



**INSTITUTO  
FEDERAL**  
Rio de Janeiro

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro

*Campus Realengo*  
Terapia Ocupacional

Tainá Maria Silva Deodoro

# A participação de idosos em atividades instrumentais, de lazer e sociais

Rio de Janeiro

2021

TAINÁ MARIA SILVA DEODORO

A PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS EM ATIVIDADES INSTRUMENTAIS, DE LAZER E  
SOCIAIS

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Instituto Federal do Rio de  
Janeiro, como requisito parcial para a  
obtenção do grau de Bacharel em Terapia  
Ocupacional.

Orientadora: Profª Dra. Lilian Dias Bernardo

Rio de Janeiro

2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação.

Elaborada por Alane Elias Souza

Bibliotecária - CRB 7 nº 6321

D418

Deodoro, Tainá Maria Silva.

A participação de idosos em atividades instrumentais, de lazer e sociais. /  
Tainá Maria Silva Deodoro, 2021.  
18f.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharel em Terapia Ocupacional) – Instituto  
Federal do Rio de Janeiro, 2020.

Orientadora: Lilian Dias Bernardo.

1. Terapia Ocupacional. 2. Idoso. 3. Ocupações. I. Instituto Federal do Rio  
de Janeiro. Campus Realengo. II. Bernardo, Lilian Dias. III. Título.

COBIB/CReal

CDU 615.851.3

## RESUMO

Introdução: A participação e o engajamento em atividades contribuem de forma positiva na saúde física e mental das pessoas, protege contra o adoecimento e propicia o bem-estar. Além disso, favorece a formação da identidade, representa uma cultura, seus valores e expressa as habilidades e competências individuais. Objetivo: Analisar o engajamento em atividades instrumentais de vida diária, de lazer e sociais em um grupo de pessoas idosas que residem na comunidade. Materiais e métodos: Estudo do tipo descritivo, transversal, com abordagem quantitativa. Participaram da pesquisa pessoas com 60 anos ou mais, residentes na comunidade, com habilidades para expressão de escrita e/ou fala e sem déficits cognitivos. O Mini-Exame do Estado Mental foi utilizado como critério de seleção e, para a coleta dos dados, foram aplicados o questionário sociodemográfico e o *Activity Card Sort* – Brasil. Resultados: A amostra final foi composta por 60 idosos, a maioria era do sexo feminino e casada. A idade dos participantes variou entre 60 e 87 anos. As atividades atuais com maior engajamento foram as instrumentais de vida diária, que são obrigatórias para se manter vivendo de forma independente na comunidade. Por sua vez, as de lazer de alta demanda apresentaram menor engajamento, o que pode ser atribuído ao desinteresse ou por não possuir habilidades ou ter insegurança para executar as atividades que exigem maior esforço físico e resistência. Considerações finais: A compreensão da participação em atividades é importante para que a Terapia Ocupacional analise o repertório de ocupações e sua influência na saúde e no bem-estar das pessoas.

Palavras-chave: Terapia Ocupacional. Idoso. Ocupações.

## **ABSTRACT**

Introduction: Participation and engagement in activities contribute positively to people's physical and mental health, protects against illness and provides well-being. Furthermore, it favors the formation of identity, represents a culture, its values and expresses individual skills and competences. Aim: To analyze the engagement in instrumental activities of daily living, leisure and social activities in a group of older adults living in the community. Materials and methods: descriptive, cross-sectional study with a quantitative approach. Participants in the study were people over 60 years of age living in the community, with writing and/or speech expression skills and no cognitive deficits. The Mini Mental State Examination was used as a selection criterion and for data collection, a sociodemographic questionnaire and the Activity Card Sort - Brazil were applied Results: The final sample consisted of 60 older adults, most of them female and married. The age of the participants ranged from 60 to 87 years. The current activities with the most engagement were the instruments of daily living, which are mandatory to keep living independently in the community. In turn, high-demand leisure people showed lower engagement, which can be attributed to lack of interest, inability or insecurity to perform activities that require greater physical effort and stamina. Final considerations: The understanding of participation in activities is an important resource adopted by Occupational Therapy to analyze people's repertoire of occupations and their influence on health and well-being.

