



A PRODUÇÃO ACADÊMICA SOBRE MEIA-IDADE EM TESES E DISSERTAÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA BRASILEIRA

Priscilla de Cesaro Nunes

Ana Márcia Silva

Universidade Federal de Goiás – Brasil

Resumo: Este artigo consiste de descrição e análise da produção acadêmica acerca da meia-idade desenvolvida nos Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física no Brasil que disponibilizavam acesso *on-line* ao texto completo. Desenvolvida com técnica de recuperação da informação, contou com a aplicação de dois filtros conceituais e metodológicos. A amostra reduziu-se a 28 documentos, 2 teses e 26 dissertações em 8 programas de pós-graduação entre os anos 1993 e 2008. Os resultados indicam que cerca de 70% da produção estiveram voltados a identificar/ analisar/avaliar/comparar efeitos de programas de exercícios em aspectos da vida e que os temas abordados concentraram-se no funcionamento fisiológico do corpo e sua relação com a atividade física, associados ao estudo de doenças, fatores de risco, capacidades e qualidades físicas.

Palavras-chave: educação física; meia-idade; produção acadêmica.

INTRODUÇÃO

Este artigo apresenta levantamento e análise da produção acadêmica acerca da meia-idade desenvolvida nos Programas de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Educação Física no Brasil. O que se pesquisa em Educação Física sobre o assunto? Onde se produz? De quando data essa produção? Que temáticas associadas têm interessado ao campo? O que os autores têm objetivado nos seus estudos?

Com base nas respostas a esses questionamentos, procuramos descrever as características gerais das teses e dissertações que abordaram o tema desenvolvidas nos referidos Programas até o final de 2009.

O interesse por essa temática surgiu porque consideramos a meia-idade um momento da vida humana em que os sujeitos começam a sentir/refletir/reagir com as marcas do tempo impressas no corpo. Além disso, percebemos na atualidade um movimento de negação do processo de envelhecimento.

O envelhecimento é um fenômeno biológico inevitável, mas vem assumindo um caráter indesejável do ponto de vista cultural (MOREIRA; NOGUEIRA, 2008), uma vez que vivemos em uma sociedade na qual predominam o imperativo da juventude e o culto ao corpo (SANT'ANNA, 2001). Ao conviver com a expectativa moderna de longevidade que reforça visões estereotipadas sobre a velhice, incentivadas pelas indústrias da publicidade, da beleza, da nutrição e da saúde, as pessoas na meia-idade passam pelas transformações corporais características desse momento da vida, como o aparecimento de rugas e cabelos brancos, redução da tonicidade da pele e musculatura e da mobilidade corporal, e as estranham ou rejeitam, como se fosse possível a manutenção permanente do corpo jovem com investimento e ações voltados para ele.

Diferentes campos de conhecimento têm se interessado pelo estudo do envelhecimento humano, com distintas perspectivas. Contudo, observa-se que o tema da meia-idade constitui-se como lacuna, como mencionaram Sousa (2004; 2008), Domingues (2002), Oliveira (2004), referindo-se às ciências humanas e sociais; e Duarte; Santos; Gonçalves (2002); Gonçalves; Duarte; Santos (2001); e Santos e Knijnik (2006), no âmbito dos estudos em Educação Física.

Pesquisas têm sido desenvolvidas na perspectiva de reversão do envelhecimento, enfatizando as perdas que caracterizam esse processo e preocupando-se quase que exclusivamente com os dados biológicos que entram em declínio com o passar dos anos. Por outro lado, algumas teorias do envelhecimento têm pensado criticamente sobre esse fenômeno, compreendendo-o como algo natural da vida e que deve ser vivido com fruição, prazer e dignidade. Segundo Neri e Yassuda (2008, p. 7),

[...] as ciências do envelhecimento não têm uma explicação nem simples nem única a respeito da velhice, mas sem dúvida existe uma considerável soma de conhecimentos que aumentam a probabilidade de que os anseios humanos por viver muito e bem se concretizem.

A velhice caracteriza-se pelo declínio das funções biológicas, da resiliência e da plasticidade e pelo aumento da dependência dos recursos da cultura; contudo, é possível a manutenção e ganho gradativo em alguns domínios, como o intelectual e o afetivo. Para Neri e Yassuda (2008), uma velhice bem-sucedida preocupa-se com a preservação da saúde, dos papéis sociais adultos, da autonomia, da independência e do envolvimento ativo com a vida pessoal, com a família e amigos, com o lazer e com a vida social. Nesse sentido, fica evidente que a qualidade de vida no envelhecimento é multifatorial, o que significa que não é suficiente o olhar anatomofisiológico, mas também o social, envolvendo as condições de vida individual e coletiva dos sujeitos, bem como a qualidade dos serviços e das políticas sociais.

Diante das diferentes concepções de envelhecimento e levando-se em conta que a Educação Física tem, hegemonicamente, pautado seus estudos por abordagens empírico-analíticas, conforme evidenciaram Silva (1997; 1990), Molina Neto et al. (2006); Sacardo (2013); e Antunes, Silva e Baptista (2013); entre outros, intentou-se verificar se o campo da Educação Física tem se interessado pelo estudo do momento da vida da meia-idade e como se caracterizam suas pesquisas em teses e dissertações.

