

A INFLUÊNCIA DAS ATIVIDADES AQUÁTICAS NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS

Resumo

Felipe Marinho Tuletzki
Gabriel José Silva
Eliana Patrícia Pereira (Orientadora)

A população de idosos vem aumentando no Brasil segundo estatísticas do IBGE, fazendo com que haja um aumento na procura por exercício e melhora na qualidade de vida, as atividades aquáticas são as mais procuradas devido os benefícios que o meio apresenta, desta forma é importante que o profissional de educação física entenda quais as contribuições que as atividades aquáticas proporcionam para esta população, na melhora em aspectos físicos, psicológico, sociais. Buscando agregar conhecimento para profissionais da área e leigos que buscam informações sobre o tema. É um estudo viável pois existem publicações sobre o tema para análise. O seguinte artigo explica quais são as contribuições, para a melhoria da qualidade de vida em idosos praticantes de atividade aquáticas. Este trabalho tem como objetivo geral mostrar a importância do meio líquido para os idosos, associados ao bem-estar e qualidade de vida. A pesquisa preponderantemente qualitativa, (Pesquisas qualitativas – pesquisas, típicas das ciências sociais, que lidam com fenômenos), e descritiva (pesquisa em que o pesquisador descreve, narra algo que acontece). O trabalho tem como objetivos específicos compreender qualidade de vida, idosos e atividades aquáticas, e mapear e selecionar artigos e capítulos de livros com temas relacionados ao mesmo, e então analisá-los e selecionar, com base na literatura pesquisada. Foram pesquisados cinco artigos relacionados ao tema, em língua portuguesa.

Palavras-chave: Atividades aquáticas; Idosos; Qualidade de vida