Key words: Occupational Therapy. Older adults. Occupations.

## **APRESENTAÇÃO**

Este trabalho de conclusão de curso está em formato de artigo. Trata-se de um estudo que busca compreender o repertório ocupacional dos idosos por meio de um instrumento que avalia o nível de participação em atividades instrumentais de vida diária, de lazer e sociais.

Esse tema foi escolhido em decorrência do interesse e da participação da estudante na iniciação científica. No desenvolvimento da pesquisa, foi possível observar que a falta de engajamento e participação em atividades podem impactar negativamente a saúde e o bem-estar das pessoas idosas.

A ocupação humana é o principal objeto de estudo da Terapia Ocupacional, além de ser capaz de proporcionar significado à vida das pessoas. Para o terapeuta ocupacional é importante que haja a compreensão do repertório ocupacional e as conexões existentes entre o indivíduo, o ambiente e suas ocupações, uma vez que esse profissional é responsável por possibilitar o engajamento em atividades que produzem, mantêm e melhoram a saúde e o bem-estar.

Foi selecionada a Revista Kairós Gerontologia para a submissão desse manuscrito, pois ela tem como objetivo promover e divulgar pesquisas produzidas no campo dos estudos do envelhecimento e da velhice. Entretanto, para que o artigo esteja de acordo com a diretriz do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro, foi elaborado de acordo com as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas – ABNT, fonte Arial. O artigo é composto por 17 páginas e após as considerações da banca será modificado de acordo com o padrão solicitado pela revista escolhida.

## SUMÁRIO

<b>1 ARTIGO: A PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS EM ATIVIDADES INSTRUMENTAIS, DE LAZER E SOCIAIS</b> .....	7
1.1 INTRODUÇÃO .....	7
1.2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	8
1.3 RESULTADOS .....	9
1.4 DISCUSSÃO .....	13
1.5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	15
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	16

# 1 ARTIGO: A PARTICIPAÇÃO DE IDOSOS EM ATIVIDADES INSTRUMENTAIS, DE LAZER E SOCIAIS

## 1.1 INTRODUÇÃO

Na Terapia Ocupacional, os profissionais se preocupam com a ocupação humana, pois ela traz significado à vida das pessoas (ALMEIDA; SOUZA; CORRÊA, 2017). As atividades que as pessoas se engajam e participam contribuem para a formação da identidade, para representar uma cultura, hábitos, valores e para expressar as habilidades e competências individuais (ENGEL-YEGGER; ROSENBLUM, 2017). Por meio das ocupações, é possível compreender a funcionalidade, a incapacidade e as oportunidades e barreiras vivenciadas pelo indivíduo (FOX *et al.*, 2017).

No que tange à funcionalidade e sua relação com a ocupação humana, adotou-se os conceitos previstos pela Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (OMS, 2003). Nela, a atividade é vista como "*a execução de uma tarefa ou ação por um indivíduo*" e a participação se refere ao "*envolvimento em uma situação da vida real*" (OMS, 2003, p. 11). Por alterações nas funções e estruturas do corpo, restrições no ambiente físico e social, assim como limitações nas próprias atividades, a participação e o engajamento nas ocupações humanas podem apresentar-se comprometidos. Porém, destaca-se que o engajamento em atividades e participações significativas são direitos aos quais todas as pessoas, independentemente da idade ou de alguma deficiência, devem aspirar.

Estudos sobre o envelhecimento retratam que a participação e engajamento em atividades influenciam de forma positiva na saúde física e mental das pessoas, assim como reduz os fatores de riscos que possam gerar incapacidades ou mortalidade (FOX *et al.*, 2017; McNAMARA *et al.*, 2016; UEMURA *et al.*, 2018), além de atuar como fator de proteção para déficits cognitivos e sintomas de depressão e favorecer a qualidade de vida (SPITZER *et al.*, 2011).

Considerando a relevância das ocupações humanas à saúde e bem-estar, o objetivo deste estudo foi analisar o engajamento em atividades instrumentais de vida diária, de lazer e sociais em um grupo de pessoas idosas que residem na comunidade.