SELEÇÃO DO MATERIAL EMPÍRICO

A pesquisa foi realizada em 12 programas de pós-graduação do campo acadêmico da Educação Física, os quais disponibilizavam acesso *on-line* ao texto completo das teses e dissertações; em alguns deles não estavam acessíveis todos os documentos¹: Unesp/RC, UFMG, UFRGS, Udesc, UNB, UCB, UFPR, UFSC, USP, Unicamp, Unimep e USJT². Em seguida identificamos as pesquisas que trataram desse momento da vida, por meio da leitura dos títulos e resumos das teses e dissertações³. Nesse sentido, para tentar cercar o fenômeno da meia-idade, foram selecionadas pesquisas que indicaram tratar dessa etapa da vida em três situações:

1. Pesquisas que trataram de temas característicos desse momento da vida: são aquelas que abordaram a menopausa e a aposentadoria, que são, em

¹ No caso da UFSC, por essa universidade se localizar em Florianópolis, local de realização da pesquisa, as dissertações que não estavam disponíveis *on-line* foram consultadas no formato em papel, via biblioteca. A biblioteca digital da UFSC só disponibiliza acesso *on-line* às teses e dissertações defendidas a partir de 2004. Depois de feita a seleção do material empírico, foi necessário consultar cinco dissertações em papel.

² Reconhecemos que muitos pesquisadores do campo da Educação Física produzem seus trabalhos em programas de pós-graduação de outros campos de conhecimento que não o da Educação Física. Optamos por centrar o foco desta pesquisa apenas nesse campo, principalmente pelas condições objetivas de seleção do material empírico, explicitadas ainda neste item.

³ Destacamos que temos conhecimento de procedimentos metodológicos para seleção de material para pesquisa feitos por meio de busca por palavras-chave. Entretanto, justificamos que, no caso desta pesquisa, a busca nos sites dos programas de pós-graduação em Educação Física por palavras-chave não se mostrou adequada e satisfatória para levantar o material necessário ao seu desenvolvimento. Isso porque o tema da meia-idade não apresenta palavras-chave consensuais ou que dão conta de expressá-lo. A temática não parece ter sido estudada na sua especificidade, portanto não dispusemos de sugestões de palavras-chave nem de termos mais consolidados no campo da Educação Física para consulta. O termo *meia-idade* não é utilizado com frequência na literatura, e as palavras encontradas nos estudos para expressar esse momento (*meia-idade*, *maturidade*, *vida adulta intermediária*, *adultos*, *adultos maduros*, *adultos jovens* e *adultos velhos*, *homens*, *mulheres* e *masters*, no caso de atletas) referem-se a um intervalo amplo de idades, dificultando focar a etapa da vida que é objeto deste estudo. Além disso, alguns trabalhos abordam a meia-idade expressando-a por meio de números das faixas etárias, o que não pode ser localizado via palavra-chave.

- geral, acontecimentos próprios da meia-idade (exemplo: “Adaptações cardiorrespiratórias ao treinamento físico aeróbio em mulheres na menopausa: estudo longitudinal e transversal”⁴);
2. Pesquisas que definiram a população estudada por meio de idade cronológica: são as que indicaram a faixa etária dos participantes do estudo. Apesar de compreendermos que as fases da vida não são demarcadas apenas pela idade cronológica, percebemos que precisávamos de um delimitador desse tipo, uma vez que encontramos pesquisas que definiram a população estudada exclusivamente pela faixa etária. Assim, definimos o intervalo de aproximadamente 40 a 60 anos para conseguir nos aproximar da meia-idade, que é foco do estudo, acordando com a classificação etária proposta pela OMS, pelo DECS e por alguns estudos (SANTOS; KNIJNIK, 2006; GONÇALVES; DUTRA; SANTOS, 2001)⁵;
 3. Pesquisas que sugeriram adultos: são aquelas que apontaram como população estudada pessoas adultas, mas que não explicitaram no título ou resumo se trataram do momento da meia-idade, o qual pretendemos focar (exemplo: “Estudo da imagem corporal da mulher: corpo (ir)real x corpo ideal”).

Após este momento metodológico, encontramos 257 teses e dissertações. Diante desse grande número, realizamos o filtro 1: selecionamos apenas os trabalhos que tratavam com certeza da meia-idade; afinal, as três situações elencadas acima, especialmente a do item 3, davam margem, como foi explicado, para que os estudos tratassem de adultos, mas não especificamente da meia-idade.

Para nos certificarmos desse dado, verificamos em cada tese ou dissertação (principalmente na metodologia – descrição das amostras e resultados) de quais indivíduos se tratava a pesquisa. Foram selecionadas, então, as que continham em sua amostra/recorte pelo menos uma pessoa de meia-idade; o critério escolhido aproximou-se da faixa etária dos participantes dos estudos. As pesquisas que não descreviam a amostra foram excluídas, e chegou-se a um total de 188 teses e dissertações.

Diante do número ainda elevado, realizamos o filtro 2: todos os sujeitos da amostra das pesquisas deveriam ter entre 40 e 60 anos, aproximadamente. Admitimos uma pequena flexibilidade nos números, quando percebemos que o trabalho enfocava a meia-idade, mas alguma parte da amostra não estava dentro do limite

⁴ Exemplos de títulos encontrados no momento da seleção.

⁵ Estes dois são trabalhos da Educação Física que mencionam a intenção de estudar a meia-idade e a definem como 40 a 60 anos.

etário estipulado. Objetivamente, a seleção final contou com amostras de pessoas entre 38 e 65 anos⁶.

Para identificarmos que a amostra de cada tese ou dissertação estivesse por completo na meia-idade, recorreremos à informação de idade mínima e máxima presente geralmente na metodologia dos estudos ou na caracterização da amostra nos resultados. Cinco pesquisas (das 188) não apresentaram a informação de idade mínima e máxima da amostra, mas apenas a média e desvio padrão, então estimamos esse dado com base no cálculo recorrente na literatura estatística⁷. Nove pesquisas não apresentaram nenhuma informação sobre a idade dos sujeitos. Foram utilizadas, então, como recurso de seleção as informações referentes ao ano de formação ou tempo de trabalho, ou seja, num estudo com professores, por exemplo, foram considerados aqueles que se formaram havia cerca de 25 anos. Por esse procedimento, chegamos ao total de 28 pesquisas.

