

# Atividade física sob uma perspectiva existencial de vida para idosos sedentários autônomos: uma reflexão axiológica e fenomenológica

Artigo Original

## Sebastião Paulo Theodoro dos Santos

Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciência da Matricidade Humana da Universidade Castelo Branco/RJ  
sptheodoro@ig.com.br

## Heron Beresford

Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciência da Matricidade Humana da Universidade Castelo Branco/RJ  
heronb@terra.com.br

## Estélio Henrique Martin Dantas

Professor Titular do Programa Stricto Sensu em Ciência da Matricidade Humana da Universidade Castelo Branco, Rio de Janeiro, Brasil  
estelio@cobrase.com.br

## Alfredo G. de Faria Junior

Professor Titular da Universidade do Estado do Rio de Janeiro  
faria@npoint.com.br

Santos, S.P.T.; Beresford, H.; Dantas, E.H.M.; Faria Junior, A.G. Atividade física sob uma perspectiva existencial de vida para idosos sedentários autônomos: uma reflexão axiológica e fenomenológica. *Fitness & Performance Journal*, v.1, n.3, p-21-27, 2002.

**RESUMO:** O desconhecimento ou a não valorização pela área da Saúde em geral e, da Educação Física e Fisioterapia em específico, quanto à utilização da Atividade Física a partir de uma perspectiva existencial de vida de indivíduos idosos sedentários autônomos, se constitui na problemática que originou o presente estudo. Assim, adotou-se como objetivo geral a elaboração de uma fundamentação teórica sobre a utilização da Atividade Física, a partir de uma perspectiva existencial de vida de idosos sedentários autônomos, em um contexto da Ciência da Matricidade Humana. Tudo isto com o propósito de contribuir, pelo menos em parte, com a minimização do desconhecimento ou desvalorização em questão. Isto foi feito, a partir de objetivos específicos relacionados com as compreensões axiológica e fenomenológica acerca do ente idoso sedentário autônomo, como objeto teórico e formal de estudo, e, de uma ordenação axiológica entre a consciência intencional operante dos profissionais da Educação Física e Fisioterapia, como sujeitos cognoscentes, e a Atividade Física como objeto teórico e prático de estudo. A fundamentação teórica utilizada para a consecução dos objetivos específicos baseou-se no pensamento dos autores BERESFORD (1999), ORTEGA Y GASSET (1947) e MERLEAU-PONTY (1999), em uma perspectiva filosófica axiológica e fenomenológica existencial transubjetiva acerca do idoso em questão como um ente do Ser do Homem. A metodologia adotada teve como tipologia um estudo de natureza teórico e filosófico do tipo bibliográfico e descritivo de análise documental, e, como estratégia metodológica de operacionalização o método fenomenológico proposto por REALE (1988). Revelaram-se, no presente estudo, os significados sócio-históricos e axiológicos do ente idoso sedentário autônomo em uma perspectiva de circunstância e de corporeidade, isto é, conhecer e perceber a circunstância que envolve o seu corpo "aqui e agora", encarando a questão do sedentarismo como sendo um problema existencial de vida, obrigando-o a tomar decisões ou consciência dessa situação, assumindo, desta maneira, sua circunstância através de seu corpo próprio. Concluiu-se que a Atividade Física, como valor, constitui uma condição que se refere tanto aos profissionais da educação Física e Fisioterapia, quanto ao idoso sedentário autônomo, os quais necessitam vivenciá-la, para que possam compreendê-la, isto é, tornarem-se cômicos de ser um ser-existente em estado permanente de carência, privação e vacuidade, inserido em uma realidade de circunstância e corporeidade. Tudo isso a partir dos valores éticos e morais, que regem o agir tanto dos profissionais da educação Física e Fisioterapia como o ente idoso sedentário autônomo, em uma perspectiva humanizada em um contexto sócio-histórico.

**Palavras-chave:** Atividade Física, Compreensão Axiológica, Compreensão Fenomenológica, Ordenação Axiológica, Vida Existencial, sedentarismo.

**Endereço para correspondência:**

**Data de Recebimento:** março / 2002

**Data de Aprovação:** abril / 2002

Copyright© 2002 por Colégio Brasileiro de Atividade Física, Saúde e Esporte.

|            |                |   |   |       |              |
|------------|----------------|---|---|-------|--------------|
| Fit Perf J | Rio de Janeiro | 1 | 3 | 21-27 | mai/jun 2002 |
|------------|----------------|---|---|-------|--------------|

## ABSTRACT

### Physical activity under an existential life perspective for sedentary self-sufficient senior citizens: an axiological and phenomenological perspective

