

LAZER NA TERCEIRA IDADE: O TURISMO COMO OPÇÃO

Karol Monteiro Mota¹
Luciana Raquel Babinski²

RESUMO: O artigo propõe, através de uma revisão bibliográfica, instigar uma reflexão sobre o lazer e a terceira idade, enfatizando o lazer como fator de descanso, divertimento e desenvolvimento humano, em especial ao segmento da terceira idade. Menciona o turismo como uma das atividades de lazer capaz de estimular o idoso à convivência e à integração social, permitindo uma livre superação do indivíduo em si. Considera que o aumento da expectativa de vida da população proporciona conseqüentemente aumento no número de pessoas possuidoras de mais tempo disponível, podendo utilizá-lo para o turismo. Objetiva alertar os profissionais do turismo quanto à existência de um amplo nicho de mercado merecedor de atenção especial, a terceira idade.

PALAVRAS-CHAVE: lazer; terceira idade; turismo.

Considerações Preliminares:

O mundo vem presenciando significativas alterações demográficas, dentre as quais o crescente aumento da população idosa. No Brasil, essas alterações estão delineando uma nova realidade. Pesquisas apontam um crescimento acelerado da população em idade avançada, devido à diminuição das taxas de natalidade e aos avanços na área médica, tecnológica e social, o aperfeiçoamento das leis trabalhistas e o saneamento básico. Nos próximos anos teremos uma composição etária mutante, que transformará um país jovem, como o nosso, em um país de velhos. Tudo isto coloca entre nós e invoca-nos a pensar, com agudeza, a questão da Terceira Idade. Um segmento populacional que necessita de cuidados, compreensão e auxílio do governo e da sociedade para viver com dignidade.

Num passado próximo, a velhice era tratada na esfera privada da família. Hoje, vivemos um tempo social caracterizado pelo aumento considerável da longevidade e comprometimento às necessidades desse segmento, já que a qualidade de vida para os idosos não evoluiu na mesma proporção. Desta forma, a questão do idoso deixou a esfera privada, passando a ser uma questão que diz respeito à sociedade como um todo.

Diante disso, o interesse pela velhice vem tornando a questão cada vez mais discutida por

¹ Bacharel em Turismo pela Universidade de Fortaleza – UNIFOR, Aluna do Programa de Mestrado em Turismo da Universidade de Caxias do Sul.

² Bacharel em Turismo pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – PUCRS, Aluna do Programa de Mestrado em Turismo da Universidade de Caxias do Sul.

vários segmentos da sociedade; porém esta sociedade apresenta-se, em grande parte, despreparada e não sabe como lidar com seus velhos. Palestras, reportagens e informações transmitidas através da comunicação boca-a-boca, informam que o número de grupos de convivência para a Terceira Idade e até mesmo universidades para a Terceira Idade vem aumentando consideravelmente no Brasil, mostrando-nos que este segmento realmente merece atenção especial, principalmente no Turismo (já que com isto este setor de prestação de serviços tende a crescer ainda mais promovendo passeios, excursões, eventos e atividades de lazer e animação).

No Lazer, a atividade turística apresenta-se como instrumento importante para a ocupação do tempo disponível, oportunizando novas experiências, conhecimentos, socialização e auto-realização. Para tanto, enfatiza-se que são necessários profissionais qualificados na área, envolvendo conhecimentos relacionados à questão do envelhecimento na Terceira Idade. Portanto, verifica-se aqui um nicho de mercado aos profissionais do Turismo, merecendo preparo e atenção especiais.

Terceira Idade

Falar sobre a Terceira Idade é falar sobre a velhice. Falar sobre a velhice é falar sobre todas as suas subdivisões, processos, mitos, qualidade de vida... É um assunto complexo, sem estabelecimento de término e que deve – ou pelo menos deveria – interessar a todo cidadão, já que, inevitavelmente, envelhecer é um acontecimento real e contínuo na vida de todo o ser humano – a menos que haja alguma interrupção pelo caminho. Sabe-se que o princípio do envelhecimento ocorre com o nascimento. É o eterno ciclo de vida e morte. Em estudo sobre *A ideologia da velhice*, Haddad (1986, p.25) menciona uma série de três estágios por quais os seres humanos passam,

contando que tenham uma vida normal, (...) desde o nascimento até a morte: o primeiro, época do progresso, desenvolvimento e evolução, é a juventude; o segundo, época da estabilização e equilíbrio é a idade adulta e a maturidade; e o último é a época da regressão ou velhice- designada 'terceira idade' pelo gerontologista francês Huet.