A Tabela 1 resume as etapas metodológicas de seleção do material empírico por instituição. *Total on-line* é o número de teses e dissertações disponíveis *on-line* no site de cada programa de pós-graduação. *Subtotal* é o número de teses e dissertações selecionadas inicialmente, de acordo com as situações 1, 2 e 3 descritas (temas característicos da meia-idade; faixa etária e pesquisas que sugerem adultos). *Filtro 1* é o número de teses e dissertações que contêm, pelo menos, uma pessoa de meia-idade na amostra. *Filtro 2* é o número de teses e dissertações em que todas as pessoas da amostra encontram-se dentro da faixa etária estabelecida para a pesquisa.

Tabela 1
Número de teses e dissertações selecionadas segundo
os critérios adotados (por instituição)

Universidade	Total <i>on-line</i>	Subtotal	Filtro 1	Filtro 2
UCB	83	26	25	03
UFMG	18	01	01	00

(continua)

⁶ O fato de termos adotado a faixa etária como critério principal de seleção, à primeira vista, pode causar estranheza diante do entendimento de que a idade cronológica, por ser apenas um instrumento de medição da vida, não poderia definir aquilo que mede. Em virtude das dificuldades em estudar a meia-idade pela falta de pesquisas e maiores reflexões sobre esse momento da vida, entendemos que o critério mais viável para cercar o fenômeno era a idade cronológica, pois não identificamos nenhum outro dado objetivo que pudesse ser apreendido dos textos dos trabalhos que nos possibilitasse fechar o foco nela.

⁷ Cálculo: idade mínima = idade média menos 2 vezes o DP; e idade máxima = idade média mais 2 vezes o DP (partindo da estimativa que afirma que 95% da amostra se encontraria nesta faixa – de 2 DP para baixo e para cima –, desde que os dados tivessem distribuição normal).

Tabela I
Número de teses e dissertações selecionadas segundo os critérios adotados (por instituição) (continuação)

Universidade	Total on-line	Subtotal	Filtro 1	Filtro 2
UFPR	28	02	02	00
UFRGS	180	34	26	01
Unesp/RC	172	15	09	01
Unicamp	563	79	53	10
Unimep	52	10	06	01
USJT	52	07	06	00
USP	87	08	05	01
UFSC	195	47	38	09
Udesc	97	27	17	02
UNB	08	01	00	00
TOTAL	1.535	257	188	28

Fonte: Elaborada pelas autoras.

Diante das etapas de trabalho com o material empírico, foram recuperadas 28 pesquisas em que todas as pessoas da amostra encontravam-se na meia-idade, segundo os critérios adotados.

DESCRIÇÃO E ANÁLISE DA PRODUÇÃO

Um primeiro dado indicou que o tema da meia-idade foi abordado quase na totalidade em dissertações de mestrado. Foram encontradas pesquisas sobre essa temática em 26 dissertações de mestrado e em duas teses de doutorado. Isso pode ser decorrente da existência de um menor número de programas em nível de doutorado em Educação Física, como também da falta de interesse ou dificuldades em se fazerem pesquisas de mais fôlego acerca dessa fase da vida.

Dos 12 programas de pós-graduação pesquisados, em oito o assunto foi abordado. A Tabela 2 apresenta o nome das instituições, o número de teses e dissertações disponíveis *on-line* e o número de trabalhos encontrados em cada universidade.

Tabela 2

Nome das instituições, número de teses e dissertações disponíveis *on-line* e número de pesquisas encontradas sobre meia-idade

Universidade	Teses e dissertações <i>on-line</i>	Nº de teses sobre meia-idade	Nº de dissertações sobre meia-idade
Unicamp	563	01	09
UFSC ⁸	195	00	09
UCB	83	01	02
Udesc	97	00	02
USP	87	00	01
UFRGS	180	00	01
Unesp/RC	172	00	01
Unimep	52	00	01
USJT	52	00	00
UFPR	28	00	00
UFMG	18	00	00
UNB	08	00	00
TOTAL	1.535	02	26

Fonte: Elaborada pelas autoras.

A produção que teve como enfoque a meia-idade na Educação Física representou 1,8% do número total das teses e dissertações disponíveis *on-line* produzidas nos programas de pós-graduação. Esse percentual indica que os estudos sobre a temática ainda são pouco considerados por esse campo acadêmico, do que decorre grande lacuna na produção do conhecimento e nas intervenções profissionais para com esses indivíduos.

Nessas instituições, encontramos pesquisas com pessoas na meia-idade a partir do ano 1993. Na década de 2000, percebeu-se aumento no número de produções sobre a temática⁹, conforme podemos ver na Tabela 3.

⁸ Lembramos que cinco trabalhos da UFSC foram acessados no formato em papel, conforme descrito anteriormente.

⁹ Com relação ao ano de publicação, os dados estão diretamente associados à disponibilidade *on-line* das teses e dissertações. Assim, consideramos a possibilidade de o número de trabalhos ser maior na década de 2000, também em função de as bibliotecas disponibilizarem o material mais recente para consulta via internet.

Tabela 3**Ano de publicação das teses e dissertações (TEDs) sobre meia-idade**

Período	Nº de TED	Distribuição
1993-1999	5	1993 – 2 TED
		1999 – 3 TED
2000-2008	23	2000 – 2 TED
		2001 – 1 TED
		2002 – 1 TED
		2003 – 1 TED
		2004 – 3 TED
		2005 – 3 TED
		2006 – 3 TED
		2007 – 3 TED
		2008 – 6 TED

Fonte: Elaborada pelas autoras.

