



UNIVERSIDADE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE

DEPARTAMENTO DE TURISMO

CURSO DE TURISMO

JANAINA CAVALCANTE DE SOUZA

A INSERÇÃO DA MELHOR IDADE NAS ATIVIDADES DE TURISMO E LAZER  
NO PARQUE ESTADUAL DUNAS DE NATAL/RN, BRASIL: UMA ANÁLISE A  
PARTIR DA ADMINISTRAÇÃO LOCAL.

NATAL/RN

2015

JANAINA CAVALCANTE DE SOUZA

A INSERÇÃO DA MELHOR IDADE NAS ATIVIDADES DE TURISMO E LAZER  
NO PARQUE ESTADUAL DUNAS DE NATAL/RN, BRASIL: UMA ANÁLISE A  
PARTIR DA ADMINISTRAÇÃO LOCAL

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Turismo como requisito para a obtenção do Título de Bacharel em Turismo pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte.

Orientadores:

Prof. Dr. Sidcley D'Sordi Alves  
Alegriani da Silva.

Prof. Dr. Antônio Jânio Fernandes.

NATAL/RN

2015

JANAINA CAVALCANTE DE SOUZA

A INSERÇÃO DA MELHOR IDADE NAS ATIVIDADES DE TURISMO E LAZER  
NO PARQUE ESTADUAL DUNAS DE NATAL/RN, BRASIL: UMA ANÁLISE A  
PARTIR DA ADMINISTRAÇÃO LOCAL

Monografia apresentada ao Curso de Graduação em Turismo como requisito para a obtenção do Título de Bacharel em Turismo pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte.

Aprovada em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

Banca Examinadora

---

Orientador: Professor Dr. Sidcley D'Sordi Alves Alegrini da Silva  
UERN – Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

---

Orientador: Professor Dr. Antônio Jânio Fernandes  
UERN - Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

---

Professor Me. Saulo Gomes Batista  
UERN – Universidade do Estado do Rio Grande do Norte

Natal, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_

A Deus, por ser bondoso, paciente e piedoso comigo...  
Aos meus pais que sempre estiveram comigo em todas as horas...

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente a Deus pelo dom da vida, por ser justo, e por me dar sabedoria para nunca desistir.

A minha família, por todo incentivo, amor e compreensão, principalmente aos meus pais que sempre estiveram ao meu lado me apoiando.

Ao professor e orientador Sidcley D'Sordi Alves Alegri da Silva, que me incentivou e me apoio na elaboração e formatação deste trabalho de conclusão de curso.

À administração do Parque das Dunas por fornecer os dados e informações necessárias para a elaboração e execução deste trabalho. As minhas amigas Mayara Bruna e Flaviene Alcântara pela colaboração no desenvolvimento do estudo.

A todos, meu muito obrigado!

“Podemos facilmente perdoar uma criança que tem medo do escuro; a real tragédia da vida é quando os homens têm medo da luz.”

Platão.

## RESUMO

Os estudos e pesquisas com foco na prática de atividades físicas voltadas para a melhor idade têm mostrado um leque de benefícios para a saúde dessa faixa etária da população. O primeiro contato com atividades físicas na melhor idade se dá principalmente por indicação médica, por questões de saúde, o que posteriormente acaba se tornando uma atividade prazerosa e com benefícios. Com isso, o presente trabalho teve como propósito analisar a transformação do hábito de vida da melhor idade, cujo tema trata-se da inserção da melhor idade nas atividades de turismo e lazer no Parque das Dunas, definindo os motivos que levaram esses idosos a mudarem seus estilos de vida, praticando tais atividades. Além disso, o trabalho buscou analisar as práticas de atividades físicas e lúdicas do ponto de vista administrativo do parque. Para obtenção dos dados foi realizada uma entrevista com o corpo técnico do Parque. De acordo com as respostas da entrevista verificou-se que o Parque das Dunas é frequentemente visitado pelo público da melhor idade, por ser um espaço verde, de localização acessível e de contato com a natureza, além de propiciar atividades que envolvem os mais variados públicos.

**Parque das Dunas; Melhor idade; Turismo, Lazer.**

.

The studies and research with a focus on the practice of physical activities geared toward the elderly have shown a range of health benefits for this age group of the population. The first contact with physical activity in old age is given mainly by medical advice, for health reasons, which later becomes an enjoyable activity and with benefits. With this, the present study analyzed the transformation of the life habit of the third age, whose theme is about the third age on tourism and leisure activities in the Parque das Dunas, defining the reasons why these old people chose to change their lifestyles, practicing these physical activities. The data were obtained through an interview with the Parque staff. According to the answers of the interview, the Parque das Dunas is frequently visited by the public in the third age, for being a green space, with accessible location and contact with nature, in addition to providing activities that involve the most varied audiences.

Parque das Dunas, Third age, Tourism, Leisure.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	2
1.1	OBJETIVOS .....	3
1.1.1	<b>Geral</b> .....	3
1.1.2	<b>Específicos</b> .....	3
<b>2</b>	<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	4
2.1	TURISMO: CONCEITOS E TENDÊNCIAS .....	4
2.2	LAZER E ENTRETENIMENTO TURÍSTICO .....	5
2.2.1	<b>As práticas do lazer</b> .....	5
2.2.2	<b>Entretenimento Turístico</b> .....	7
2.3	MELHOR IDADE E SUAS NOVAS CONCEPÇÕES .....	8
2.4	PARQUE DAS DUNAS E SUA IMPORTÂNCIA SOCIAL.....	11
2.5	O PARQUE DAS DUNAS E A INTERAÇÃO COM A MELHOR IDADE .....	16
<b>3</b>	<b>MATERIAIS E MÉTODOS</b> .....	17
3.1	MÉTODO E TIPO DA PESQUISA: CARACTERÍSTICAS E IMPORTÂNCIA PARA O ESTUDO .....	17
3.2	TÉCNICA DE PESQUISA .....	18
<b>4</b>	<b>ANÁLISE E TRATAMENTO DOS RESULTADOS</b> .....	20
4.1	ATIVIDADES LÚDICAS DESENVOLVIDAS NO PARQUE DAS DUNAS PELA MELHOR IDADE .....	20
4.2	O TURISMO, ATIVIDADES LÚDICAS E AS PRINCIPAIS MOTIVAÇÕES DO PÚBLICO DA MELHOR IDADE NA UNIDADE DE CONSERVAÇÃO JORNALISTA LUÍS MARIA ALVES .....	22
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	25
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	26
	<b>ANEXOS</b> .....	28

## 1 INTRODUÇÃO

O turismo surgiu no século XIX inicialmente tendo como foco viagens baseadas em atividades comerciais, e no decorrer dos anos adquiriu uma nova concepção, com motivos sociais, e até mesmo culturais.

