



Rede de suporte social de pessoas idosas em programas de atividade física

Social support network of older people in physical activity programs

AUTORES

Elisabeth Fernandes¹
Leticia Fernanda Belo²
Andressa Crystine da Silva Sobrinho¹
Layana Liss Schwenger¹
Amanda Cristina de Sá¹
Laura Thais Del Vecchio Sampaio¹
Luana Karoline Ferreira³
Grace Angélica de Oliveira Gomes¹

1 Universidade Federal de São Carlos, Departamento de Gerontologia, São Carlos, São Paulo, Brasil.

2 Universidade de São Paulo, São Carlos, São Paulo, Brasil.

3 Universidade Federal de Juiz de Fora, Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil.

CONTATO

Grace Angélica de Oliveira Gomes
grace@ufscar.com

Rod. Washington Luís, km. 235 (SP-310 - São Carlos), São Carlos, São Paulo, Brasil.
CEP: 13565-905.

DOI

10.12820/rbafs.31e0424



Este trabalho está licenciado com uma Licença Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional.

Copyright© 2026 Elisabeth Fernandes, Andressa Crystine da Silva Sobrinho, Layana Liss Schwenger, Amanda Cristina de Sá, Leticia Fernanda Belo, Laura Thais Del Vecchio Sampaio, Luana Karoline Ferreira, Grace Angélica de Oliveira Gomes.

RESUMO

Objetivo: Analisar a relação entre a participação em grupos de atividade física e a rede de suporte social de pessoas idosas. **Métodos:** Trata-se de um estudo observacional, transversal e quanti-qualitativo, realizado no ano de 2024, com pessoas idosas participantes de grupos de atividade física. Participaram do estudo 25 pessoas idosas (71,0 ± 5,1 anos de idade), sendo 80% mulheres, as quais responderam um questionário sociodemográfico, participaram de uma entrevista semiestruturada sobre o funcionamento do programa de atividade física, sobre os benefícios e motivos de participação, foram avaliados pelo Diagrama de Escolta, para avaliação da estrutura e função da rede de suporte social. **Resultados:** Em torno de 38% da rede de suporte social dos participantes eram membros do grupo de atividade física, sendo em média três membros para cada participante. Em torno de 90% dos vínculos da rede dos membros do grupo são de amizade. A categoria “construção e fortalecimento de vínculos” foi citada como principal motivação de participação e benefícios do programa (60%). Os participantes do programa de atividade física foram citados nos três níveis da rede de suporte social estabelecidos pelo Diagrama de Escolta, sendo 28,1%, 33,3% e 66,7% no primeiro, segundo e terceiro nível, respectivamente. Em torno de 10% citaram como contato de emergência os participantes do grupo e 5% o professor do programa. **Conclusão:** A estrutura e função de rede de suporte social de participantes de atividade física contam significativamente com membros do grupo em relação à quantidade e qualidade das relações e de apoio.

Palavras-chave: Suporte social; Pessoas idosas; Atividade física; Programas; Relações interpessoais.

ABSTRACT

Objective: To analyze the relationship between participation in physical activity groups and the social support network of older people. **Methods:** This was an observational, cross-sectional, quantitative and qualitative study, carried out in 2024, with older people participating in physical activity groups. The study included 25 older people (71.0 ± 5.1), 80% of whom were women, who answered a sociodemographic questionnaire, took part in a semi-structured interview about how the physical activity program worked and the benefits and reasons for taking part, and were assessed using the Escort Diagram to evaluate the structure and function of their social support network. **Results:** Approximately 38% of the participants' social support networks were members of the physical activity group, with an average of three members for each participant. Around 90% of the bonds in the group members' network were classified as friendships. The category “building and strengthening bonds” was cited as the main motivation for the participation in and benefits of the program (60%). Activity Physical Program participants were mentioned at all three levels of the social support network established by the Escort Diagram, with values of 28.1%, 33.3%, and 66.7% at the first, second and third levels, respectively. Around 10% cited the group participants as their emergency contact and 5% cited the program teacher. **Conclusion:** The structure and function of the social support network of physical activity participants relies significantly on group members in terms of the quantity and quality of relationships and support.

Introdução

A família é tradicionalmente a principal fonte de suporte social de pessoas idosas. Mesmo diante da significativa redução no número de membros nas famílias nos últimos anos, esse núcleo continua a desempenhar um papel de responsabilização, seguida do Estado. Nesse

contexto, a Organização Mundial da Saúde¹ propõe a “participação” como pilar para o envelhecimento ativo, sugerindo que atividades sociais ou grupais podem atenuar sentimentos de exclusão, solidão e redução de vínculos familiares, além de possibilitar a construção de novas relações sociais por meio de diferentes meca-

nismos emocionais². O suporte social não se restringe apenas às interações individuais, mas engloba também fatores como o contexto familiar, comunitário e social, que podem influenciar a saúde e a longevidade de maneira ampla³.

A perspectiva de comunidade como família estendida, a complexidade dos laços e interações sociais, formam uma rede de suporte mais ampla, chamada de Comboio⁴. Este conceito tem ênfase no modelo *Lifespans* de Baltes⁵, que desenvolveu a perspectiva do ciclo de vida, enfatizando que o desenvolvimento ocorre ao longo de toda a vida, considerando as experiências específicas e individuais das pessoas idosas. Esta rede tem um papel fundamental na manutenção dos cuidados contínuos, da independência e autonomia. A ampliação dessas relações sociais é essencial, pois contribui para o aumento da autoestima, autonomia, reconhecimento e sensação de pertencimento, promovendo uma rede de suporte social mais genuína^{6,7}.

A literatura científica aponta que atividades em grupos para pessoas idosas aumentam a convivência e a interação social⁷. No entanto, a qualidade, o significado e a intensidade destes vínculos criados, bem como o quanto de fato esta interação em pares é capaz de afetar positivamente a estrutura e a função da rede de suporte social das pessoas idosas participantes destes grupos, ainda é pouco estudada. O conhecimento destas informações pode aprimorar programas já existentes ou contribuir para a implementação de novas propostas de estratégias para aumento de rede de suporte social, o que poderia, inclusive, gerar economia de gastos com cuidados a médio e longo prazo.

Pesquisas anteriores destacam que o suporte social pode incentivar a prática de atividade física (AF)⁸, mas poucos estudos relatam a relação inversa entre estas variáveis. Um estudo investigou como integrantes de um grupo de caminhada sênior interagiam e se motivaram durante o exercício físico, contudo, não foi analisado se essa interação social foi suficiente para criação de vínculo e apoio social além do momento de AF⁹. Um estudo brasileiro propôs uma intervenção de AF grupal com idosos hipertensos, e por meio de uma entrevista semiestruturada, identificou que os participantes criam sentimento de pertencimento ao grupo¹⁰, porém, não foi apontado se esses vínculos são incorporados na rede de suporte social da pessoa idosa.

Além da escassez de estudos que explorem o fortalecimento das relações sociais dentro dos programas de AF com instrumentos específicos de suporte social,

pouco se sabe sobre a intensidade e a complexidade desse suporte social. Um estudo realizado na Malásia, utilizou o Índice de Apoio Social de Duke para analisar o suporte subjetivo, instrumental, interação social e rede social em uma investigação de análise de nível de AF de mulheres idosas residentes de uma comunidade rural, contudo, a amostra não participava de um grupo de AF¹¹. Portanto, estudos mistos que utilizem instrumentos específicos de rede de suporte social entre participantes de grupos de AF direcionados para pessoas idosas é importante.

Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar a relação entre a participação em grupos de AF, a estrutura e a função dos relacionamentos na rede de suporte social de pessoas idosas. Além de preencher lacunas científicas sobre a profundidade, complexidade e os efeitos de longo prazo dessas interações sociais, os resultados podem ter implicações práticas para o desenvolvimento de políticas de intervenção eficazes, ajustadas às mudanças relacionadas ao envelhecimento.

Métodos

Trata-se de um estudo observacional, transversal, de abordagem quanti-qualitativo, realizado no município de São Carlos, São Paulo, no ano de 2024. O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Federal de São Carlos (CAAE: 74281623.10000.5504). A presente investigação foi inicialmente apresentada aos gestores das Secretarias de Saúde, Educação, Cidadania e Assistência Social e Esporte do município, responsáveis pelos equipamentos que oferecem grupos de AF e esporte adaptado para solicitar autorização da coleta de dados nos locais.

A população-alvo deste estudo foi pessoas com 60 anos ou mais, participantes de grupos de AF e esporte adaptado, oferecidos em equipamentos de saúde, educação, assistência social e esporte do referido município. Em relação aos critérios de inclusão para os equipamentos, a AF grupal deveria ser oferecida há pelo menos dois anos, e que atendessem pessoas idosas independentes e semi dependentes. No que tange os critérios de inclusão das pessoas idosas, eles deveriam participar do grupo há dois anos ou mais e ter frequência de participação acima de 75% mensais, conforme lista de presença apresentada pelo professor responsável pelas atividades. Foram excluídas pessoas idosas com dificuldades de audição que comprometessem a coleta de dados. Em relação aos critérios de inclusão do professor responsável pela AF grupal, foram incluídos

profissionais com pelo menos 2 anos de condução do grupo, e foram excluídos professores substitutos.

Os professores responsáveis pelas atividades físicas foram contatados inicialmente para apresentação da pesquisa e convidar verbalmente os participantes. Aqueles que manifestaram interesse marcaram dia e horário para a coleta de dados, realizada em uma sala reservada no próprio local das atividades, de forma individual. Antes da coleta formal, foi conduzido um teste piloto com cinco idosos em uma unidade de saúde da atenção básica. Esse procedimento permitiu testar a compreensão das perguntas e ajustar os instrumentos de coleta de dados. O encontro para coleta de dados era iniciado com a apresentação do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, o qual foi lido e assinado pelo participante.

Em seguida, foram aplicados os seguintes instrumentos:

- Questionário de dados sociodemográficos, composto por questões sobre idade, escolaridade, estado civil, com quem mora, renda individual, renda familiar, profissão e aposentadoria;
- Questionário sobre participação em grupos de prática de AF, investigou aspectos como tempo de participação, frequência semanal, participação em eventos sociais, viagens, passeios turísticos do grupo, participação em atividades durante a pandemia. Também avaliou o funcionamento das aulas, incluindo a frequência semanal oferecida, duração da aula, uso de estratégias lúdicas nas aulas, característica do professor/líder do grupo (formação profissional), atividades de socialização durante e fora das aulas;
- Diagrama de Escolta, criado por Antonucci e Akiyama¹² e adaptado por Paula-Couto¹³, considera variáveis como proximidade, tipo de relação, frequência de contato e suporte emocional ou instrumental oferecido.
- Entrevista semiestruturada, para compreender a visão dos participantes sobre a criação de vínculos com outros alunos(as) do mesmo grupo, questionando motivos para permanecer no grupo, benefícios da participação, mudança percebida nas relações sociais após ingressar no grupo, confiança em outros membros do grupo e contato de emergência. Todas as entrevistas foram gravadas em áudio para posterior transcrição e análise.

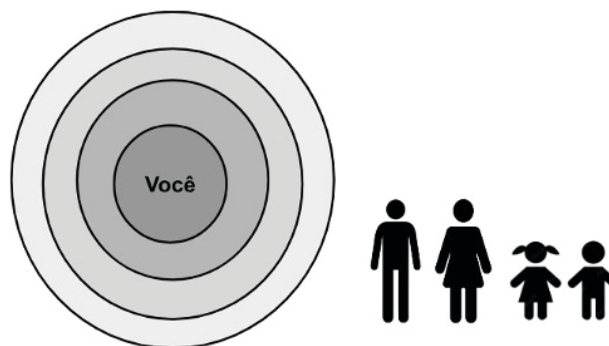


Figura 1 – Ilustração do Diagrama de Escolta

Os dados quantitativos, referentes às características sociodemográficas, foram armazenados e tabulados em planilhas do Microsoft Excel, sendo analisados em termos de frequência absoluta e relativa. Os dados qualitativos, provenientes das entrevistas semiestruturadas, foram transcritos pelo aplicativo *Transkriptor* e revisados manualmente pela pesquisadora, além de serem salvos em nuvem, no qual os participantes foram codificados com a sigla do equipamento que frequentam, por exemplo, USF, CCI, UATI, complementada por uma numeração e pelo ano da pesquisa, como USF 01/24, CCI 01/24, UATI 01/24 e assim por diante. Para apresentação dos resultados qualitativos, será apresentada a sigla do equipamento, a numeração, o gênero e a idade.

A análise qualitativa seguiu o método de análise de conteúdo de Bardin¹⁴, organizado em três etapas: (i) Pré-análise: Seleção criteriosa dos documentos relevantes para garantir a consistência das informações; (ii) Exploração do Material: Identificação inicial de subcategorias, posteriormente agrupadas em categorias amplas, permitindo uma visão estruturada dos dados; (iii) Tratamento dos Resultados: Categorização e interpretação dos dados para responder às questões de pesquisa, utilizando o critério de saturação para assegurar representatividade.

As respostas foram agrupadas em duas categorias principais: Motivos e Benefícios de Participação no Programa. Cada categoria foi subdividida em subcategorias identificadas durante a análise. Para complementar a abordagem qualitativa, as categorias foram descritas em termos de frequência absoluta e relativa. Discrepâncias nas interpretações foram resolvidas por meio de revisão colaborativa entre os pesquisadores. Quando necessário, múltiplas categorias foram atribuídas a uma mesma resposta para captar nuances sem comprometer a complexidade dos relatos.

Resultados

Caracterização da população

Os resultados revelaram que a maioria dos participantes eram do gênero feminino (80%). Quanto à faixa etária, mais da metade das pessoas idosas tinha entre 70 e 79 anos (56%) e 40% possuíam ensino superior completo. Além disso, foi observado que 56% dos participantes residiam com seus cônjuges. Em relação à renda individual, 44% declararam receber mais de dois salários-mínimos. Quanto à atividade ocupacional, 28% ainda atuavam como profissionais liberais, enquanto a grande maioria (76%) já se encontrava aposentada.

O tempo de envolvimento dos participantes nos grupos de AF e esporte adaptado variou, com 60% dos participantes integrando os grupos entre 2 e 9 anos. Além disso, 55% dos participantes relataram frequência regular de duas vezes por semana. As atividades extrapolam as aulas regulares, com 60% participando de encontros sociais e 65% envolvidos em eventos e comemorações oferecidos pelos grupos.

Em emergências, a maioria indicou familiares como contato principal (80%), seguidos por amigos do grupo de AF (10%). Além disso, 5% mencionaram os professores do grupo de AF e esporte adaptado como contato de emergência.

Caracterização das aulas e dos professores

Os dados mostraram que a maioria dos professores que conduzem os grupos de AF e esporte adaptado são majoritariamente profissionais de Educação Física (60%), seguidos por Fisioterapeutas (40%). A maioria dos professores possuía entre 10 e 20 anos de experiência na área (80%). As aulas incluíam, principalmente, exercícios de alongamento (86%) e treinos de força (57%), realizados duas vezes por semana, com duração média de uma hora. Estratégias de interação oferecidas pelos professores incluíram debates (71,4%), eventos sociais e culturais (42,8%), e atividades voltadas ao fortalecimento de vínculos (14,3%).