Dos 28 trabalhos analisados, nenhum se constituiu como pesquisa bibliográfica¹⁰, todos foram pesquisas de campo, realizadas com sujeitos¹¹. Verificamos que a maioria se dedicou ao estudo de mulheres na meia-idade: 14 foram realizados exclusivamente com mulheres e quatro somente com homens. A disparidade entre esses dois dados chama a atenção e pode ser associada ao fato de que os indicadores anato-mofisiológicos são mais destacados e visíveis entre mulheres, tanto no senso comum como na mídia. Essa análise, porém, necessitaria uma investigação mais aprofundada para se compreenderem os elementos motivadores das pesquisas. Também, mas não só, por isso, a quantidade de mulheres que integram programas de exercícios é superior à de homens, quando consideradas as idades mais avançadas. Segundo Mendonça (2011, p. 1),

[...] se ao longo da vida mulheres e homens não são apenas diferentes, mas desiguais, pode-se supor que mulheres envelhecem diferentemente e tem[sic] de encarar as discriminações e des-

¹⁰ Esse dado pode parecer óbvio, uma vez que o critério de seleção das teses e dissertações foi a faixa etária, o que pressupõe que os estudos foram realizados com sujeitos. Contudo, identificamos que, mesmo antes do filtro 2 na seleção do material empírico, os 188 trabalhos selecionados já tinham caráter de pesquisas de campo, com exceção de apenas uma dissertação, que visou estabelecer os aspectos a serem considerados para o desenvolvimento das atividades físicas de aventura na natureza em Porto Alegre, que se denominou como bibliográfica. O fato de as pesquisas apresentarem esse caráter também balizou a escolha pelo critério da faixa etária.

¹¹ A dissertação de Pires (2008) afirmou ser uma pesquisa bibliográfica e de campo.

vantagens estruturais acumuladas ao longo da vida. Homens de meia idade[sic] possuem atributos nem sempre relacionados à sua aparência física, como maturidade, charme, poder, sucesso financeiro. Ao contrário, espera-se das mulheres que sejam jovens, bonitas e sexy. A importância de um corpo permanentemente jovem e bem modelado pode ser visto[sic] também a partir das estratégias de marketing presentes na mídia e que influenciam a construção das representações, imagens e subjetividade das mulheres.

Oito pesquisas foram realizadas com ambos os sexos, das quais em quatro a maioria dos sujeitos era homem; em três delas, a maioria era mulher; e em uma o número de sujeitos de cada sexo era igual. Uma dissertação afirmou que a amostra era composta por ambos os sexos, mas não apontou quantos sujeitos de cada, e outra não identificou o sexo dos sujeitos, denominando-os apenas como *diabéticos*.

Observamos que, quando a pesquisa foi desenvolvida com mulheres, o termo *mulher* geralmente apareceu como palavra-chave do trabalho, o que aconteceu apenas uma vez quando o estudo foi feito com homens. Sobre a autoria das pesquisas, verificamos que 23 foram escritas por mulheres, e cinco por homens.

No que diz respeito às temáticas associadas à meia-idade nas teses e dissertações, realizamos uma sistematização das palavras-chave apresentadas nos trabalhos, a fim de identificar as tendências temáticas abordadas no conjunto da produção analisada. O resultado está expresso no Quadro I.

Quadro I

Palavras-chave das teses e dissertações analisadas,
número de trabalhos em que apareceram e variações

Palavra-chave	Nº	Variações
Educação física	15	educação física, educação física adaptada, educação física para mulheres, educação física infantil
Exercício	13	exercício, exercício físico, exercícios físicos, exercícios aquáticos, exercícios físicos aquáticos, exercícios físicos para mulheres, exercícios aeróbicos
Mulher	10	mulher, mulheres, mulheres idosas, mulheres de meia-idade, exercícios físicos para mulheres, educação física para mulheres
Qualidade de vida	7	qualidade de vida, qualidade de vida relacionada à saúde
Diabetes	4	diabetes, diabetes mellitus, diabetes tipo 2, diabetes mellitus tipo 2
Treinamento	4	treinamento, treinamento físico, treinamento aeróbio
Saúde	4	saúde, saúde e trabalho, saúde e higiene
Menopausa	4	-

(continua)

Quadro I

Palavras-chave das teses e dissertações analisadas,
número de trabalhos em que apareceram e variações (continuação)

Palavra-chave	Nº	Variações
Meia-idade	3	Meia-idade; mulheres de meia-idade
Corpo	3	corpo, corpo humano, corpo e mente
Sistema cardiovascular	3	-
Sistema nervoso	2	sistema nervoso simpático, sistema nervoso autônomo
Caliceína	2	caliceína, caliceína plasmática, sistema caliceína-cinina
Envelhecimento	2	-
Atividade física	2	atividade física, atividade física após infarto do miocárdio
Estilo de vida	2	-
Estudos longitudinais	2	-

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Ainda, destacamos as palavras-chave que apareceram uma vez: homem, ciências da saúde, sociologia, aspectos fisiológicos, aspectos sociais, pacientes, fibromialgia, osteoporose, doenças vasculares periféricas, tabagismo, obesidade, hipertensão arterial, variabilidade da frequência cardíaca, reabilitação cardíaca, controle metabólico, colesterol, triglicerídeos, hormônios, avaliação, hipotensão pós-exercício, hidroginástica, atividades aquáticas, ginástica laboral, joelhos, músculos, coluna lombar, ossos, densidade, adaptação, imagem corporal, síndrome de Down, treinadores, voleibol, metodologia, prática de ensino, métodos biográficos, formação continuada, diários, bancários, sindicatos, Florianópolis (SC) e Santa Catarina.

No corpo dos textos das teses e dissertações analisadas, verificamos que os termos utilizados para fazer referência aos sujeitos de meia-idade foram principalmente *homens* e *mulheres*, por vezes seguidos de alguma adjetivação, como: mulheres pré-menopáusicas, mulheres na menopausa, mulheres pós-menopausa, mulheres na idade madura, homens na faixa etária de 46 a 60 anos; mulheres idosas; e ainda: indivíduos de meia-idade, indivíduos diabéticos, pessoas com síndrome de Down maiores de 40 anos, pacientes, professoras, bancários e treinador.

