



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

Turismo de vivência e Lazer Terapêutico: experiência com acadêmicos da UMA/UFT no Lago de Palmas

Clara Lúcia Bortoloto¹

Neila Barbosa Osório²

Luciana Pegoraro Penteado Gândara³

Eugenia Maria Justy de Freitas⁴

Cecília Maria de Oliveira Silva⁵

O envelhecimento populacional é um fenômeno global que demanda abordagens educativas inovadoras para promover a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas idosas. O turismo de vivência e o lazer terapêutico surgem como uma estratégia educativa que visa proporcionar experiências significativas e contribuir para o desenvolvimento cognitivo, afetivo e social das pessoas idosas. Sendo assim, o objetivo desta pesquisa foi analisar a experiência de turismo de vivência e lazer terapêutico realizada com acadêmicos da Universidade da Maturidade da Universidade Federal do Tocantins (UMA/UFT), polo de Palmas, no estado do Tocantins, como estratégia educativa para promover o envelhecimento ativo e o bem-estar. A pesquisa foi realizada em 1º de outubro de 2025, em comemoração ao Dia Internacional do Idoso, a bordo de um flutuante no lago de Palmas, com acadêmicos da UMA/UFT. A atividade, realizada pela acadêmica da UMA/UFT, Clara Bortoloto, consistiu em uma dinâmica reflexiva com elementos como grãos, palha, sabugo de milho, farinha, fubá e pilão de madeira, visando proporcionar uma experiência sensorial e reflexiva, envolvendo aromas, sabores e texturas. Os resultados evidenciaram que a atividade favoreceu a evocação de memórias, o resgate de saberes tradicionais e a

¹ Licenciada em Letras: Português / Inglês – Fundação Educacional de Filosofia, Ciências e Letras – FAFIC. Especialização em Educação a Distância: Tutoria, Metodologia e Aprendizagem: Sociedade de Educação Continuada: EDUCON. Acadêmica da Universidade da Maturidade da Universidade Federal do Tocantins - Polo Palmas. clbconsultoria@gmail.com.

² Professora Doutora, Coordenadora da Universidade da Maturidade/UFT, Pós-Doutoranda Sênior Duplo Internacional Brasil/Portugal. neilaosorio@uft.edu.br.

³ Mestre em Educação pela Universidade Federal do Tocantins (UFT). Universidade da Maturidade da Universidade Federal do Tocantins, em parceria com a Secretaria de Educação do Estado do Tocantins. luciana.pegoraro@mail.uft.edu.br.

⁴ Licenciada em Pedagogia-Orientação Educacional/ULBRA. Especialista Neuropsicopedagogia e Psicanálise/FATEP. Pós-graduada em Psicopedagogia e Interdisciplinaridade/ULBRA. Especialista em Gestão Educacional e Metodologia de Ensino de Linguagem/EDUCON. Especialista em Metodologia e Técnicas de Ensino/Salgado de Oliveira. eudini@gmail.com.

⁵ Licenciada em Pedagogia pela Faculdade de Educação, Ciências e Letras "Urubupungá" Pereira Barreto – SP. Acadêmica da Universidade da Maturidade da Universidade Federal do Tocantins - Polo Palmas. cesilvaoliv@gmail.com.



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

construção de analogias entre os processos de transformação dos alimentos e os ciclos da vida. A metáfora entre o esforço do pilão e o calor do fogo e, os desafios enfrentados ao longo do envelhecimento, foi destacada como símbolo de perseverança e resiliência humana. Observou-se, ainda, o resgate do conhecimento popular relacionado ao trabalho rural, incluindo práticas tradicionais, como o uso medicinal do chá de cabelo de milho. Conclui-se que o turismo de vivência se constitui como instrumento pedagógico relevante para o desenvolvimento cognitivo, afetivo e social na educação de pessoas idosas, promovendo a valorização das experiências de vida e o envelhecimento ativo.

Palavras-chave: Educação na velhice; Turismo de vivência; Memória; Práticas educativas; Aprendizagem experiencial.