## 1. 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo descritivo, transversal, com abordagem quantitativa, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ), conforme previsto na Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012 (BRASIL, 2012), sob parecer nº 2.773.267. Os participantes assinaram um termo de consentimento livre e esclarecido para participar da pesquisa e a eles foram atribuídos códigos para garantir o anonimato e confidencialidade das informações.

Participaram da pesquisa pessoas acima de 60 anos, residentes na comunidade, com habilidades para expressão de escrita e/ou fala. Foram excluídas pessoas que apresentaram deficiência visual sem correção por produtos assistivos e/ou comprometimento cognitivo. O recrutamento dos participantes foi realizado por meio de contato telefônico e presencial, mediante divulgação da pesquisa nos espaços públicos, de convivência e nos projetos de extensão já existentes na própria instituição de ensino.

Foram selecionadas e avaliadas 65 pessoas. A escolaridade e a idade foram utilizadas para definir o desvio padrão (DP) e o Z-escore do Mini-Exame do Estado Mental (2ª edição). Nesta avaliação, cinco idosos foram excluídos por apresentarem declínio significativo nos domínios cognitivos.

A coleta de dados foi realizada de forma presencial em salas do IFRJ e, em alguns casos, na casa do participante, desde que houvesse um cômodo com mesa e sem a presença de possíveis distratores. As aplicações do questionário foram realizadas por estudantes do IFRJ devidamente treinadas e orientadas pela professora responsável pela pesquisa. A coleta foi realizada entre os meses de dezembro de 2019 e março de 2020, antes da pandemia.

Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram: o Mini-Exame do Estado Mental (2ª edição) (MMSE-2), questionário sociodemográfico e o *Activity Card Sort* – Brasil.

O MMSE-2 foi aplicado em sua versão padrão, para rastreamento de declínio cognitivo e seleção dos participantes. A versão padrão do Mini-Exame do Estado Mental (2ª edição) investiga 11 categorias: registro, orientação temporal, orientação espacial, recuperação, atenção e cálculo, nomeação, repetição, compreensão, leitura,

escrita e desenho; com a possibilidade máxima de 30 pontos, com pontos de corte que variam de acordo com a escolaridade.

Após seleção dos participantes, foi aplicado o Questionário Sociodemográfico para caracterização da amostra quanto à idade, sexo, anos de estudo e estado civil. Por sua vez, o *Activity Card Sort* (ACS) - Brasil buscou verificar o nível de participação em atividades.

O ACS - Brasil é uma avaliação que mensura o nível de participação em atividades instrumentais, de lazer de alta e baixa demanda e atividades sociais. As instrumentais são necessárias para automanutenção e para manter seus bens, como comprar alimentos, cozinhar e pagar contas; as de lazer de alta demanda requerem resistência física, exemplifica-se a natação, jardinagem e fazer trilhas; as de lazer de baixa demanda são aquelas que não exigem alta força física ou resistência, como assistir esportes e ir ao teatro e; as sociais envolvem atividades com outros, geralmente na comunidade, por exemplo: viajar, ir a um lugar de adoração e dançar.

O instrumento é composto por 83 fotografias de pessoas idosas realizando as atividades e possui três versões. Para esta pesquisa foi utilizada a versão Vivendo em Comunidade (Versão C). As fotografias são apresentadas pelo examinador ao idoso e há seis categorias de classificação (respostas): Nunca feito; Não faz há mais de um ano; Faz agora (no mesmo nível); Faz menos do que antes; Desistiu da atividade; e Nova Atividade. O cálculo das atividades atuais considera o que o examinado responde em relação ao que ele faz hoje na mesma frequência ou em frequência menor e aquelas novas atividades que fazem parte do seu repertório. No entanto, para obter o percentual de participação preservado ao longo de um ano, é necessário fazer a soma de atividades atuais ("Faz agora" e "Faz menos") e dividir o resultado pela pontuação total de atividades prévias. As novas atividades não entram no cálculo de preservado (BERNARDO; PONTES; ALMEIDA, 2021).

No que tange à análise dos dados foram utilizadas estatísticas descritivas para caracterização da amostra e nível de participação em atividades.

### 1.3 RESULTADOS

A amostra final foi composta por 60 pessoas idosas. A tabela 1 mostra a caracterização da amostra de acordo com idade, anos de estudo, sexo e estado civil.