Visto do ponto cultural, o homem como ser lúdico, viveu primordialmente voltado para o trabalho, porém com as revoluções e modernizações que caracterizam hoje a sociedade moderna, o homem tendo sua jornada de trabalho reduzida, viu-se a necessidade de incluir a prática do lazer em sua vida cotidiana.

Os estudos e pesquisas com foco na prática de atividades físicas voltadas para a melhor idade têm mostrado um leque de benefícios para a saúde dessa faixa etária da população. Tais atividades para os idosos além de ser benéfico para a saúde contribuem para o resgate do idoso para o meio social, já que muitas vezes ele vive à margem da sociedade, além de possibilitar um envelhecimento propício a novas experiências, e não com perdas, capaz de tornar essa nova etapa da vida bem sucedida, gratificante, para que não seja um período de inatividade.

Cada vez mais os idosos buscam por espaços naturais para a prática de atividades, o que torna o Parque das Dunas um ambiente cada vez mais frequentado pelo público da melhor idade, seja de forma individual ou em grupos, que inclui atividades leves e que melhoram a qualidade de vida.

Com isso, o presente trabalho teve como propósito analisar a transformação do hábito de vida da melhor idade, definindo os motivos que levaram esses idosos a mudarem seus estilos de vida, praticando atividades físicas nos espaços do Parque Das Dunas.

## 1.1 OBJETIVOS

### 1.1.1 Geral

Analisar as práticas de atividades de turismo e lazer pelo público da melhor idade do ponto de vista da administração do Parque das Dunas.

### 1.1.2 Específicos

- 1 Identificar as motivações dos turistas da melhor idade que buscam por atividades lúdicas no Parque das Dunas;
- 2 Listar a infraestrutura que o Parque oferece na prática de atividades recreativas para a terceira idade;
- 3 Relatar as ações que a administração do parque vem desenvolvendo para atrair o turista da melhor idade.

## 2 MARCO TEÓRICO

Para a fundamentação teórica foram abordados os conceitos e tendências do turismo, apontado seu surgimento, e principais acontecimentos; lazer e sua importância na vida cotidiana; melhor idade, explicando sua nova concepção e fatores característicos desse público, referenciando a prática de atividades recreativas nos espaços do Parque das Dunas e sua importância social, relatando sua infraestrutura .

### 2.1 TURISMO: CONCEITOS E TENDÊNCIAS

É visível que o turismo vem ganhando espaço nos últimos anos, por ser uma atividade multidisciplinar, envolve diversas áreas e campos, que podem ser classificados por diferentes critérios. Pode-se mencionar o turismo cultural, de lazer, turismo de consumo, gastronômico, turismo religioso, entre outras segmentações, deixando apenas de se tratar como uma atividade econômica, ganhando novas concepções.

Segundo De La Torre citado por Barretto (2002, p. 12) a definição de Turismo aceita do ponto de vista formal é a dada pela Organização Mundial do Turismo (OMT): Soma de relações e de serviços resultantes de um câmbio de residência temporário e voluntário motivado por razões alheias a negócios ou profissionais. Dessa forma, o turismo é o conjunto de atividades realizadas por indivíduos, durante suas viagens e estadias em lugares diferentes daqueles do seu entorno habitual por um período de tempo consecutivo e inferior a um ano.

O turismo nasceu no século XIX na sequência da Revolução Industrial, tendo como objetivo o descanso, o ócio, ou ainda motivos sociais, e até mesmo culturais, mesmo apesar de antes ter como foco as viagens baseadas em atividades comerciais. Os jogos olímpicos também foram um marco para o turismo, já que milhares de pessoas se deslocam para assistir ao evento (Barretto, 2002). Dessa forma, nasce o turismo em sua multidisciplinaridade.

Em 1841, o inglês Thomas Cook teria sido o pioneiro no turismo como atividade comercial, realizando a primeira viagem organizada, o que atualmente considera-se como pacote turístico, levando a fundar a primeira agência de viagens do mundo: a Thomas Cook and Son (BARRETTO, 2002).

No mundo contemporâneo, o desenvolvimento tecnológico, o crescimento da renda das pessoas, o aumento do tempo livre para o lazer e a

mudança no comportamento dos consumidores, que passam a buscar uma melhoria da qualidade de vida, contribuem com o aumento da procura por viagens, contribuindo para novas tendências do turismo, sendo uma dessas tendências o turismo cultural, que busca fornecer aos indivíduos experiências e relacionamentos com o lugar visitado, o turismo religioso, que envolve todo um misticismo, além do turismo de lazer que proporciona ao turista aproveitar de seu tempo livre para relaxar e descansar.

Em contrapartida com o avanço tecnológico e o crescimento das cidades, houve o conseqüente distanciamento das pessoas com a natureza, contribuindo para o sedentarismo, e posteriormente para problemas de saúde, estimulando as pessoas a procurarem o seu lazer em meio à natureza. Desse modo, surge a prática da atividade turística em ambientes naturais, que envolve a atividade física e recreativa. Sendo assim, o lazer é primordial para a saúde física-mental de qualquer indivíduo, tema esse que será abordado no tópico seguinte.

## 2.2 LAZER E ENTRETENIMENTO TURÍSTICO

### 2.2.1 As práticas do lazer

Mesmo diante do cenário atual, com todo o avanço tecnológico e as pessoas sempre querendo chegar o mais rápido possível em seus lugares de destino, além do distanciamento das mesmas, em função das mídias, ainda existe uma preocupação com a saúde e o bem-estar, com isso, a cada dia que se passa, o lazer vem tomando espaço e se tornando parte das vidas das pessoas, contribuindo para a sua saúde física e mental.

“Lazer é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode de livre vontade, entregar-se seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais” (DUMAZEDIER, 2004, p. 34).

Ainda segundo o autor, o lazer é caracterizado como uma atividade de livre escolha, caráter desinteressado, sem fim lucrativo, de satisfação pessoal, onde as expectativas superam as necessidades. Sendo assim, lazer é uma atividade realizada, ou praticada no tempo livre, e por desobrigação. Já Marcellino (1990, p. 31), no contexto do Brasil da atualidade propõe:

O lazer é por mim entendido como a cultura-compreendida no seu sentido mais amplo vivenciada (praticada ou fruída) no tempo disponível. É fundamental, como traço definidor o caráter "desinteressado" dessa vivência. Não se busca, pelo menos basicamente, outra recompensa além da satisfação provocada pela situação. A disponibilidade de tempo significa possibilidade de opção pela atividade prática ou contemplativa.

O lazer pode se dividir em lazer ativo e passivo, sendo ativo aquele em qual o indivíduo participa diretamente do processo recreativo, e lazer passivo é aquele que o indivíduo participa de forma indireta da recreação. Contudo, Dumazedier citado por Marcellino (2002) procura esclarecer que a atividade de lazer não é passiva e também não é ativa, já que essa definição é dependente da atividade que o indivíduo assume, ou seja, tanto a prática e o consumo, podem ser ativos ou passivos, o que dependerá do envolvimento dos indivíduos com a atividade de lazer.