The lack of knowledge or non-appreciation for the Health sector in general, and Physical Education and Physical Therapy in particular, regarding the use of Physical Activity, from an existential life perspective for sedentary self-sufficient senior citizens, constitutes the problematic that originated this study. Thus, as a general objective it was adopted the elaboration of a theoretical rationale on the use of Physical Activity from the existential perspective regarding the life of sedentary self-sufficient senior citizens, within a context of the Human Motive Power Science. All of the above purports to contribute, at least in part, to reduce the lack of the knowledge or non-appreciation in question. This was made using as a starting point specific objectives related to the axiological and phenomenological understandings about the sedentary self-sufficient senior citizen, as a formal and theoretical object of study, as well as from an axiological arrangement between the operative intentional awareness of Physical Education and Physical Therapy professionals as cognoscente subjects, and the Physical Activity as the theoretical and practical object of study. The rationale used regarding the development of the specific objects was based on the thinking of authors BERESFORD (1999), ORTEGA Y GASSET (1947) and MERLEAU-PONTY (1999), under a philosophical axiological and phenomenological existential transubjective perspective about the aged in question, as a being that is part of the Man. The methodology adopted had for typology a study of theoretical and philosophical nature of the bibliographic and descriptive types of documental analysis and, as a methodological strategy of operationalization the phenomenological method proposed by REALE (1988). In the present study, the social historical and axiological meanings of the sedentary self-sufficient senior citizen under a perspective of circumstance and corporeality were discovered, i.e., understanding and perceiving the circumstance involving their body "here and now", facing the question of sedentariness as an existential problem, leading them to make decisions or being aware of the situation, assuming, therefore their circumstance through their own body. The conclusion was that the Physical Activity, as an asset, constitutes a condition that is related both to physical education and physical therapy professionals and sedentary self-sufficient senior citizens who need to experience it in order to understand it, i.e., become aware of being an existing human being in permanent state of need, deprivation and vacuity, living a reality of circumstance and corporeity. All of this arising from the ethical and moral values that guide the conduct both of Physical Education and Physical Therapy professionals and the sedentary, self-sufficient senior citizen within a humanized perspective in a social historical context.

**Keywords:** Physical Activity, Axiological Understanding, Phenomenological Understanding, Existential Life, and sedentariness.

## INTRODUÇÃO

O objetivo deste tópico é apresentar uma retrospectiva histórica a respeito da problemática do sedentarismo em indivíduos idosos autônomos a partir do pensamento de alguns autores, bem como a tentativa encontrada por eles, no sentido de contribuir de alguma forma, para a solução da problemática referida.

A população de idosos representa um quantitativo considerável em relação as outras faixas etárias, o que o torna instigante e mobilizador para o campo da pesquisa.

A distribuição populacional por faixa etária, conforme o Censo Demográfico 2000, tendo como fonte o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), apresentou um universo de 8,5% da população de indivíduos acima de 60 anos, para os próximos

## RESUMEN

### Actividad física bajo una perspectiva existencial de vida para ancianos sedentarios autónomos: una reflexión axiológica y fenomenológica

El desconocimiento o la no-valorización por el área de Salud en general y, de la Educación Física y la Fisioterapia en específico, en cuanto a la utilización de Actividades Físicas a partir de una perspectiva existencial de vida de individuos ancianos sedentarios autónomos, se constituye en la problemática que originó el presente estudio. Así, se adoptó como objetivo general la elaboración de una fundamentación teórica sobre la utilización de la Actividad Física, a partir de una perspectiva existencial de vida de ancianos sedentarios autónomos, en un contexto de Ciencia de la Motricidad Humana. Todo esto con el propósito de contribuir, por lo menos en parte, con la minimización del desconocimiento o desvalorización en cuestión. Esto fue hecho, a partir de objetivos específicos relacionados con las comprensiones axiológica y fenomenológica acerca del ente anciano sedentario autónomo, con objeto teórico y formal de estudio, y, de una ordenación axiológica entre la conciencia intencional operante de los profesionales de la Educación Física y Fisioterapia, como sujetos cognoscentes, y la Actividad Física como objeto teórico y práctico de estudio. La fundamentación teórica utilizada para la consecución de los objetivos específicos se basó en el pensamiento de los autores BERESFORD (1999), ORTEGA Y GASSET (1947) y MERLEAU-PONTY (1999), bajo una perspectiva filosófica, axiológica y fenomenológica existencial trans-subjetiva acerca del anciano en cuestión como un ente del Ser del Hombre. La metodología adoptada tuvo como tipología un estudio de naturaleza teórico y filosófico del tipo bibliográfico y descriptivo de análisis documental y como estrategia metodológica de operacionalización el método fenomenológico propuesto por REALE (1988). Se revelaron, en el presente estudio, los significados socio-históricos y axiológicos del ente anciano sedentario autónomo bajo una perspectiva de circunstancia y de corporeidad, esto es, conocer y percibir la circunstancia que envuelve su cuerpo "aquí y ahora", encarando la cuestión del sedentarismo como siendo un problema existencial de vida, obligándolo a tomar decisiones o conciencia de tal situación, asumiendo, de esta forma, su circunstancia a través de su propio cuerpo. Se concluyó que la Actividad Física, como valor, constituye una condición que se refiere tanto a los profesionales de la Educación Física y Fisioterapia, en cuanto al anciano sedentario autónomo, los cuales necesitan vivenciarla, para que puedan comprenderla, esto es, tomar conciencia de ser un ser-existente en estado permanente de carencia, privación y vacuidad, inserto en una realidad de circunstancia y corporeidad. Todo eso a partir de los valores éticos y morales, que rigen la actuación tanto de los profesionales de la Educación Física y Fisioterapia como el ente anciano sedentario autónomo, bajo una perspectiva humanizada en un contexto socio-histórico.