Motivos e benefícios de participação

Três categorias principais se destacaram, tanto na investigação sobre a motivação para participar dos grupos de AF e esporte adaptado quanto na identificação dos benefícios percebidos, a saber: construção e fortalecimento de vínculos, melhoria da capacidade física e melhora da qualidade de vida e saúde mental. A seguir, as categorias são discutidas, ressaltando suas nuances nos dois contextos:

Construção e fortalecimento de vínculos

A busca por interação social e acolhimento foi um fator importante para ingressar nos grupos de AF. Muitos participantes relataram o desejo de reduzir a solidão e criar amizades:

“[...] as amigadas, a gente festeja muito, a gente passeia” (UATI 07, M, 76 anos).

“[...] pelo carinho, pela amizade” (SEME 07, M, 70 anos).

Além da motivação inicial, os participantes reconheceram que os grupos contribuíram para fortalecer laços de amizade e promover interações significativas. A convivência nos grupos ajudou a criar um ambiente de apoio e companheirismo:

“[...] a gente troca ideia, conversa, não fica muito sozinha, né?” (CRI VLP 04, F, 70 anos).

“[...] ter relação com o ser humano, amizade” (UATI 08, M, 73 anos).

Melhoria da capacidade física

Os participantes apontaram a busca pela prevenção de agravos relacionados ao envelhecimento e a melhora da saúde como principais razões para aderir aos grupos de AF. Os relatos destacam o medo de quedas, o desejo de manter a funcionalidade e a percepção de que a prática regular é essencial:

“[...] foi o medo de cair de novo, de se machucar, de ficar inválida numa cama, né?” (USF SF 03, F, 70 anos).

“[...] o corpo pede, sabe? A atividade, e se sente melhor quando faz atividade” (USF ST 04, F, 64 anos).

A prática de AF foi percebida como essencial para manter ou melhorar a funcionalidade física e prevenir doenças. Os participantes enfatizaram atividades como alongamento e fortalecimento muscular como fundamentais:

“[...] o alongamento foi muito importante para colocar o fluido para circular” (CRI VLP 05, F, 75 anos).

“[...] fico atento para a questão de manter uma atividade física melhor possível” (SEME 07, M, 70 anos).

Melhora da qualidade de vida e saúde mental

A procura por equilíbrio emocional e a melhora do bem-estar psicológico foi destacada como uma das razões para integrar os grupos de AF. Alguns participantes relataram que a atividade funcionava como uma válvula de escape para lidar com problemas pessoais:

“[...] faz bem para o psicológico” (USF RT 03, F, 70 anos).

“[...] aí eu voltei de novo, porque eu vi que alguma coisa não tava legal” (CRI VLP 03, F, 73 anos).

Os participantes observaram uma melhoria significativa na qualidade de vida e no bem-estar mental após ingressar nos grupos, relatando uma redução no estresse e na sensação de isolamento:

“[...] eu tenho depressão, foi ótimo” (UATI 01, F, 70 anos).

“[...] acaba servindo pra mim como uma espécie de...terapia” (SEME 07, M, 70 anos).

Estrutura e a função das relações

Em torno de 38% da rede de suporte social dos participantes são de membros do grupo de AF, sendo citado em média três membros do grupo de AF para cada um participante. Os resultados do Diagrama de Escolta foram organizados em três círculos de proximidade. No Círculo 1 (mais próximo), os participantes indicaram os familiares (58,4%) e participantes do grupo de AF (28,1%). Já no Círculo 2 (intermediário) foram indicados familiares (43,2%) e integrantes do grupo de AF (33,3%). No Círculo 3 (mais distante) evidenciou-se maior concentração de integrantes do grupo de AF (66,7%).

Sobre as características das pessoas pertencentes à rede de suporte social dos participantes, os resultados mostram que a maioria tem entre 60 e 80 anos (55,1%), com predominância feminina (87%). Em relação aos vínculos, 66,7% relatam entre 1 e 9 anos de convivência, marcados por proximidade geográfica, com 62,3% morando a menos de uma hora de distância. Em relação à frequência de contato, 50,7% mantêm interações diárias. A maioria dos vínculos são definidos como amizade (89,9%), laços familiares (2,9%) ou relações professor-aluno (7,2%).

Em relação à funcionalidade da rede de suporte social, 97,1% dos participantes relataram ser respeitados, 91,3% indicaram que são tranquilizados e estimulados, 89,9% se sentem seguros para confidenciar, 87,0% sen-

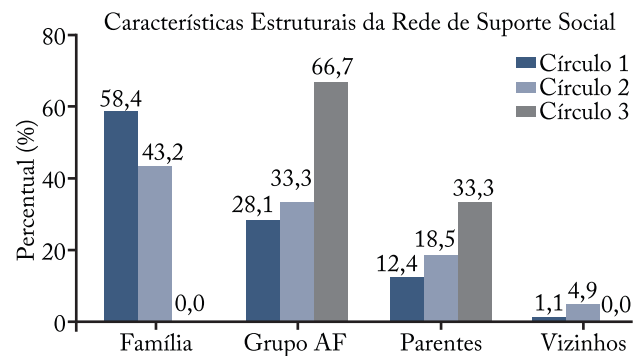


Figura 2 – Estrutura da rede de suporte social
AF = atividade física

tem que podem ser cuidado em situação de doença, e 91,3% podem conversar quando está triste, nervoso ou deprimido. A importância da reciprocidade reflete-se no bem-estar emocional das pessoas idosas, pois a rede de suporte social é um fator protetivo importante, especialmente durante o processo de envelhecimento.

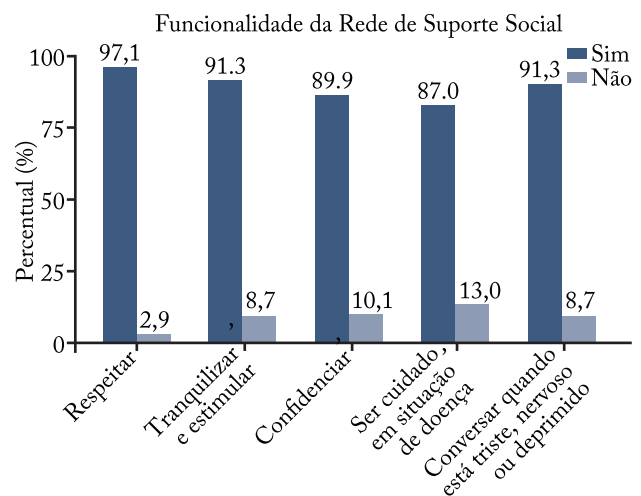


Figura 3 – Funcionalidade da rede de suporte social

Discussão

Os achados demonstram como a participação em grupos de AF se relaciona positivamente à função e estrutura da rede de suporte social das pessoas idosas, refletindo diretamente nos objetivos deste estudo de investigar os benefícios das interações sociais. Os resultados evidenciam a centralidade dos laços de amizade e a frequência das interações como elementos fundamentais para o bem-estar físico, emocional e psicológico¹⁰. Assim, a confiança expressa pelos participantes em solicitar ajuda, observada neste estudo, sugere que os grupos de AF atuam como um ambiente de suporte emocional e instrumental, protegendo contra os efeitos negativos associados à falta de apoio social.

