

BIBLIOGRAFIA

ALBARELLO, L. et al (1997). *Práticas e Métodos de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva Publicações Lda.

ALMEIDA, J. F. e PINTO, J. M. (1995). *A Investigação nas Ciências Sociais (5ª edição)*. Lisboa: Editorial Presença.

ALVES, I. S. (1997). *Direitos Legais do Idoso em Saúde Comunitária*. *Servir*, 45 (5) Set. -Out. Lisboa.

BAGAGEM, M. P. (1992). *Pessoas Idosas Presente e Futuro*. *Servir*. Lisboa 40 (3), Maio/Junho 1992.

BARBOSA, R. M. dos S. P. (2000). *Educação Física Gerontológica*. Rio de Janeiro: Sprint.

BARREIROS, J. (1999). Envelhecimento e Lentidão Psicomotora. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 63 – 71.

BEAUVOIR, S. (1983). *La Velez*. Barcelona: Edhasa.

BELL, J. (2002). *Como Realizar um Projecto de Investigação*. 2ª ed.. Lisboa: Gradiva.

- BELTRAMI, D. M.; LOPES, M. I. (2001). *Os Novos Velhos/Aposentados do Novo Século: Educação Social da Memória Corporal*. Lazer Activo, Horizonte, vol. XVII, n.º 100, Agosto/Setembro, p. 12 - 16.
- BENTO, J. (1987). *Planeamento e Avaliação em Educação Física*. Lisboa: Livros Horizonte.
- BENTO, J. (1991). *Desporto, Saúde, Vida – Em Defesa do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.
- BERGER, L.; MAILLOUX-POIRIER, D. (1995). *Pessoas Idosas – Uma abordagem Global*. Lisboa: Lusodidacta.
- BISQUERRA, R. (1989). *Métodos de Investigación Educativa*. Barcelona: Ediciones CESC-AS.
- BOGDAN, R.; BIKLEN, S. K. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação*. Porto: Porto Editora.
- BOND, J. et al (1990) *Ageing in Society – an Introduction to Social Gerontology*, London: Sage Publications.
- BOSHIER, R. (1998). Edgar Faure after 25 years: down but not out. In Holford, J., Jarvis, P., Griffin, C. (eds.) *International perspectives on lifelong learning*, London: Kogan Page, p. 3-20.

BOUDON, R. et al (1990) *Dicionário de Sociologia*, Lisboa: Publicações Dom Quixote.

CAMACHO, A. B., (1992). *Envelhecimento*. *Servir*, 40:1, Jan.-Fev. Lisboa.

CAPLAN, G. (1981). *Princípios da Psiquiatria Preventiva*. Rio de Janeiro: Zahan.

CARDOSO, F. A.; MATOS, E. (1992). *Comunidade Idosa em Cuidados de Saúde Primários*. *Geriatrics* Ano V, Vol. V, n.º 42, Fevereiro. Lisboa.

CARMO, H.; FERREIRA, M. (1998). *Metodologia de Investigação – Guia para auto-aprendizagem*. Lisboa: Universidade Aberta.

CARVALHO, J. (1999). Aspectos Metodológicos no Trabalho com Idosos. In Actas do Seminário. *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 95 – 104.

CARVALHO, J.; MOTA, J. (2002). *A Actividade Física na Terceira Idade*. Oeiras: Câmara Municipal de Oeiras.

COMISSÃO DAS COMUNIDADES EUROPEIAS (2000) *Memorando sobre Aprendizagem ao Longo da Vida*, Bruxelas.

COMISSÃO EUROPEIA (1995) *Ensinar e aprender: rumo à sociedade cognitiva*, *Livro Branco de Educação e Formação*, Bruxelas.

- DEPS, V. L. *Actividade física e bem-estar psicológico na maturidade*. In NERI, A. L. (Org.) (1993). *Qualidade de vida e idade madura*. Campinas, S.P.: Papirus.
- DIAS, I.; AFONSO, A. (1999). A Pessoa Idosa na Cidade do Porto – Programa: “No Porto a Vida é Longa...”. In Actas do Seminário. *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 192 - 204.
- DOMINGO, J. C. (1994). *La investigación en la Acción*, Cadernos de Pedagogia, n.º 224, Abril, 1994.
- DONALDSON, L. J. (2000). *Sport and exercise: the public health challenge*. Br. Journal of Sports and Medicine. n.34, p. 409-410.
- DUARTE, A. (1999). A motivação para a prática de actividade física no idoso. In Actas do Seminário *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 84-94.
- DUMAZEDIER, J. (1996). *Ócio y Sociedad de Classes*. Barcelona: Fontanela.
- FERREIRA, V. (1986). *O Inquérito por Questionário na Construção de Dados Sociológicos*. In SILVA, A. S. e PINTO, J. M. (org.). *Metodologia das Ciências Sociais* (10ª edição de 1999). Porto: Edições Afrontamento, pp. 165-196.
- FIELD, J. (2001). Lifelong education. In *International Journal of lifelong education*, Vol.20, nº1-2, Jan-April 2001, p. 3-15.