**Tabela 1** – Distribuição das características sociodemográficas dos participantes (n=60). Rio de Janeiro, 2021.

Variáveis	Distribuição	
	Média (DP) em anos	
Idade	69,52	(7,6)
Anos de Estudo	10,16	(4,0)
Sexo	n	%
Masculino	21	35,0
Feminino	39	65,0
Estado Civil	n	%
Solteiro (a)	8	13,3
Casado (a)	40	66,7
Divorciado (a)	6	10,0
Viúvo (a)	6	10,0

**Fonte:** A autora (2021).

Dentre os 60 participantes residentes na comunidade, a maioria era do sexo feminino e casada. A idade dos participantes variou entre 60 e 87 anos, com média de 69,52 anos (DP = 7,6) e 10,16 anos (DP = 4,0) de estudo.

No que tange ao nível de participação, as informações relacionadas às categorias de atividades instrumentais de vida diária (AIVD), lazer de baixa e alta demanda e atividades sociais estão compiladas na tabela 2 juntamente com o nível de participação atual e prévio, assim como os dados referentes às novas atividades.

**Tabela 2** – Nível de participação em atividades. Rio de Janeiro, 2021.

Categorias de Atividades	Distribuição		
	Atividades Atuais	Número de atividades existentes	Média de atividades que os idosos participam
AIVD	21	14,9	2,8
Lazer de baixa demanda	33	15,4	6,0
Lazer de alta demanda	12	2,9	1,9
Atividades Sociais	17	11,6	3,2

<b>Atividades Prévias</b>	<b>Número de atividades existentes</b>	<b>Média de atividades que os idosos participavam</b>	<b>Desvio Padrão (DP)</b>
AIVD	21	16,0	2,9
Lazer de baixa demanda	33	16,7	6,5
Lazer de alta demanda	12	3,4	2,2
Atividades Sociais	17	12,5	3,2

<b>Atividades Novas</b>	<b>Número de atividades existentes</b>	<b>Média de atividades novas que os idosos se engajaram nesse último ano</b>	<b>Desvio Padrão (DP)</b>
AIVD	21	0,1	0,3
Lazer de baixa demanda	33	0,2	0,7
Lazer de alta demanda	12	0,1	0,5
Atividades Sociais	17	0,0	0,1

Legenda: AIVD = Atividade instrumental de vida diária.

Fonte: A autora (2021).

As atividades atuais com maior nível de engajamento foram as instrumentais de vida diária, com participação média em 71,0% das previstas. Por sua vez, os idosos se engajaram em menor porcentagem nas atividades de lazer de alta demanda (24,2%). O mesmo resultado é encontrado quando se investiga estas atividades num período anterior (há 1 ano) – as atividades prévias – em que os idosos participavam de 76,2% das AIVD e as de lazer de alta demanda permanecem com o menor percentual de engajamento, com 28,3%.

Pode-se observar que, no último ano (referente a 2019), os idosos relataram não se engajarem em novas atividades, sendo que em média, a participação aumentou 0,2 em lazer de baixa demanda e 0,1 em AIVD e lazer de alta demanda, o que não representa nem 1% de novas atividades.

O nível de participação preservado entre os idosos é apresentado na tabela 3.

**Tabela 3** – Nível de participação preservado. Rio de Janeiro, 2021.

<b>Nível de participação em atividades preservado</b>	<b>Distribuição</b>
---	---------------------

Atividades Preservadas	Média do nível de participação preservado	Desvio Padrão (DP)
AIVD	92,7%	0,1
Lazer de baixa demanda	90,9%	0,1
Lazer de alta demanda	77,7%	0,3
Atividades Sociais	92,3%	0,1