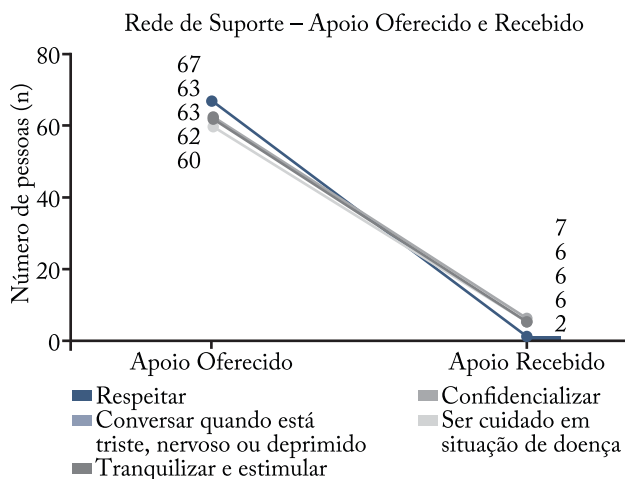


Figura 4 – Rede de Suporte – Apoio Oferecido e Apoio Recebido

Essa contribuição é relevante ao campo do envelhecimento saudável, ao corroborar que os grupos de AF e esporte adaptado atuam como importantes espaços de convivência e fortalecimento de vínculos, oferecendo um modelo intersetorial capaz de integrar saúde, assistência social e lazer¹⁵. Dessa forma, os resultados agregam novas perspectivas ao conhecimento científico, reforçando a importância de políticas públicas que fomentem o envelhecimento saudável e ativo por meio de estratégias de suporte social com grupos de convivência.

Os resultados deste estudo dialogam com a Teoria da Seletividade Socioemocional, segundo a qual as pessoas idosas tendem a priorizar vínculos mais significativos e afetivos à medida que percebem o tempo como um recurso finito^{16,17}. Os achados também mostraram que, embora familiares ainda desempenhem um papel relevante no primeiro círculo de proximidade, os amigos e os participantes dos grupos de AF emergem como elementos centrais nos círculos intermediários e mais distantes^{16,17}.

Essa redistribuição dos laços sociais reflete não apenas uma redução natural e quantitativa das redes com o envelhecimento, mas uma ressignificação qualitativa das relações, na qual a convivência proporcionada pelos grupos de AF se torna um espaço de acolhimento, motivação, suporte emocional e social, ao passo que proporcionam conforto e segurança em momentos difíceis¹⁸. Em um cenário de envelhecimento populacional, esses resultados destacam a importância de se investir em programas que fomentem vínculos sociais afetivos e de qualidade¹⁹.

A proximidade e a frequência de contato emergem como elementos essenciais para fortalecer vínculos sociais, oferecendo suporte emocional e prático que im-

pacta diretamente a saúde mental e a funcionalidade física das pessoas idosas. Esse contato regular, observado neste estudo, não apenas reduz o isolamento social, um fator crítico para o risco de depressão e declínio cognitivo²⁰, mas também proporciona um ambiente favorável à construção de interações significativas que estimulam o engajamento e a autoestima. Além disso, a convivência constante e o apoio mútuo entre os participantes dos grupos de AF podem atuar como uma rede protetiva, promovendo resiliência emocional e melhorando a capacidade de enfrentar desafios do cotidiano, como perdas familiares ou limitações funcionais²¹.

Do ponto de vista físico, a presença frequente em atividades coletivas tende a aumentar a adesão a práticas regulares de exercício físico, com impactos positivos sobre a funcionalidade, mobilidade e independência das pessoas idosas²². Esses achados ressaltam a necessidade de intervenções futuras que incentivem programas intersetoriais de convivência e AF, garantindo espaços que estimulem a regularidade das interações e consolidem redes de apoio sólidas, especialmente em contextos de vulnerabilidades²³.

As categorias identificadas por meio da análise qualitativa foram encontradas tanto na investigação da motivação quanto dos benefícios. Essa convergência sugere que as expectativas dos participantes ao ingressar nos grupos foram amplamente atendidas, o que pode explicar o alto nível de engajamento e a frequência regular de comparecimento. Esses dados quantitativos reforçam a importância de compreender os objetivos dos participantes para garantir o sucesso, a aderência e a continuidade dos programas.

Os integrantes desses grupos ocupam uma posição significativa na rede de suporte social dos participantes, com destaque na predominância de vínculos de amizade e interações diárias. Além disso, os participantes indicaram que membros do grupo são seus contatos em casos de emergência, o que reforça uma relação para além da amizade, consolidada na confiança. A ampliação de vínculos, evidenciada pelo diagrama de escolta, foi corroborada pelos relatos qualitativos, que destacam o papel das amigas e do acolhimento como fatores-chave para a redução do isolamento e da solidão. Estudos indicam que o suporte social está associado a uma melhor adaptação à velhice, impactando positivamente a saúde física e mental²⁴⁻²⁶.

Os benefícios percebidos em termos de qualidade de vida e saúde mental destacam a importância dos grupos de AF como espaços de cuidado integral. Segundo

os relatos, a prática de AF foi vista como uma forma de terapia, contribuindo para o bem-estar psicológico, especialmente relevante para os participantes que vivem sozinhos e podem ser mais suscetíveis ao isolamento social²⁷⁻²⁹. No contexto deste estudo, as interações sociais promovidas pelos grupos de AF e esporte adaptado podem ser vistas como análogas a essas atividades, funcionando como um espaço de engajamento ativo e fortalecimento de laços interpessoais.

Conforme apontado pelo presente estudo, as atividades físicas grupais são oferecidas em equipamentos de saúde, assistência social, educação e esporte, contemplando todas as regiões do município, cenário esse que se alinha ao que se preconizam as diretrizes de *Aging In Place*³⁰, que defende a importância de se envelhecer no local e usufruir das potências da comunidade, promovendo, a partir de colaborações multissetoriais e interdisciplinares.

Essa estratégia promove a convivência entre pessoas idosas, garantindo inclusão social, autonomia e a sustentabilidade da rede de apoio, fatores que contribuem para o envelhecimento saudável — especialmente para aqueles em situação de vulnerabilidade. Nesse sentido, o desenvolvimento de ambientes de apoio próximos às moradias é crucial, pois permite que os idosos mantenham suas habilidades funcionais em seus ambientes de convívio, facilitando o acesso a recursos fundamentais para sua qualidade de vida.

Os pontos fortes deste estudo se referem à combinação de métodos qualitativos e quantitativos, o que permite uma compreensão holística dos benefícios percebidos, das motivações e dos fatores contextuais que influenciam o engajamento nos grupos. A utilização do Diagrama de Escolta é um avanço metodológico, por evidenciar a estrutura e a funcionalidade da rede de suporte social dos participantes, destacando como as interações nos grupos de AF e esporte adaptado desempenham papel central no fortalecimento de vínculos afetivos e no combate ao isolamento social. Além disso, os dados baseados em auto relatos podem refletir percepções subjetivas e exigem maior aprofundamento em estudos futuros com metodologias complementares.

O presente estudo apresenta algumas limitações. O perfil sociodemográfico da amostra é relativamente homogêneo, composta majoritariamente por mulheres, com alto nível de escolaridade, e renda superior a dois salários-mínimos, limitando a generalização dos resultados, devido às características homogêneas e ao tamanho da amostra. Outra limitação significativa diz

respeito ao foco em grupos localizados em equipamentos públicos e instituições urbanas específicas. Embora válidos, esses contextos excluem experiências de pessoas idosas residentes em áreas rurais, periféricas ou regiões com infraestrutura pública deficiente, onde o acesso a programas de AF é frequentemente limitado. Por fim, auto relatos podem refletir vieses, uma vez que os participantes tendem a enfatizar aspectos positivos da experiência, influenciados por dinâmicas sociais ou pela busca de validação pessoal.