As palavras-chave recorrentes nas pesquisas analisadas indicaram uma ênfase em assuntos associados aos aspectos biológicos do corpo na meia-idade e que estabelecem relações com a área de atividade física e saúde na Educação Física. Essa interpretação procedeu da quantidade significativa de nomes de enfermidades e fa-

tores de risco associados, órgãos, estruturas e sistemas do corpo humano, bem como expressões como atividade física, estilo de vida e qualidade de vida, dentre as 59 palavras-chave encontradas. Essa análise foi confirmada a partir das evidências fornecidas pelos objetivos das pesquisas em que o enfoque predominante confirmou-se como meramente biológico.

Com relação aos objetivos das pesquisas analisadas, observamos que um tipo se destacou, e foi comum a mais da metade das 28 teses e dissertações; já os objetivos apresentados pelas outras pesquisas foram variados, conforme pode ser visualizado no Quadro 2.

Quadro 2

Objetivos das teses e dissertações analisadas e número de pesquisas em que apareceram

	OBJETIVO	Nº
a	Analisar/avaliar/comparar/identificar/observar os efeitos de um programa de exercícios sobre determinada(s) variável(is)	18
b	Identificar/investigar os motivos de aderência/continuidade de mulheres em programas de exercícios	02
c	Analisar os determinantes da atividade física e sua relação com as características sociodemográficas de mulheres de meia-idade	01
d	Investigar a relação da atividade física habitual com a percepção da qualidade de vida relacionada à saúde em mulheres portadoras de doença vascular periférica	01
e	Verificar a relação entre densidade mineral óssea e força muscular em mulheres idosas	01
f	Verificar a qualidade de vida de pessoas com síndrome de Down, maiores de 40 anos, do estado de Santa Catarina	01
g	Analisar as condições de vida e saúde de bancários de Florianópolis; analisar os fundamentos que embasam as propostas hegemônicas de ginástica laboral; além de implantar e avaliar possibilidades alternativas de Educação Física relacionada à saúde que atendam as necessidades da categoria	01
h	Estudar a imagem corporal e suas implicações, além de observar como as mulheres se posicionam em relação à imagem corporal, se estão satisfeitas com seu corpo	01
i	Investigar o processo de reflexão sobre a prática pedagógica de quatro professoras de uma Escola Municipal de Educação Infantil (EMEI) de São Paulo que participaram de um curso de educação continuada em Educação Física mediado pela técnica dos diários de aula	01
j	Analisar a prática pedagógica do treinador da seleção brasileira masculina infantojuvenil (15 a 17 anos) de voleibol, tendo em vista o novo paradigma técnico-tático da modalidade	01

Fonte: Elaborado pelas autoras.

Percebemos uma ênfase na intenção dos autores em analisar/avaliar/comparar/identificar/observar os efeitos de um programa de exercícios sobre determinada(s) variável(is) (objetivo “d”). Esse foi o objetivo de 18 das 28 teses e dissertações analisadas. Nesse sentido, destacamos que a palavra-chave “exercício” foi a segunda que mais apareceu nos trabalhos, conforme visto no Quadro 1, o que pode ser analisado como forte indicador de uma correlação causal entre duas variáveis, como desenho metodológico de pesquisa predominante.

Dentro do conjunto de 18 pesquisas com esse objetivo, verificamos que nove delas se preocuparam em estudar os efeitos de programas de atividade física sobre enfermidades e fatores de risco, e foram citadas: diabetes (na tese de CUNHA, 2008, e nas dissertações de MOTTA, 2008; LIMA, 2008; CAMBRI, 2007), obesidade (MORAES, 2004; PASETTI, 2005), osteoporose (TORMEN, 2007), hipertensão arterial (BONISSONI, 2006) e síndrome metabólica (MENEZES, 2004).

Encontramos uma tese e uma dissertação da mesma autora (FORTI, 1993; 1999) que se preocuparam em avaliar a influência do treinamento físico sobre as respostas cardiorrespiratórias em mulheres na menopausa. Outras dissertações (CHACON, 1993; LEITE, 2008) tiveram o mesmo objetivo (avaliar as adaptações cardiorrespiratórias), mas a primeira foi realizada com homens. Observamos que as dissertações de Forti (1993) e Chacon (1993) aqui mencionadas tiveram propósitos e procedimentos teóricos e metodológicos muito semelhantes; a diferença foi que uma pesquisa estudou mulheres, e na outra, os homens foram foco da análise. No trabalho com mulheres, identificamos referências e associações à menopausa, incluindo um tópico desenvolvido no referencial teórico sobre esse tema. Já no trabalho feito com homens, o texto se referiu a um envelhecimento genérico do corpo e não apresentou nenhum tema especificamente masculino, como foi o caso da menopausa no trabalho anterior¹². A dissertação de Oliveira (2005) avaliou os efeitos de um programa de exercícios sobre a variabilidade da frequência cardíaca em mulheres na pós-menopausa.

Ainda dentro desse conjunto de pesquisas com objetivo comum, três se preocuparam em analisar os efeitos da prática de exercícios sistematizados sobre a qualidade de vida: de pessoas com fibromialgia (KONRAD, 2005) e que sofreram infarto agudo do miocárdio (BENETTI, 1999), e, ainda, tabagistas (OLIVEIRA, 2008).

¹² A dissertação e tese que estudaram mulheres na menopausa, citadas neste parágrafo, foram redigidas por Vera Aparecida Madruga Forti. Além desses dois trabalhos como autora, ela também possui outros dois no *corpus* de análise desta pesquisa como orientadora. Um deles se refere à variabilidade da frequência cardíaca em mulheres na pós-menopausa; o outro trata da qualidade de vida de indivíduos de meia-idade. Mara Patrícia Chacon possui no *corpus* de análise a sua dissertação, como autora, em que estudou adaptações cardiorrespiratórias induzidas pelo treinamento físico aeróbio em homens de 46 a 60 anos, e outra dissertação como orientadora sobre comparação das respostas autonômicas e cardiorrespiratórias de homens e mulheres de meia-idade antes e após treinamento físico aeróbio.

