde atual de “ótimo” a “bom” e que seu estado de saúde atual não dificulta a prática de AF. Para os que manifestam dificuldades, sintomas como falta de ar e dor são os mais citados. Evidenciou-se ainda que apenas dois netos sofriam de alguma doença, dentre elas ansiedade e asma, necessitando de tratamentos com medicamentos.

**Tabela 2** – Condições de saúde das avós e dos netos.

<b>Variáveis</b>	<b>AVÓS (n=20)</b> f	<b>NETOS (n=20)</b> f
<b>Estado de saúde atual</b>		
Ótimo	4	10
Bom	12	7
Regular	3	3
Ruim	1	0
Muito ruim	0	0
<b>Dificuldade para prática AF</b>		
Não	17	15
Sim	3	5
<b>Sim - Tipo</b>		
Cansaço	1	-
Dor	2	1
Falta de ar	-	4
<b>Doença</b>		
Não	4	18
Sim	16	2
<b>Sim - Tipos</b>		
Hipertensão	10	0
Diabetes	3	0
Artrose	3	0
Depressão	3	0
Osteopenia	3	0
Osteoporose	2	0
Doença cardíaca	2	0
Fibromialgia	1	0
Artrite reumatoide	1	0
Gastrite	1	1
Asma	0	1
Ansiedade	0	0
Outras	2	0
<b>Medicamentos</b>		
Não	2	18
Sim	18	2
<b>Tabagismo</b>		
Não	20	20

f= frequência

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

Com relação à prática de AF, a Tabela 3 evidencia as modalidades praticadas pelas idosas, além daquelas realizadas no programa de extensão GETI, bem como as modalidades praticadas pelos netos, fora da escola e na Educação Física escolar. As informações obtidas revelam que as principais modalidades praticadas pelas idosas no GETI são: hidroginástica e natação. Ressalta-se que, dentre as 20 idosas participantes do estudo, apenas oito praticam AF fora do GETI, sendo a caminhada a mais citada. Por sua vez, além das práticas de AF realizadas na Educação Física, alguns netos praticam outras AF, como futebol, natação, tênis e vôlei. A dança, independente do seu estilo/tipo, foi a única modalidade de AF que tanto as avós como os netos realizam.

**Tabela 3** – Prática de AF das avós e dos netos.

Variáveis	AVÓS (n=20) Além do GETI f	NETOS (n=20) Além da EFE f
<b>Prática AF</b>		
Sim	8	11
Não	12	9
<b>Tipo AF praticadas</b>		
Caminhada	5	0
Ginástica	1	0
Pilates	1	0
Dança	1	2*
Futebol	0	3*
Natação	-	3*
Tênis	-	3*
Voleibol	-	2*
Surfe	-	1*
Skate	-	1*

f= frequência; \*=Mais de uma opção de AF; EFE= Educação Física Escolar; AF= Atividade Física; GETI= Grupo de Estudos da Terceira Idade.

**Fonte:** Elaborado pelos autores, 2017.

Os resultados encontrados revelaram ainda que, das oito avós que praticavam AF além do GETI, quatro tinham netos que não praticavam AF extras à EFE. Da mesma forma, daquelas avós que citaram não praticar AF além do GETI (n=12), sete tinham netos que praticavam AF além das aulas de Educação Física.

#### Convívio intergeracional entre avós e netos

No que se refere à frequência de convívio intergeracional entre os netos e suas respectivas avós, revelou-se que dez idosas convivem diariamente com seus netos e, destas, quatro moram junto com eles, seis convivem de duas a três vezes por semana, duas convivem apenas uma vez na semana e duas convivem apenas uma a duas vezes por mês.

Ao questionar os netos sobre a realização de atividades em conjunto com suas respectivas avós, apenas oito citaram praticar AF conjuntamente, como caminhada (n=5), futebol (n=2), brincadeiras envolvendo corridas (n=2), ioga (n=1) e trilhas (n=1). Os netos (n=12) que não praticam atividades com suas avós apresentaram as seguintes razões como justificativa: pouco tempo juntos (n=3), morarem longe (n=2), avó mostrar-se indisposta (n=2), falta de convites (n=2), netos e avós terem suas próprias ocupações (n=1), avó levar outra companhia, além da neta que se sente “deslocada” com isso (n=1), avó ter problema no joelho (n=1), pouco espaço na casa da avó (n=1) e não ter motivos (n=1).

No que tange à frequência de convívio com suas avós, dos 11 netos que praticam AF além da Educação Física, quatro mantêm frequência diária de convívio, seis convivem com as avós de dois a três dias na semana e um vê sua avó apenas uma vez na semana. Além disso, considerando a frequência de convívio entre os netos praticantes de AF extra Educação Física (n=4) e as avós praticantes de AF extra GETI (n=4), verifica-se que um neto convivia diariamente com sua avó e três conviviam de duas a três vezes na semana. Dentre os netos em questão, dois praticam atividades com as avós, mas nenhum acredita que sua prática influencia na prática de sua avó (Quadro 1).