A urbanização e a industrialização trouxeram como consequência a legalização dos direitos trabalhistas e a conquista do tempo livre obtendo o crescimento e a valorização do lazer. Sendo possível que os indivíduos possam aproveitar de seu tempo livre para a prática de atividades de lazer.

Segundo Camargo (1992), o lazer possui algumas propriedades que seriam:

- **Escolha pessoal:** Para lazer, temos que fazer aquilo que queremos. Caso seja obrigado ou imposto, deixa de ser lazer. Pode se escolher ir ao cinema e assistir a um filme de terror ou a um filme romântico, pois a escolha é sua. Pode se visitar um museu, ir a um clube, bar, parque, praia etc. Mas muitas vezes, sem perceber, somos bombardeados por anúncios das mídias nos forçando a determinados modismos e se fazem muitas vezes, conscientes ou não, nossa "escolha pessoal" por influências culturais, sociais, econômicas, políticas etc.
- **Gratuidade:** Em geral, o lazer não tem interesses econômicos voltados para ele. Fazem se artesanato ou esportes, porque querem e gostam. Pode até virar um negócio futuro e ainda assim ser lazer, como por exemplo, uma pessoa que escreve por lazer e de repente uma editora gosta do trabalho e paga para ele continuara a escrever livros.

- **Prazer:** Pode se dizer que lazer é sinônimo de prazer, de hedonismo<sup>1</sup>. Sem prazer, certamente deixaríamos de fazer a atividade de lazer. Se irem ao cinema toda semana era uma atividade de lazer rotineira, pode ser que depois de alguns anos deixe de sê-lo, pois poderia se tornar monótono, já que o interesse passou a ser teatro, por exemplo.
- **Liberação:** Envolve se “liberar” das obrigações do dia-a-dia, fazendo coisas diferentes da rotina do trabalho.

Dessa forma, o lazer e o entretenimento são atividades que estão correlacionadas e resultando em uma série de benefícios com a intenção de alcançar determinada ação para entreter ou distrair os indivíduos, como será mais esclarecido no tópico seguinte.

### 2.2.2 Entretenimento Turístico

Ao longo da História em meio às culturas, muitas das formas de entretenimento se evoluem em função das alterações culturais e tecnológicas. Os filmes e os jogos eletrônicos, por exemplo, embora façam uso de novos suportes e mídias, continuam a narrar histórias e a fazer uso da música. Os festivais dedicados à música, cinema ou dança permitem o entretenimento de um público ao longo de vários dias consecutivos.

O tempo total de que as pessoas dispõem se divide em tempo biológico, que é o tempo de desenvolvimento de um indivíduo, tempo de trabalho, que é voltado para as obrigações que os cidadãos têm perante a sociedade, que rege as regras e normas da sociedade capitalista, e o tempo livre, que é voltado para o descanso e o lazer. O tempo em que se destina a prática do lazer e do entretenimento é que se diferencia um do outro, já que o Lazer engloba o Tempo de Turismo e o Tempo de Recreação, sendo que neste último encontra-se a opção do Entretenimento, a realização de uma atividade específica.

Existem dois fatores que interferem no uso do tempo, tanto o desejo pessoal, como primordialmente o poder aquisitivo. Enquanto algumas pessoas ocupam parte do seu tempo livre para outras atividades que lhe proporcionem ganhos econômicos, outras utilizam seu tempo livre para o entretenimento.

O entretenimento é o desvio do espírito para coisas diferentes das que preocupam. Sendo considerado um conjunto de atividades que o homem pratica sem outra utilidade a não ser o prazer ser uma distração, um

Hedonismo<sup>1</sup>: Tendência a considerar que o prazer individual e imediato é a finalidade da vida.

passatempo ou um desporto, ou seja, é qualquer ação, evento ou atividade com a finalidade de entreter e suscitar o interesse de um público específico. É a presença de um público que torna qualquer atividade privada de recreação ou lazer em entretenimento. O público pode ter um papel passivo, como quando se assiste a uma peça teatral, programa de televisão ou filme; ou um papel ativo, como no caso dos jogos. O entretenimento pode ser público ou privado e envolver uma atuação formal e pré-determinada, como no caso do teatro ou dos concertos, ou uma atuação espontânea, como no caso dos jogos.

Assim entretenimento, é definido como algo que lhe tira de seu estado de espírito e conduz para outro momento, objetivando o lazer, e o bem-estar físico e mental.

E dentre a população, a faixa etária que mais ocupa o tempo livre com atividades recreativas e de lazer, é a melhor idade, principalmente por que nessa fase da vida o indivíduo está livre das responsabilidades e obrigações trabalhistas e/ou familiares, e diante do tempo de ociosidade que surge deve-se preencher através da prática dessas atividades.

Diante dessa realidade, é despertada a criação de um novo segmento no mercado, como uma oportunidade de negócio, em que é caracterizada por um público alvo exigente com alto poder aquisitivo, sendo esse público abordado com maiores detalhes no tópico a seguir.

### 2.3 MELHOR IDADE E SUAS NOVAS CONCEPÇÕES

A melhor idade é o termo utilizado como forma de tratamento para se referir a idosos, que foi aceita mundialmente e adotada, mudando o termo velhice, definição essa bastante desgastada e normalmente associada a ideias depreciativas. Para um indivíduo estar inserido ou ser considerado como componente do grupo da melhor idade, acontece quando ele atinge a idade de 65 anos, para os países desenvolvidos, e de 60 anos, para aqueles em desenvolvimento.

De acordo com o IBGE (2002) a população de idosos no Brasil representa um contingente de quase 15 milhões de pessoas com 60 anos ou mais de idade (8,6% da população brasileira). As mulheres são maioria, 8,9 milhões (62,4%) dos idosos e são responsáveis pelos seus domicílios e têm, em média, 69 anos de idade e 3,4 anos de estudo. Com um rendimento médio

de R\$ 657,00, o idoso ocupa, cada vez mais, um papel de destaque na sociedade brasileira. Estima-se que no ano de 2020 o país registre uma população de 32.000.000 de idosos, o que equivalerá a 15% da população geral. As projeções para o ano 2025 indicam que o Brasil terá a 6ª população idosa do mundo em números absolutos (IBGE: 2009; *apud* FREITAS; MEIRELLES; INOCENTE, 2012).

No ano de 2000, no entanto, a ONU acabou adotando a idade de 60 anos como critério geral para designar a pessoa idosa, objetivando padronizar os percentuais estatísticos. A ONU também afirma que há cerca de 810 milhões de pessoas com 60 anos ou mais em todo o mundo (FROMER; VIEIRA, 2003).