Na verdade, Terceira Idade é uma das subdivisões da velhice em etapas cronológicas que

foram estabelecidas por estudiosos do envelhecimento. Segundo Osvaldo Fustinoni (apud Haddad, 1986, p.25) “considera-se que a Terceira Idade tenha seu princípio cronológico na época comumente declarada em muitos sistemas legislativos de aposentadoria por emprego lucrativo, cuja faixa etária é de 60 a 65 anos”. Nos dias de hoje, são muitas as definições que acompanham essa linha de pensamento como, por exemplo, a “melhor idade” que antecederia a terceira idade e que, normalmente, inicia aos 50 anos. E existe, também, a mais recente definição chamada “quarta idade”, que teria como ponto de partida os 80 anos.

O fato é que o envelhecer depende de cada um. Gaiarsa (1986, p.28) observa que em “condições naturais, a velhice é um processo contínuo, ainda que de velocidade desigual em órgãos, tempos e pessoas diferentes”. Realmente o modo de encarar a velhice varia de acordo com os valores de cada pessoa e cada sociedade. A velhice, segundo Beauvoir (1990, p.17) “não é um fato estático, é o resultado e o prolongamento de um processo”. Processo esse que varia de indivíduo para indivíduo e talvez, de uma classe social para outra, conforme o pensamento de Mosquera (apud Vitola, 1997). E todo esse processo do envelhecer jamais poderá ser considerado único, mas a somatória de vários outros que se apresentam assaz distintos.

Há ausência de unanimidade sobre o que é a velhice. São várias as definições e com variados pontos de vista. Percebe-se a evolução da vida em ciclos, onde se tem o início no nascimento, ocorrendo, normalmente, um desenvolvimento até alcançar a velhice, que pode ser considerada o início da etapa final da vida, que acaba com a morte. Durante esse ciclo, todos sofrem um contínuo processo de adaptação às variadas etapas da vida, às quais foram concebidas diversas definições. Definições que, na velhice, são estabelecidas por faixa etária como o caso da Melhor e/ou Terceira Idade.

Alguns estudiosos crêem que “ninguém gosta de ser chamado de velho, idoso é melhor, mas ainda assim deprimente, por isso ‘terceira idade’” (Novaes, 1993, p.6). O que se tem certeza é que a Terceira Idade é uma transição bastante comum na vida do ser humano, podendo ser dolorosa. Isto depende de cada um, pois cada pessoa difere das outras e tem o seu próprio mundo, neste mundo a transição acontece.

O mais importante parece que não são as definições pré-estabelecidas para cada etapa da vida; o que importa é como essas etapas são vividas. Melhor Idade não deveria ser apenas uma classificação etária e sim o período em que se está vivendo sempre, o hoje; seja para o ser jovem como também, e principalmente, para o idoso que ocupa cada vez mais uma crescente parcela da

população brasileira, desfrutando a velhice por um maior período de tempo. Para Fromer e Vieira (2003, p.62), “a terceira idade surge como uma fase privilegiada da vida para o aproveitamento desse tempo (...) é inegável que esse segmento dispõe de uma parcela de tempo livre mais ampla que a de outros grupos sociais, o que não significa, absolutamente, que realizem mais atividades de lazer.” De acordo com Iwanowicz (2000, p. 105), “A relação entre idosos (...) e o lazer depende das possibilidades adequadas e acessíveis para sua participação e dos hábitos comportamentais formados ao longo da vida.”

Fromer e Vieira (2003, p.63) completam que “Teoricamente, a pessoa idosa está envolvida por circunstâncias que a credenciam a usufruir, como ninguém, os benefícios inerentes ao lazer”.

Lazer e sua definição

Ainda não existe uma definição única para o significado do termo Lazer. Esta é uma palavra que está sendo frequentemente empregada no cotidiano e, embora pareça uma novidade, o termo Lazer vem sendo discutido por filósofos e sociólogos há muito tempo.

A origem da palavra Lazer deriva do latim *licere*, que quer dizer ser permitido, lícito. Para muitos o Lazer pode significar ócio, descanso, folga, tempo livre ou, até mesmo, um vazio, um perigo. Opõe-se às obrigações e ao tempo de trabalho. Trabalho que derivado do latim *tripulium* significa instrumento de tortura.