#### Quadro 1 – Percepção dos netos sobre a prática de AF com as avós.

Percepções	Análise
“Não, porque ela já fazia antes de mim” (N1, 10 anos)	Práticas descontextualizadas entre avós e netos
“Não tem nada a ver, ela tem as coisas dela, se ela achava que tinha que fazer ela foi lá e fez, é um momento para ela e ela gosta de fazer” (N2, 11 anos)	
“Não, acho que ela foi porque foi” (N3, 7 anos)	
“Não, porque antes de eu fazer futsal ela já fazia ioga” (N4, 10 anos).	

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

No tocante à percepção dos netos sobre a prática de AF de suas avós, observou-se ainda que esta tende a ser positiva, como demonstram os depoimentos de alguns escolares (Quadro 2).

### Quadro 2 – Percepção dos netos sobre a AF das avós.

Percepções	Análise
“É bom para ela ficar saudável” (N1, 10 anos)	Relação positiva na prática de AF das avós
“Muito bom para ela... para a saúde dela!” (N2, 11 anos),	
“Faz bem para a postura dela” (N3, 7anos)	
“Legal, porque ela gosta de caminhar, não é muito de ficar em casa, ela fica se queixando que é meio gordinha, mas eu não acho na real, mas é bom pra ela” (N4, 10 anos).	

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

Com relação ao incentivo dos netos praticantes de AF fora do horário escolar e das avós praticantes de AF extra GETI para a prática de AF das avós, quatro não incentivam, porque consideram que isto é uma decisão delas, como demonstram seus depoimentos (Quadro 3).

### Quadro 3 – Incentivo dos netos em relação à prática da AF das avós.

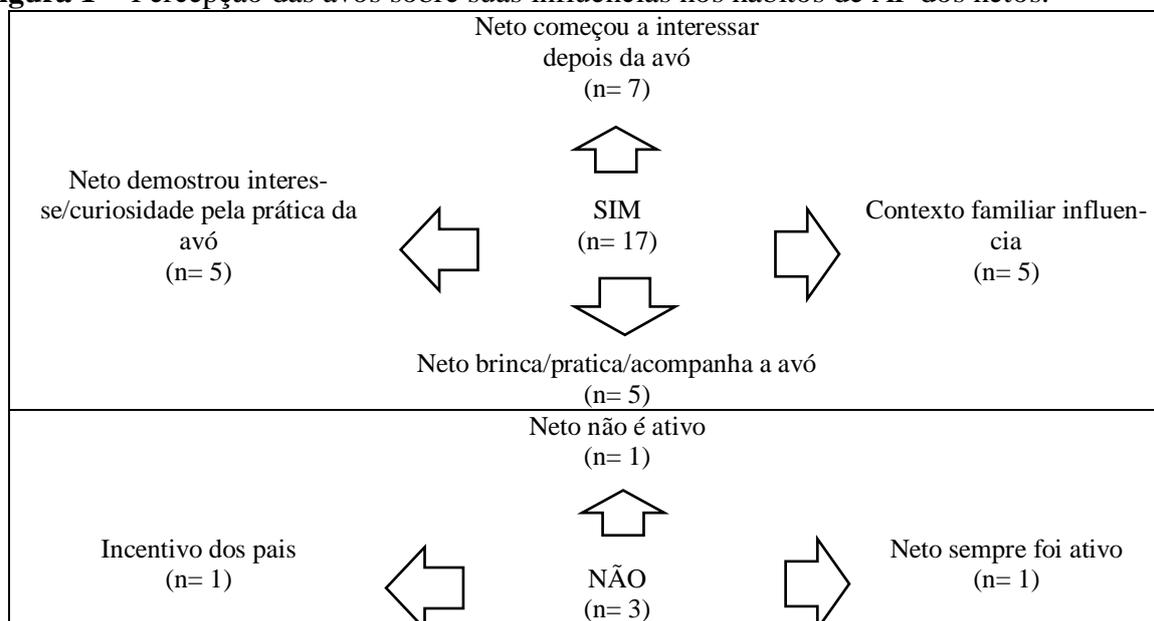
Percepções	Análises
“Não incentivo porque acho que ela vai de qualquer jeito” (N1, 10 anos)	Incentivo para a AF
“Não incentivo porque ela faz por ela fazer, eu nem preciso dizer” (N2, 11 anos);	
“Não, eu nunca falei, não sei por que, e eu só fiquei sabendo ano passado” (N3, 7 anos)	
“Sim. Algumas vezes, quando ela está cansadinha, eu digo que não tem problema ela não ir. E eu falei uma vez para ela fazer ioga. Lembro disso...” (N4, 10 anos).	