A dissertação de Zanchetta (2006) visou avaliar a percepção subjetiva da qualidade de vida em indivíduos de meia-idade que foram submetidos a programas de treinamento físico.

Com relação aos objetivos das pesquisas que se propuseram a identificar/investigar os motivos de aderência/continuidade de mulheres em programas de exercícios (objetivo “b”), destacou-se uma dissertação que visou analisar as histórias de vida de mulheres praticantes de antiginástica¹³, em busca da razão pela qual seguem com o trabalho de sensibilização corporal há mais de cinco anos, que, por sua vez, diferencia-se dos modismos presentes em nosso contexto social quanto à padronização dos corpos, por meio da massificação de algumas práticas corporais como o esporte e a ginástica de academia (COSTA, 1999). Outra dissertação buscou investigar os motivos de aderência de mulheres entre 40 e 59 anos que praticam exercício físico regularmente, bem como o significado dessa prática para suas vidas (PIRES, 2008). O objetivo “c” buscou compreender os fatores que se vinculam à adoção da prática de atividades físicas em relação às características sociodemográficas de mulheres de meia idade (SIMAS, 2004).

Os objetivos “d” e “f” se referiram a uma preocupação com a qualidade de vida. A intenção de Silva (2002) foi investigar a relação entre a atividade física habitual e a percepção da qualidade de vida relacionada à saúde de mulheres portadoras de doença vascular periférica. Já Marques (2000) centrou sua pesquisa em pessoas com síndrome de Down com mais de 40 anos de idade, estabelecendo também um perfil da população estudada.

O objetivo “e” expressou a intenção de verificar a relação entre densidade mineral óssea e força muscular em mulheres idosas. Nessa dissertação (NUNES, 2000), no título, no objetivo e no texto por completo, apareceu a expressão *idosas* para se referir à população estudada: mulheres de 50 a 65 anos. “Mulheres idosas” é uma das palavras-chave desse trabalho, o que não deixou de chamar a atenção por não respeitar a identificação presente nos normativos legais para pessoas idosas e ainda menos a produção acadêmica sobre o tema.

¹³ Para Costa (1999), a partir dos referenciais de Lowen (1997), Alexander (1983), Houareau (1979) e Bertherat (1981; 1985), a antiginástica é, em linhas gerais, uma prática de sensibilização corporal que surgiu como forma de se contrapor à ginástica tradicional, buscando o aumento da vitalidade e a (re)tomada da consciência do corpo, por meio da eliminação do esforço e do trabalho corporal baseado na sensação e no relaxamento, na expressão corporal, no acesso a musculaturas menos requisitadas no dia a dia, com movimentos suaves e precisos. A antiginástica propõe conhecer, sentir e perceber o corpo, suas tensões e perturbações, e está fundamentada em seis princípios: a conscientização do movimento; a prática de relaxamento e sensação; a unidade do corpo; o trabalho focalizado na coluna vertebral; a realização de um trabalho dentro do ritmo do indivíduo, sem excesso; e a busca do relaxamento dos músculos posteriores.

Observamos que os objetivos das teses e dissertações se diversificaram, apesar da predominância do objetivo “a”, ainda que mantenham em comum o estabelecimento de relações com a área da atividade física e saúde da Educação Física.

A dissertação com objetivo “g” também versou sobre o tema da saúde, mas apresentou-se diferenciada das demais. Martinez (2007) estabeleceu diálogo a partir do referencial da saúde coletiva associado ao campo da Educação Física e visou analisar as condições de vida e saúde de bancários de Florianópolis; analisar os fundamentos que embasam as propostas hegemônicas de ginástica laboral; além de implantar e avaliar possibilidades alternativas de Educação Física relacionada à saúde que atendam as necessidades da categoria, por meio de uma metodologia de pesquisa-ação.

A dissertação de Barros (2001) buscou estudar a imagem corporal de mulheres e suas implicações, além de observar como elas se posicionam em relação à imagem corporal e se estão satisfeitas com seu corpo (objetivo “h”).

Por último, a dissertação de Piragibe (2006) (objetivo “i”) visou investigar o processo de reflexão sobre a prática pedagógica de quatro professoras de uma Escola Municipal de Educação Infantil de São Paulo que participaram de um curso de formação continuada em Educação Física. A dissertação de Anfilo (2003) (objetivo “j”) buscou analisar a prática pedagógica do treinador da seleção brasileira masculina infantojuvenil de voleibol.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na produção acadêmica disponível *on-line* acerca da temática meia-idade em programas de pós-graduação no campo da Educação Física brasileiros, este estudo identificou que ela está distribuída em oito programas, entre os anos 1993 e 2008, em número total de 28, dado que indica ser o tema ainda pouco focado por esse campo acadêmico em análise.

Todos os trabalhos se constituíram como pesquisas de campo, em sua maioria realizadas com mulheres nessa etapa da vida, o que indica que o sexo feminino desperta mais interesses, talvez, em função da ênfase dada aos indicadores anatomofisiológicos por parte dos pesquisadores. Os temas abordados nas pesquisas se concentraram majoritariamente no funcionamento fisiológico do corpo e sua relação com a atividade física, associados ao estudo de doenças, fatores de risco, capacidades e qualidades físicas. Em seguida, com menor ênfase, percebemos uma preocupação com a qualidade de vida desses sujeitos, com os motivos que os levam a praticar exercícios, com a prática pedagógica de trabalhadores nesse momento da vida, como professoras da Educação Infantil e um treinador de voleibol, e, por fim, com sua imagem corporal.