A verdade é que o Lazer possui diferentes conotações entre os estudiosos do assunto. Segundo Dumazedier (1979), existem quatro definições empregadas ao Lazer:

- a primeira, menciona as atividades da vida cotidiana do ser humano, de forma que todas possam vir a ser um Lazer. E este é entendido como um estilo de vida e de comportamento que valoriza o prazer que pode ser encontrado em qualquer atividade, podendo-se, por exemplo, trabalhar ouvindo música ou estudar brincando.

- a segunda definição resume o Lazer ao não trabalho, ao tempo fora do trabalho profissional. Nesse sentido incluem-se, então, as obrigações familiares, sócio-políticas e sócio-religiosas.

- na terceira definição exclui-se do Lazer, o trabalho e as obrigações doméstico-familiares, sem eliminar as obrigações sócio-políticas e sócio-religiosas.

- na quarta e última definição encontra-se, então, a defesa do sociólogo, onde Lazer é o

tempo aprovado ao indivíduo após ter desempenhado suas obrigações profissionais, familiares, sócio-políticas e sócio-religiosas. Um tempo disponível cuja finalidade é a auto-satisfação.

Baseando-se nas definições de Dumazedier e referindo-se ao desacordo de estudiosos sobre o conceito de Lazer, Marcellino (1995a) afirma que este pode distinguir-se em duas linhas. A primeira enfatiza o aspecto atitude considerando o Lazer como um estilo de vida, da mesma forma que a primeira definição de Dumazedier, em que a satisfação é provocada pela atitude onde qualquer situação possa constituir sua prática. Já a segunda linha relaciona-se a quarta definição do sociólogo, supondo o aspecto tempo caracterizado como tempo livre do trabalho e de outras obrigações, destacando-se a qualidade das ocupações desenvolvidas.

Mesmo após apresentar a conceituação do Lazer entre os estudiosos, referindo-se a duas linhas distintas, Marcellino (1995a) constrói sua própria definição do tema que lhe é entendido como uma vivência, uma atividade de interesses variados que é praticado no tempo disponível, de caráter desinteressado e de escolha individual, proporcionando determinados efeitos que podem ser de descanso físico ou mental, o divertimento e o desenvolvimento da personalidade e da sociabilidade do indivíduo.

Nota-se que a polêmica do Lazer tende, basicamente, aos aspectos de tempo e atitude, onde grande parte dos estudiosos sobre o assunto assume como referência um conceito mencionado em vários livros, definindo Lazer como:

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 formação desinteressada, sua participação social voluntária, ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das ocupações profissionais, familiares e sociais (DUMAZEDIER apud MARCELLINO, 1995b, p. 25).

Não se pode deixar de mencionar, porém, que dentre outras abordagens intituladas ao Lazer, é possível encontrar, segundo o próprio Marcellino (1995a), uma visão funcionalista do mesmo, apresentando um caráter conservador em termos de valores que buscam a paz e a ordem social, assim como a manutenção do *status quo* distinguindo-se em *abordagem romântica*, na qual são enfatizados valores tradicionais da sociedade (demonstrando-se recordações nostálgicas do passado); e a *abordagem moralista*, na qual o Lazer assume um caráter ambíguo. Na *abordagem compensatória*, ele irá, justamente, compensar a insatisfação e a alienação do trabalho. Por fim, na *abordagem utilitarista*, o Lazer é reduzido a instrumento de

desenvolvimento do papel produtivo do indivíduo, devido sua função de recuperação da força de trabalho.

Desta forma é possível perceber a existência de diferentes enfoques quanto à significação do Lazer. Este, no entanto, está diretamente relacionado ao tempo, mais precisamente a parcela do tempo disponível, liberado do período de trabalho e após a realização de atividades de cunho obrigatório. Diante disso, sendo ele de livre escolha e contribuindo para o descanso físico e mental, para o desenvolvimento pessoal e social, participando-se ativamente ou contemplando-se simplesmente, o Lazer deve ser, portanto, vivenciado durante o tempo disponível como forma de prazer e satisfação do indivíduo.

Funções do Lazer

Segundo definições de Dumazedier (1979), o Lazer possui como funções fundamentais oferecer a possibilidade de liberação da fadiga pelo descanso e recuperação físico e mental, além de oferecer também a possibilidade de liberação da monotonia do cotidiano gerada pela repetição das tarefas e da sua obrigatoriedade superando-as através do divertimento. Outra função é permitir uma livre superação do indivíduo em si, promovendo o desenvolvimento da personalidade, sociabilidade e o poder de criação do mesmo.