**Palabras clave:** Actividad Física, Comprensión Axiológica, Comprensión Fenomenológica, Orientación Axiológica, Vida Existencial, sedentarismo.

dez anos se alocará nesta faixa etária um contingente de 12 507 316 idosos, ou seja, 7,1% do montante registrado no censo em pauta, desconsiderando os índices de óbitos à serem registrados.

Historicamente, a "velhice" foi objeto de discussões e controvérsias: para uns, é tida como desgraça; enquanto para outros elevada e enobrecida, revestida de sabedoria e outras qualidades.

Na Grécia antiga, encontramos duas correntes divergentes, ao tratar a velhice. MEIRELLES (1997) cita que: "Aristóteles vê a decadência, Platão vê o apogeu [...]".

No Império Romano, vê-se que as opiniões não divergem muito das de Platão e de Aristóteles, pois, segundo MEIRELLES (1997), "na velhice, os prazeres corporais vão sobrepujando os mera-

mente corporais, afirma Cícero, o grande filósofo romano, no primeiro século antes da era cristã, parafraseando Platão. E cunha a frase famosa “Há homens que, como os vinhos, envelhecem sem azedar-se”.

A Idade Média também não modificou as duas vertentes antagônicas relacionadas ao idoso, segundo BEAUVOIR (1990), eles são excluídos da vida pública e os jovens conduzem o mundo. No cristianismo, no início do século V, encontra-se, nos escritos de Santo Agostinho, filósofo platônico, a posição de escritores cristãos, os quais relacionam o pecado a velhice, ambos condutores da morte.

Na Idade Moderna, com a ascensão da burguesia, MEIRELLES (1997) cita que, “o velho vai ganhar um maior espaço para existir. Vai adquirir uma importância particular porque encarnará a unidade e a permanência da família, através dos bens acumulados: é o tempo do individualismo burguês, que é a base do capitalismo”.

Contemporaneamente, os idosos ainda vivem seu eterno conflito sócio-cultural: por um lado enaltecidos, pela visão platônica; por outro, massacrados e desprezados como na visão aristotélica.

Os fatos históricos apresentados anteriormente permitem observar que a discriminação social e cultural estigmatizam o idoso. Sob este pano de fundo, encontram-se ainda as conseqüências das alterações fisiológicas, deixando o idoso vulnerável às patologias, algumas delas denominadas de hipocinéticas, que limitam a mobilidade, ou melhor, a motricidade do idoso. Não sem importância, a discriminação vem proporcionar ao idoso uma atitude de inércia: o sedentarismo que, da mesma maneira, gera uma atitude hipocinética, nesse caso, sem causa patológica

O sedentarismo mencionado traz suas conseqüências diretamente à saúde do idoso, conforme menciona MEIRELLES (1997): “A inatividade física mostra que um crescente número de idosos estão vivendo abaixo dos limites da capacidade física, bastando qualquer doença intercorrente para se tornarem dependentes. Ao contrário do que se pensava, o estilo de vida sedentária na terceira idade ( **nos idosos**) pode induzir a maiores desgastes no organismo de que o estilo de vida fisicamente ativo”. (negrito meu).

Ainda em MEIRELLES (1997) pode ser lido que, “pela falta de atividade física, através de pesquisas de gerontólogos, foi observado em idosos [...] a redução da capacidade aeróbica e anaeróbica; redução do vigor muscular; redução da eficiência motora; redução do rendimento mecânico e perda dos reflexos posturais”.

Em LORDA (1998, p.23) vê-se que “[...] o passar do tempo faz com que o círculo de relações familiares e de amigos diminua pelo processo natural da dispersão [...] abre-se, então, neste estágio, uma porta através da qual se desenvolve um sentimento de inutilidade, de marginalização da vida comunitária”.

No sentido de combater o sedentarismo tem-se observado muitos estudos voltados para o fisiológico e terapêutico através da Atividade Física. Entretanto, o combate ao sedentarismo não pode ser limitado ao campo do simples movimento, buscando também

interagir o homem ao mundo, pois tal interação, de acordo com Merleau-Ponty, citado por CUNHA (1994), não se resume ao simples de ter um corpo que se movimenta: “[...] o corpo não é um peso, nem um obstáculo [...] mas [...] veículo do ser-no-mundo”.

