

EDUCAÇÃO FÍSICA, GERONTOLOGIA E BIOÉTICA: VISÕES SOBRE A AUTONOMIA DO IDOSO¹

EDUCACIÓN FÍSICA, GERONTOLOGÍA Y BIOÉTICA: OPINIONES SOBRE LA AUTONOMÍA DE LAS PERSONAS MAYORES

PHYSICAL EDUCATION, GERONTOLOGY AND BIOETHICS: PERSPECTIVES ON THE AUTONOMY OF THE ELDERLY

Lucimauro Fernandes de MELO²
José Roberto GOLDIM³

RESUMO: Este estudo é uma revisão de literatura que busca demonstrar as visões da Educação Física, da Gerontologia e da Bioética em relação à Autonomia do Idoso. A pesquisa de cunho bibliográfico objetivou proporcionar acesso à literatura para análise de estudos já produzidos sobre o assunto e realizada junto aos estudos relacionados às práticas de elaboração de Tese de Doutorado em Gerontologia Biomédica, no Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Justifica-se a temática devido à importância que esta assume no cenário científico atual e em suas discussões em uma dimensão estratégica, a qual torna importante enfatizar e estimular a prática de envelhecer com saúde e qualidade. E sendo a Autonomia, juntamente com fatores de funções físicas, mentais e psicológicas, de suma importância para um envelhecer saudável, promovendo para a pessoa idosa a sua independência e a dignidade para realizar suas escolhas. Como resultado da pesquisa pode se enfatizar que é imprescindível estimular a prática regular de atividade física aeróbica ou de fortalecimento muscular, as quais trazem mudanças para a adoção de um estilo de vida ativo ao indivíduo e é parte fundamental de um envelhecer com qualidade e saúde. Desta forma o estudo considera que a Bioética está preocupada com a qualidade de vida existente, dos seres humanos; acompanhando com atenção especial as áreas da saúde; e observa a aplicabilidade e a relação dos seus princípios com a produção do conhecimento. O conhecimento produzido tem por objetivo compreender a importância da Educação Física e ainda verificar se suas práticas estão voltadas para os estudos da Gerontologia e do respeito à Autonomia do Idoso.

PALAVRAS-CHAVE: Educação física. Gerontologia. Bioética. Autonomia.

RESUMEN: Este estudio es una revisión bibliográfica que pretende demostrar los puntos de vista de la Educación Física, la Gerontología y la Bioética en relación con la Autonomía de

¹ Este estudo faz parte do trabalho que foi realizado com o apoio da Coordenação de Pessoal Nível Superior-Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

² Universidade Regional do Médio Alto Uruguai (URI), Frederico Westhalen – RS – Brasil. Professor Titular no Curso de Educação Física e Membro do Grupo de Pesquisa em Educação Física – GPEDF (Ciências da Saúde, Educação Física). Doutorando no Programa de Pós-Graduação em Geriatria e Gerontologia Biomédica (PUCRS). ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8351-1580>. E-mail: lucimauro@uri.edu.br

³ Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), Porto Alegre – RS – Brasil. Professor Adjunto na Escola de Medicina da PUCRS, Professor no Programa de Pós-Graduação em Medicina e Ciências da Saúde e no Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica. Doutorado em Medicina: Clínica Médica (UFRGS). ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2127-6594>. E-mail: jose.goldim@pucrs.br

las Personas Mayores. La investigación bibliográfica tuvo como objetivo el acceso a la literatura para el análisis de los estudios ya producidos sobre el tema y realizados con las prácticas de preparación de Tesis de Doctorado en Gerontología Biomédica en el Instituto de Geriatria y Gerontología de la Pontificia Universidad Católica de Rio Grande do Sul. El tema se justifica por la importancia que asume en el escenario científico actual y en sus discusiones en una dimensión estratégica, lo que hace que sea importante enfatizar y estimular la práctica del envejecimiento con salud y calidad. La autonomía, junto con las funciones físicas, mentales y psicológicas, es de suma importancia para un proceso de envejecimiento saludable, promoviendo la independencia y la dignidad de las personas mayores para que tomen sus propias decisiones. Como resultado de la investigación, se puede destacar que es fundamental fomentar la práctica regular de actividad física aeróbica o de fortalecimiento muscular, que aportan cambios para la adopción de un estilo de vida activo al individuo y es parte fundamental de un envejecimiento con calidad y salud. De esta manera el estudio considera que la Bioética se ocupa de la calidad de vida existente en los seres humanos; donde sigue con especial atención las áreas de la salud; y observa la aplicabilidad y la relación de sus principios con la producción de conocimiento. El conocimiento producido tiene como objetivo comprender la importancia de la Educación Física y también verificar si sus prácticas están dirigidas a los estudios de Gerontología y al respeto de la Autonomía de los Mayores.

