

## **Terceira idade: A Educação Física No Resgate da Auto-Estima na cidade de Cabaceira-PB**

DIVANALMI FERREIRA MAIA  
MARCIO ANDRÉ FERREIRA SOUSA  
MARIA DO SOCORRO VIANA REGO  
MARCOS ANTONIO TORQUATO DE OLIVEIRA  
ÁLVARO LUIS PESSOA DE FARIAS  
INSTITUTO DE BIOEDUCAÇÃO – CAMPINA GRANDE – PARAÍBA – BRASIL  
divanalmi@gmail.com

### **RESUMO**

A convivência com idosos, se processa de forma excludente em uma grande maioria dos casos, pela questão da falta de diálogo, e do próprio processo exclusivo inconsciente do ser humano, de ter uma vida agitada, o objetivo do presente trabalho consiste em discutir, de forma qualitativa, os problemas sociais existentes no município de Cabaceiras com a Terceira idade e como a Educação física poderia amenizar os problemas de aspecto sociais dessa classe. Foi realizada uma pesquisa descritiva com abordagem de análise qualiquantitativa. A amostra selecionada consistia de assalariados e aposentados, pertencentes a famílias de 4 a 6 pessoas, em média, e que demonstravam preocupação com a escassez de recursos hospitalares e assistência média a família da região. Analisou-se 178 famílias, no período de um ano. Os resultados mostram que há uma exclusão social e baixo estima muito grande amostra, em especial para os da terceira idade e que a análise mostrou que os problemas mais comuns são Hipertensão, osteoporose e problemas da tireóide e serviu como base para esse projeto, É fato que nem sempre o diagnóstico de alguma doença física age de forma que a pessoa sinta-se doente, da mesma forma o contrário, ou seja, que a ausência de diagnóstico patológico implica em sentir-se saudável. O trabalho de Educação Física procurou atender as necessidades individuais do grupo de pessoas excluídas, perseguidas ou que batem de frente com traços do preconceito humano, incluir socialmente o idoso, aumentar sua auto-estima e explorar uma melhor qualidade de vida, são objetivos comuns a várias áreas do estudo de áreas sociais e de saúde.

Palavras-Chave: Terceira Idade, Exclusão, Atividade Física.