Um questionamento se faz oportuno: diante das causas e conseqüências do sedentarismo, nos idosos autônomos, como uma questão existencial: o que tem feito a Educação Física e a Fisioterapia com suas técnicas e condutas de Atividade Física?

Observa-se, em inúmeros trabalhos voltados ao idoso, um enfoque biofísico na tentativa de minimizar os efeitos das alterações fisiológicas e sedentarismo de indivíduos desta faixa etária.

Foi consultado o Núcleo Brasileiro de Dissertações e Teses em Educação Física e Esportes (Uberlândia - MG), sendo observada a predominância de trabalhos voltados aos aspectos físicos e biológicos., principalmente, àqueles voltados aos idosos e sedentarismo.

Em resumo, na listagem de estudos consultadas há uma escassez de trabalhos que enfocasse o Ser do Homem idoso sedentário autônomo, numa perspectiva existencial de vida, bem como no contexto patológico ou no âmbito de algum trabalho, com propósito terapêutico

Em função do comentado anteriormente, evidencia-se que a essência do problema desta pesquisa é o desconhecimento ou a não valorização pela área da saúde em geral, e pela Educação Física e Fisioterapia em específico, quanto à utilização da Atividade Física desenvolvidos a partir de uma perspectiva existencial de vida de indivíduos idosos sedentários autônomos.

## **Objetivos e Propósito do Estudo**

Em termos gerais, este estudo tem por objetivo apresentar uma fundamentação teórica sobre a utilização da Atividade Física a ser desenvolvida a partir de uma perspectiva existencial de indivíduos idosos sedentários autônomos. Tudo isto com o propósito de minimizar o desconhecimento ou a desvalorização a esse respeito pelas áreas de Saúde, em geral, e da Educação Física e Fisioterapia, em específico.

Em termos mais específicos, este estudo objetiva:

- estabelecer uma compreensão axiológica acerca de indivíduos idosos sedentários autônomos;
- estabelecer uma compreensão fenomenológica acerca de indivíduos idosos sedentários autônomos; e,
- desenvolver uma ordenação axiológica entre o professor de Educação Física e o fisioterapeuta como sujeitos cognoscentes e o objeto teórico e prático deste estudo, ou seja, com a Atividade Física voltada para indivíduos idosos sedentários autônomos.

## **Hipótese e Variáveis do Estudo**

Estabeleceu-se para este estudo, como fio condutor entre o problema e o objetivo geral a ser alcançado, a seguinte formulação como hipótese:

Presume-se ou supõe-se que um referencial teórico de natureza axiológica e fenomenológica existencial transubjetiva seja necessário e suficiente para fundamentar uma proposta de Atividade Física para idosos sedentários autônomos.

Considera-se, para efeito deste trabalho, que a variável independente se constitui em um referencial teórico sobre a utilização da Atividade Física elaborada a partir de uma perspectiva existencial de vida indivíduos idosos sedentários autônomos, enquanto que a variável dependente é representada pelo desconhecimento ou a desvalorização da perspectiva existencial de vida pelos profissionais da Saúde em geral, e em específico pela Educação Física e Fisioterapia.

## **METODOLOGIA**

---

A metodologia e a estratégia metodológica utilizadas, mostraram-se adequadas, pois, por meio delas, atingiu-se o objetivo de apresentar uma alternativa teórica para a utilização da Atividade Física sob uma perspectiva existencial de vida de idosos sedentários autônomos, minimizando o desconhecimento ou a desvalorização a esse respeito pelos profissionais atuantes na área de Saúde em geral e, a Educação Física e Fisioterapia em específico. Tal adequação ocorreu porque se optou por um estudo de natureza teórica e filosófica do tipo pesquisa bibliográfica e descritiva de análise documental, tendo como estratégia o Método Fenomenológico proposto por REALE (1988). Sendo assim, na primeira fase, descreveu-se o objeto de estudo em questão; na segunda fase, operacionalizou-se a redução eidética e na terceira, desenvolveu-se uma ordenação axiológica.

## **APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

---

Com relação à consecução do primeiro objetivo específico: estabelecer uma compreensão axiológica acerca de indivíduos idosos sedentários autônomos, evidencia-se que o mesmo foi alcançado.

Para que fosse possível a consecução desta compreensão axiológica utilizou-se, como condição de operacionalização, o pensamento dos autores apresentados na fundamentação teórica desta investigação: SEARS e FELDMAN (1981); SIMÕES (1994); AMÂNCIO e CAVALCANTI (1975); LORDA (1998); MEIRELLES (1997); PICKLES, COMPTON, COTT, SIMPSON E VANDERVOORT (1998); COSTA (1997) e SALGADO (1982).