PALABRAS CLAVE: Educación física. Gerontología. Bioética. Autonomía.

ABSTRACT: *This study is a literature review that seeks to demonstrate the views of Physical Education, Gerontology, and Bioethics regarding the Autonomy of the Elderly. The bibliographical research aimed to provide access to literature to analyze the studies already produced on the subject and was carried out with the studies related to the practices of the preparation of the Doctoral Thesis in Biomedical Gerontology at the Geriatrics and Gerontology Institute of the Pontifical Catholic University of Rio Grande do Sul. The theme is justified due to the importance it assumes in the current scientific scenario and in its discussions in a strategic dimension, which makes it important to emphasize and stimulate the practice of aging with health and quality. Autonomy, along with physical, mental, and psychological functions, is of utmost importance for a healthy aging process, promoting independence and dignity for the elderly to make their own choices. As a result of the research, it can be emphasized that it is essential to encourage the regular practice of aerobic physical activity or muscle strengthening, which bring changes for the adoption of an active lifestyle for the individual and is a fundamental part of an aging with quality and health. In this way, the study considers that Bioethics is concerned with the existing quality of life of human beings; since it follows with special attention the health areas; and observes the applicability and the relationship of its principles with the production of knowledge. The knowledge produced aims to understand the importance of Physical Education and also to verify if its practices are directed towards the studies of Gerontology and respect for the Autonomy of the Elderly.*

KEYWORDS: Physical education. Gerontology. Bioethics. Autonomy.

Introdução

O crescimento da tecnologia e das pesquisas científicas na área da saúde produzem vários questionamentos aos profissionais que trabalham com idosos. Desta forma é necessário

analisar estudos como o realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010) que realizou pesquisa constatando que a expectativa de vida atual dos cidadãos é de 76 anos. E sendo que para 2016, o Brasil teria a quinta maior população de idosos no mundo, chegando a 29,6 milhões. O instituto ainda estima que até 2030 esta nação de idosos(as) será maior que a população de crianças até 14 anos; em 2060, 1 em cada 4 brasileiros(as) será idoso(a), ou seja, estamos nos tornando um país de idosos(as). A pesquisa realizada pelo IBGE, faz com que possamos refletir sobre o envelhecer no Brasil, sendo preciso fazer uma relação com as estruturas de conhecimentos que a Educação Física possui e para isso a Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde nos traz que a Educação Física faz parte do cuidado da saúde de forma global, ao considerar todos os elementos que compõem o corpo humano; desta forma para que possamos definir o conceito de Gerontologia, é necessário basear-se nessas considerações.

Alguns dos conceitos que serão utilizados ao longo desta discussão têm sido adequadamente definidos e compilados pelos melhores especialistas da área da Educação Física. Dentre os conceitos que merecem especial atenção estão:

a) Atividade física: definida como qualquer movimento corporal produzido em consequência da contração muscular que resulte em gasto calórico.

b) Exercício: definido como uma subcategoria da atividade física que é planejada, estruturada e repetitiva; resultando na melhora ou manutenção de uma ou mais variáveis da aptidão física.

c) Aptidão física: é considerado não como um comportamento, mas uma característica que o indivíduo possui ou atinge, como a potência aeróbica, resistência muscular, força muscular, composição corporal e flexibilidade. Mudanças na estrutura e na composição corporal que são mais evidentes e que podem ser agravadas por alguns fatores como doenças, nível de atividades físicas, fatores psicossociais, entre outros.

Desta forma, sendo a Gerontologia a ciência que estuda o processo de envelhecimento humano de modo a atender às necessidades físicas, emocionais e sociais do idoso, se demonstra que atuar com esta faixa etária, em especial, não requer somente pensar nos aspectos musculares ou fisiológicos (SBAFS, 2019).