Na concepção de Simone de Beauvoir (2003, p. 17):

A velhice não é um fato estático; é o resultado e o prolongamento de um processo. Em que consiste esse processo? Em outras palavras, o que é envelhecer? Esta ideia está ligada à ideia de mudança. Mas a vida do embrião, do recém-nascido, da criança é uma mudança contínua. Caberia concluir daí, como fizeram alguns, que nossa experiência é uma morte lenta? É evidente que não. Tal paradoxo desconhece a essencial verdade da vida; esta é um sistema instável no qual, a cada instante, o equilíbrio se perde e se reconquista: a inércia que é sinônimo de morte. Mudar é a lei da vida.

Segundo o texto do Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento, de 2002, “todas as pessoas idosas deveriam poder envelhecer em segurança e com dignidade e continuar a participar na sociedade como cidadãos com plenos direitos”. O Plano visa garantir que as pessoas idosas realizem os seus direitos humanos, consigam envelhecer com segurança e sem estarem sujeitas à pobreza, participem plenamente na vida econômica, política e social e tenham oportunidades de se desenvolver, nos últimos anos da sua existência.

A chegada do indivíduo a terceira idade não deve ser tratada apenas como um dado estatístico, pois esta fase é marcada por consequentes mudanças comportamentais ocasionadas pelo aumento da idade e das limitações que surgem no decorrer do envelhecimento. Desta forma, esta faixa etária cada vez mais numerosa, tem sido melhor entendida e estudada através da ciência da psicologia que tem como objeto de estudo científico a avaliação e intervenção no comportamento humano. Sendo assim, uma melhor

compreensão da sua caracterização se faz necessária para que se possa assim ser realizadas intervenções a nível social, cognitivo, educativo e terapêutico. (CAVALCANTE, 2002).

O termo idoso ainda causa inferências relacionadas a elementos como cadeira de balanço, tricô, pijamas e cobertor. Porém, nos últimos anos esse quadro está se revertendo em razão das mudanças nos estilos de vida e padrões comportamentais. As pessoas têm chegado à melhor idade cada vez mais saudáveis tanto fisicamente como também psicologicamente.

Os idosos que compõe a faixa etária dos sessenta anos, nos dias de hoje, se acostumaram a uma agenda agitada, repleta de atividades recreativas, e tendo esses idosos um maior tempo livre, já que cumpriram seu papel como cidadãos e contribuíram com a sociedade, existe uma procura cada vez maior por lazer e diversão, em que são deixados de lado o ato de “atirar milho aos pombos sentado na pracinha”, de jogar uma partida de dominó, ou até mesmo aquele bingo aos domingos, sendo substituídos por visitas às casas noturnas, academias, passeios ao ar livre, caminhadas, corridas, esportes entre outras atividades recreativas.

Já que a melhor idade possui um maior tempo livre, considera-se também que ambos aproveitem esse tempo para descansar, e desfrutar de atividades recreativas que lhe proporcionam lazer. À prática de atividades físicas cotidianas à terceira idade têm apontado uma gama de benefícios à saúde.

Uma rotina ativa com simples tarefas, incluindo atividades leves individuais ou coletivas, como caminhadas de baixa intensidade, atividades aquáticas, viagens turísticas a lazer em geral, proporciona uma melhoria na condição física e psicológica, auxiliando na realização de movimentos do dia a dia, fazendo com que assim esses idosos possam contribuir para a sociedade consciente enquanto cidadãos.

Os locais indicados e procurados pelos indivíduos para a prática de atividades físicas, recreativas ou de lazer, acabam sendo, em sua maioria, aqueles que oferta o contato com a natureza, sendo os parques a alternativa bastante procurada. E nesse aspecto, a capital do RN possui um equipamento de porte, o Parque das Dunas, que será detalhado a seguir.

## 2.4 PARQUE DAS DUNAS E SUA IMPORTÂNCIA SOCIAL

De acordo com a Secretaria de Estado da Administração e dos Recursos Humanos (SEARH), o Parque Estadual Dunas do Natal "Jornalista Luiz Maria Alves", mais conhecido como Parque das Dunas, foi criado através do Decreto Estadual nº 7.237 de 22/11/1977 sendo considerado como a primeira Unidade de Conservação do estado do Rio Grande do Norte, localizado na capital Natal e possuindo uma área de 1.172 hectares.

Reconhecido pela UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura) como parte integrante da Reserva da Biosfera da Mata Atlântica Brasileira, o Parque das Dunas é considerado o maior parque urbano sobre dunas do Brasil, exercendo fundamental importância para a qualidade de vida da população natalense (SEARH/RN, 2013).

De acordo com o Instituto de Pesquisa Ambiental da Amazônia IPAM(2012) as unidades de conservação são "espaços territoriais e seus recursos ambientais, incluindo as águas jurisdicionais, com características naturais relevantes, legalmente instituídos pelo Poder Público, com objetivos de conservação e limites definidos, sob regime especial de administração, ao qual se aplicam garantias adequadas de proteção" (art. 2º, I, da Lei 9.985/2000).

As unidades de conservação, integrantes do Sistema Nacional de Gerenciamento de Unidades de Conservação (SNUC), segundo a Lei 9.985/2000, dividem-se em dois grupos, com características específicas: Unidades de Proteção Integral e Unidades de Uso Sustentável.

O grupo de Unidades de Proteção Integral é composto por cinco categorias de unidades de conservação:

- Estação Ecológica – tem como objetivo a preservação da natureza e a realização de pesquisas científicas;
- Reserva Biológica tem por finalidade a preservação integral da biota e demais atributos naturais existentes em seus limites, sem interferência direta ou modificações ambientais, executando-se as medidas de recuperação de seus ecossistemas alterados e as ações de manejo necessárias para recuperar e preservar o equilíbrio natural, a diversidade biológica e os processos ecológicos naturais.

- Parque Nacional objetiva a preservação de ecossistemas naturais de grande relevância ecológica e beleza cênica, possibilitando a realização de pesquisas científicas e o desenvolvimento de atividades de educação e interpretação ambiental, de recreação em contato com a natureza e de turismo ecológico.
- Monumento Natural visa a preservar sítios naturais raros, singulares ou de grande beleza cênica.
- Refúgio de Vida Silvestre – tem como finalidade proteger ambientes naturais onde se asseguram condições para a existência ou reprodução de espécies ou comunidades da flora local e da fauna residente ou migratória.