Futuras pesquisas devem ampliar a diversidade da amostra, incluindo pessoas idosas de diferentes gêneros, níveis socioeconômicos e contextos geográficos, permitindo uma compreensão mais abrangente dos impactos dos grupos de AF em realidades variadas. Novas investigações devem considerar a implementação de intervenções adaptadas, como programas itinerantes, parcerias com organizações locais ou formatos híbridos que combinam encontros presenciais e virtuais. Além disso, estudos que analisem a rede de suporte social antes e após a participação em programas de AF a longo prazo podem contribuir na área.

Como conclusão, os resultados deste estudo evidenciam que a participação em grupos de AF vai além dos benefícios físicos, contribuindo para o fortalecimento e estrutura e a função das redes de suporte social das pessoas idosas, promovendo o fortalecimento de vínculos significativos. Além disso, os achados indicam elementos de um modelo de programa de AF em grupo que atende as necessidades biopsicossociais de pessoas mais velhas, como as atividades serem presenciais, em grupo, com um professor liderando, e que, além de atividades físicas, oferece momentos de debates, passeios, eventos sociais e culturais, e atividades voltadas ao fortalecimento de vínculos, conforme relato dos participantes.

Esses elementos podem inspirar implicações práticas para o desenvolvimento de políticas de promoção da prática de AF grupal, a serem implementadas em outras localidades, serviços públicos e privados, assim como componentes a serem incorporados em estudos de intervenção com pessoas idosas da comunidade, com foco na multidimensionalidade do envelhecimento. Também, poderão auxiliar na formulação e reformulação de programas com objetivo de promoção de AF, estabelecendo intervenções multissetoriais e interdisciplinares, e fortalecendo o debate sobre a importância de espaços, projetos e programas que fomentam a criação de vínculos e consolidação de novas conexões na rede de suporte social.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflito de interesses.

Financiamento

Esta pesquisa foi apoiada pelo Projeto de Extensão parceria entre o Departamento de Gerontologia da Universidade Federal de São Carlos e o Ministério da Saúde.

Contribuição dos autores

Fernandes E: Conceitualização; Metodologia; Análise de dados; Pesquisa; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito. Belo LF: Metodologia; Pesquisa; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito. Sobrinho ACS: Metodologia; Análise de dados; Pesquisa; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito. Schwenger LL, Sá AC e Ferreira LK: Análise de dados; Pesquisa; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito. Sampaio LTDV: Pesquisa; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito. Gomes GAO: Conceitualização; Metodologia; Análise de dados; Supervisão; Administração do projeto; Design da apresentação de dados; Redação do manuscrito original; Redação - revisão e edição; Aprovação da versão final do manuscrito.

Declaração quanto ao uso de ferramentas de inteligência artificial no processo de escrita do artigo

Os autores não utilizaram ferramentas de inteligência artificial para elaboração do manuscrito.

Disponibilidade de dados de pesquisa e outros materiais

Os conteúdos subjacentes ao texto da pesquisa estão contidos no manuscrito.

Agradecimentos

Projeto de Extensão parceria entre o Departamento de Gerontologia da Universidade Federal de São Carlos e o Ministério da Saúde.

Referências



1. Organização Mundial Da Saúde. Envelhecimento Ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005. Available from: <https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf>. [2025 February]
2. Gonçalves RF, Leite MLH, Da Silveira MLM, De Assis LM. Benefícios da atividade física na terceira idade. Available from: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2022/TRABALHO_COMPLETO_EV179_MD1_ID1789_TB744_16082022011949.pdf. [2025 January]
3. Julik AD. Fatores relacionados à qualidade de vida de idosos no contexto do desenvolvimento comunitário [tese de doutorado]. Irati, Paraná: Universidade Estadual do Centro-Oeste; 2024.
4. Kahn RL, Antonucci TC. Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. In: P. B. Baltes & O. G. Brim (Eds.), *Life-span development and behavior*. New York: Academic Press, 1980. p.253-286.
5. Baltes PB, Lindenberger U, Staudinger UM. Life-span theory in developmental psychology. In: Damon W, Lerner RM, editors. *Handbook of child psychology*. Vol. 5. New York, NY: Wiley; 1998. pp. 1029-1143
6. Glidden RF, Borges CD, Pianezzer AA, Martins J. A participação de idosos em grupos de terceira idade e sua relação com satisfação com suporte social e otimismo. *Bol. - Acad. Paul. Psicol.* 2019;39(97):261-75.
7. Silva FS, Menegaldo FR, Bortoleto MAC. Ginástica para todos: um olhar sobre o desenvolvimento das relações sociais em grupos de idosos. *Rev. Bras. Ciênc. Mov.* 2022;30(1). doi: <https://doi.org/10.31501/rbcs.v30i1.12098>
8. Collado-Mateo D, Lavín-Pérez AM, Peñacoba C, Del Coso J, Leyton-Román M, Luque-Casado A, et al. Factors associated with adherence to physical exercise in patients with chronic diseases and older adults: An umbrella review. *Int J Environ Res Public Health.* 2021;18(4):2023. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph18042023>
9. Huang WY, Huang H, Wu CE. Physical activity and social support to promote a health-promoting lifestyle in older adults: An intervention study. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(21):14382. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph192114382>
10. Freitas, R.T. Promoção da saúde através da prática de atividades físicas. Mostra de Trabalhos Científicos em Enfermagem. 2012. Available from: <<https://www.coenf.ufv.br/wp-content/uploads/2018/12/ANAIS-Semana-da-Enfermagem-2012.pdf>> [2025 January]
11. Marthammuthu T, Hairi FM, Choo WY, Salleh NAM, Naqiah Hairi N. The Prevalence and Association Between Social Support and Physical Activity Among the Rural Community-Dwelling Older Women in a Southeast Asian Country. *J Aging Phys Act.* 2023;31(4):611-20. doi: <https://doi.org/10.1123/japa.2022-0201>
12. Antonucci TC, Akiyama H. H. Social networks in adult life and a preliminary examination of the convoy model. *J Gerontol.* 1987;42(5):519-27. doi: <https://doi.org/10.1093/geronj/42.5.519>
13. Paula-Couto MCP, Koller SH, Novo R, Sanchez-Soares P. Adaptação e utilização de uma medida de avaliação da rede de apoio social - diagrama da escolta - para idosos brasileiros. *Universitas Psychologica.* 2008;7(2):181-93.
14. Bardin L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011.
15. Kim I, An H, Yun S, Park HY. Effectiveness of community-based interventions for older adults living alone: a systematic review and meta-analysis. *Epidemiol Health.* 2024;46:e2024013. doi: <https://doi.org/10.4178/epih.e2024013>.
16. Carstensen LL. Socioemotional Selectivity Theory: The Role of Perceived Endings in Human Motivation. *Gerontologist.* 2021;61(8):1188-96. doi: <https://doi.org/10.1093/geront/gnab116>