Para o sociólogo, essas três funções fundamentais correspondem às necessidades do indivíduo diante das obrigações que o são impostas. Elas proporcionam como principais aspectos o descanso, o divertimento e o desenvolvimento do ser humano, inter-relacionando e identificando como Lazer mais completo aquele que consegue satisfazer estas três funções.

Lazer ou antilazer quanto a suas atividades

É certo que com o processo de industrialização e as conquistas trabalhistas adquiridas com muita luta, o homem passou a obter mais tempo livre para si. Com o progresso tecnológico cada vez mais crescente e a redução da jornada de trabalho, a questão do tempo de Lazer passou a propagar-se de maneira mais acentuada entre os indivíduos, tornando-se um tempo prazeroso ou ameaçador, de forma significativamente entediante. Isso reside no fato de que, embora o homem adquira mais tempo livre, ele não sabe o que fazer ou como utilizá-lo. Mas a questão vai além do processo quantitativo do tempo livre e de Lazer, pois implica ainda o aspecto qualitativo desse tempo. Quando não se sabe como ocupar este período de uma maneira construtiva, geralmente

sente-se aborrecimento. Somos educados para o trabalho com base no processo de produção, onde o ser é considerado como um instrumento, produzindo ou consumindo o que os fenômenos de modismos e a comunicação de massa passam a impor a sociedade. Geralmente, mitifica-se ao Lazer a idéia de acomodação, reforçando a concepção utilitarista atual, quando se necessita não somente do tempo de trabalho para produzir como também do tempo livre para se consumir. É o que os estudiosos chamam de antilazer, que funciona como instrumento de dominação, reforçando a alienação do indivíduo. Sendo assim, o Lazer passaria a ser considerado, de acordo com Cavalcanti (apud Marcellino, 1995 a, p. 42), uma “(...) construção ideológica, sob a qual o antilazer se aproveita para penetrar mais eficazmente no modo de vida das pessoas, com o objetivo de mantê-las perfeitamente integradas na sociedade industrial urbana”.

Diante disso, alguns estudiosos como Dumazedier e Marcellino, enfocam a questão da *revolução cultural do lazer* que provocaria a mudança ou o questionamento de valores dessa concepção de Lazer mencionada, em que se reivindica, segundo Marcellino (1995 b, p. 15) “novas formas de relacionamento social mais espontâneas, a afirmação da individualidade e a contemplação da Natureza”.

Conforme continua Marcellino (2002, p. 73)

(...) as atividades de turismo, entendidas como manifestações culturais, configuram-se, fundamentalmente, ainda que de modo não exclusivo, como práticas de lazer. (...) Assim como as demais atividades de lazer, o turismo pode ser uma simples ocasião de consumo conformista ou de desenvolvimento pessoal e social crítico e criativo.

A partir dessas concepções pode-se afirmar, então, que o Lazer assume dois comportamentos diferentemente caracterizados como *lazer ativo*, quando o indivíduo age de maneira crítica e seletiva quanto ao recebimento de informações e prática de ações, reagindo através da reformulação de sua experiência; e *lazer passivo*, quando o indivíduo mantém-se inerte diante das informações recebidas e ações desenvolvidas, de forma que estas não lhe acrescentem em nada.

Para Dumazedier (apud Marcellino, 1995a, p.68), a atividade do Lazer não se apresenta ativa ou passiva, “(...) mas o será pela atitude que o indivíduo assumir com relação às atividades decorrentes do próprio lazer”.

Partindo-se dessa idéia, pode-se verificar, portanto que as atividades do Lazer possuem duas faces; uma que mantém o predomínio da alienação do indivíduo dificultando o seu desenvolvimento; e a outra que pode contribuir para satisfazer as funções de descanso,

divertimento e desenvolvimento do mesmo, proporcionando o seu prazer. A atitude do indivíduo diante das diversas áreas de atividade do Lazer, que podem se referir a interesses físicos, artísticos, sociais, intelectuais ou simplesmente contemplativos, e os níveis aos quais esses interesses são vivenciados, poderá determinar a atividade ou passividade do Lazer. Segundo Marcellino (1995a, p.47) “o valor cultural de uma atividade está relacionado ao nível alcançado pelo praticante ou pelo espectador”. A escolha das atividades é subjetiva, devendo haver um equilíbrio para que o indivíduo não se torne um simples consumidor dominado pelas atividades que lhe são impostas. O importante é que elas atendam o indivíduo como um todo, propiciando o alcance de suas funções.