O grupo de Unidades de Uso Sustentável é constituído por sete categorias de Unidades de Conservação:

- **Área de Proteção Ambiental** é uma área em geral extensa, com um certo grau de ocupação humana, dotada de atributos abióticos, bióticos, estéticos ou culturais especialmente importantes para a qualidade de vida e o bem-estar das populações humanas, e tem como objetivos básicos proteger a diversidade biológica, disciplinar o processo de ocupação e assegurar a sustentabilidade do uso dos recursos naturais
- **Área de Relevante Interesse Ecológico** – é uma área em geral de pequena extensão, com pouca ou nenhuma ocupação humana, com características naturais extraordinárias ou que abriga exemplares raros da biota regional e tem como objetivo manter os ecossistemas naturais de importância regional ou local e regular o uso admissível dessas áreas, de modo a compatibilizá-lo com os objetivos de conservação da natureza.
- **Floresta Nacional** – é uma área com cobertura florestal de espécies predominantemente nativas e tem como objetivo básico o uso múltiplo sustentável dos recursos florestais e a pesquisa científica, com ênfase em métodos para exploração sustentável de florestas nativas.

- **Reserva Extrativista** – é uma área utilizada por populações extrativistas tradicionais, cuja subsistência baseia-se no extrativismo e, complementarmente, na agricultura de subsistência e na criação de animais de pequeno porte, e tem como objetivos básicos proteger os meios de vida e a cultura dessas populações, e assegurar o uso sustentável dos recursos naturais da unidade.
- **Reserva da Fauna** – é uma área natural com populações animais de espécies nativas, terrestres ou aquáticas, residentes ou migratórias, adequada para estudos técnico-científicos sobre o manejo econômico sustentável de recursos faunísticos.
- **Reserva de Desenvolvimento Sustentável** – é uma área natural que abriga populações tradicionais, cuja existência baseia-se em sistemas sustentáveis de exploração dos recursos naturais, desenvolvidos ao longo de gerações e adaptados às condições ecológicas locais, e que desempenham um papel fundamental na proteção da natureza e na manutenção da diversidade biológica.
- **Reserva Particular do Patrimônio Natural** – é uma área privada, gravada com perpetuidade, com o objetivo de conservar a diversidade biológica.

O Parque tem como objetivo garantir a preservação e conservação dos ecossistemas naturais englobados; proteger os recursos genéticos; possibilitar a realização de estudos, pesquisas e trabalhos de interesse científico; preservar sítios de valor histórico, arqueológico e geomorfológico. E oferta, também, condições para prática do lazer, de ecoturismo e a realização de atividades educativas, recreativas, físicas e culturais para conscientização ecológica com shows, peças, palestras, exposições e oficinas que garantem a diversão e o lazer dos seus visitantes(SEARH/RN, 2013).

A área contribui de maneira favorável para a recarga do lençol freático e purificação do ar da cidade. Além da riqueza e diversidade de seu ecossistema de dunas, o Parque abriga uma fauna e flora de grande valor bioecológico, que inclui diversas espécies em processo de extinção. Esta, reunindo mais de 270 espécies arbóreas distintas e 78 famílias, representada por mais de 350 espécies nativas. E aquela, oriunda do ecossistema costeiro terrestre pela

Mata Atlântica, está representada por cerca de 180 espécies dentre mamíferos, répteis, aves, e invertebrados, como borboletas, aranhas e escorpiões (SEARH/RN, 2013).

O Parque das Dunas recebe uma média anual de 150.000 visitantes, mantendo ainda um cadastro com cerca de 10.000 *coopistas* - que utilizam o espaço para a prática de atividades físicas e é gerido pelo Instituto de Desenvolvimento Econômico e Meio Ambiente do Rio Grande do Norte (IDEMA, 2013).

O “Bosque dos Namorados”, como é chamado o setor de uso público, está situado na entrada do Parque das Dunas e ocupa uma área aproximada de sete hectares, contemplando por mais de 1.300 árvores nativas da Mata Atlântica. Nele localizam-se a sede administrativa do Parque das Dunas, centro de visitantes, biblioteca, centro de pesquisas, viveiro, unidade de mostra de vegetação, anfiteatro pau-brasil, folha das artes, lago artificial, posto de comando ambiental, parque infantil e anel viário para atividades físicas e caminhadas (SEARH/RN, 2013).

O centro de pesquisa do parque permite a estudantes, professores e visitantes dispõem de laboratórios de zoologia e botânica, auxiliando no desenvolvimento de trabalhos e pesquisas científicas. No viveiro, são cultivadas as mudas de espécies vegetais nativas do Parque das Dunas, utilizadas na recuperação e reflorestamento de áreas de Mata Atlântica (SEARH/RN, 2013).

Ainda segundo dados da SEARH/RN, o Parque oferece a possibilidade de realizar trilhas, nas quais os visitantes conhecem aspectos e elementos do ecossistema dunar que permite uma visão analítica e interpretativa. Distribuídos de acordo com sua extensão, as trilhas que recebem o nome de três espécies arbóreas, sendo elas a Ubaia Doce, com 4.400 metros (ida e volta), tendo como tempo de percurso 2 horas e 30 minutos, a Peroba com 2.400 metros (ida e volta), 1 hora e 30 minutos e a Perobinha com 800 metros, aproximadamente com 40 minutos de caminhada, esta é indicada para crianças, idosos e pessoas sedentárias, totalizando ao todo, são seis quilômetros e meio de caminhada.

A importância social e cultural do Parque das Dunas também merece destaque e foi descrita por Nobre (2001, p. 157) nas seguintes palavras: “Diante de suas dimensões e pelo fato de estar inserido na malha urbana, o Parque se constitui num marco que fornece identidade ao tecido urbano, faz parte do imaginário coletivo e se destaca no contexto social da cidade”.

Diante da gama de alternativas ofertadas pelo Parque, é possível que os indivíduos de diferentes faixas etárias, sobretudo o público da melhor idade que representa uma parcela significativa dos frequentadores, se envolvam e participem dessas atividades que propiciam satisfação e bem estar.

## 2.5 O PARQUE DAS DUNAS E A INTERAÇÃO COM A MELHOR IDADE

Por ter um amplo espaço, o Parque das Dunas disponibiliza aos visitantes alternativas que permitem a realização de atividades físicas e recreativas. Diante dessa possibilidade, os indivíduos da melhor idade tendem a procurar o Parque para ocupar e gastar seu tempo livre, através da participação nessas práticas e também lhes conferem prazer.

Algumas das atividades oferecidas pelo Parque, tais como *Tai-chi-chuan*, *yoga*, exercício funcional e *cooper* acabam atraindo um grande número de pessoas. Essas atividades são acompanhadas por instrutores e profissionais habilitados que fazem uso de equipamentos que possibilitam a realização de tais atividades de forma bastante proveitosa. Mesmo essas atividades sendo abertas para todos aqueles que possuem a carteira de “coopista”, observa-se que a maioria dos frequentadores, corresponde ao público da melhor idade, que usufrui dessas atividades, bem como praticam de forma livre algumas atividades recreativas, como caminhadas e corridas leves.