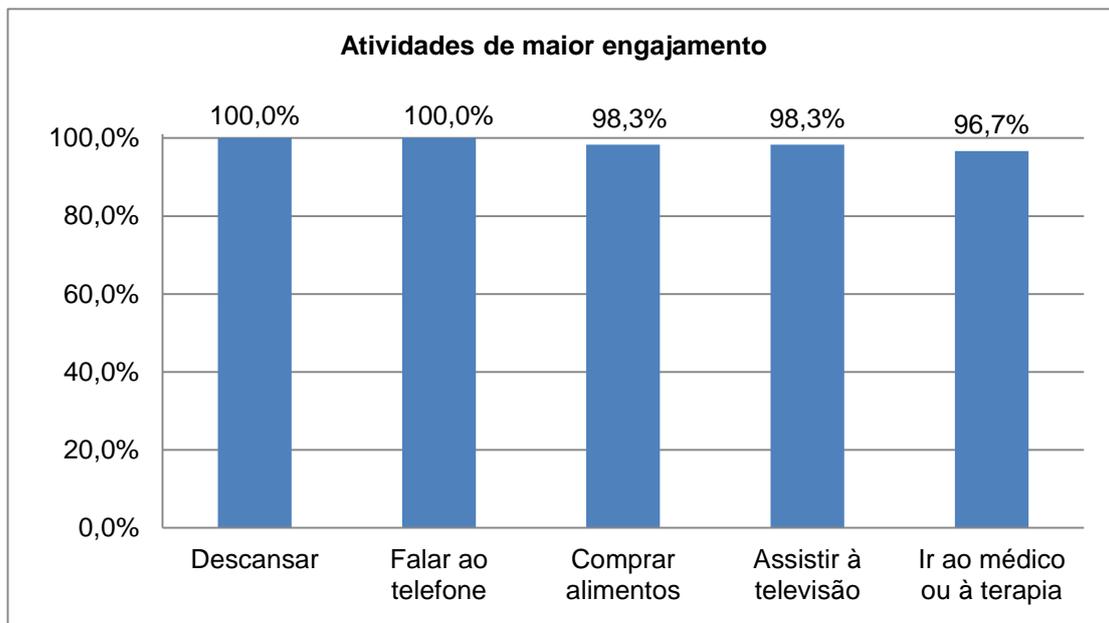
Legenda: AIVD = Atividade instrumental de vida diária.

Fonte: A autora (2021).

É possível observar que a média de engajamento preservado variou entre 77,7% e 92,7%, sendo que AIVD, lazer de baixa demanda e atividades sociais tiveram médias acima de 90%.

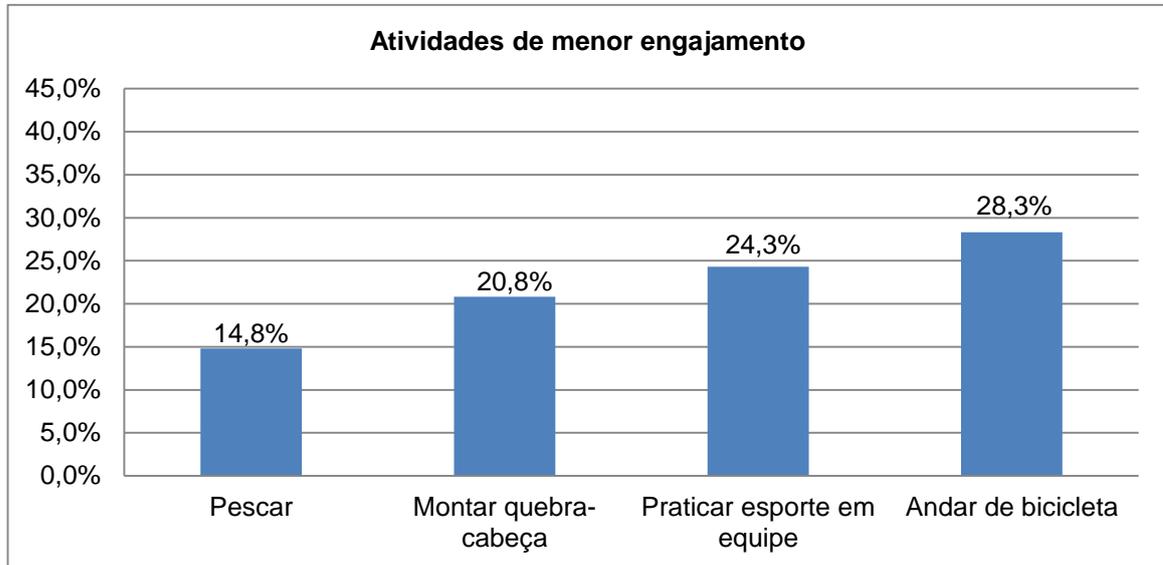
No que tange à análise do engajamento, foi calculado o maior e menor percentual de participação nas atividades em que os idosos realizaram no último ano (referente a 2019). Considerando estas variáveis, as atividades do ACS com maior engajamento entre os participantes estão apresentadas no gráfico 1, no qual é possível verificar que os percentuais variaram entre 96,7% e 100,0%.