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

Dentre as avós desses quatro netos, todas acreditam influenciar e incentivar a praticar de AF de seus netos. Por sua vez, quanto à opinião delas sobre a prática de AF dos netos, foram mencionados aspectos relacionados à melhoria da saúde, para o desenvolvimento/crescimento, para fazer amizades/sociabilização, diminuir o tempo em frente ao computador e à televisão, além do aspecto emocional. Além disso, em relação à percepção das avós sobre sua influência nos hábitos de AF de seus netos, observou-se que 17 delas dizem que os influenciam e apenas três não se percebem influenciando os netos. Entre as que influenciam, destaca-se a influência intergeracional relacionada às questões do contexto familiar ativo, em que os netos se interessam pelas práticas das avós e dos pais, buscando satisfazer o desejo

pela AF despertado nestas relações. Por outro lado, das avós que não influenciam (n=3), duas dizem que os netos sempre foram ativos e uma diz que o incentivo é dos pais e não dela (Figura 1).

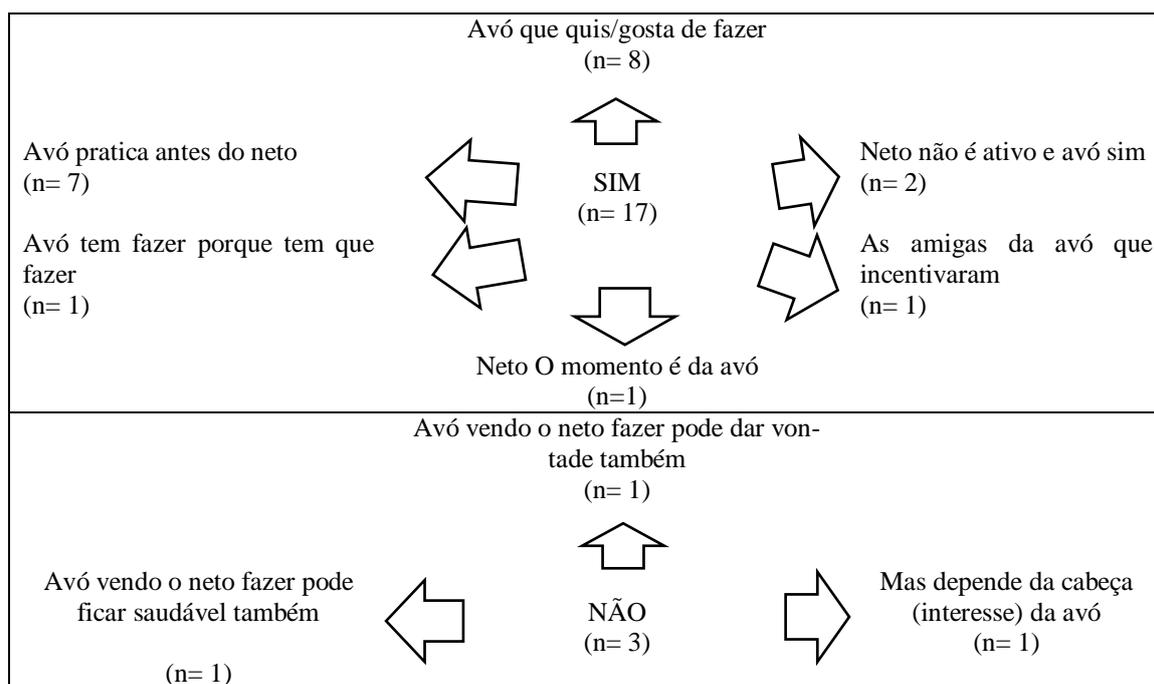
**Figura 1** – Percepção das avós sobre suas influências nos hábitos de AF dos netos.



**Fonte:** Elaborado pelos autores, 2017.

Ao analisar a percepção dos netos quanto às influências nos hábitos de AF de suas avós, observa-se, na Figura 2, que 17 netos revelam que não as influenciam e apenas três se percebem influenciando suas avós, contrariamente à percepção de suas avós com relação à influência da prática de AF de seus netos. Dos que influenciam, há referências sobre a influência relacionada à avó sobre também querer ficar saudável ao vê-lo saudável, a possibilidade de despertar na avó a vontade de praticar também ao vê-lo praticar e o fato de que influenciam, mas que isto dependerá do interesse da própria avó à prática de AF (Figura 2). Já entre os 17 netos que disseram que não influenciam na prática de AF de suas avós, a maioria explicou este fato porque a avó quis/gosta de fazer – “Acho que não tem nada a ver, ela que achou, ela que quis fazer” (N5, 8 anos) – e que ela praticava antes dele: “Não tem nada a ver porque eu comecei agora e ela já fazia” (N6, 13 anos).