A administradora e Bióloga do parque, Mary Sorage Praxedes da Silva, informou através de uma página virtual sobre a importância da prática esportiva feita diariamente no Bosque dos Namorados e por disponibilizar acompanhamento e orientações gerais voltados para a saúde e o bem estar dos visitantes, envolvendo profissionais de diferentes áreas que são realizados através de uma parceria entre a Universidade Potiguar, o IDEMA e a Unimed (INFORMAGORA, 2012).

Ainda de acordo com Mary Sorage, o Bosque oferece ao público natalense momentos de lazer e de encontro com o ar puro, ocasionado verdadeira paz de espírito para as pessoas que caminham ao redor do Parque, ponderando que “(...) é uma área de uso para o público do Parque das Dunas, como um refúgio e abrigo, que possibilita um encontro com a natureza. É um lugar tranquilo que restaura o corpo e a alma”.

### 3 MATERIAIS E MÉTODOS

#### 3.1 MÉTODO E TIPO DA PESQUISA: CARACTERÍSTICAS E IMPORTÂNCIA PARA O ESTUDO

Essa monografia foi realizada com base nas técnicas de pesquisa e estudos abordadas pelos autores Marconi e Lakatos (2007). Com base nos referidos autores, os métodos e as técnicas a serem empregados na pesquisa científica podem ser selecionados desde a proposição do problema, da formulação das hipóteses e da delimitação do universo ou da amostra.

Marconi e Lakatos (2007, p. 190) definem como pesquisa exploratória: investigações de pesquisa empírica cujo objetivo é a formação de questões ou de um problema, com tripla finalidade: desenvolver hipóteses, aumentar a familiaridade do pesquisador com um ambiente, fato ou fenômeno, para a realização de uma pesquisa futura mais precisa ou modificar e clarificar conceitos.

Dessa forma, o método Exploratório-descritivo – são estudos que têm por objetivo descrever completamente determinando fenômeno, como, por exemplo, o estudo de um caso para o qual são realizadas análises empíricas e teóricas (MARCONI; LAKATOS, 2007, p. 190).

As pesquisas exploratórias têm como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista, a formulação de problemas mais precisos ou hipóteses pesquisáveis para estudos posteriores (GIL, 2007, p. 43).

O método dedutivo, de acordo com a acepção clássica, é o método que parte do geral para o particular. O protótipo do raciocínio dedutivo é o silogismo, que consiste numa construção lógica que, a partir de duas premissões chamadas premissas, retira uma terceira, nelas logicamente implicadas, denominada conclusão (GIL, 2007, p. 27).

Ainda de acordo com Gil (2007, p. 104) a amostragem por tipicidade ou intencional, constitui um tipo de amostragem não probabilística e consiste em selecionar um subgrupo da população que, com base nas informações disponíveis, possa ser considerado representativo de toda a população.

Para Richardson (2009, p. 79) o método qualitativo difere, em princípio, do quantitativo à medida que emprega um instrumental estatístico como base

do processo de análise de um problema, dessa forma, o método que melhor se adequa à essa pesquisa se trata do método qualitativo.

### 3.2 TÉCNICA DE PESQUISA

Técnica de pesquisa é um conjunto de preceitos ou processos de que se serve uma ciência ou arte; é a habilidade para usar esses preceitos ou normas, a parte prática. Toda ciência utiliza inúmeras técnicas na obtenção de seus propósitos. (MARCONI; LAKATOS, 2007, P. 176).

Toda pesquisa implica o levantamento de dados de variadas fontes, quaisquer que sejam os métodos ou técnicas empregadas. A característica da pesquisa documental é que a fonte de coleta de dados está restrita a documentos, escritos ou não, constituindo o que se denomina de fontes primárias. Estas podem ser feitas no momento em que o fato ocorre, ou depois. Como fontes de documentos, tem-se arquivos públicos ou particulares e podem ser escritos ou não. (MARCONI; LAKATOS, 2007, p. 178).

A pesquisa bibliográfica, ou de fontes secundárias, abrange toda bibliografia já tornada pública em relação ao tema de estudo, desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, material cartográfico etc. (MARCONI; LAKATOS, 2007, P. 185).

Segundo Trujillo (1974, p. 230), a pesquisa bibliográfica não é mera repetição do que já foi dito ou escrito sobre certo assunto, mas propicia o exame de um tema sob novo enfoque ou abordagem, chegando a conclusões inovadoras.

Para fins de viabilização de estudo foi utilizada ainda a pesquisa bibliográfica em diversas fontes (escrita, material cartográfico, etc.).

### 3.3 COLETA E TRATAMENTO DE DADOS

A coleta de dados foi desenvolvida por meio de entrevista com a equipe técnica do Bosque dos Namorados, a fim de saber pelo ponto de vista da administração, o funcionamento do parque e seu acolhimento com relação ao público da melhor idade. O tratamento dos dados foi feito através da análise de discurso.

A entrevista foi realizada no Parque das Dunas no dia 13 de maio de 2015. Para que sejam obtidos os dados necessários, foi escolhida, como instrumento de análise, a entrevista do tipo padronizada ou estruturada.

Marconi e Lakatos (2007, p. 167) em sua visão afirmam que coleta de dados é a etapa da pesquisa em que inicia a aplicação dos instrumentos elaborados e das técnicas selecionadas, a fim de se efetuar a coleta dos dados previstos.

Marconi e Lakatos (2007) definem entrevista como um encontro entre duas pessoas, a fim de que uma delas obtenha informações a respeito de determinado assunto, mediante uma conversação de natureza profissional. É um procedimento utilizado na investigação social. Como entrevista padronizada ou estruturada se apresenta de forma em que o entrevistador segue um roteiro previamente estabelecido; as perguntas feitas aos indivíduos são pré-determinadas. Ela se realiza de acordo com um formulário elaborado e é efetuada de preferência com pessoas selecionadas de acordo com um plano.

## 4ANÁLISE E TRATAMENTO DOS RESULTADOS

A análise dos dados foi desenvolvida com base nas respostas da entrevista, que consistiu em seis perguntas, onde a equipe técnica do Bosque dos Namorados as respondeu de forma concisa. Segue abaixo as perguntas e suas respectivas respostas.

É importante salientar que as respostas obtidas das entrevistas serão destacadas, nesta seção, sendo apresentadas entre aspas, preservando-se, assim, a identidade dos entrevistados como sigilo investigatório.

### 4.1 ATIVIDADES LÚDICAS DESENVOLVIDAS NO PARQUE DAS DUNAS PELA MELHOR IDADE

Atividades lúdicas são atividades de entretenimento, que dá prazer às pessoas envolvidas e que cada vez mais estão atraindo o público da melhor idade. O conceito de tais atividades está relacionado com jogos e com o ato de brincar.