**Gráfico 1** – Atividades previstas no ACS que tiveram maior engajamento



Fonte: A autora (2021).

As atividades em que os idosos menos se engajaram estão presentes no gráfico 2, com porcentagens que variaram entre 14,8% e 28,3%.

**Gráfico 2** – Atividades previstas no ACS que tiveram menor engajamento

Fonte: A autora (2021).

Considerando todos os domínios do ACS-Brasil, verifica-se que descansar (atividade instrumental) e falar ao telefone (atividade social) foram as atividades que os idosos mais relataram participar. Em contrapartida, pescar (lazer de alta demanda) e montar quebra-cabeça (lazer de baixa demanda) foram as menos citadas por eles.

#### 1. 4 DISCUSSÃO

Os resultados apontaram que o maior engajamento e participação foram em atividades instrumentais de vida diária, que são representadas pelas ocupações dentro do ambiente doméstico e na comunidade e servem para o viver independente. Por sua vez, o menor engajamento foi nas atividades de lazer, especialmente aquelas de alta demanda que exigem um maior esforço físico.

O engajamento em atividades instrumentais já era esperado, uma vez que os participantes eram residentes na comunidade e a literatura aponta que essas atividades predizem a capacidade para morar sozinho (NUNES *et al.*, 2018), além de indicar sobre a participação ativa e independente dessas pessoas na sociedade (FIALHO *et al.*, 2014; NUNES *et al.*, 2017; ZANESCO *et al.*, 2020).

No rol das AIVD destaca-se o descansar como a atividade feita por todos os participantes da pesquisa. O descanso é essencial, visto que o relaxamento é capaz de apoiar a saúde, repor energia e equilíbrio, promover maior interesse no

engajamento ativo em outras ocupações (AOTA, 2020), prevenir a exaustão física e mental, além de contribuir para a inserção social e ser um direito de proteção à vida (CARDOSO, 2015).

A segunda categoria a apresentar o maior engajamento foi em atividades sociais, em que se destaca o “falar ao telefone”. Sabe-se que a tecnologia permite o contato com outras pessoas, auxilia na redução da sensação de isolamento, favorece as conexões sociais (BALL *et al.*, 2019) e possibilita a realização de serviços na comunidade como, por exemplo, agendar uma consulta médica ou solicitar comida em um restaurante (MENESES *et al.*, 2016).

Ressalta-se que as atividades sociais são relevantes na participação social e podem influenciar a saúde percebida e o bem-estar subjetivo (FERREIRA; BARHAM, 2017). Assim como, faz com que as pessoas dialoguem e formem vínculos, funciona como protetor à incapacidade e contribui também para a saúde emocional e qualidade de vida (PREVIATO *et al.*, 2019). Por outro lado, o exercício da sociabilidade e a redução no engajamento dessas atividades podem estar limitados devido a barreiras como: arquitetura e urbanismo, mobilidade, transporte público, segurança (COSTA; NERI, 2019) e saúde física e emocional (MORSCH *et al.*, 2015).

As categorias referentes ao lazer apresentaram menor engajamento. Isso pode ter ocorrido porque embora sejam atividades agradáveis, são opcionais, intrinsecamente motivadas e realizadas durante o tempo em que não há o comprometimento com ocupações obrigatórias (AOTA, 2020; KRUG; XAVIER; D'ORSI, 2018). Além do mais, a saúde, a falta de espaço e equipamentos pode interferir no acesso a essas atividades (FERREIRA, 2017). Portanto, são necessárias políticas públicas que oportunizem a prática e o incentivo ao lazer (LEITE, 2019) para proporcionar maior satisfação, melhorar o humor, favorecer a autoestima e autonomia, reduzir a ansiedade, o estresse, o sentimento de depressão e de perda em relação à velhice (PEREIRA *et al.*, 2016).