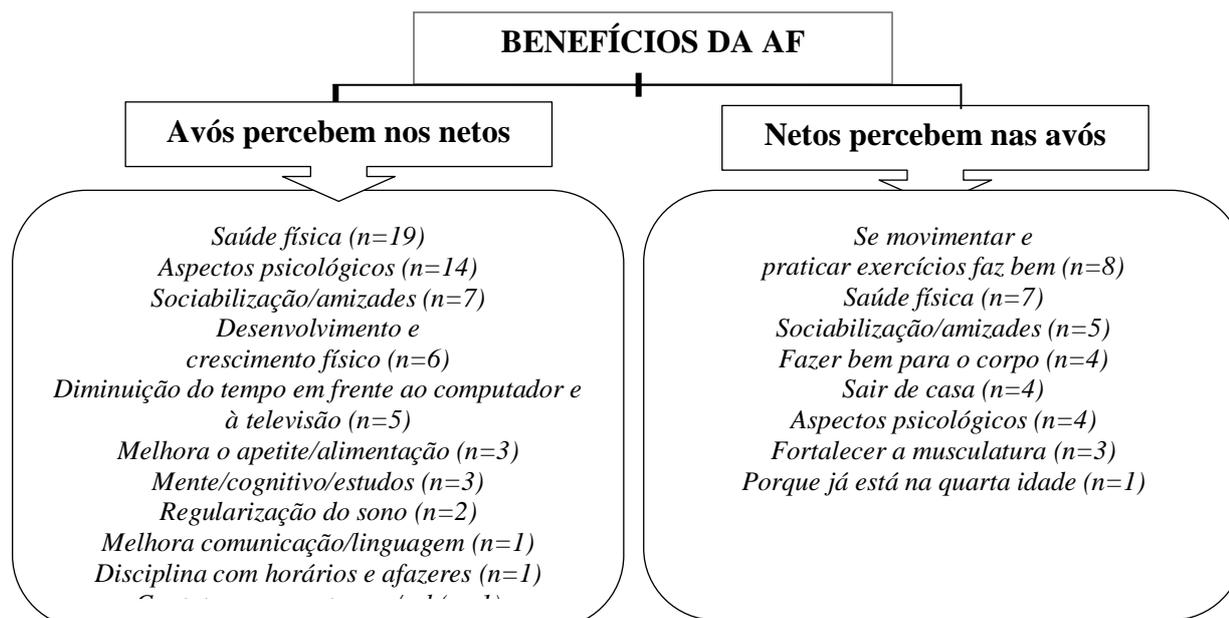
**Figura 2** – Percepção dos netos sobre sua influência nos hábitos de AF das avós.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

Na Figura 3, apresentam-se as diferentes opiniões das avós sobre os benefícios da prática de AF por seus netos, bem como as destes em relação à prática de AF por suas avós. Revela-se que, entre as avós, todas consideram que a prática de AF proporciona benefícios aos seus netos, principalmente, nos seguintes aspectos: melhora a saúde física (funcionamento do organismo, melhora a mobilidade física, elasticidade e agilidade, sensação de bem-estar, redução da obesidade e cansaço); auxilia nos aspectos psicológicos (maior disposição e motivação no dia a dia, tranquilidade/calma, otimismo, melhora do humor, maior felicidade, gosto pela prática, aprender a ganhar e perder); sociabilização e vínculos de amizades. Todos os netos também citaram benefícios da AF às avós nos seguintes aspectos: para se movimentar e praticar exercícios, melhora a saúde física e para sociabilização/amizades.

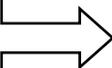
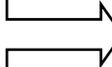
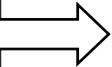
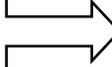
**Figura 3** – Opiniões das avós sobre os benefícios da prática de AF de seus netos e vice-versa.



Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

A Figura 4 apresenta os incentivos à prática de atividade física por parte das avós e dos netos. A maioria das avós (n= 18) utiliza mais e variadas formas de incentivo aos netos à prática de atividade física do que eles em relação a elas. Além disso, destacam-se os discursos dos benefícios da AF para a saúde, a necessidade de os netos praticarem e de que facilitem esta prática. Para isto, como exemplos, matriculam seus netos nas modalidades de AF e os acompanham nas atividades. Os poucos netos que incentivam suas avós utilizam apenas de discursos acerca da prática de AF.

**Figura 4** – Incentivo à prática de atividades físicas por parte das avós e dos netos.

AVÓS → NETOS	<p><b>NÃO</b> (n=2) <i>Por quê?</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Porque o neto já faz (n=1)</i></li> <li>• <i>O incentivo é dos pais (n=1)</i></li> </ul>
	<p><b>SIM</b> (n=18) <i>De que forma?</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Diz que faz bem para a saúde (n=7)</i></li> <li>• <i>Diz que o neto precisa praticar (n=7)</i></li> <li>• <i>Matricula/leva o neto para a prática (n=5)</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Diz para se movimentar (n=4)</i></li> <li>• <i>Diz para sair de casa (n=4)</i></li> </ul> </li> <li>• <i>Conta como era sua infância ativa (n=3)</i></li> <li>• <i>Chama o neto para assistir às modalidades esportivas na TV (n=2)</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Elogia a prática do neto (n=2)</i></li> </ul> </li> <li>• <i>Diz que é bom p/ fazer amizades (n=2)</i></li> <li>• <i>Diz para sair da frente da dos eletrônicos (n=2)</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Outros (n=6)</i></li> </ul> </li> </ul>
NETOS → AVÓS	<p><b>NÃO</b> (n=17) <i>Por quê?</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Nunca pensou/lembrou de falar (n=7)</i></li> <li>• <i>Não precisa falar, a avó já pratica (n=6)</i></li> <li>• <i>Neto não sabia da prática da avó (n=3)</i></li> <li>• <i>O neto acredita não ter idade para isso (n=1)</i></li> <li>• <i>O pai da neta (filho da avó) já incentiva (n=1)</i></li> </ul>
	<p><b>SIM</b> (n=3) <i>De que forma?</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Falou que é bom fazer (n=1)</i></li> <li>• <i>Falou que a avó devia fazer algum exercício para a saúde (n=1)</i></li> <li>• <i>Falou para a avó praticar quando não estiver cansada (n=1)</i></li> </ul>

Fonte: Elaborado pelos autores, 2017.