1. Atividades que o Parque das dunas proporciona ao público da melhor idade.

“O Parque das Dunas oferece atividades de caminhada, ginástica, yoga, tai-chi-chuan, além de proporcionar o lazer em contato com a natureza, a educação ambiental e o entretenimento. Entretanto, essas atividades não são diretamente voltadas ao público da terceira idade, mas atendem a todo o público que frequenta a unidade de conservação.”

Verificou-se que o parque também possui diversas atividades das quais se podem citar: o Tai-chi-chuan, a yoga, o exercício funcional e o cooper que acabam atraindo um grande número de pessoas. Essas atividades são acompanhadas por instrutores e profissionais habilitados que fazem uso de equipamentos que possibilitam a realização de tais atividades de forma bastante proveitosa, como pode ser observado no referencial teórico.

Sabe - se que a prática de atividades físicas pode mudar o quadro de muitos idosos, que na maioria das vezes se entregam a morbidade, o que chega a aumentar a mortalidade entre essa faixa etária da população, e por possuírem uma maior disponibilidade de tempo, muitas vezes em decorrência

da aposentadoria, a melhor idade tende a mostrar a partir do uso de seu tempo, um indicador de seu nível de atividade física.

Atividades físicas em ambientes abertos e ao ar livre proporcionam um contato maior com a natureza, trazendo paz e livrando a comunidade da poluição, sendo este um dos motivos para o aumento de freqüentadores em parques públicos nos últimos anos. Tal prática favorece a saúde, livrando de doenças e melhorando a qualidade de vida.

Como no Parque das Dunas o foco também é a educação ambiental, as atividades fomentadas não são voltadas apenas para o público da melhor idade, mais, também direcionadas para as crianças, adolescentes e adultos.

2. Atividades voltadas para a melhor idade ou para o público de modo geral, vinculadas com alguma instituição.

“Muitos projetos são recebidos pela administração do Parque e devidamente analisados, de maneira que não comprometam os objetivos macros do parque. Alguns se tornam parceiros, seja em caráter temporário ou frequente. Exemplo disso são os projetos: Som da Mata, Bosque Encena, Dançando nas Dunas, além de eventos gerais que são promovidos por instituições de ensino, ONG's, organizações civis e outras repartições públicas, contemplando todo o público.”

Com isto, foi possível visualizar que o parque das dunas não possui em si um vínculo com determinada instituição, mais sim parcerias, como o projeto do Som da Mata que busca trazer todo domingo novas atrações para entretenimento do público em geral; o Bosque Encena com apresentações culturais; além de eventos gerais que são promovidos por instituições de ensino, ONG's, organizações civis e outras repartições públicas, contemplando todo o público e buscando sempre voltar para a questão ambiental. O parque também disponibiliza de acompanhamento e orientações gerais voltados para a saúde e ao bem estar dos visitantes, congregando profissionais de diferentes áreas que são realizadas através de uma parceria entre a UERN, UFRN, UNP, o IDEMA e a Unimed Natal.

#### 4.2 O TURISMO, ATIVIDADES LÚDICAS E AS PRINCIPAIS MOTIVAÇÕES DO PÚBLICO DA MELHOR IDADE NA UNIDADE DE CONSERVAÇÃO

JORNALISTA LUÍS MARIA ALVES

O Parque das Dunas recebe um público de diversas faixas etárias e nos últimos anos a procura da melhor idade em parques que transmitem um maior contato com a natureza só vem aumentando. O Bosque dos Namorados fornece várias atividades, sendo estas educacionais (educação ambiental) e para um melhoramento na qualidade de vida, ficando a critério do visitante a que melhor se encaixa na sua rotina.

##### 3. O Parque das Dunas recebe turista da melhor idade.

Como resposta obteve-se: “Sim, porém não sabemos mensurar em números, pois, ainda, não foi contratada nenhuma empresa/consultoria que realizasse este estudo. Contudo, reconhecemos a importância do público da melhor idade para o desenvolvimento ambiental e turístico do parque”.

Os estudos sobre os idosos vêm aumentando consideravelmente, sendo de extrema importância para revelar as necessidades que este público vem necessitando, apesar de que grande parte dos idosos não tem acesso a parques que oferecem lazer ou atividades lúdicas, desfavorecendo essa população do conhecimento sobre os benefícios que ela proporciona. Sendo assim, o cuidado para com os idosos e maneiras de melhorar essa fase da vida que requer cuidados é importante, onde contribui para seu estado emocional, biológico e fisiológico, além dos seus aspectos recreativos.

A educação ambiental é um estudo que deveria ser aplicado não só nas escolas, mas em palestras ou em locais onde o acesso da população seja maior, para abranger um maior número, tendo em vista que a maior problemática é com relação às pessoas acima de 60 anos, pois a questão cultural tem muita influência. Essa preocupação com o meio ambiente afeta tanto positiva quanto negativamente a qualidade de vida do idoso, juntamente com a acessibilidade que o parque oferece, sendo um ponto importante. De acordo com estudos, a preocupação com a qualidade de vida reduz a

mortalidade em adultos e aumenta a longevidade da população da melhor idade.

Os estudos com foco na prática de atividades físicas voltadas para a melhor idade têm mostrado um leque de benefícios para a saúde dessa faixa etária da população, sendo assim, um dos principais motivos que leva os idosos a frequentarem locais que proporcionem tais atividades. Constatou-se, através desta pesquisa, que o parque das Dunas é um dos locais que mais recebem pessoas dessa faixa etária. As práticas de atividades físicas e recreativas para os idosos além de ser benéfico para a saúde contribuem para o resgate do idoso no meio social, além de fortalecer o turismo como principal vetor de desenvolvimento econômico para a Cidade do Natal/RN.

4. Ações administrativas do parque para atrair os turistas e o público local da melhor idade.

“Existem programa/projeto pontuais voltados a atrair o público da melhor idade. As atividades disponíveis, normalmente, contemplam todo o público, com exceção daquelas voltadas ao público infantil.”

O parque das Dunas conta com uma programação completa e regular, que ocorre toda semana, com peças teatrais, dança, música, ou seja, atividades que atraem todo e qualquer público, inclusive aqueles que compõem a população da melhor idade.

5. Motivações dos turistas da melhor idade que buscam por atividades lúdicas no Parque das Dunas.

“Desconhecemos. Os turistas da melhor idade poderão responder essa pergunta. Sugerimos que sejam questionados.”

Hoje em dia é notória a preferência dos idosos em praticar atividades físicas e lúdicas, seja por questões de saúde ou por melhoramento na qualidade de vida. O público da melhor idade pode utilizar o Parque das Dunas pela localização (sendo próximo de sua residência), por ser um ambiente verde e de ar puro, porém a administração do parque desconhece tais motivos, sendo

sugerida posteriormente a realização de questionários direcionados ao público investigado.