Assim, esta compreensão axiológica acerca do ente do Ser do Homem idoso sedentário autônomo contribuiu para esclarecer melhor os nexos causais ou de antecedência em torno das possíveis causas geradoras da carência principal, o sedentarismo, onde se pode observar que a questão do idoso reporta à antiguidade, onde era enaltecido por uns e detestado por outros. Existe, por um lado, uma discriminação, social imposta pela não participação do idoso na produção, deixando de ser parte ou segmento gerador e impulsionador da economia e, por outro lado uma discriminação no seio da família devido a não mais participar da

renda familiar como outrora, passando, o idoso, a ser elemento consumidor sem gerar condições para tal. Na situação descrita, os efeitos gerados pelas transformações próprias da velhice se associam fazendo com que o idoso adote uma postura sedentária, ou seja se posicione numa inatividade de vida, esquecendo muitas vezes o próprio corpo. Compondo assim, as condições nesta dissertação de carências e necessidades.

Quanto aos nexos de consequência ou de decorrência estabelecidos, esta compreensão axiológica colaborou sobremaneira, para a tomada de consciência acerca da complexidade que envolve o ato de se estabelecer ou delimitar e o que venha a se constituir em causas e/ou consequências do problema do sedentarismo. Assim, as carências e necessidades descritas se apresentam como causa do sedentarismo e, como consequência, a projeção do ente idoso numa hipocinesia e/ou patologias hipocinéticas.

Com relação aos nexos de interdependência estabelecidos na elaboração da hipótese de trabalho, tem-se a considerar que a compreensão axiológica contribuiu para fortalecê-la como uma idéia principal ou como fio condutor a ser seguido em bases valorativas ou como doadora de sentido ou significado para a mesma, na medida em que causa principal, ou seja, o sedentarismo, escolhida para ser trabalhada nesta pesquisa, se tornou mais clara. Assim sendo, ficou alicerçado que uma fundamentação teórica sobre a utilização da Atividade Física a ser desenvolvida a partir de uma perspectiva existencial pode minimizar o desconhecimento ou a desvalorização a esse respeito pelas áreas de saúde em geral, e da Educação Física e Fisioterapia em específico.

Esta compreensão axiológica também trouxe contribuições fundamentais aos nexos de finalidade, visto que ficou evidenciado a relação ou o nexo valorativo, expressa pela compreensão axiológica acerca do ente idoso sedentário autônomo, um dos objetivos específicos deste trabalho, com o último objetivo específico do mesmo que é o de desenvolver uma ordenação axiológica, ao colaborar com uma ordenação axiológica e nesta perspectiva de proporcionalidade também colabora com a consecução do objetivo geral. Isto, porque se assume conceitualmente que valor, como qualidade estrutural, corresponde a tudo aquilo que vier a preencher, positivamente, uma determinada carência de um Ser em geral e do Ser do Homem em específico.

Para efeito deste trabalho, isso significa dizer que as atividades físicas voltadas para um ente do Ser do Homem idoso autônomo só terão valor se for agregado uma qualidade estrutural à sua vida, ao preencher, positivamente, o estado permanente de múltiplas carências e necessidades de diferentes naturezas radicalmente identificadas nesta compreensão axiológica e, assim, preenchê-las.

Nessas condições, pode-se também assegurar que a estratégia metodológica prevista para operacionalizar a consecução do objetivo específico, relativo à compreensão axiológica, se mostrou adequada na medida em que se conseguiu descrever as carências e necessidades físicas e/ou biológicas, psíquicas e/ou emocionais e sócio-históricas, assim como, da mesma forma, se conseguiu chegar aos aspectos essenciais que o sedentarismo,

expresso pela falta de atividade, no idoso autônomo, pode acarretar: um agravamento ou surgimento antecipado dos problemas do processo de envelhecimento e das patologias hipocinéticas.

Com relação à consecução do segundo objetivo específico: estabelecer uma compreensão fenomenológica acerca de indivíduos idosos sedentários autônomos, evidencia-se que a mesma foi alcançada.

Para que fosse possível a consecução desta compreensão fenomenológica, utilizou-se, como condição de operacionalização o pensamento dos autores da fundamentação teórica desta investigação, tais como: ORTEGA Y GASSET (1947); MERLEAU-PONTY (1999); BERESFORD (1999); REALE (1988); CAPALBO (1984); HABIB (2001) e VANUXEM (1983).