## Discussão

As informações obtidas revelaram um convívio intergeracional frequente entre avós e netos e que, apesar do baixo número de AF conjuntas em seus cotidianos, as avós procuram incentivar os netos à prática de AF, especialmente por acreditarem que esta pode trazer benefícios para a saúde física e psicológica, além da sociabilização dos jovens.

A análise do convívio intergeracional entre avós e netos revelou que a maioria dos netos convive diariamente ou mantém contato constante com suas avós. Lopes, Neri e Park (2005) indicam que, antigamente, o comum era os avós cuidarem dos netos de maneira esporádica e casual. No entanto, atualmente, sabe-se, com frequência, de avós que ajudam seus filhos a cuidarem das crianças, ou ainda que se tornam cuidadores integrais e até legais dos netos, podendo este fato configurar-se como aspectos positivos ou negativos, dependendo das relações estabelecidas e dos motivos que afastaram pais e filhos, levando a um contato mais

direto entre avós e netos. Por outro lado, Dessen (2007) explica que o convívio das “famílias multigeracionais”, ou seja, entre quatro ou até mais gerações, foi proporcionado a partir da melhoria da qualidade de vida, que levou ao prolongamento dos anos de vida da população nas sociedades ocidentais. Esse convívio entre gerações tem sido muito frequente em famílias com adolescentes grávidas ou nas quais os pais trabalham fora, com os avós assumindo os papéis de mãe e pai.

Nesse cenário, Bertizoli e Calobrizzi (2009) indicam que é possível constatar que netos adolescentes frequentemente mantêm uma relação harmoniosa com seus avós e que se torna importante a existência de vínculos afetivos nestes relacionamentos, para que ocorra um processo coeducativo adequado e saudável, com transmissão de costumes, valores e sabedoria em diversas esferas da vida. Além disso, Schmidt (2007) reflete que o convívio intergeracional mediado por relações familiares possibilita a coeducação entre avós e netos, visando à troca de conhecimentos, afetividade e valores quando há reciprocidade entre as gerações.

Os resultados demonstraram ainda que, apesar do frequente convívio entre netos e avós, poucos são aqueles que praticam AF em conjunto, evidenciando-se que, em função de motivos variados, avós e netos não têm uma relação muito estreita na prática de AF. Além disso, apesar de não praticarem AF conjuntamente, as avós praticam diferentes modalidades no GETI e algumas até mesmo fora das atividades do programa de extensão ao qual estão vinculadas. Além disso, mais da metade dos escolares pratica AF além da Educação Física escolar.

Investigações desenvolvidas com mulheres idosas residentes nas capitais catarinense (MAZO et al., 2005) e baiana (TRIBESS; VIRTUOSO JÚNIOR; PETROSKI, 2009) e no interior gaúcho (KURA et al., 2004) revelaram que idosas têm sido classificadas como ativas fisicamente. Os resultados destas e da presente pesquisa revelam informações importantes para a reflexão sobre o envelhecimento no Brasil.

No que tange à participação em AF dos netos, reflete-se que as aulas de Educação Física têm um importante papel na promoção da AF, sugerindo que o acesso às informações e às experiências que estão sujeitas a serem vivenciadas nestes momentos poderão contribuir para atitudes mais positivas e, conseqüentemente, para um maior nível de prática de AF pelos estudantes fora da escola (HARDMAN et al., 2013).

No tocante aos benefícios, todas as avós e os netos percebem diversos benefícios resultantes da prática de AF uns dos outros, sendo apontadas em comum melhorias para a saúde física e para a sociabilização. Apesar de os netos reconhecerem os benefícios da prática de AF pelas avós, este reconhecimento parece não ultrapassar as informações divulgadas socialmente de que a AF faz bem para o corpo e para a vida social, configurando, assim, uma visão de senso comum. Os resultados de investigações relativas aos motivos da prática regular de AF por mulheres idosas corroboram os benefícios percebidos por avós e netos, uma vez que as idosas costumam praticar AF para melhorar ou manter o estado de saúde, além de prevenir doenças e aumentar o contato social-socialização (GOMES; ZAZÁ, 2009; EIRAS et al., 2010).