17. Doll J, Bernardo LD. Aprender a usar novas tecnologias. Rev. Bras. Ciênc. Envelhec. Hum. 2022;19(Supl.2). doi: <https://doi.org/10.5335/rbceh.v19iSupl.2.14061>
18. Chiarelli TM. Relações sociais na velhice via Facebook: um exame de extensão da teoria de seletividade socioemocional [dissertação]. São Paulo: Universidade de São Paulo, Escola de Artes, Ciências e Humanidades; 2017. doi: <https://doi.org/10.11606/D.100.2017.tde-25072017-103441>
19. Zimmer C, McDonough MH, Hewson J, Toohey AM, Din C, Crocker PRE, et al. Social support among older adults in group physical activity programs. J. Appl. Sport Psychol. 2022;35(4):658–79. doi: <https://doi.org/10.1080/10413200.2022.2055223>
20. Pernambuco CS, Moreira CHR, Dantas KBA. Exercício Físico e Qualidade de Vida Para Pessoa Idosa. In: Envelhecer Com Resiliência: Cuidando do Corpo e da Mente. Ponta Grossa: Editora Atena, 2024. p. 72–86.
21. Abadia HR, Rocha CS, Curado PF, Ferreira MG, Souza GB, Lamounier JMS, et al. A importância da Prática da Atividade Física na Saúde Mental de idosos durante o isolamento social: Uma Revisão Integrativa. Rev. Contemp. Rev. Contemp. 2024;4(9):e5635. doi: <https://doi.org/10.56083/RCV4N9-024>
22. Tóth EE, Ihász F, Ruiz-Barquín R, Szabó A. Physical Activity and Psychological Resilience in Older Adults: A Systematic Review of the Literature. J Aging Phys Act. 2023;32(2):276–86. doi: <https://doi.org/10.1123/japa.2022-0427>
23. Gust A. Effect of health conditions and community program participation on physical activity and exercise motivation in older adults. J Health Psychol. 2025;30(6):1364–76. doi: <https://doi.org/10.1177/13591053241275308>
24. Helsper N, Dippon L, Kohler S, Birkholz L, Weber P, Pfeifer K, et al. O.5.3-5 Existing structures for physical activity promotion: the role of resources, political support, intersectoral collaboration, and participation in six pilot communities - a comparative case study-. Eur J Public Health. 2023;33(Suppl 1):ckad133.256. doi: <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad133.256>
25. Levasseur M, Filiatrault J, Larivière N, Trépanier J, Lévesque MH, Beaudry M, et al. Influence of Lifestyle Redesign® on Health, Social Participation, Leisure, and Mobility of Older French-Canadians. Am J Occup Ther. 2019;73(5):7305205030p1-7305205030p18. doi: <https://doi.org/10.5014/ajot.2019.031732>
26. Sowa A, Tobiasz-Adamczyk B, Topór-Mądry R, Poscia A, la Milia DI. Predictors of healthy ageing: public health policy targets. BMC Health Serv Res. 2016;16(Suppl 5):289. doi: <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1520-5>
27. Zhuori N, Cai Y, Yan Y, Cui Y, Zhao M. Does Social Support Affect the Health of the Elderly in Rural China? A Meta-Analysis Approach. Int J Environ Res Public Health. 2019;16(18):3471. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph16183471>
28. Silva MVS, Rodrigues JDA, Ribas MDS, Sousa JCS, Castro TRO, Santos BA, et al. O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por COVID-19. Enferm Bras. 2020;19(4):34. doi: <https://doi.org/10.33233/eb.v19i4.4337>
29. Costa DES, Rodrigues S. de A, Alves R de CL, Silva MRF da, Bezerra ADC, Santos DC, et al. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. Res. Soc Dev. 2021;10(2):e8210212198. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i2.12198>
30. Fonseca AMG. “Aging in Place” –Envelhecer em casa e na comunidade. PerCursos, 2023;24:e0104. doi: <https://doi.org/10.5965/19847246242023e0104>

Recebido: 17/02/2025

Revisado: 05/06/2025

Aprovado: 24/10/2025

Editor ChefeÁtila Alexandre Trapé Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto,
São Paulo, Brasil.**Editor Associado**Emerson Sebastião University of Illinois Urbana-Champaign,
Urbana, Estados Unidos.**Como citar este artigo:**

Fernandes E, Belo LF, Silva Sobrinho AC, Schwenger LL, Sá AC, Sampaio LTDV, Ferreira LK, Gomes GAO. Rede de suporte social de pessoas idosas em programas de atividade física. Rev. Bras. Ativ. Fis. Saúde. 2025;31:e0424. doi: [10.12820/rbafs.31e0424](https://doi.org/10.12820/rbafs.31e0424)

Avaliação dos pareceristas

Avaliador A

Anônimo

Formato

- O artigo atende às regras de preparação de manuscritos para submissão à Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde?

Em parte

- Em relação aos aspectos formais, o manuscrito está bem estruturado, contendo as seções: introdução, métodos, resultados e discussão (conclusão como parte da discussão)?

Não

- A linguagem é adequada, o texto é claro, preciso e objetivo?

Em parte

- Foi observado algum indício de Plágio no manuscrito?

Não

Sugestões/comentários:

- O título sugere que o estudo é qualitativo, porém, são abordadas metodologias qualitativas e quantitativas no estudo.
- Sugiro uma revisão de língua portuguesa, pois existem algumas partes com parágrafos incoerentes, sem concordâncias, problemas de plural, etc.
- A conclusão deve vir como parte da discussão e não com subtítulo “conclusão”.

Resumo/abstract

- O resumo e o abstract são adequados (contendo: objetivo, informações sobre os participantes do estudo, variáveis estudadas, principais resultados e uma conclusão) e retratam o conteúdo do manuscrito?

Em parte

Sugestões/comentários:

- Existem várias pendências no resumo, deixarei todas anotadas no arquivo de revisão que irei enviar.

Introdução

- O problema de pesquisa foi claramente explicitado e delimitado?

Em parte

- O problema de pesquisa está adequadamente contextualizado em relação ao conhecimento já disponível, partindo do geral para o específico?

Sim

- As razões que justificam (incluindo as pressuposições dos autores sobre o problema) a necessidade do estudo está bem estabelecida na redação?

Sim

- As referências utilizadas para apoiar a apresentação do problema de pesquisa são atuais e pertinentes à temática?

Sim

- O objetivo foi claramente apresentado?

Sim

Sugestões/comentários:

- No primeiro parágrafo da introdução, tem um trecho que está subjetivo: “diante da significativa redução nos últimos anos”...redução de quê? Não ficou claro.
- Ainda no primeiro parágrafo, no trecho “...sugerindo que atividades sociais ou grupais podem atenuar sentimentos de exclusão...” falta link com o texto anterior.
- Colocar a palavra lifespan em itálico.
- Na introdução, é citada a sigla AF sem mencionar seu significado. A partir da primeira menção, é aconselhado utilizar a mesma sigla em todas as vezes que for utilizar a palavra.

Métodos

- Os procedimentos metodológicos são, de modo geral, adequados ao estudo do problema de pesquisa?

Em parte

- Os procedimentos metodológicos adotados para a realização do estudo estão suficientemente detalhados?

Em parte

- O procedimento adotado para seleção ou recrutamento dos participantes foi adequado para o problema estudado e está descrito de forma suficiente, clara e objetiva?

Sim

- Foram apresentadas informações sobre os instrumentos utilizados na coleta de dados, suas qualidades psicométricas (por exemplo, reprodutibilidade, consistência interna e validade) e, quando pertinente, sobre a definição operacional das variáveis?

Sim

- O plano de análise de dados é adequado e está ade-

quadramente descrito?

Em parte

- Os critérios de inclusão e/ou exclusão de participantes da amostra foram descritos e estão adequados para o estudo?

Em parte

- Os autores forneceram esclarecimentos sobre os procedimentos éticos adotados para a realização da pesquisa?

Sim

Sugestões/comentários:

- Os autores destacaram como um trabalho quantitativo, porém, ele é um trabalho quali-quantitativo.
- Existe uma redundância de informações na descrição da população-alvo.
- Não estão claros os critérios de exclusão do estudo.
- A citação “Paula-Couto (2008)”, não foi encontrada na lista de referências.

Resultados

- O uso de tabelas e figuras é apropriado e facilita a adequada veiculação dos resultados do estudo?