Assim a referida compreensão fenomenológica, contribuiu para esclarecer os nexos causais ou de antecedência mediatos na medida em que eles representam, de acordo com a fenomenologia existencial transubjetiva, os pressupostos básicos para primeiro se conhecer a vida, a circunstância e a corporeidade para depois conhecer o Ser. A vida, num sentido ortegiano de razão vital ou raciovitalismo, e razão não podem ser compreendidas como uma função física e abstrata e sim “a vida” ou “o viver” do ente idoso como um comprometer-se com inteligência, situando-se como uma realidade radical, como um processo sucessivo e infinito de auto-preencher, ou completar-se, que não pode ser reduzido ao Ser. A circunstância, num sentido de se saber um ente idoso num processo de envelhecimento. Sendo, portanto, necessário levá-lo a perceber que ele não é ele, mas que está sendo tanto envolvido em uma circunstância de sedentarismo quanto, por conseqüência, sendo prejudicado pelas doenças hipocinéticas, mas que ele é esta própria circunstância e se ele, com o devido auxílio do professor de Educação Física e Fisioterapeuta, não salvá-la, não salvará a si mesmo. Esse ente idoso assumindo, por meio do corpo, sua presença e seu lugar na história, isto é, sua corporeidade, perceberá sua circunstância “aqui e agora” e também que este corpo é o movimento de ser no mundo, lugar onde se inscreve a reflexão e a ação. É nesse movimentar-se em direção ao futuro, estando no presente, sem perder de vista o passado (história), com o corpo próprio (motricidade), que o idoso se angustia ao descobrir-se sedentário. Tornando consciência de si e do mundo, deseja curar-se passando a ter uma vida autêntica, caso contrário, permanecerá em uma vida de recalque e inautêntica. O seu corpo não é somente o veículo do ser no mundo; é seu princípio estruturante, e, também, a condição estruturante da existência humana do mesmo. Resumindo, o ente idoso não está diante de seu corpo, está no seu corpo, ou melhor ele é o seu próprio corpo.

Com relação aos nexos de conseqüência ou de decorrência mediatos estabelecidos na formulação do problema e na relevância do estudo, a referida compreensão fenomenológica auxiliou de forma decisiva, para a tomada de consciência sobre a complexidade que significa o ato de se estabelecer ou delimitar, o que vem a se constituir na vida existencial de um ente idoso, mesmo que considerado como autônomo. Isso, porque, dependendo

do contexto sócio-histórico de circunstância e de corporeidade, tais nexos ou coerência lógica são estabelecidos: o que é causa pode ser considerado como conseqüência e vice-versa.

No que diz respeito aos nexos de interdependência, estabelecidos na elaboração da hipótese de trabalho, a compreensão fenomenológica em questão contribuiu para fortalecê-la como uma idéia principal ou como fio condutor, na medida em que a causa principal escolhida para ser trabalhada nesta pesquisa se tornou mais clara.

Por último, esta compreensão fenomenológica trouxe contribuições fundamentais aos nexos de finalidade para este estudo, ou seja, entre os nexos da compreensão fenomenológica com a ordenação axiológica.

Nessas condições, pode-se também assegurar que a estratégia metodológica prevista para operacionalizar a consecução do objetivo específico em pauta também se mostrou adequada, na medida em que se conseguiu descrever o ente idoso sedentário autônomo, no pensamento fenomenológico existencial transubjetivo de circunstância e corporeidade.

Com relação à consecução do terceiro objetivo específico, ou seja, desenvolver uma ordenação axiológica entre o professor de Educação Física e Fisioterapeuta e o objeto teórico e prático deste estudo, a Atividade Física voltada para indivíduos idosos sedentários autônomos, evidencia-se que o mesmo foi alcançado. Isto se afirma em função das condições previstas para tal terem sido mostradas como adequadas na medida em que as referências teóricas descritas anteriormente, mostraram-se necessárias e suficientes para delas se constituir essa ordenação axiológica, ou seja, a relação entre o professor de Educação Física, o Fisioterapeuta e a Atividade Física, objeto teórico e prático desta dissertação, sob uma perspectiva existencial de vida daquele ente, a partir da compreensão fenomenológica e axiológica.

Pode-se dizer que a referida ordenação axiológica se constituiu em uma etapa em que se revelaram os significados sócio-históricos axiológicos do ente idoso sedentário autônomo em sua perspectiva de circunstância e corporeidade, baseado no pensamento fenomenológico existencial transubjetivo de ORTEGA Y GASSET (1947) e MERLEAU-PONTY (1999) que é, conhecer primeiramente a circunstância que envolve o ente idoso autônomo, o sedentarismo e a corporeidade, isto é, a percepção da circunstância pelo corpo “aqui e agora”. Encarando-se o problema do sedentarismo, e de possíveis doenças hipocinéticas como conseqüência, como sendo um problema existencial na vida do idoso, e que esse problema o obriga a tomar decisões ou tomar consciência de tal problema, ao ser interpretado em um contexto cultural de circunstância, e de assumi-la “aqui e agora”, através seu próprio corpo, pois este “fala” como sinal de tal “consciência corporal” ou como corporeidade. Assim, o professor de Educação Física e Fisioterapeuta, primeiramente, devem conhecer o ente idoso sedentário autônomo em uma perspectiva de vida existencial expressa por ser um corpo numa circunstância de estar num processo de envelhecimento fisiológico com suas conseqüências.