- FORTI, V. A. M.; CHACON-MIKAHIL, M. P. T. (2005). *Qualidade de Vida e Actividade Física na terceira idade*. In GONÇALVES A., VILARTA, R. *Qualidade de Vida e Actividade Física: explorando teoria e prática*. Barueri. Manole, p. 227-256.
- FRADINHO, M. (199). *Educação Física Geriátrica- Fundamentos e Técnicas*. Braga: Editorial Franciscana.
- FRAGOSO, M. I.; VIEIRA M.F. (1999). Variabilidade Morfológica no Idoso. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 131 – 141.
- FREEDMAN, R. (1994). *Meu corpo...Meu Espelho*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos.
- GALLAHUE, D.; OZMUN, J. (2001). *Compreendendo o Domínio Motor*. São Paulo: Phorte Editora.
- GALLO JR., L. et al. (1995). *Actividade física: “remédio cientificamente comprovado?”*. *A terceira idade*. Editora SESC, ano VI, n. 10.
- GARCIA, L. M. A. (1994). *Dependência em Idosos*. Nursing. Ano 7, n.º 78/79, Julho-Agosto. Lisboa.
- GHIGLIONE, R.; MATALON, B. (1992). *O Inquérito – Teoria e Prática*. Lisboa: Celta Ed. Lda.

- GIL, A. C. (1989). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. São Paulo: Ed. Atlas S.A..
- GOBBI, S. (1997). *Actividade Física para pessoas idosas e recomendações da Organização Mundial de Saúde de 1996*. Revista Brasileira de Actividade Física e Saúde, v. 2, n. 2, p. 41-49.
- GODINHO, M. et al (1999). Aprendizagem e Envelhecimento. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 73 – 80.
- GONÇALVES, A. et al (1992). *Múltiplas alternativas na relação saúde-actividade física*. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 14, n. 1, p. 17-23.
- GONÇALVES A. et al (1997). *Saúde Colectiva e Urgência em Educação Física*. Campinas: Papirus.
- GRIFFIN, C. (1999). Lifelong learning and social democracy. In *International Journal of lifelong Education*, Vol. 18, nº5, September-October 1999, p. 329-342.
- GRIFFIN, C. (1999). Lifelong learning and welfare reform. In *International Journal of Lifelong Education*, Vol. 18, nº6, November-December, 1999, p. 431-452.
- GUEDES, D. P. (1995). *Exercício Físico na Promoção da Saúde*. Londrina: Mediograf.

HILGERT, F. K.; AQUINI, L. F. (2003). *Actividade Física e Qualidade de Vida na Terceira Idade*. Gerontomotricidade, Horizonte, vol. XIX, n.º 109, Setembro/Outubro, p. 3 - 9.

HORTA, L.; BARATA, T. (1995). *Actividade Física e Prevenção Primária das Doenças Cardiovasculares*. Ver. Ludens, 15, 3, 24-27.

ILHÉU, J. R. (1992). *Isolamento e Solidão na População Idosa do Alentejo*. Economia e Sociologia, n.º 56, Évora: 29-52.

ILHÉU, J. R. (1993). *Estratégias de Participação Social na População Idosa do Alentejo*. Economia e Sociologia, n.º 56, Évora: 27-50.

ILHÉU, J. R. (1993). *Modelos Sociais de Envelhecimento*. Documento Policopiado p. 1-27.

INE/DECP, Estimativas e Recenseamento Gerais da População, dados consultados em:

www.alea-estp.ine.pt,

www.ine.pt/prodser/destaque/2004/d040331-2/d04331-2.pdf,

www.ine.pt/prodser/indicadores/quadros.asp?CodInd=17

<http://www.ine.pt/prodserv/quadros/public.asp?ver=por&tema=C&subtema=27>

JANSEN, T. (2000). Dar sentido às transformações sociais. In Lima, L. (org.), *Educação de Adultos – Forum II*, Braga: Unidade de Educação de Adultos da Universidade do Minho, p. 43-50.