Em parte

- A quantidade de ilustrações no artigo está de acordo com o que é estabelecido pelas normas para submissão de manuscritos à revista?

Sim

- O número de participantes em cada etapa do estudo, assim como o número e as razões para as perdas e recusas estão apresentadas no manuscrito?

Em parte

- As características dos participantes estão apresentadas e são suficientes?

Em parte

- Os resultados estão apresentados de forma adequada, destacando-se os principais achados e evitando-se repetições desnecessárias?

Em parte

Sugestões/comentários:

- Os percentuais descritos da figura 2 nos resultados não batem com os dados da figura.
- Os resultados descritos na figura 3 também precisam de revisão, pois alguns não estão batendo com a figura.

Discussão

- Os principais achados do estudo são apresentados?

Sim

- As limitações e os pontos fortes do estudo são apre-

sentados e discutidos?

Sim

- Os resultados são discutidos à luz das limitações do estudo e do conhecimento já disponível sobre o assunto?

Em parte

- As contribuições potenciais dos principais achados do estudo para o desenvolvimento científico, inovação ou intervenção na realidade são discutidas pelos autores?

Sim

Sugestões/comentários:

- Discussão está cumprindo tudo que se pede na revista.

Conclusão

- A conclusão do estudo foi apresentada de forma adequada e é coerente com o objetivo do estudo?

Em parte

- A conclusão do estudo é original?

Sim

Sugestões/comentários:

- No objetivo do estudo está: “... Além de preencher lacunas científicas sobre a profundidade, complexidade e os efeitos de longo prazo dessas interações sociais, os resultados podem ter implicações práticas para o desenvolvimento de políticas de intervenção eficazes, ajustadas às mudanças relacionadas ao envelhecimento.” Onde está a conclusão para este objetivo proposto?

Referências

- As referências são atualizadas e suficientes?
Sim
- A maior parte é composta de referências de artigos originais?
Sim
- As referências atendem as normas da revista [quantidade e formato]?
Sim
- A citação no texto é adequada, ou seja, as afirmações no texto citam referências que de fato substanciam tais afirmações?
Sim
- Referências atendem as solicitações da revista.

Comentários ao autor

- Ao avaliar o estudo “Rede de suporte social de pes-

soas idosas em programas de atividade física: um estudo qualitativo”, verifiquei que se trata de uma temática extremamente importante, com dados interessantes e com uma proposta realizada pelos autores de futura utilização dos dados para formação de políticas públicas. Para aprimorar o artigo, deixei algumas considerações no arquivo anexo e na plataforma, para serem revisadas e adequadas ao que se pede na RBAFS.

Parecer final (decisão)

- Revisões substanciais necessárias

Avaliador B

Bruno Holanda Ferreira 

Universidade de São Paulo, São Paulo, Brasil.

Formato

- O artigo atende às regras de preparação de manuscritos para submissão à Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde?
Sim
 - Em relação aos aspectos formais, o manuscrito está bem estruturado, contendo as seções: introdução, métodos, resultados e discussão (conclusão como parte da discussão)?
Sim
 - A linguagem é adequada, o texto é claro, preciso e objetivo?
Sim
 - Foi observado algum indício de Plágio no manuscrito?
Não
- Sugestões/comentários:**
- O texto apresenta escrita clara e objetiva

Resumo/abstract

- O resumo e o abstract são adequados (contendo: objetivo, informações sobre os participantes do estudo, variáveis estudadas, principais resultados e uma conclusão) e retratam o conteúdo do manuscrito?
Sim
- Sugestões/comentários:**
- Sugestão de incluir o que determinou o grupo de investigação - idosos (60 anos ou mais).
 - Uso de siglas: Algumas siglas como “AF” são introduzidas de forma abrupta. Reforçar o primeiro uso com o nome por extenso pode ajudar leitores menos

familiarizados.

- Conferir os descritores das palavras chaves.
- Palavras chaves diferente (Português x Inglês)

Introdução

- O problema de pesquisa foi claramente explicitado e delimitado?
Sim
 - O problema de pesquisa está adequadamente contextualizado em relação ao conhecimento já disponível, partindo do geral para o específico?
Sim
 - As razões que justificam (incluindo as pressuposições dos autores sobre o problema) a necessidade do estudo está bem estabelecida na redação?
Sim
 - As referências utilizadas para apoiar a apresentação do problema de pesquisa são atuais e pertinentes à temática?
Sim
 - O objetivo foi claramente apresentado?
Sim
- Sugestões/comentários:**
- Introdução bem escrita e clara.
 - Necessário incluir a AF por extenso na primeira aparição.

Métodos

- Os procedimentos metodológicos são, de modo geral, adequados ao estudo do problema de pesquisa?
Sim
- Os procedimentos metodológicos adotados para a realização do estudo estão suficientemente detalhados?
Sim
- O procedimento adotado para seleção ou recrutamento dos participantes foi adequado para o problema estudado e está descrito de forma suficiente, clara e objetiva?
Sim
- Foram apresentadas informações sobre os instrumentos utilizados na coleta de dados, suas qualidades psicométricas (por exemplo, reprodutibilidade, consistência interna e validade) e, quando pertinente, sobre a definição operacional das variáveis?
Sim
- O plano de análise de dados é adequado e está adequadamente descrito?
Sim

- Os critérios de inclusão e/ou exclusão de participantes da amostra foram descritos e estão adequados para o estudo?

Sim

- Os autores forneceram esclarecimentos sobre os procedimentos éticos adotados para a realização da pesquisa?

Sim

Sugestões/comentários:

- Metodologia bem descrita e com possibilidade de replicação aos leitores

Resultados

- O uso de tabelas e figuras é apropriado e facilita a adequada veiculação dos resultados do estudo?

Sim

- A quantidade de ilustrações no artigo está de acordo com o que é estabelecido pelas normas para submissão de manuscritos à revista?

Sim

- O número de participantes em cada etapa do estudo, assim como o número e as razões para as perdas e recusas estão apresentadas no manuscrito?

Sim

- As características dos participantes estão apresentadas e são suficientes?

Sim

- Os resultados estão apresentados de forma adequada, destacando-se os principais achados e evitando-se repetições desnecessárias?

Sim

Sugestões/comentários:

- Texto bem escrito e objetivo

Discussão

- Os principais achados do estudo são apresentados?

Sim

- As limitações e os pontos fortes do estudo são apresentados e discutidos?

Sim

- Os resultados são discutidos à luz das limitações do estudo e do conhecimento já disponível sobre o assunto?

Sim

- As contribuições potenciais dos principais achados do estudo para o desenvolvimento científico, inovação ou intervenção na realidade são discutidas pelos autores?

Sim

Sugestões/comentários:

- Resultados e discussão são apresentados claramente.

Conclusão

- A conclusão do estudo foi apresentada de forma adequada e é coerente com o objetivo do estudo?

Sim

- A conclusão do estudo é original?

Sim

Sugestões/comentários:

- A conclusão do estudo é clara e objetiva. Atendendo a proposta do estudo.

- Aplicabilidade prática: Poderia ser enriquecido com sugestões mais concretas para gestores públicos e profissionais de saúde, com base nos achados (por exemplo, formatos ideais de encontros, ações inter-setoriais, etc.).

Referências

- As referências são atualizadas e suficientes?

Sim

- A maior parte é composta de referências de artigos originais?

Sim

- As referências atendem as normas da revista [quantidade e formato]?

Sim

- A citação no texto é adequada, ou seja, as afirmações no texto citam referências que de fato substanciam tais afirmações?