Assim sendo, o ente idoso deverá buscar uma vida autêntica sem os recalques e angústias para lhe remover do sedentarismo.

Assim, foi obtido o desenvolvimento dessa ordenação ou relação axiológica, entre o profissional de Educação Física, o Fisioterapeuta e a Atividade Física, ou seja, uma reflexão ontognoseológica, a qual tem por estratégia uma reflexão crítico-histórico-axiológica e dialética.

Criticar, nesta dissertação, sem possuir conotação pejorativa ou depreciativa, mas sim, apreciar algo consoante critérios ou pressupostos, sejam estes de natureza ôntica ou gnoseológica. Assim, a Atividade Física, no seu aspecto ôntico, não deve ser apresentada numa forma de movimentar simplesmente estruturas do corpo, coisificando o Ser, mas sim sob uma perspectiva existencial através da consciência operante do professor de Educação Física e Fisioterapeuta.

Ontognoseológica porque, foi estabelecida uma relação entre a intencionalidade operante da consciência dos profissionais da Educação Física e Fisioterapia, designativo do sujeito cognoscente, o que determina o contexto da “gnose” e a Atividade Física, no caso o aspecto “onto” ou o objeto de uma reflexão ontognoseológica.

Tal intuito foi alcançado, visto que o professor de Educação Física e Fisioterapeuta como sujeitos cognoscentes, se reportaram ao objeto cognoscível prático, a Atividade Física, fazendo a aproximação do mesmo, através de uma compreensão fenomenológica e axiológica do ente idoso sedentário autônomo como objeto formal de tal cognição, o que caracterizou a reflexão ontognoseológica. Isto, em outras palavras significa, dizer que a relação ontognoseológica ficou estabelecida, na medida que a parte “ôntica” de tal conhecimento foi representada pelo objeto teórico e formal e teórico e prático do estudo. A “gnose” correspondeu à intencionalidade operante da consciência do profissional de Educação Física e Fisioterapeuta, ou seja, sujeitos cognoscentes.

Isso tudo representa dizer que o caráter subjetivo-objetivo da abordagem ontognoseológica foi alcançado. Outrossim, pela concretude do aspecto subjetivo-objetivo, o sujeito e o objeto apresentaram o caráter de dialeticidade, reafirmando o processo sócio-histórico, ou de historicidade da reflexão ontognoseológica, visto que, na medida em que o ente idoso sedentário autônomo se tornou objeto de interesse da consciência intencional dos profissionais da Educação Física e Fisioterapia, se transformou em objeto de conhecimento e em um objetivo a ser alcançado.

A partir da hierarquia de valores proposta por FINANCE (1962), apresentada por Beresford (1999), pôde-se constatar que, na atual perspectiva que permeia a Atividade Física, a intencionalidade operante da consciência do Professor de Educação Física e Fisioterapia se atém exclusivamente a valores infra-humanos e valores infra-morais, o que representa dizer que o professor de Educação Física e o Fisioterapeuta, em suas relações com a Atividade Física, concebe o ente idoso sedentário autônomo por uma perspectiva ainda não inserida no contexto dos valores propriamente humanos. Este aspecto essencial aqui destacado é

por demais importante para este trabalho, pois sabe-se que todo o ser ou ente, que não é agregado a um valor como pessoa humana, passa a ser considerado uma “coisa”. Como se está tratando do ente idoso, como representação do Ser do Homem em uma perspectiva humanizada, fica agora evidenciado o porquê de sua não “coisificação”.

Foi através dos Valores Morais, e mais especificamente no princípio ético do dever, ou na consciência do dever moral, que pôde-se encontrar a grande fundamentação de humanização da relação axiológica que envolve os profissionais de Educação Física e Fisioterapia e a Atividade Física. Isso porque, nas condutas técnicas que permeiam a hierarquização e reierarquização de valores, em uma Atividade Física, desvela-se o ser humano, fugindo assim, à perspectiva da animalidade, o que se torna possível ao se fazer possuidor de um princípio ético, ao tratar a humanidade, ou ao ente idoso sedentário autônomo e este ao professor de Educação Física e ao Fisioterapeuta, sempre e simultaneamente, como um fim e não simplesmente como um meio.

Para tal, tornou-se necessário também, aos profissionais da Educação Física e Fisioterapia, serem cômicos das vertentes que envolvem as alterações pelo processo de envelhecimento do ente idoso autônomo sedentário, e não mais por referencial, apenas à perspectiva biológica. Portanto, o ente idoso foi interpretado a partir de sua vida existencial de ser circunstância a partir do lançar-se em uma realidade de historicidade e temporalidade através, do próprio corpo em sua condição de corporeidade. Muitas vezes cabe ao professor de Educação Física e Fisioterapeuta fazer ser a própria existência do idoso, já que este, em um estado de inautenticidade, nega-se a assumir o próprio corpo em uma condição de vida existencial. No entanto, é, através da conduta e/ou comportamento motor da Atividade Física, como qualidade estrutural, ou como sentido ou ainda como valor, que o professor de Educação Física e Fisioterapeuta, viabiliza por parte do idoso o resgate do corpo próprio, da própria existência como corpo.