JAVEAU, C. (1990). *L'Enquete par Questionnaire. Manuel a l'Usage du Praticien.*

Bruxelles: Editions de l'Université de Bruxelles.

KART, Cary S. (1994). *The realities of Aging: An introduction to Gerontology,*

Universidade de Toledo, Allyn and Bacon.

LADISLAS, R. (1994). *O Envelhecimento.* Lisboa: Instituto Piaget.

LADISLAS, R. (1995). *O Envelhecimento – Factos e Teorias.* Lisboa: Instituto Piaget.

LAZURE, H. (1994). *Viver a Relação de Ajuda.* Lisboa: Lusodidacta.

LESSARD-HÉRBERT et al (1994). *Investigação Qualitativa: Fundamentos e Práticas.*

Lisboa: Artes Gráficas Lda.

LIMA, A. P. et al (1988). *A diversidade cultural do envelhecimento; a construção social da categoria da velhice.* Psicologia VI, 2: 149-158.

LIMA, M. P. (1995). *Inquérito Sociológico: Problemas de Metodologia* (1ª edição

1981). Lisboa: Editorial Presença.

LOVISOLO H. (2000). *A Actividade Física, Educação e Saúde.* Rio de Janeiro: Sprint.

- MAIA, F. (1983). *O fenómeno do Envelhecimento Demográfico e a Protecção Social da População Idosa*. Lisboa: Universidade Técnica – Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas.
- MARQUES, A. (1996). A Prática de Actividades Físicas nos Idosos: as Questões Pedagógicas. *Horizonte*, vol. XIII, n.º 74, p. 11-17.
- MARQUES, A. (1999). A Actividade Física na 3.ª Idade. In *Actas do Seminário. A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 11 – 19.
- MARQUES, H. (1991). *Envelhecimento. Que Modelo de Intervenção?*. *Fisioterapia* 2:2 Abr.-Jun. Lisboa.
- MARTINS, F. R.; SANTOS, J. R. (2004). *Actividade Física de Lazer, Auto-conceito Físico e Composição Corporal*. *Psicologia Desportiva*, *Horizonte*, vol. XIX, n.º 114, Julho/Agosto, p. 8 - 13.
- MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R. (1992). *Prescrição e Benefícios da Actividade Física na Terceira Idade*. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, n. 6 v. 4, p. 19 – 30.
- MATSUDO, S. M.; MATSUDO, V. K. R. (2000). *Evidências da Importância da Actividade Física nas doenças cardiovasculares e na Saúde*. *Revista Diagnóstico e Tratamento*, São Paulo, n.º 5, v. 2, p 10-7.

MATSUDO, V. (1993). *Desporto, Saúde e Medicina*. Horizonte, Dossier.

MEIRELLES, M. A. E. (2000). *Actividade física na terceira idade*. Rio de Janeiro: Sprint.

MINAYO, M. C. de S. et al (2000). *Qualidade de vida e saúde: um debate necessário*.
Revista Ciência e Saúde Colectiva, p. 7-18.

MORAGAS, R. M. (1997) *Gerontologia social: envelhecimento e qualidade de vida*.
São Paulo: Paulinas.

MORENO, A. (1999). O Idoso e as Idades. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 13 – 21.

MOTA, J. (1999). Promoção da Actividade Física nos Idosos: Uma Perspectiva Global.
In Actas do Seminário. *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 65 – 69.

NAZARETH, J. M. (1996). *Introdução à Demografia – Teoria e Prática*. Lisboa: Presença.

NAHAS, M.V. (2001). *Actividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida activo*. Londrina – PR.: Midiograf.

NERI, A. L. (Org.) (1993). *Qualidade de vida e idade madura*. Campinas: Papirus Editora.

NERI, A. L. (1993). *Qualidade de vida no adulto maduro: interpretações teóricas e evidências de pesquisa*. Campinas, S.P.: Papirus.

NERI, A. L. (2000). *Envelhecimento e qualidade de vida na mulher*. Campinas: UNICAMP.

NERI, A. L. (2001). *Velhice e qualidade de vida na mulher*. In *Desenvolvimento e envelhecimento. Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas*. Campinas: Papirus.

NERI, A. L. (2002). *Bienestar subjetivo en la vida adulta y en la vejez: rumbo a una Psicología positiva en América Latina*. *Revista Latino americana de Psicologia*, v. 43 n. 1-2, p. 55-74.