Sim

Sugestões/comentários:

- O presente manuscrito atende as normas da revista

Comentários ao autor

Prezado(a) autor(a),

Parabênzelo pelo trabalho intitulado “Rede de suporte social de pessoas idosas em programas de atividade física: Um estudo qualitativo”. O texto está claro, bem escrito e com boa fluidez, sem apresentar problemas de estruturação ou coerência. A temática abordada é de grande relevância para a ciência, especialmente no campo da saúde coletiva e do envelhecimento, ao lançar luz sobre aspectos sociais importantes no engajamento de pessoas idosas em programas de atividade física.

Parecer final (decisão)

- Pequenas revisões necessárias

Avaliadora C

Lilian Messias Sampaio Brito 

Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil.

Formato

- O artigo atende às regras de preparação de manuscritos para submissão à Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde?
Sim
- Em relação aos aspectos formais, o manuscrito está bem estruturado, contendo as seções: introdução, métodos, resultados e discussão (conclusão como parte da discussão)?
Sim
- A linguagem é adequada, o texto é claro, preciso e objetivo?
Em parte
- Foi observado algum indício de Plágio no manuscrito?
Não se aplica
- Não se aplica
Sugestões/comentários:
- Parte do texto foi detectado uso de IA. O texto se aprovado precisa passar por correções ortográficas

Resumo/abstract

- O resumo e o abstract são adequados (contendo: objetivo, informações sobre os participantes do estudo, variáveis estudadas, principais resultados e uma conclusão) e retratam o conteúdo do manuscrito?
Em parte
- Precisa ser reescrito, um pouco confuso e truncada algumas frases, como esta por exemplo, sendo 80% mulheres, membros de grupos de atividade física, os quais responderam ao questionário com informações sociodemográficas, de funcionamento do programa de atividade física, benefícios motivos de participação, estrutura e função da rede de suporte social.

Introdução

- O problema de pesquisa foi claramente explicitado e delimitado?
Não se aplica
- O problema de pesquisa está adequadamente contextualizado em relação ao conhecimento já disponível, partindo do geral para o específico?
Sim

- As razões que justificam (incluindo as pressuposições dos autores sobre o problema) a necessidade do estudo está bem estabelecida na redação?
Sim
- As referências utilizadas para apoiar a apresentação do problema de pesquisa são atuais e pertinentes à temática?
Sim
- O objetivo foi claramente apresentado?
Sim

Sugestões/comentários:

- Melhorar ortografia como foi apontado e o objetivo do estudo: Diante disso, este estudo tem como objetivo analisar a relação entre a participação em grupos de atividade física para pessoas idosas e a estrutura e a função dos relacionamentos na rede de suporte social. Repetição e a, que pode ser substituído por vírgula

Métodos

- Os procedimentos metodológicos são, de modo geral, adequados ao estudo do problema de pesquisa?
Sim
- Os procedimentos metodológicos adotados para a realização do estudo estão suficientemente detalhados?
Sim
- O procedimento adotado para seleção ou recrutamento dos participantes foi adequado para o problema estudado e está descrito de forma suficiente, clara e objetiva?
Sim
- Foram apresentadas informações sobre os instrumentos utilizados na coleta de dados, suas qualidades psicométricas (por exemplo, reprodutibilidade, consistência interna e validade) e, quando pertinente, sobre a definição operacional das variáveis?
Sim
- O plano de análise de dados é adequado e está adequadamente descrito?
Sim
- Os critérios de inclusão e/ou exclusão de participantes da amostra foram descritos e estão adequados para o estudo?
Sim
- Os autores forneceram esclarecimentos sobre os procedimentos éticos adotados para a realização da pesquisa?
Sim

Sugestões/comentários:

- Esta seção está bem escrita e detalhada

Resultados

- O uso de tabelas e figuras é apropriado e facilita a adequada veiculação dos resultados do estudo?

Sim

- A quantidade de ilustrações no artigo está de acordo com o que é estabelecido pelas normas para submissão de manuscritos à revista?

Sim

- O número de participantes em cada etapa do estudo, assim como o número e as razões para as perdas e recusas estão apresentadas no manuscrito?

- Não se aplica

- As características dos participantes estão apresentadas e são suficientes?

Sim

- Os resultados estão apresentados de forma adequada, destacando-se os principais achados e evitando-se repetições desnecessárias?

Sim

Sugestões/comentários:

- Sem sugestões ou comentários

Discussão

- Os principais achados do estudo são apresentados?

Sim

- As limitações e os pontos fortes do estudo são apresentados e discutidos?

Sim

- Os resultados são discutidos à luz das limitações do estudo e do conhecimento já disponível sobre o assunto?

Sim

- As contribuições potenciais dos principais achados do estudo para o desenvolvimento científico, inovação ou intervenção na realidade são discutidas pelos autores?

Em parte

Sugestões/comentários:

- Apenas sugestões de políticas públicas, poderia ser mais explorado

Conclusão

- A conclusão do estudo foi apresentada de forma adequada e é coerente com o objetivo do estudo?

Sim

- A conclusão do estudo é original?

Sim

Sugestões/comentários:

- A formulação de políticas públicas voltadas à garantia de modelos de fortalecimento e expansão da rede de suporte social para além de familiares, com ressignificação das redes de apoio é essencial para quem trabalha com idosos e precisa ser mais valorizada pelo Estado.

Referências

- As referências são atualizadas e suficientes?

Sim

- A maior parte é composta de referências de artigos originais?

Sim

- As referências atendem as normas da revista [quantidade e formato]?

Sim

- A citação no texto é adequada, ou seja, as afirmações no texto citam referências que de fato substanciam tais afirmações?

Sim

Sugestões/comentários:

- Sem comentários ou sugestões

Comentários ao autor

- O presente estudo aborda uma temática relevante ao investigar a relação entre a participação em grupos de atividade física e a estrutura e função da rede de suporte social de pessoas idosas. A articulação entre saúde, envelhecimento e relações sociais é um campo importante e atual, com implicações práticas significativas para a promoção da saúde e o bem-estar dessa população. O objetivo do estudo está claramente enunciado, porém poderia ser reformulado de forma mais precisa, sugerindo-se algo como: “Analisar a relação entre a participação em grupos de atividade física e a estrutura e função dos relacionamentos na rede de suporte social de pessoas idosas”.

- Em relação à metodologia a amostra, composta por 25 participantes, é relativamente pequena e apresenta predominância do sexo feminino. Isso limita a generalização dos resultados e merece ser discutido com mais profundidade, especialmente em relação ao viés de gênero e à representatividade dos achados.

- Os resultados apresentados são interessantes, particularmente no que se refere à presença significativa de membros do grupo de atividade física em

diferentes níveis da rede de suporte social dos participantes. A identificação de vínculos de amizade e o reconhecimento do grupo como fonte de apoio emocional, inclusive em situações de emergência, apontam para o potencial transformador desses programas na vida social dos idosos. Contudo, a discussão poderia ser mais aprofundada, trazendo reflexões teóricas e articulando os dados com estudos prévios sobre envelhecimento ativo, suporte social e saúde coletiva.

- O estudo oferece contribuições práticas relevantes para gestores de políticas públicas e profissionais que atuam com grupos de atividade física

para pessoas idosas. Seria oportuno reforçar essas implicações nas considerações finais, destacando o valor social dos programas analisados. Por fim, o texto apresenta algumas imprecisões gramaticais e trechos de difícil compreensão, o que compromete a fluidez da leitura. Expressões como “benefícios motivos de participação” ou “rede dos membros do grupo” exigem revisão. Recomenda-se uma revisão linguística cuidadosa para garantir maior clareza e coesão ao manuscrito.

Parecer final (decisão)

- Pequenas revisões necessárias