Outro ponto de destaque na produção foram as pesquisas visando à formulação ou estudo de propostas de intervenção voltadas para essas pessoas, por meio de diferentes metodologias. Cerca de 70% da produção científica *on-line* dos Programas de Pós-Graduação em Educação Física sobre meia-idade estiveram voltadas a analisar/avaliar/comparar/identificar/observar os efeitos de um programa de exercícios sobre determinados aspectos da vida humana. A predominância identificada foi dos referenciais relacionados à subárea da atividade física e saúde, sinalizando uma tendência da produção. Este constitui-se como um dos achados mais significativos da pesquisa, o qual confirma que a perspectiva empírico-analítica pautada na causalidade permanece sendo hegemônica nesse campo acadêmico, tal como outros estudos citados anteriormente já haviam identificado em temas e períodos históricos diferenciados.

Conclui-se que a temática da meia-idade vem sendo pouco explorada na Educação Física em nível de pós-graduação, resultado que também foi encontrado em estudo anterior (ANTUNES; SILVA, 2014), o qual pesquisou a temática em periódicos científicos do campo. As mesmas autoras, em outra publicação (ANTUNES; SILVA, 2013), evidenciaram que há certo consenso no que se refere à escassez de referenciais teóricos para dar suporte a estudos com adultos em geral, incluindo pessoas na meia-idade, também nas ciências humanas e sociais. Contribuições de autores de sociologia, psicologia e ciências sociais revelam que não há uma estrutura teórica organizada sobre o estudo social da adultez, como é possível identificar com relação à infância e à velhice, além de que essa fase da vida parece despertar menos interesse por ser considerada uma fase aparentemente estável, do ponto de vista familiar, profissional e financeiro, uma idade sem problemas e banal, a partir de um conceito estático e linear.

Consideramos que esta análise geral da produção pode ser utilizada como ponto de partida e aprofundamento em novos estudos, tendo em vista que muitas questões referentes a esse momento da vida não foram ainda abordadas, e as perspectivas teórico-metodológicas predominantes no campo da Educação Física mostram-se insuficientes diante da complexidade dessa etapa da vida humana.

THE ACADEMICAL PRODUCTION ABOUT MIDDLE AGE IN THESIS AND ESSAYS OF BRAZILLIAN PHYSICAL EDUCATION

Abstract: It consists of a description and analysis of the academics production about middle age developed on the Strict Sense Post-Graduation programs with made available access online to complete texts. Developed

with the technique of information recovery, it had the application of two conceptual and methodological filters. The sample was reduced to 28 documents, 2 thesis and 26 essays in 8 Post-Graduation programs, between the years of 1993 and 2008. The results point that 70% of the production was directed to identify/analyse/evaluate/compare the effects of exercises programs in life aspects and that the addressed themes focused in the physiological functioning of the body and its relation with physical activity, associated with the study of diseases, risk factors, physical capacities and qualities.

Keywords: physical education; middle age; academic production.

REFERÊNCIAS

ALEXANDER, G. **Eutonia**: um caminho para a percepção corporal. São Paulo: Martins Fontes, 1983.

ANFILO, M. A. **A prática pedagógica do treinador da Seleção Brasileira Masculina de Voleibol**: processo de evolução tática e técnica na categoria infanto-juvenil. 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2003.

ANTUNES, P. C.; SILVA, A. M. Elementos sobre a concepção da meia-idade, no processo de envelhecimento humano. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 16, n. 5, p. 123-140, set. 2013.

ANTUNES, P. C.; SILVA, A. M. A produção científica brasileira e a problematização acerca da meia-idade: um estudo a partir de periódicos do campo da Educação Física. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 19, n. 1, p. 9-26, 2014.

ANTUNES; P. C.; SILVA, A. M.; BAPTISTA, T. J. R. A matematização da vida: uma análise das produções científicas do campo da Educação Física acerca de pessoas na meia-idade. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 16, n. 3, p. 619-955, jul./set. 2013.

BARROS, D. D. **Estudo da imagem corporal da mulher**: corpo (ir)real x corpo ideal. 2001. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.

BENETTI, M. **Alterações de fatores de risco e qualidade de vida em pacientes coronarianos acometidos de infarto agudo do miocárdio, submetidos a diferentes tipos de treinamento**. 1999. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 1999.

BERTHERAT, T. **O corpo tem suas razões**. 58. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1981.

BERTHERAT, T. **O correio do corpo**. São Paulo: Martins Fontes, 1985.

BONISSONI, C. M. C. **Efeitos de programas de exercícios aquáticos e de solo sobre a variação da pressão arterial em homens hipertensos**. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.

CAMBRI, L. T. **Modulação autonômica cardíaca e controle metabólico em diabéticos tipo 2 em repouso e exercício**. 2007. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

CHACON, M. P. T. **Adaptações cardiorrespiratórias induzidas pelo treinamento físico aeróbio em homens na faixa etária de 46 a 60 anos: Estudo longitudinal e transversal**. 1993. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1993.

COSTA, E. M. **O corpo feminino no encontro com a antiginástica**. 1999. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1999.

CUNHA, G. A. **Papel do sistema caliceína-cininas sobre os efeitos hipotensores e hipoglicemiantes do exercício em diabéticos tipo 2**. 2008. Tese (Doutorado em Educação Física)—Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2008.

DOMINGUES, J. Gerações, modernidade e subjetividade coletiva. **Tempo social**, v. 14, n. 1, p. 67-89, 2002.

DUARTE, C. P.; SANTOS, C. L.; GONÇALVES, A. K. A concepção de pessoas de meia-idade sobre saúde, envelhecimento e atividade física como motivação para comportamentos ativos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 23, n. 3, p. 35-48, 2002.

FORTI, V. A. M. **Adaptações cardiorrespiratórias ao treinamento físico aeróbio em mulheres na menopausa: estudo longitudinal e transversal**. 1993. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1993.

FORTI, V. A. M. **Influência do treinamento físico aeróbio sobre as respostas cardiovasculares e respiratórias em mulheres na menopausa com e sem terapia de reposição hormonal**. 1999. Tese (Doutorado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1999.