Turismo, Lazer e Terceira Idade

O advento da Revolução Industrial provocou o fenômeno de migração das pessoas das áreas rurais para os centros urbanos industriais. A concentração de riquezas teve uma elevação considerável nesse meio urbano, gerando uma nova classe de ricos caracterizados, geralmente, por banqueiros, comerciantes e financistas. Com o progresso industrial desenvolveu-se a produção de bens e consumo, necessitando não só de tempo para realizar essa produção, como também de um tempo disponível para que se efetue o consumo. Durante esse período ocorreram várias reivindicações por melhores condições de trabalho conquistando-se, assim, a redução da jornada de produção e também os finais de semana; direito a aposentadoria e férias remuneradas. Assim, o indivíduo passou a adquirir o aumento de seu tempo livre e, conseqüentemente, do tempo de Lazer.

Ao longo dos anos, o próprio Lazer passou a ser considerado como um bem de consumo através do processo de criação de equipamentos e atividades específicas para tal fim. Partindo-se desse contexto, uma das opções desse período de Lazer é o Turismo.

Segundo a teoria de Maslow (apud Barretto, 1995), as necessidades do ser humano são consideradas por aspectos físicos, sociais e psíquicos, formando-se uma pirâmide onde em sua base encontram-se as necessidades físicas (fisiológicas e de segurança), seguidas pelas necessidades sociais (afetivas e de estima) e, alcançando o topo da pirâmide, as necessidades psíquicas (de auto-desenvolvimento e auto-realização).

Através dessa concepção, o Turismo pode então ser caracterizado sob duas considerações: objetivando a viagem como obtenção de *status* ou buscando o Turismo como uma atividade

prazerosa em que, através do conhecimento de novos lugares, com culturas diferenciadas, se busque auto-realização e auto-desenvolvimento.

Oriundos da Revolução Industrial, o processo contínuo de urbanização, a mecanização e repetição das atividades de trabalho, a uniformização dos poucos espaços dos locais de habitação, dos trajetos entre casa – local de trabalho e vice-versa, e dos meios de utilização do Lazer, assim como a monotonia, o barulho constante nas grandes cidades e o próprio *stress* fazem com que o cotidiano torne-se, para muitos, insuportável. Conforme Krippendorf (1989), o homem passa a encontrar o equilíbrio através da fuga desse cotidiano. Ao aproximar-se dos finais de semana e/ou, especialmente, do período de férias, o ser humano adquire muitos desejos e anseios quanto a sua utilização, de forma que para aqueles que se sentem prisioneiros do processo de produção, esses períodos são caracterizados pelo ato de sair, de viajar. Férias tornam-se então sinônimo de Turismo. Além disso, o fato de não utilizar esse tempo com alguma viagem torna-se um desprestígio social diante dos preceitos e condicionamentos impostos pela sociedade de forma que as necessidades do indivíduo passam a ser satisfeitas somente fora de casa. Na verdade, a motivação para a busca da satisfação dessas necessidades de Lazer do indivíduo, através do Turismo, segundo o autor, envolve, muitas vezes, mais a fuga do cotidiano do que algum interesse cultural, religioso ou qualquer outro.

Para Oliveira (apud Marcellino, 2002, p. 74)

o turismo, enquanto atividade de lazer envolve três dimensões: imaginação, ação e recordação. O imaginário antecede a viagem. É o domínio do sonho. A pessoa sai a procura de informações, folhetos, fotos, vídeos, etc..., tudo que lhe permita um referencial para ‘curtir’ a viagem, por antecipação.

O real é a vivência da viagem em si; e aqui os aspectos de surpresa e aventura que cercam a ruptura com o cotidiano são muito importantes. (...)

A recordação é o prolongamento da viagem, que não termina na volta. Quanto maior for o envolvimento, maior será o prolongamento em termos de recordações de imagens e sensações que, inclusive, extrapolam o nível individual do turista, e se ‘socializam’ nos círculos dos amigos e familiares pelas narrativas, mostras de fotos, de vídeos, etc.”

A partir deste contexto, observa-se a importância do Turismo como atividade de Lazer e como benefício para socialização da Terceira Idade, dado que ao retornarem de uma viagem os idosos partilharão com a família e os amigos as experiências vivenciadas durante o passeio.