Tanto para o Brasil como para alguns outros países, há uma preocupação com relação à quantidade de idosos que praticam ou exercem alguma atividade física ou lúdica, pois são os que menos estão frequentando, variando de acordo com a cidade e a classe social da população.

6. Importância de ter o público da melhor idade como um dos públicos que mais frequentam o parque das dunas.

“O Parque das Dunas tem total interesse em atender ao público da terceira idade, recebendo-os da melhor maneira possível e adequando as nossas estruturas e projetos aos seus interesses e limitações. Dessa forma, consideramos privilégio para a instituição poder atender a este público, reconhecendo seu valor e a importância de sua inclusão.”

Especificamente aos idosos, a disponibilização de atividades físicas sistematizadas em vários parques públicos pode ser decorrente da maior atenção dada a essa população nos últimos anos, principalmente após a criação do Estatuto do Idoso em 2003. A regulação de atividades físicas pela melhor idade oferece proteção à saúde, além de recuperar e ajudar em funções orgânicas.

Para o Parque das Dunas o público da melhor idade é de fundamental importância para o fortalecimento dos objetivos do parque, pois mostra que embora, atualmente, esse público não tenha tanta influência financeira e turística na unidade de conservação analisada, o parque busca adequar as estruturas e projetos aos seus interesses e limitações para assim, atender as aspirações e legislações brasileiras com relação à inclusão, acessibilidade e proteção dos direitos sociais do idoso.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com as pesquisas bibliográficas e a entrevista realizada com a administração do local, o Parque das Dunas apresenta a maior parcela de seus frequentadores constituída pelo público da melhor idade, devido aos aspectos do parque como ser um ambiente limpo, com ar puro, possibilitando o contato direto com a natureza e por proporcionar a realização e prática de atividades físicas, yoga, Tai-chi-chuan e atividades funcionais. O Parque ainda se encarregada por desenvolver diversos projetos que vão desde programas infantis, como o chamado Parque Encena, e oficinas recreativas, bem como programas para todo o público inclusive a melhor idade com o Som da Mata, projeto este realizado em parceria com o IDEMA.

A oferta da realização de trilhas ecológicas interpretativas aos visitantes demonstra a preocupação que o parque apresenta em passar aos visitantes a consciência ambiental, focando na educação ambiental, pois permite a participação dos variados públicos, como a trilha Perobinha que é indicada para os idosos por possuir apenas 800 metros de extensão. Dessa maneira, é demonstrado que o Parque não possui atividades direcionadas somente ao público da melhor idade, mas sim uma ampla variedade de atividades que objetivam contemplar e integrar todos os públicos, inclusive os idosos.

Os objetivos propostos nesse trabalho forma atendidos de forma bastante proveitosa, onde se pode ver a importância da prática de atividades de lazer para a melhor idade, possibilitando assim, um bem-estar físico e mental, resgatando o idoso para o meio social. A pesquisa mostrou também que o Parque das Dunas é um ótimo e prazeroso lugar, para descansar e para presenciar um maior contato com a natureza, respirando um ar puro, capaz de transformar os hábitos de vida de cada um. A pesquisa também sugere que posteriormente seja feita entrevistas e questionários com os idosos, para que ambos possam se posicionar em relação as suas perspectivas, e o que almejam com a prática de atividades físicas.

## REFERÊNCIAS

BARRETTO, Margarita. **Manual de iniciação ao estudo do turismo**. 12. ed. Campinas: Papirus, 2002.

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. 3.ed. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 2003.

CAMARGO, Luiz Otávio. **O que é lazer**. São Paulo: Brasiliense, 1992.

CAVALCANTE, A. M. A. **A psicologia do idoso**, 2002. Disponível em: <WWW.polbr.med.br/arquivo/mour0502.htm> Acesso em: 22/11/14.

DUMAZEDIER, Joffre. **Lazer e Cultura Popular**. 3. ed. 2ª. Reimpressão. São Paulo: Perspectiva S.A, 2004.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini Aurélio**. 4. ed. rev. e ampl. Rio de Janeiro, Nova Fronteira, 2001.

FREITAS, Isa Omena Machado de; MEIRELLES, Virgílio Ricardo Coelho; INOCENTE, Nancy Julieta. **A proatividade do idoso no meio ambiente**. In: VIICONNEPI, 7., 2012, Palmas. Congresso. Palmas: Connepi, 2012. p. 1 - 8.

FROMER, Betty; VIEIRA, Débora D. **Turismo e terceira idade**. São Paulo: Aleph, 2003.

GIL, Antônio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2007.

IDEMA. **Parque Estadual Dunas do Natal**. Disponível em: <http://www.idema.rn.gov.br/Conteudo.asp?TRAN=ITEM&TARG=941&ACT=null&PAGE=0&PARM=null&LBL=Unidades+de+Conservação> – Acesso em 06/08/2015.

INFORMAGORA. **Parque das Dunas proporciona lazer e atividades físicas**. Disponível em: <<http://jornalinformagora.blogspot.com.br/2012/06/parque-das-dunas-proporciona-lazer-e.html>.> Acesso em 30/11/2014.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE/2002). **Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/25072002pidoso.shtm>> - Acesso em 22/11/14.

INSTITUTO DE PESQUISA AMBIENTAL DA AMAZÔNIA (IPAM). **Unidades de Conservação**. Disponível em <<http://www.ipam.org.br/saiba-mais/Unidades-de-Conservacao/2>>. Acesso em 30/11/2014.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Maria de Andrade. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Estudos do Lazer: Uma Introdução**. 3. ed. e ampl. Campinas: Autores Associados, 2002.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. **Lazer e educação**. Campinas: Papirus, 1990.

NOBRE, P.J.L. **Entre o cartão postal e a cidade real**. Programa de Pós-Graduação em Arquitetura e Urbanismo, Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Dissertação de mestrado. 2001.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Há cerca de 810 milhões de pessoas com 60 anos ou mais em todo o mundo**. Disponível em: <<https://onubr.wordpress.com/tag/terceira-idade/>> - Acesso em 16/11/2014.

RICHARDSON, Roberto Jarry. **Pesquisa social: métodos e técnicas**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

SEARH/RN. Parque das Dunas. **Apresentação**. Disponível em: <<http://www.parquedasdunas.rn.gov.br>>- Acesso em 30/11/2014.

TRUJILLO, Afonso F. **Metodologia da ciência**. 3ª. Ed. Rio de Janeiro: Kennedy, 1974.

## ANEXOS

**Figura 1** Atividades de lazer desenvolvidas para a melhor idade no Parque das Dunas



Fonte:SEARH/RN (2013)

**Figura 2** Entrada do Parque Estadual Dunas do Natal/Bosque dos Namorados



Fonte:SEARH/RN (2013)

**Figura 3** Vista aérea do Parque das Dunas, Natal/RN



Fonte:SEARH/RN (2013)