A Bioética faz suas contribuições como ciência interdisciplinar e que possui como fundamento os princípios éticos, os quais zelam pela vida quando esta é posta em risco e a

mesma ciência faz análises de conteúdos teóricos, conceitos, práticas e posturas profissionais dentro da Educação Física e da Gerontologia.

Ao vivenciar as práticas de atividade física, o idoso, além da prevenção de doenças, passa a ter possibilidade de maior expectativa de vida, tendo a oportunidade de ampliar sua capacidade funcional e sua autonomia, o que é fundamental para a qualidade de vida. (MATSUDO, 2001).

Em relação à Autonomia historicamente, nas relações de cuidado em saúde, tem prevalecido a postura paternalista. Nessa concepção, as decisões são unilaterais e, geralmente, o profissional de Educação Física decide a respeito do que é melhor para o idoso. Essas atitudes predominam de forma acentuada nas práticas dos profissionais no cuidado aos idosos, por julgarem serem estes incapazes de decidir de forma sensata a respeito de sua saúde. Nesse sentido, pode ser afetado um dos princípios básicos da Bioética, que é o respeito à autonomia. O respeito ao princípio da autonomia na assistência ao idoso deve levar o profissional de saúde, em particular o da Educação Física, a considerar a capacidade de escolha, crenças e valores morais do paciente. Isso possibilita que o idoso exerça a sua autonomia e decida entre as alternativas de cuidado apresentadas, a partir da compreensão clara de cada uma delas.

Objetivo

O estudo objetiva analisar as visões da Educação Física, da Gerontologia e da Bioética em relação à Autonomia do Idoso. Esta temática tem suma importância no cenário científico atual e em suas discussões, considerando uma dimensão estratégica em que a autonomia é uma vertente central do envelhecimento saudável, que promove a independência das pessoas idosas, mostrando o direito à sua autodeterminação, mantendo a sua dignidade, integridade e liberdade de escolha, sendo fundamental para a promoção da qualidade de vida (BRASIL, 2006). Propomos, portanto, pautar-nos na Bioética para que as práticas da Educação Física e da Gerontologia sigam os preceitos da igualdade humana em relação à Autonomia do Idoso.

Justificativa

Justificamos o estudo, que demonstra a visão da Educação Física, da Gerontologia e da Bioética sobre a Autonomia do Idoso, devido à grande importância da temática no cenário científico atual e em suas discussões. Torna-se importante enfatizar que estimular a prática regular de atividades físicas, sejam aeróbicas ou de fortalecimento muscular, traz mudanças

para a adoção de um estilo de vida ativo e é parte fundamental de um envelhecer com saúde e qualidade, sendo que as áreas do conhecimento, Educação Física, Gerontologia e Bioética, neste estudo conseguem contemplar e exercer os seus papéis dentro das ações científicas voltadas ao envelhecimento.

Método

Para este estudo, utilizou-se uma revisão de literatura (de cunho bibliográfico), com o objetivo proporcionar o acesso à literatura para análise de pesquisas já produzidas sobre o assunto, abordamos a Educação Física, a Gerontologia, a Bioética e suas visões sobre a Autonomia do Idoso; articulando o seu papel às ações científicas voltadas ao envelhecimento. A pesquisa foi realizada junto aos estudos referentes às práticas de elaboração da Tese de Doutorado em Gerontologia Biomédica, no Instituto de Geriatria e Gerontologia da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Sendo realizada neste contexto por fazer parte do objeto de estudo que integra a linha de pesquisa Aspectos Socioculturais, Demográficos e Bioéticos do Programa do Instituto de Geriatria e Gerontologia Biomédica. Seus resultados têm sido expressivos para futura implantação de políticas de atendimento e formação de profissionais que atuem com a população de idosos. Os pesquisadores irão utilizar como cenário a região do Alto Uruguai e Missões, no Rio Grande do Sul. Para a revisão de literatura foram selecionados 28 manuscritos, entre livros, artigos publicados e busca em sites no período de 2002 a 2020, que foram analisados quanto à discussão sobre a Educação Física e a Bioética e o respeito à Autonomia do Idoso. Diversos autores nos últimos anos vêm se dedicando aos estudos sobre os fatores associados à prática da atividade física (SALLIS; OWEN, 1994; JACKSON *et al.*, 1999). Sallis e Owen (1999) realizaram uma meta-análise envolvendo aproximadamente 300 estudos e encontraram uma diversidade de fatores relacionados à atividade física em adultos, apresentando uma associação (positiva ou negativa) com esta, classificando esses fatores em seis diferentes dimensões: demográficos e biológicos; psicológicos, cognitivos e emocionais; culturais e sociais; ambientais. Assim, a prática da atividade física demonstra uma complexidade e diversidade dos aspectos que podem influenciar a sua realização.