A grande parte das avós cita incentivar e se sentir influenciadora dos hábitos de AF dos netos. De acordo com Maissiat e Biazus (2013), é na velhice, etapa mais duradoura da vida, que as pessoas acabam refletindo sobre suas jornadas percorridas por um ideal maior que muitas vezes só se concretizará em seus filhos ou netos. Com base nisto, pode-se pensar que as avós, por já estarem num estágio da vida no qual as enfermidades são mais frequentes e por estas as associarem aos hábitos cultivados durante a vida, adotam uma postura de maior recomendação da prática de AF para seus netos, tentando preveni-los de doenças e visando a melhoras na saúde.

Diferentemente das avós com relação aos netos, poucos foram aqueles que se declararam incentivadores da prática de AF por suas avós. A maioria deles explicou isto pela razão

de suas avós serem autodeterminadas em suas AF, dispensando seus incentivos, e/ou porque nunca pensaram em incentivá-las ou se lembraram em fazê-lo. A evidência dos netos não julgarem necessário o incentivo, não pensarem ou não se lembrarem disto leva-nos a acreditar que isso se deva ao fato de, apesar dos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1997) sugerirem a proposta da saúde na escola, a discussão acerca desta relacionada com o envelhecimento e seus desdobramentos ainda é escassa (FARINATTI; FERREIRA, 2006).

Ainda em relação aos principais motivos da falta de incentivos por parte dos netos à prática de AF pelas avós, e somado ao fato de estes não acreditarem ser influenciadores nessa prática, é possível associá-los à ideia que Mezzaroba (2012, p. 243) compartilha, de que a Educação Física “deve ter uma preocupação pedagógica mais ampla, de indivíduos que cuidem da sociedade, de seu ambiente de vida, pois é nele que suas múltiplas relações sociais ocorrem”. Considerando as relações sociais familiares a partir da perspectiva supracitada, a apropriação de conhecimentos específicos ligados ao conteúdo da saúde no processo de envelhecimento humano durante as aulas de Educação Física pode ser um importante fator contribuinte para a socialização de informações que vão além do senso comum e alertem para a importância de hábitos saudáveis de AF nas diferentes etapas da vida, incluindo a velhice, o que poderia tornar as crianças mais cientes destes conhecimentos e de sua capacidade de incentivar e influenciar os hábitos de AF dos mais velhos.

## Conclusão

Avós e netos residentes na mesma cidade mantêm um convívio intergeracional frequente, entretanto, poucos praticam AF em conjunto. Diante disto, pode-se sugerir que, em sua maioria e em função de motivos variados, avós e netos não têm uma relação muito estreita nas atividades extraprograma do GETI e nas aulas de Educação Física no contexto escolar.

A maioria das avós oferece incentivos aos netos para a prática de AF, destacando-se os discursos acerca dos benefícios da AF para a saúde e da necessidade de os netos a praticarem, bem como facilitam esta prática, matriculando-os nas modalidades de AF e acompanhando-os nas atividades. Poucos netos oferecem incentivos às avós, e estes se limitam a incentivá-las por meio de discursos acerca da prática de AF.

A percepção da influência da prática de AF das avós na prática de seus netos foi notória. A maioria das avós acredita influenciar os netos principalmente pelo contexto familiar ativo, no qual os netos se interessam pelas práticas das avós e dos pais, buscando satisfazer o desejo pela AF despertado nestas relações. Quanto aos netos, a maioria não acredita que possa influenciar a prática das avós e, entre os que acreditam, eles se referem à possibilidade de elas também desejarem ficar saudáveis e praticar AF ao vê-los saudáveis e praticando.

Tanto as opiniões das avós quanto as dos netos sobre a prática de AF foram positivas e ressaltaram seus benefícios. Porém, é notável uma diferença na qualidade dos conhecimentos, com as avós demonstrando ter mais informações sobre a importância desta prática.

Sugerem-se novas pesquisas intergeracionais sobre hábitos de AF que envolvam outras gerações, como mães ou pais dos netos, além de estudos com netos de outros níveis de ensino para investigar se há diferença de distanciamento/aproximação entre avós e netos de diferentes estratos etários. Recomenda-se também que sejam mais difundidos, durante as aulas de Educação Física, conhecimentos acerca dos benefícios da prática de AF em todo o processo de envelhecimento. Ou seja, não apenas na juventude, mas também na velhice, para que, somando-se à possibilidade de um contexto familiar ativo, se possam formar cada vez mais escolares conscientes da importância dos hábitos de AF para a saúde. Além disso, sugere-se que instituições como as escolas e/ou grupos de AF para a terceira idade promovam atividades em conjunto entre netos e avós para que se criem hábitos passíveis de serem reproduzidos intergeracionalmente fora do âmbito destas instituições.

---

## INTERGENERATIONAL RELATIONSHIP AND PHYSICAL ACTIVITY PRACTICE BETWEEN GRANDMOTHERS AND THEIR GRANDCHILDREN

**Abstract**

With the objective of analyze the intergenerational relationship between grandmothers and their grandchildren regards to physical activities (PA) practices, were interviewed 20 older women and 20 grandchildren. The grandchildren's perception of their grandparents' PA practice is positive. Most grandmothers say they have an influence on their grandchildren's PA habits, but their grandchildren did not recognize it. All grandmothers consider that the practice of PA provides benefits to their grandchildren, and their grandchildren agree with the benefits of PA to their grandmothers. Grandmothers encourage their grandchildren to do PAs, but few of them motivate them. There are intergenerational relationships between the grandmothers and their grandchildren in the practice of PA.