Observou-se que a participação no lazer de baixa demanda foi maior se comparado ao de alta demanda. A atividade de pescar foi o lazer de alta demanda em que as pessoas apresentaram engajamento de 14,8%. Esse baixo número pode ser decorrente da participação maior de mulheres na pesquisa, uma vez que essa prática é culturalmente feita por homens (ALVES *et al.*, 2020). Soma-se a isso, a maioria dos participantes residirem em cidades metropolitanas e os locais para pesca estarem afastados do centro, necessitando de deslocamento e, por vezes, hospedagem nestas

regiões (BARRELLA *et al.*, 2016). À semelhança, a atividade de montar quebra-cabeça também teve baixo engajamento (20,8%) e isso pode ser atribuído ao fato de que este lazer é mais comumente desenvolvido por jovens e crianças.

É importante considerar que esta pesquisa apresenta limitações decorrentes da estratégia metodológica adotada. O pequeno tamanho da amostra restringe a interpretação e limita a generalização dos achados. Além disso, a capacidade de avaliação do instrumento utilizado mensura somente medidas quantitativas, enquanto as qualitativas como a dificuldade no desempenho, o tempo gasto em cada atividade e a compreensão do motivo pelo não engajamento ou desengajamento, por exemplo, não são fornecidas.

Em síntese, ressalta-se a importância em compreender a participação e o engajamento em atividades instrumentais, de lazer e sociais por parte dos idosos, uma vez que estas favorecem significativamente o envelhecimento bem-sucedido, contribuem para a promoção da saúde e da funcionalidade (FOX *et al.*, 2017; ENGEL-YEGER; ROSENBLUM, 2017). Desse modo, é indispensável que haja um equilíbrio na participação dessas ocupações.

## 1.5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados obtidos, o estudo mostrou que os participantes residentes na comunidade apresentaram um maior engajamento em atividades obrigatórias, representadas pelas instrumentais de vida diária. Por outro lado, se envolveram menos nas atividades de lazer, em especial as de alta demanda.

No entanto, para manter a saúde e o bem-estar, é importante estimular a pessoa idosa a se envolver em diversas atividades e buscar um equilíbrio entre o engajamento naquelas que promovem descanso e prazer com as que são obrigatórias. Participar de diferentes atividades contribui para a manutenção da capacidade funcional, dos laços sociais, do envolvimento em ocupações significativas, aspectos que favorecem o envelhecimento saudável.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, C. R. V.; SOUZA, A. M.; CORRÊA, V. A. C. Sobre as ocupações de idosos em condição de hospitalização: qual a forma e o significado? *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCAr*, v. 25, n. 1, p.147-157, 2017.
- ALVES, U. J. M. J. *et al.* A atividade pesqueira na Plataforma Marítima de Pesca Amadora de Mongaguá (Brasil), Sudoeste do atlântico. *Research, Society and Development*, v. 9, n. 9, p. e937998020P1-e937998020P29, 2020.
- AOTA. AMERICAN OCCUPATIONAL THERAPY ASSOCIATION. Occupational therapy practice framework: Domain and process. *American Journal of Occupational Therapy*, v. 74, n. 2 (supl), p. 7412410010p1-7412410010p87, 2020.
- BALL, C. *et al.* The physical–digital divide: Exploring the social gap between digital natives and physical natives. *Journal of Applied Gerontology*, v. 38, n. 8, p. 1167-1184, 2019.
- BARRELLA, W. *et al.* Aspectos biológicos e socioeconômicos da pesca esportiva no "Deck do Pescador" de Santos (SP, Brasil). *Brazilian Journal of Aquatic Science and Technology*, v. 20, n. 1, p. 61-68, 2016.
- BERNARDO, L. D.; PONTES, T. B.; ALMEIDA, P. H. T. Q. *Activity Card Sort Brasil: manual do usuário*. Rio de Janeiro: IFRJ, 2021.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. *Resolução n° 466 de 12 de dezembro de 2012*. Diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, 2012.
- CARDOSO, J. A. O direito ao descanso como direito fundamental e como elemento de proteção ao direito existencial e ao meio ambiente do trabalho. *Revista de informação legislativa*, Brasília, v. 52, n. 207, p. 7-26, 2015. Disponível em: <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r34587.pdf>. Acesso em: 09 fev. 2021.
- COSTA, T. B.; NERI, A. L. Fatores associados às atividades física e social em amostra de idosos brasileiros: dados do Estudo FIBRA. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 22, p. e190022p1- e190022p15, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2019.v22/e190022/>. Acesso em 27 nov. 2020.
- ENGEL-YEGGER, B.; ROSENBLUM, S. The relationship between sensory processing patterns and occupational engagement among older persons. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, v. 84, n. 1, p. 10-21, 2017.
- FERREIRA, G. A. O lazer sob a perspectiva de pessoas idosas: importância, significados e vivências. *Revista Brasileira de Estudos do Lazer*, Belo Horizonte, v. 4, n. 1, p. 70-87, 2017.
- FERREIRA, H. G; BARHAM, E. J. Relações sociais, saúde e bem-estar na velhice. In: FREITAS, E. V.; PY, L. *Tratado de geriatria e gerontologia*. 4. Ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017. p. 3331-3346.
- FIALHO, C. B. *et al.* Capacidade funcional e uso de serviços de saúde por idosos da Região Metropolitana de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil: um estudo de base populacional. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 3, p. 599-610, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csp/2014.v30n3/599-610/>. Acesso em: 19 out. 2020.