Evidencia-se, também, que a ordenação axiológica em questão entre o professor de Educação Física, o Fisioterapia, e a Atividade Física, foi estabelecida com o propósito de subsidiar a prevenção ou terapêutica ao sedentarismo como valor humano.

Dessa forma, a partir da historicidade e dialeticidade existente entre sujeito e objeto, revelou-se um contexto humanizado da Atividade Física. Isto, porque a consciência do ser corpo se tornou representativa de um valor humano, visto que o ente idoso foi concebido como um projeto constante em sua infinita e inacabada condição de ser-história, de fazer e refazer a própria circunstância, de vir a ser humano.

Assim sendo, a ordenação axiológica em questão clarifica o contexto de humanização ao trazer a perspectiva de uma hierarquização de valores, deixando de se manter à luz de uma única vertente, neste caso a biológica. Isto, porque a questão do sedentarismo é vista, na maioria das vezes, por uma perspectiva puramente fenomênica, a qual é ligada à condição biológica do ente. Foi através da ordenação axiológica que se tornou possível

ampliar a visão de consciência do ser um corpo idoso, concebendo-a como um valor, retirando-a, assim, da pura subjetividade e trazendo-a para uma objetividade e subjetividade simultâneas e a ela agregado o valor humano, deu-se um sentido, tornando-a uma qualidade estrutural. Assim, a condição de consciência de corpo idoso que se mantinha restrita ao valor biológico, foi delongada para a vertente fenomenológica, ou seja, para os valores morais e sócio-históricos em uma perspectiva de vida existencial. O que, por sua vez, trouxe a condição de “humano” para o valor, o que representava uma lacuna nos conteúdos pertinentes às concepções do envelhecimento.

## REFERÊNCIAS

---

AMÂNCIO, A, CAVALCANTI, P.C. UCHÔA. *Clínica Geriátrica*. Rio de Janeiro: Atheneu, 1975.

BEAUVOIR, Simone. *A velhice*. Tradução Maria Helena Franco Monteiro. 4 ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BERESFORD, Heron. *Valor: saiba o que é*. Rio de Janeiro: Shape, 1999.

CAPALBO, Creusa. *Fenomenologia e serviço social*. *Revista Debates Sociais*, ano xx, n. 38: Rio de Janeiro, 1984.

COSTA, Deolinda Maria. *Atitude declarada dos idosos quanto a prática de atividade física e exercício*. *Dissertação de Mestrado*. Rio de Janeiro: Universidade Castelo Branco, 1997.

CUNHA, Manuel S. *Para uma epistemologia da maturidade humana*. Lisboa: Instituto Piaget, 1994.

FINANCE, Joseph de. *Essai sur le agir humain*. Roma; Aedes Gregoiana, 1962.

HABIB, Ana Lúcia C. M. da Costa. *Uma interpretação de consciência corporal como valor humano em um contexto de educação e reeducação postural*. *Dissertação de Mestrado*. Rio de Janeiro: Universidade Castelo Branco, 2001.

IBGE. *Censo demográfico do Brasil 2000*. Rio de Janeiro: IBGE, 2001.

LAKATOS, Eva M., MARCONI, Marina de A. *Metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 1988.

LORDA, C.Raul. *Recreação na terceira idade*. Rio de Janeiro: Sprint, 1998.

MERLAU-PONTY, Maurice. *Fenomenologia da percepção*. São Paulo: Martins Fontes, 1999

MEIRELLES, Morgana E. A. *Atividade física na terceira idade*. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

ORTEGA Y GASSET, José. *Obras completas*. 6 V. Madri, 1947.

PICKLES, Barrie, COMPTON, Ann, COTT, Cherye, SIMPSON, Janet, VANDERVOORT, Anthony. *Fisioterapia na terceira idade*. Tradução de Mário Sérgio Rossi Vieira e Ricardo Werner Sebastiani. São Paulo: Santos, 1998.

REALE, Miguel. *Introdução à filosofia*. São Paulo: Saraiva, 1988.

SALGADO, M. A. *A velhice, uma nova questão social*. São Paulo: SESC, 1982.

SEARS, Robert R, FELDMAN, S. Shirley. *As sete idades do homem*. Rio de Janeiro: Zahar, 1981

SIMÕES, Regina. *Corporeidade na terceira idade*. Piracicaba: Unimep, 1994.

VANUXEM, Paul. *Tercera edad y actividad física*. Santiago: *Revista de Educación Física*, n. 177, p.34, 1983.