**Keywords:** Older people. Schoolchildren. Relation between generations. Motor activity.

## RELACIÓN ENTRE LAS GENERACIONES Y PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA ENTRE ABUELOS Y NIETOS

**Resumen**

Con el objetivo de analizar la relación intergeneracional entre abuelos y nietos y la actividad física (PA), que fueron entrevistados 20 ancianos y 20 nietos. La percepción de los nietos en la práctica de AF de sus abuelos es positivo. La mayoría de las abuelas dice que tiene influencia en los hábitos de AF de sus nietos, pero no reconocen tal influencia. Todas las abuelas consideran que la práctica de AF proporciona beneficios a sus nietos, y estos a sus abuelas. Las abuelas incentivan los nietos a hacer AF y pocos de ellos, las motivan. Hay relaciones intergeneracionales entre los abuelos y sus nietos en la práctica de AF.

**Palabras clave:** Ancianos. Estudiantes. Relación entre generaciones. Actividad motora.

**Referências**

BERTIZOLI, R. I.; CALOBRIZZI, M. D. D. Um estudo intergeracional entre os avós e netos adolescentes da Legião Mirim de Pederneiras e o serviço social nesse cenário de relações. **Revista do Instituto de Pesquisas e Estudos: Construindo o Serviço Social**, Bauru, v. 13, n. 24, p. 1-53, 2009.

BRASIL. Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Política Nacional do Idoso. **Diário Oficial da União**, v. 1, n. 1, 3 out. 2003. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18842.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18842.htm)>. Acesso em: 20 out. 2016.

\_\_\_\_\_. Lei nº 10.741, de 1º outubro de 2003. Estatuto do Idoso. **Diário Oficial da União**, v. 1, n. 1, 3 out. 2003. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm)>. Acesso em: 20 out. 2016.

\_\_\_\_\_. Ministério da Educação. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CAMARANO, A. A.; KANSO, S. Envelhecimento da população brasileira, uma contribuição demográfica. In: FREITAS, E. V.; P. Y. L. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011. p. 58-71.

CARNES, B.A.; OLSHANSKY, S. J.; GRAHN, D. Biological evidence for limits to the duration of live. **Biogerontology**, New York, v. 4, n. 1, p. 31-45, 2003.

CHODZKO-ZAJKO, W. J. et al. American College of Sports Medicine position stand. Exercise and physical activity for older adults. **Medicine & Science in Sports & Exercise**, Indianapolis, v. 41, n. 7, p. 1510-1530, 2009.

CICONETTI, P. et al. Lifestyle and cardiovascular aging in centenarians. **Archives of Gerontology and Geriatrics**, Amsterdam, v. 8, supl., p. 93-98, 2002.

COSTA, F. F.; GARCIA, L. M. T.; NAHAS, M. V. A Educação Física no Brasil em transição: perspectivas para a promoção da atividade física. **Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde**, Pelotas, v. 17, n. 1, p. 14-21, 2012.

DESSEN, M. A. A família como contexto de desenvolvimento. In: FLEITH, D. S. **A construção de práticas educacionais para alunos com altas habilidades/superdotação: o aluno e a família**. Brasília: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Especial, 2007. p. 13-27.

EIRAS, S. B. et al. Fatores de adesão e manutenção da prática de atividade física por parte de idosos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 75-89, 2010.

FARINATTI, P. T. V.; FERREIRA, M. S. **Saúde, promoção da saúde e Educação Física: conceitos, princípios e aplicações**. Rio de Janeiro: Ed. UERJ, 2006.

FÉLIX, E. C. V. O. et al. A influência do estilo de vida fisicamente ativo dos pais na adesão ao comportamento de atividade física dos filhos adolescentes. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, n. 9, v. 1, p. 15-23, 2010.

FERRIGNO, J. C. Co-educação entre gerações: do conflito ao desenvolvimento da solidariedade. In: PAPALÉO NETO, M. **Tratado de gerontologia**. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2007. p. 233-241.

FIGUEIRA JUNIOR, A. J. et al. Atividade física na adolescência: quais fatores são determinantes? **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, São Caetano do Sul, v. 7, n. 21, p. 67-75, 2009.

FIGUEIRA JUNIOR, A. J. **A família, o adolescente e suas relações com a prática de atividade física em região metropolitana e interiorana do estado de São Paulo**. 2000. 143 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.

GIL, A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

GOMES, K. V.; ZAZÁ, D. C. Motivos de adesão à prática de atividade física em idosos. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, Pelotas, v. 14, n. 2, p. 132-138, 2009.