Desta forma verificamos também que o exercício físico, que pode ser conceituado como sendo qualquer atividade física planejada e estruturada que possua como objetivo a melhora ou manutenção dos componentes físicos, estrutura muscular, equilíbrio e flexibilidade. E que quando pode gerar melhorias na qualidade de vida, não apenas no quesito físico funcional, mas,

também, na rotina, sociabilidade e de autoestima. Ademais, a atividade física pode ser conceituada como diferentes movimentos corporais resultantes de contrações musculares relacionadas a um gasto energético acima do nível basal (repouso), desde que esta produza mudanças significativas e aja de forma preventiva e corretiva em relação a doenças e lesões. Assim será adotado o termo Atividade Física para melhor compreensão das análises. A relação entre atividade física, saúde, qualidade de vida e envelhecimento vem sendo cada vez mais discutida e analisada cientificamente. A discussão e a análise ocorrem porque a prática regular de atividades físicas possibilita uma melhora na circulação sanguínea, fortalecimento do sistema imunológico, ajudando no emagrecimento, diminuindo o risco de doenças cardíacas, no fortalecimento dos ossos e proporcionando bem-estar. Segundo o consenso do *American College of Sports Medicine*, os pacientes idosos com doença cardiovascular devem começar o programa de atividade física com menor intensidade de exercícios, principalmente no grupo de sedentários, pelo risco de complicações relacionadas à doença de base ou ao acometimento osteomuscular.

A atividade física constitui-se num recurso importante para minimizar as alterações provocadas pelo envelhecimento, sendo um fator importante na prevenção e tratamento de doenças crônico-degenerativas, sendo essenciais por permitir e preservar a independência e autonomia do idoso, possibilitando com isso a manutenção de uma vida ativa (NÓBREGA *et al.*, 1999). Atualmente, é praticamente um consenso entre os profissionais da área da saúde que a atividade física é um fator determinante no sucesso do processo de envelhecimento. O consenso se deve aos resultados benéficos das atividades físicas, por exemplo para com o aparelho locomotor e patologias em cardiopatas idosos. Assim alguns autores dialogam sobre as boas práticas relacionadas às atividades físicas.

Associação entre a prática de atividade física e melhor padrão de saúde tem sido relatada na literatura há muito tempo e tem aumentado na década atual (STEPHENS, 1983).

Geis (2003) compara o corpo humano com uma máquina que, se não utilizada, com o passar do tempo vai se danificando. Assim como a máquina, o corpo humano precisa de movimento.

A atividade física constitui-se num recurso importante para minimizar as alterações provocadas pelo envelhecimento, sendo um fator importante na prevenção e tratamento de doenças crônico-degenerativas, essenciais por permitirem e preservarem a independência e autonomia do idoso, possibilitando com isso a manutenção de uma vida ativa (NÓBREGA *et al.*, 1999).

Ainda, esta revisão tem por método estabelecer os principais fatores determinantes da Educação Física, da Gerontologia e da Bioética sobre a Autonomia do Idoso; e em que níveis estão essas ciências para, durante o envelhecimento, desencadearem benefícios no estilo de vida ativo do idoso. Quando a atividade física tem prevalência sobre as doenças crônicas não transmissíveis, sobre a mortalidade e auxiliar na manutenção da capacidade funcional durante processo do envelhecimento.

Discussão

As evidências mostram um decréscimo do nível de atividade física com o aumento da idade cronológica, tornando o sedentarismo um fator de risco de morbidade e mortalidade durante o processo de envelhecimento. Os dados apontam que as barreiras para a prática de atividade física regular na terceira idade são facilmente superáveis e que estratégias de políticas públicas de saúde podem ser implantadas. Dessa forma, é possível encorajar a adoção de um estilo de vida ativo durante o envelhecimento, sensibilizando a população sobre a possibilidade de ser fisicamente ativa sem precisar ter muito tempo e habilidades, conhecimentos ou equipamentos específicos.