GONÇALVES, A. K.; DUARTE, C. P.; SANTOS, C. L. Atividade física na fase da meia-idade: motivos de adesão e de continuidade. **Movimento**, Porto Alegre, ano VII, n. 15, p. 75-88, 2001.

HOUAREAU, M. J. **Ginásticas suaves ou antiginástica**. Lisboa: Verbo, 1979.

KONRAD, L. **Efeito agudo do exercício físico sobre a qualidade de vida de mulheres com síndrome da fibromialgia**. 2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2005.

LEITE, S. T. **Comparação das respostas autonômicas e cardiorrespiratórias de homens e mulheres de meia-idade antes e após treinamento físico aeróbio**. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

LIMA, L. C. J. **Respostas metabólicas e atividade da caliceína plasmática em indivíduos com diabetes tipo 2 e em não-diabéticos: efeito da intensidade do exercício**. 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2008.

LOWEN, A. **Alegria: a entrega ao corpo e à vida**. São Paulo: Summus, 1997.

MARQUES, A. C. **Qualidade de vida de pessoas com síndrome de Down, maiores de 40 anos, no estado de Santa Catarina**. 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.

MARTINEZ, J. F. N. **Superações da Educação (Física) bancária pela Saúde Coletiva: pesquisa-ação no sindicato de Florianópolis**. 2007. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2007.

MENDONÇA, M. L. M. Imagens do envelhecimento: como a mídia brasileira representa a mulher de meia-idade. **Informação & Comunicação**, Goiânia, v. 14, n. 2, p. 139-153, jul./dez. 2011.

MENEZES, A. S. **Efeitos de um programa de exercícios físicos estruturados nos componentes da síndrome metabólica**. 2004. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2004.

MOLINA NETO, V.; GÜNTHER, M. C. C.; BOSSLE, F.; WITTIZORECK, E. S.; MOLINA, R. M. K. Reflexões sobre a produção do conhecimento em Educação Física e Ciências do Esporte. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 28, n. 1, p. 145-165, set. 2006.

MORAES, C. **Efeito do exercício aeróbio sobre os níveis séricos de leptina em mulheres obesas**. 2004. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, 2004.

MOREIRA, V.; NOGUEIRA, F. Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade. **Psicologia USP**, v. 19, n. 1, p. 59-79, 2008.

MOTTA, D. F. **Respostas hemodinâmicas e atividade de caliceína plasmática em diabéticos tipo 2 e não diabéticos após teste incremental e exercício realizado a 90% do limiar de lactato.** 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2008.

NERI, A. L.; YASSUDA, M. S. (Org.). **Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos.** Campinas: Papyrus, 2008.

NUNES, J. **Força muscular e densidade mineral óssea em mulheres idosas (50 a 65 anos).** 2000. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2000.

OLIVEIRA, J. D. de F. **Avaliação da qualidade de vida de um grupo de tabagistas participantes de um programa interdisciplinar em Centro de Saúde.** 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

OLIVEIRA, M. K. Ciclos de vida: algumas questões sobre a psicologia do adulto. **Educação e Pesquisa**, v. 30, n. 2, p. 211-229, 2004.

OLIVEIRA, V. R. **Análise da variabilidade da frequência cardíaca em mulheres na pós-menopausa sedentárias e treinadas.** 2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

PASETTI, S. R. **Deep Water Running para redução da gordura corporal em mulheres na meia-idade: estudo de intervenção em Campinas-SP.** 2005. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

PIRAGIBE, V. **Formação continuada em educação física para professoras de educação infantil: a técnica do diário de aula.** 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade de São Paulo, São Paulo, 2006.

PIRES, R. C. **Um olhar ao corpo da mulher na idade madura praticante de exercícios físicos.** 2008. Dissertação (Mestrado em Educação Física)—Universidade Metodista, Piracicaba, 2008.

SACARDO, M. S. **Estudo bibliométrico e epistemológico da produção científica em Educação Física na região CentroOeste do Brasil.** 2013. Tese (Doutorado em Educação)—Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2013.

SANT'ANNA, D. **Corpos de passagem: ensaios sobre a subjetividade contemporânea.** São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SANTOS, S.; KNIJNIK, J. Motivos de adesão à prática de atividade física na vida adulta intermediária. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 5, n. 1, p. 23-34, 2006.

SILVA, D. K. **Atividade física habitual e qualidade de vida relacionada à saúde de mulheres com doença vascular periférica.** 2002. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2002.

SILVA, R. **Mestrados em Educação Física no Brasil:** pesquisando suas pesquisas. 1990. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 1990.

SILVA, R. **Pesquisa em Educação Física:** determinações históricas e implicações epistemológicas. 1997. Tese (Doutorado em Educação)–Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.

SIMAS, J. P. **Universidade e saúde da mulher:** um estudo dos determinantes da atividade física. 2004. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2004.

SOUSA, F. O que é “ser adulto”? As velhas e novas representações sociais sobre o que é ser adulto. In: CONGRESSO PORTUGUÊS DE SOCIOLOGIA, 5., 2004, Braga. **Anais...** Braga: Universidade do Minho, 2004.

SOUSA, F. O que é “ser adulto”? As práticas e representações sociais – A Sociologia do Adulto. In: CONGRESSO PORTUGUÊS DE SOCIOLOGIA, 6., 2008, Lisboa. **Anais...** Lisboa: Universidade Nova de Lisboa, 2008.

TORMEN, M. L. S. **Efeitos do treinamento e destreinamento de hidroginástica no perfil lipídico e na remodelação óssea em mulheres pré-menopáusicas.** 2007. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2007.

ZANCHETTA, L. M. **Avaliação subjetiva da qualidade de vida em indivíduos de meia idade submetidos a treinamento físico:** Campinas-SP, 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

Contato

Priscilla de Cesaro Nunes
E-mail: pri2602@hotmail.com

Tramitação

Recebido em 13 de julho de 2013
Aceito em 25 de março de 2014