HALLAL, P. C. et al. Adolescent physical activity and health: a systematic review. **Sports Medicine**, Auckland, v. 36, n. 12, p. 1019-1030, 2006.

HARDMAN, C. M. et al. Participação nas aulas de Educação Física e indicadores de atitudes relacionadas à atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 27, n. 4, p. 623-31, 2013.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Dados preliminares do Censo 2010 já revelam mudanças na pirâmide etária brasileira. 2010. Disponível em: <<http://www.ibge.org.br/noticiascenso2010>>. Acesso em: 30 out. 2016.

KURA, G. G. et al. Nível de atividade física, IMC e índices de força muscular estática entre idosas praticantes de hidroginástica e ginástica. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 1, n. 2, p. 30-40, 2004.

LOPES, E. S. L.; NERI, A. L.; PARK, M. B. Ser avós ou ser pais: os papéis dos avós na sociedade contemporânea. **Textos Envelhecimento**, Rio de Janeiro, v. 8, n. 2, 2005. Disponível em: <[http://revista.unati.uerj.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-59282005000200006&lng=pt&nrm=iso](http://revista.unati.uerj.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-59282005000200006&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 25 out. 2016.

LUNDBERG, M. et al. Intergenerational transmission of perceived parenting. **Personality and Individual Difference**, London, Inglaterra, v. 28, n. 5, p. 865-877, 2000.

MAGALHÃES, A. S.; FÉRES-CARNEIRO, T. Transmissão psíquica geracional na contemporaneidade. **Psicologia em Revista**, Belo Horizonte, v. 10, n. 16, p. 243-55, 2004.

MAISSIAT, J.; BIAZUS, M. C. V. **Comunicação entre gerações: uso das novas tecnologias de informação e comunicação como meio de inclusão sócia de idosos**. In: TERRA, N. L. et al. **Envelhecimento e suas múltiplas áreas do conhecimento**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2013. p. 89-93.

MARANI, F.; OLIVEIRA, A. R.; GUEDES, D. P. Indicadores comportamentais associados à prática de atividade física e saúde em escolares do ensino médio **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 15, n. 2, p. 39-46, 2007.

MATSUDO, S. M. M.; MARIN, R. V.; MATSUDO, V. K. R. Atividade física e envelhecimento saudável. **Diagnóstico & Tratamento**, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 142-47, 2008.

MAZO, G. Z. et al. Grupo de Estudos da Terceira Idade – GETI: 25 anos de atuação na extensão universitária. **UDESC em Ação**, Florianópolis, v. 8, n. 1, p. 1-15, 2014.

MAZO, G. Z., LOPES, M. A., BENEDETTI, T. B. **Atividade física e o idoso: concepção gerontológica**. 3. ed. Porto Alegre: Sulina. 2009.

MAZO, G. Z. et al. Nível de atividade física, condições de saúde e características sócio-demográficas de mulheres idosas brasileiras. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 2, n. 5, p. 202-212, 2005.

MEZZARROBA, C. Ampliando o olhar sobre saúde na Educação Física escolar: críticas e possibilidades no diálogo com o tema do meio-ambiente a partir da saúde coletiva. **Motrivivência (UFS)**, Aracajú, v. 24, n. 38, p. 231-46, 2012.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 11. ed. São Paulo: Hucitec, 2008. 269 p.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 5. ed. rev. atual. Londrina: Midiograf, 2010. 318 p.

RIBEIRO, S.; BASTO-PEREIRA, M.; MAIA, A. Impacto intergeracional de doença mental em jovens com história de vitimização. **Psicologia, Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 17, n. 1, p. 74-81, 2016.

SCHMIDT, C. **As relações entre avós e netos: possibilidades co-educativas**. 2007. 140 f. Dissertação (Mestrado em Educação) – Faculdade de Educação, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

SEABRA, A. F et al. Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 721-736, 2008.

SILVA, D. M. et al. Dinâmica das relações familiares intergeracionais na ótica de idosos residentes no município de Jequié (Bahia), Brasil. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 7, p. 2183- 2191, 2015.

TORRES, T. L. et al. Representações sociais e crenças normativas sobre envelhecimento. **Ciência & Saúde coletiva**, Brasília, v. 20, n. 12, p. 3621-3630, 2015.

TRIBESS, S.; VIRTUOSO JÚNIOR, J. S.; PETROSKI, E. L. Atividade física e aspectos sociodemográficos de mulheres idosas. **Revista Baiana**, Salvador, v. 33, n. 3, p. 336-348, 2009.

ZAITUNE, M. P. A. et al. Fatores associados ao sedentarismo no lazer em idosos, Campinas, São Paulo, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, p. 1329-1338, 2007.

.....  
Recebido em: 25/04/2017

Revisado em: 29/07/2017

Aprovado em: 28/08/2017

Endereço para correspondência:

[giovana.mazo@udesc.br](mailto:giovana.mazo@udesc.br)

Giovana Zarpellon Mazo

Universidade do Estado de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde e do Esporte

Rua Pascoal Simone, 358

Coqueiros

88080-350 - Florianópolis, SC - Brasil