Do mesmo modo, as evidências enfatizam o papel do profissional de Educação Física como agente facilitador para a prática regular da atividade física nesta etapa da vida. Para reforçar e conseguir sucesso, os autores recomendam que a prescrição da atividade física seja realizada por escrito, levando em conta o tempo disponível para realizar atividade física, o desejo do praticante, os equipamentos e as facilidades disponíveis, lembrando as comorbidades que podem afetar o desempenho para realizar a atividade e, o mais importante, ser estimulada como um hábito para o resto da vida.

As atividades físicas têm relação na modificação de peso e composição corporal, que estão ligadas à idade. Verifica-se que a necessidade do indivíduo que entra na terceira idade seja a prática de atividades físicas regulares, para que o condicionamento e a prevenção estejam presentes na vida do idoso e, desta forma, possam contribuir para uma melhora na qualidade de vida. Mas o exercício físico não tem grande impacto para modificar significativamente o peso e a composição corporal em idosos quando não ocorre com eficiência, pois é necessário que a pessoa incorpore alguns hábitos de vida, como alimentação saudável, entre outros.

O treinamento aeróbico, como o treinamento de resistência, pode auxiliar na redução dos estoques de gordura nos idosos; isso demonstra que mesmo o indivíduo não seguindo uma restrição calórica, para a modificação na composição corporal, é importante a prática regular

de atividade física, para proporcionar uma prevenção de doenças causadas por acúmulo de gordura no organismo, como é o caso de infartos, entre outras. Verifica-se também com a atividade física, o controle de peso, mesmo sem a restrição calórica, importante para o indivíduo idoso. Quando se fala em nível neuromuscular dos idosos, logo se pensa na perda de massa muscular e, conseqüentemente, da força muscular natural no processo de envelhecimento. Com este fator chegam: a falta de equilíbrio, a dificuldade na mobilidade, a falta de força.

Segundo Matsudo (2002, p. 200): “A sarcopenia indica perda de massa, força e qualidade do músculo esquelético e que tem impacto significativo na saúde pública pelas suas bem reconhecidas conseqüências funcionais no andar e no equilíbrio [...]”. A perda de massa muscular gera também a redução no tamanho da fibra tipo II, e a fibra de tipo I (de contração lenta) é muito menos afetada. Com este processo ocorre também a perda da agilidade no idoso e as capacidades de rápida reação, tornando o que antes era simples de fazer em execução de algo com muita dificuldade.

Com todos os argumentos científicos pautados, temos a demonstração dos benefícios e malefícios para quem não pratica exercícios físicos. Visualizamos neste último caso, um idoso que passa a não ter mais autonomia em relação à movimentação física, a gestos motores e em alguns casos, em relação à autonomia social, financeira e cultural. Também podemos observar a importância de um trabalho interdisciplinar relacionado às ciências da Saúde, a Educação Física, a Gerontologia e a Bioética.

Conclusão

Diante do exposto, observa-se a real importância da Bioética na prática da pesquisa. A Atividade Física e a Aptidão Física devem ser estimuladas não somente para o idoso, mas também no adulto, como forma de prevenir e controlar as doenças crônicas não transmissíveis que aparecem mais frequentemente durante a terceira idade e como forma de manter a autonomia (independência funcional). Sabemos que o envelhecimento pode trazer uma série de patologias que podem diminuir a autonomia e limitar a qualidade de vida dos idosos, dependendo de vários fatores, tais como: estilo de vida, cultura, hereditariedade, entre outros. (BRASIL, 2006).

As evidências sugerem que a atividade física regular e o estilo de vida ativo têm um papel fundamental na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis, especialmente aquelas que se constituem na principal causa de mortalidade: as doenças cardiovasculares e o câncer. Mas, além disto, a atividade física está associada também com uma

melhor mobilidade, capacidade funcional e qualidade de vida durante o envelhecimento (MATSUDO, 2001).