- FOX, K. *et al.* Activity disengagement: understanding challenges and opportunities for reengagement. *Occupational Therapy International*, v. 2017, p. 1-7, 2017.
- KRUG, R. R.; XAVIER, A. J.; D'ORSI, E. Association between internet use and physically active leisure time: "EpiFloripa Idoso" longitudinal study. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, v. 20, n. 2, p. 134-145, 2018..
- LEITE, A. R. L. Tempos e espaços de lazer na velhice. *Revista Turismo & Cidades*, São Luís, v. 1, n. 1, p. 73-84, 2019.
- McNAMARA, B. *et al.* Evaluation of a healthy ageing intervention for frail older people living in the community. *Australasian Journal on Ageing*, v. 35, n. 1, p. 30-35, 2016.
- MENESES, K. V. P. *et al.* TO Clicando-inclusão social e digital de idosos. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, São Carlos, v. 24, n. 3, p. 621-628, 2016.
- MORSCH, P. *et al.* Características clínicas e sociais determinantes para o idoso sair de casa. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 31, n. 5, p. 1025-1034, 2015.
- NUNES, D. P. *et al.* Performance pattern of activities of daily living for older adults in the city of São Paulo in 2000, 2006, and 2010. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 21, n. 2 (supl), p. e180019p1- e180019p15, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/rbepid/2018.v21suppl2/e180019/en/>. Acesso em: 19 out. 2020.
- NUNES, J. D. *et al.* Indicadores de incapacidade funcional e fatores associados em idosos: estudo de base populacional em Bagé, Rio Grande do Sul. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 26, n. 2, p. 295-304, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/ress/2017.v26n2/295-304/pt/>. Acesso em: 20 out. 2020.
- OMS. Organização Mundial de Saúde. *Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde*. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2003.
- PEREIRA, M. C. A. *et al.* Contribuições da socialização e das políticas públicas para a promoção do envelhecimento saudável: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, Fortaleza, v. 29, n. 1, p. 124-131, 2016. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/408/40846964017.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2020.
- PREVIATO, G. F. *et al.* Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. *Revista de pesquisa cuidado é Fundamental Online*, Rio de Janeiro, v. 11, n. 1, p. 173-180, 2019.
- SPITZER, J. *et al.* Mild impairment of cognition impacts on activity participation after stroke in a community-dwelling Australian cohort. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, v. 31, n.1, p. S8-S15, 2011.
- UEMURA, J. I. *et al.* Selection of activity items for development of the activity card sort–Japan version. *OTJR: occupation, participation and health*, v. 39, n. 1, p. 23-31, 2018.
- ZANESCO, C. *et al.* Dificuldade funcional em idosos brasileiros: um estudo com base na Pesquisa Nacional de Saúde (PNS-2013). *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 3, p. 1103-1118, 2020.