

O ESPORTE ADAPTADO COMO PROMOTOR DE SAÚDE PARA O ADULTO MADURO E O IDOSO

Smaichel de Avila Teixeira¹
Jéssica Finger²

Introdução: Em vista estudos demográficos até 2050, o número de idosos ultrapassará o total de crianças com este dado significativo, inúmeras ações deverão estar se adequando a este processo.

Objetivos: Contribuir aos acadêmicos e profissionais de educação física (EF) que buscam desenvolver os esportes adaptados em sua docência, com foco no desenvolvimento físico e na promoção de saúde do adulto maduro e idoso. **Metodologia:** Revisão bibliográfica sobre a temática de Esporte como Promotor de Saúde. **Resultados:** Existem as seguintes modalidades oficiais divididas em duas categorias principais, acima de 50 anos e acima de 60 anos segundo a FGJAI Federação Gaúcha de Jogos Adaptados;



Considerações finais: Em vista aos estudos, é possível afirmar que o mesmo pode ser considerado um agente de transformação, na saúde com benefício físico tornando-se uma ferramenta viável de atuação ao acadêmico e profissional de EF.

FGJAI – Federação Gaúcha de Jogos Adaptados para o Idoso. MODALIDADES Disponível em: <<https://www.fgjai.com.br/MODALIDADES/> Acessado: em 23 de setembro de 2020.

¹Graduando em Educação Física Bacharelado UNIGRAN Polo SVP-RS smaichel@gmail.com

²Educadora Física ULBRA, especialista em docência superior e dança UFRGS