É importante enfatizar, no entanto, que estimular a prática regular da atividade física aeróbica ou de fortalecimento muscular, traz mudanças para a adoção de um estilo de vida ativo e são parte fundamental de um envelhecer com saúde e qualidade. A Bioética está preocupada com a qualidade de vida existente, principalmente dos seres humanos, ou seja, ela acompanha com atenção especial as áreas da saúde. Os profissionais de Educação Física tornam-se um elo com a sociedade, sendo o elemento que articula teorias com práticas para a sua difusão, através do esporte, do lúdico, das manifestações corporais, da música, das atividades de lazer, dando qualidade social à vida, pela grande abrangência da Educação Física nessas áreas de atuação. Fez-se necessário aos profissionais delimitarem espaços e nortes para sua atuação, e a Bioética surge como reguladora e norteadora da ação do profissional de Educação Física, que tem como objetivo orientar, disciplinar e fiscalizar o exercício de forma geral, além de contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população.

Desta forma, os princípios da Bioética e a sua relação com a produção do conhecimento têm por objetivo compreender a importância da Educação Física e ainda verificar se suas práticas estão voltadas para os estudos da Gerontologia, respeitando a Autonomia do Idoso.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Guidelines for exercise testing and prescription**. 5. ed. Philadelphia: Williams & Wilkins, 1995.

BRASIL. **Lei 10.741, de 01 outubro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso. Brasília, DF, 03 out. 2003. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2003/lei-10741-1-outubro-2003-497511-norma-pl.html>. Acesso em: 10 out. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 2.528, de 01 de outubro 2006**. Aprova a Política Nacional da Pessoa Idosa. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/sau/legis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. Acesso em: 10 out. 2020.

DIAS, J. M. **Bioética e educação física**. Documento CONFEF/CREF. Disponível em: <http://www.confef.org/>. Acesso em: 10 out. 2020.

GOLDIM, R. J. **Bioética e Interdisciplinaridade**. Disponível em: www.bioetica.ufrgs.br/bioetica.htm acessado. Acesso em: 10 out. 2020.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaoodevida/indicadoresminimos/sinteseindicisociais2016/default.shtm>. Acesso em: 10 out. 2020.

LOPEZ, M. **Fundamentos da clínica médica**: a relação paciente-médico. Rio de Janeiro, RJ: Medsin Editora Médica e Científica, 2007.

MANTOVANI, E. P. **Atividade física, saúde e envelhecimento**. Disponível em: https://www.fef.unicamp.br/fef/sites/uploads/deafa/qvaf/funcamp_cap9.pdf. Acesso em: 02 abr. 2012.

MATSUDO, S. M. Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos. **Rev Bras Med Esporte**, São Paulo, v. 7, n. 1, 2001.

MATSUDO, S. M. Envelhecimento, atividade física e saúde. **R. Min. Educ. Fís.**, Viçosa (MG), v. 10, n. 1, p. 195-209, 2002.

NÓBREGA, A. C. L. *et al.* Posicionamento oficial da Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte e da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia: atividade física e saúde no idoso. **Rev Bras Med Esp.**, v. 5, n. 6, p. 207-211, nov./dez. 1999.

PESSINI, L.; BARCHIFONTAINE, C. P. **Problemas atuais de bioética**. 5. ed. São Paulo, SP: Loyola, 2000.

PONT GEIS, P. **Atividade física e saúde na terceira idade**: teoria e prática. Trad. Magda Schwartzaupt Chaves. 5. ed. Porto Alegre, RS: Artmed, 2003.

ROTANIA, A. A linguagem como veículo da ética. **Cadernos de Ética em Pesquisa**, ano 4, v. 13, p. 23, 2004.

SALLIS, J. F.; OWEN, N. **Physical activity and behavioral medicine**. Thousand Oaks, California: Sage Publications. 1994.

SBAFS. Sociedade Brasileira de Atividade Física e Saúde. 2019. Disponível em: https://www.sbafs.org.br/_artigos/548.pdf. Acesso em: 02 abr. 2012.

STEPHENS, T. **Fitness and lifestyle in Canada**: a report. Ottawa: Fitness and Amateur Sport; 1983.

Como referenciar este artigo

MELO, L. F.; GOLDIM, J. R. Educação física, gerontologia e bioética: visões sobre a autonomia do idoso. **Revista on line de Política e Gestão Educacional**, Araraquara, v. 25, n. 2, p. 1475-1485, maio/ago. 2021. e-ISSN:1519-9029. DOI: <https://doi.org/10.22633/rpge.v25i2.15328>

Submetido em: 11/06/2021

Aprovado em: 15/07/2021

Publicado em: 01/08/2021