

SURFE E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS SURFISTAS.

Há evidências científicas de que o surfe relacionado a hábitos de vida saudáveis proporcionam uma expectativa de melhor qualidade de vida aos idosos. O objetivo deste trabalho foi identificar a percepção subjetiva da Qualidade de Vida do idoso praticante de um programa de surfe. Para tanto, foi realizada uma pesquisa descritiva do tipo exploratório de cunho qualitativo. Participaram desta pesquisa seis idosos do sexo masculino e feminino com idade entre 60 e 75 anos, com status funcional ativo e fisicamente independente. Para a coleta de dados utilizamos os seguintes instrumentos: Questionário de Qualidade de Vida, WHOQOL-Bref, WHOQOL-Old, Questionário de Classificação Econômica Brasil (ABEPE, 2014), Questionário de Anamnese e entrevista individual semiestruturada. Concluímos que os participantes do estudo apresentaram percepção subjetiva, em relação à Qualidade de Vida, de boa para muito boa. A prática do surfe foi considerada como fator positivo para a Qualidade de Vida dos participantes sendo que os participantes se mostraram mais sensibilizados pelos elementos psicológicos, ambientais e sociais que a prática do surfe pode oferecer para sua Qualidade de Vida do que pelos benefícios físicos e metabólicos.

Palavras-chave: Atividade Física; Envelhecimento; Esporte radical.