NETTO, M. P. (1997). *Gerontologia*. São Paulo: Ed. Atheneu.

NICHOLSON, B. et al (2002). One Family at a time: a prevention program for at-risk parents. *Journal of Counseling and Development*, 80(3), 362-371.

NIEMAN, D. C. (1999). *Exercício e Saúde: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento*. São Paulo: Ed. Manole,

OCDE (1996) *Lifelong learning for all* – meeting of the Education Committee at Ministerial Level.

OURIQUES, E. P. M. (1997). *Actividade física na terceira idade: uma forma de prevenir a osteoporose?* Revista Brasileira de Actividade Física e Saúde, v. 2, n. 1, p. 53-59.

OKUMA, S. S. (1998). *O Idoso e a Actividade Física - Fundamentos e Pesquisa*. Campinas: Papirus..

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W. (2000). *Desenvolvimento Humano*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.

PAZ, C. L. (1990). *Educación Física y Recreación Edad, Nexo Sport*. Uruguai: Montevideo

QUIVY, R.; CAMPENHOUDT, L. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.

RENAUD, M. I. C. R. (1990). *A Pessoa Humana*. Servir 38(4), Julho/Agosto. Lisboa.

RÉVILLE, P. (1980). *As Actividades Físicas e a Prevenção de Doenças*. Lisboa: Ministério da Educação e Ciência.

RODRIGUES A.; ESTEVES M. (1993). *A Análise de Necessidades na Formação de Professores*. Porto. Porto Editora.

ROGERS, C. R. (1985). *Tornar-se Pessoa*. Lisboa: Editores Moraes.

ROSA, M. J. V. (1993). *O Desafio Social do Envelhecimento Demográfico*. Análise Social XXVIII (122)

ROSA, T. E. da C. et al (2003). *Factores Determinantes da Capacidade Funcional Entre Idosos*. Revista de Saúde Pública, n.37 v.1, p. 40-48.

SANTOS, B. (1987). *Um Discurso sobre as Ciências*. Porto: Edições Afrontamento.

SANTOS, J. A. (2002). *Envelhecimento, Actividade Física e Nutrição*. Geromotricidade, Horizonte, vol. XVIII, n.º 104, Novembro/Dezembro, p. 21 - 25.

SARDINHA, L.; BAPTISTA, F. (1999). Programas de Actividade Física no Concelho de Oeiras. In Actas do Seminário. *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 54 – 64.

SARDINHA, L.; MARTINS, T. (1999). Uma Nova Bateria para a Avaliação da Aptidão Física Funcional da Pessoa Idosa. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 209 – 219.

SEIDL, E. M. F; ZANNON, C. M. L da C. (2005). *Qualidade de Vida e Saúde: Aspectos Conceituais e Metodológicos. Caderno de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, n. 20 v.2, Março/Abril, p. 580-588.

SHEPHARD, R. J. (2003): *Envelhecimento, Actividade Física e Saúde*, São Paulo Phorte.

SIMÕES, A. (1999). Envelhecimento e trabalho. In Actas do Simpósio 99 - *Envelhecer Melhor com a Actividade Física*. Cruz Quebrada: FMH Edições, p. 121 – 130.

SIMÕES, R. (2001). (Qual)idade de vida na (qual)idade de vida. In MOREIRA, W.W. (Org.) *Qualidade de vida: complexidade e educação*. Campinas: Papyrus.

SOBRAL, F. (19993). *Que Desporto? Que Saúde? Uma revisão de Conceitos, Métodos, Expectativas*. Horizonte vol. X, 56, 43-51.

SPIRDUSO, W.W.; CRONIN, D. L. (2001). *Exercise dose-response effects on quality of life and independent living in older adults*. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. p. S598- S608.

TEIXEIRA, R. et al (2003). *A Marcha do Idoso*. *Desportiva, Horizonte*, vol. XIX, n.º 110, Novembro/Dezembro, p. 15 - 17.

VARGAS, H. S. (1994). *Psicogeriatria geral*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

VARREGOSO, I.; BATALHA, A. (1999). Contributo das Danças Tradicionais para o Bem Estar de Pessoas Idosas. In Actas do Seminário. *A Qualidade de Vida no Idoso: O Papel da Actividade Física*. Porto: FCDEF, p. 187 – 191.

VITTA A. (2000). Actividade Física e Bem-estar na Velhice. In FREIRE, S. A.; NERI, NERI, A. L.. *E por Falar em Boa Velhice*. Campinas: Papyrus.