

ENVELHECIMENTO E CORPOREIDADE: A IMPORTÂNCIA DO PILATES E SEUS REFLEXOS NO DESEMPENHO DE IDOSOS MATRICULADOS NA EJA

Alice Monteiro Tannus (UENF)

alicetannusuenf@gmail.com

Rosalee Santos Crespo Istoe (UENF)

rosaleeistoe@gmail.com

Lidiane Silva Torres (UENF)

lidianesilvatorres1@gmail.com

O envelhecimento pode ser considerado como um fenômeno humano multifacetado e que acomete cada indivíduo de forma singular e situada. De acordo com a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, é considerada idosa a pessoa que possui idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos completos, o que a faz gozar da proteção oferecida pelo Estatuto do Idoso. A Educação de Jovens e Adultos, por sua vez, é uma forma de atuação do poder público, no que tange ao oferecimento de oportunidades para a realização de estudos ao longo da vida, com certificação aos ensinos Fundamental e Médio para aqueles que não realizaram seus estudos durante a juventude (BRASIL, 2021). Nossas questões de pesquisa versam sobre compreender quais os efeitos ou benefícios do Pilates, como atividade física em idosos matriculados na EJA. Seria possível estabelecer uma relação entre a atividade física regular e a melhora no desempenho educacional? Realizamos uma revisão bibliográfica que mostra que as atividades que levam em consideração o uso do corpo para a potencialização das capacidades humanas são temas recorrentes nas pesquisas que articulam a importância das atividades físicas para o bem-estar humano. Em geral, essas atividades estão incluídas em componentes curriculares na Educação Básica, como essenciais para o desenvolvimento de crianças e jovens (MOREIRA; CAMPOS, 2017). Contudo, é necessário pensarmos em uma atenção contínua em diferentes etapas da vida, tendo em vista a importância de uma relação positiva com o corpo como uma forma de se posicionar e experienciar o mundo.

Palavras-chave:

EJA. Pilates. Corporeidade e envelhecimento.