Iwanowicz (2000, p. 119) aponta que quando afastado do trabalho o idoso “perde não somente os amplos vínculos sociais, mas também a principal razão social da sua existência, que é

o processo de manter as relações com o meio ambiente social e material.”. A autora continua colocando que nesse contexto, os idosos procuram nas atividades classificadas como lazer, entre elas o Turismo, alguma forma de recuperar o lugar no processo de construção social. A Terceira Idade constituiria, então, um público potencial para a atividade turística.

Fromer e Vieira (2003) apontam ainda que a Terceira Idade é um segmento com grande potencial para o Turismo porque é formada por indivíduos interessados e bem dispostos para vivenciar novas experiências e adquirir conhecimentos. O público da Terceira Idade demonstra valorizar o bem-estar e a satisfação pessoal, tendendo a investir cada vez mais em produtos que contemplem tais expectativas.

Considerações Finais

Questões relativas à Terceira Idade vem assumindo um papel importante em nossa sociedade, já que o envelhecimento da população apresenta-se como um fenômeno mundial, possuindo influência ativa na área social e econômica, especialmente em países em desenvolvimento.

O Brasil está deixando de ser um país jovem destacando-se, atualmente, como um país cuja população encontra-se em rápido processo de envelhecimento. É uma revolução provocada pela diminuição das taxas de fecundidade e o avanço da medicina, aumentando a expectativa de vida da população. Para que se possa atravessar essa revolução, são necessários novos modos de ver e encarar o mundo, especialmente sob o aspecto do envelhecimento.

Acredita-se que áreas de atividade como o Turismo podem atuar de maneira positiva no processo de envelhecimento, estimulando no idoso sua auto-estima, convivência social, participação ativa, integração, busca por novos conhecimentos e novas motivações à vida, utilizando-se de seu tempo de Lazer como um meio de transformação interna e externa conscientizando-o para o fato de que ainda terá muito que viver, aprender e ensinar.

A verdade é que os idosos já não são mais os mesmos. Já não passam o resto de seus dias sentados numa cadeira de balanço vendo a vida passar e esperando a morte chegar. Aliás, provavelmente, essa cadeira de balanço nem exista mais em seus cômodos. Hoje as pessoas da Terceira Idade fazem planos, projetam sua longa vida e realizam sonhos e atividades outrora inimagináveis.

Além disso, as pessoas da Terceira Idade estão tornando-se um atraente nicho de mercado

para muitos profissionais, especialmente os do Turismo. Os idosos, em geral adoram viajar e o mercado deve estar atento a isso pois, apresentando-se como uma parcela da população cada vez mais numerosa, exigirá uma ampliação de equipamentos e profissionais qualificados para atender suas necessidades de maneira adequada. São muitos os eventos, bailes, encontros... que estimulam o deslocamento da Terceira Idade de uma localidade a outra.

Diante dessas considerações, espera-se alertar os profissionais do Turismo quanto a existência de um grande nicho de mercado que merece especial atenção e conhecimento aprofundado quanto as suas peculiaridades.

Referências bibliográficas:

- BARRETTO, Margarita. Manual de iniciação ao estudo do turismo. São Paulo: Papyrus, 1995.
- BEAUVOIR, Simone de. A velhice. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.
- DUMAZEDIER, Joffre. Sociologia empírica do lazer. São Paulo: Perspectiva, 1979.
- FROMER, Betty; VIEIRA, Debóra D. Turismo e terceira idade. São Paulo: Aleph, 2003.
- GAIARSA, José Ângelo. Como enfrentar a velhice. São Paulo: Ícone, 1986.
- HADDAD, Eneida Gonçalves de Macedo. A ideologia da velhice. São Paulo: Cortez, 1986.
- IWANOWICZ, J. Bárbara. O lazer do idoso e o desenvolvimento prossocial. In: BRUHNS, Heloísa T. (Org.) Temas sobre lazer. São Paulo: Autores Associados, 2000.
- KRIPPENDORF, Jost. Sociologia do turismo. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1989.
- MARCELLINO, Nelson C. Lazer e educação. São Paulo: Papyrus, 1995 a
- _____. Lazer e humanização. São Paulo: Papyrus, 1995 b.
- _____. Estudos do lazer: uma introdução. São Paulo: Autores Associados, 2002.
- NOVAES, Paulo. Terceira idade. Rio de Janeiro: CBCISS, 1993.
- VITOLA, Janice de Oliveira Castilhos. Porto Alegre. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica). Curso de Pós-Graduação em Sociologia, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 1997.