



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

RISCOS À SAÚDE DE PESSOAS ACIMA DE 60 ANOS DE IDADE DA CIDADE DE SANTO CRISTO/RS.¹

Luiz Serafim de Mello Loi².

¹ Projeto de pesquisa realizado no curso de Educação Física

² Professor Mestre do curso de Educação Física da UNIUI luiz.loi@unijui.edu.br

Resumo

O estudo teve por objetivo verificar a auto percepção de saúde e os riscos para desenvolvimento de patologias associadas ao sedentarismo e ao acúmulo de tecido adiposo. A amostra constou de 30 indivíduos de ambos os sexos, com idades entre 62 e 85 anos, residentes no município de Santo Cristo/RS. Caracterizou-se como descritivo, os dados do questionário foram analisados através da estatística descritiva. Os resultados evidenciaram que: 3,3% relataram ter saúde Muito Boa, 50,4% Boa e 46,3% Regular; 66,7% praticam atividades físicas regulares; 80% ter desenvolvido alguma doença e 66,7% necessitam de medicamentos de uso contínuo; 47% apresentaram Risco Muito Alto, 30% Risco Alto e 16,5% Risco Moderado na Relação cintura quadril. O Índice de Massa Corpórea evidenciou 32% com Peso Saudável, 30% com Sobrepeso e 32% com Obesidade Grau I. Concluiu-se que a amostra apresentou grande prevalência de fatores de risco, sendo necessários programas de intervenção que possam minimizar os efeitos deletérios das patologias já instaladas, visando uma melhor saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Saúde; Atividade Física; Sedentarismo.

Introdução

A expectativa de vida da população mundial vem crescendo gradativamente nos últimos anos, não sendo diferente no Brasil. Com o aumento da expectativa de vida também aumenta a incidência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs). Os idosos são mais suscetíveis, com isso aumentando a mortalidade e/ou reduzindo a qualidade de vida.

Segundo a WHO (2004) estudos epidemiológicos tem evidenciado forte associação entre as principais DCNTs (doenças cardiovasculares, diabetes, certos tipos de câncer), e um conjunto de fatores de risco, tais como o tabagismo, consumo excessivo de álcool, excesso de peso, hipertensão arterial, baixo consumo de frutas e hortaliças e sedentarismo.

A prática frequente e sistemática da atividade física é reconhecida como sendo um fator benéfico no processo de envelhecimento, amenizando as situações de diminuição da força muscular, da resistência aeróbia, equilíbrio e flexibilidade, além de proteger contra algumas doenças crônicas. Ferreira (2003, p. 15) relata que através da prática regular de



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

atividades físicas “a expectativa de vida é incrementada, condições debilitantes são adiadas, e ocorrem muitos ganhos a qualidade de vida”.

A obesidade pode ser definida através do Índice de Massa Corporal (IMC), que é a relação do peso com a estatura ao quadrado. Segundo a WHO (2004) indivíduos com IMC acima de 30,0 já são considerados obesos, o que pode acarretar sérios problemas em sua saúde e qualidade de vida. Para se tentar prever se o indivíduo tem uma predisposição em desenvolver coronariopatia pode ser utilizado método qualitativo da Relação Cintura-Quadril (RCQ). A RCQ é fortemente associada à gordura visceral e parece ser um índice aceitável de verificação da gordura intra-abdominal.

Em estudo realizado por Silveira et al. (2009) na cidade de Pelotas/RS, com indivíduos de 20 a 69 anos, encontraram uma prevalência de obesidade de 25,3%, sendo 30,8% em mulheres e 17,4% em homens, considerados índices baixos para faixa etária.

Bueno et al. (2008) em seu estudo encontraram na análise da RCQ dos idosos de sua pesquisa a prevalência de 40,2 com alto risco e 12,2 com risco muito alto, o que pode ser considerado baixo.

Vários estudos (Lebrão e Duarte, 2003; Brasil 2007), tem utilizado a auto percepção de saúde tendo em vista que a mesma esta sendo considerada método confiável, capaz de expressar vários aspectos da saúde física, cognitiva e emocional dos indivíduos.

A auto percepção de saúde segundo Caetano (2006) mostrou ser “um importante indicador de mortalidade: pessoas com pior percepção do estado de saúde têm maior risco de morte (por todas as causas) em comparação com as que relatam saúde excelente.” Em estudo de Ribeiro et al. (2008) aproximadamente metade dos entrevistados considerou sua saúde como muito boa ou boa, (46,8%). E seu estudo Caetano verificou que a percepção de saúde muito boa/boa (77%) foi a mais relatada entre os idosos.

Os medicamentos de uso contínuo assumem grande importância no tratamento de doenças crônico-degenerativas, como a hipertensão arterial sistêmica e o diabetes mellitus, morbidades que apresentam prevalências crescentes no Brasil em decorrência do envelhecimento populacional. Flores e Mengue (2005) realizaram um estudo com idosos da região sul do Brasil e detectaram que a prevalência de uso de medicação foi de 91%.

Este estudo descritivo teve como objetivo verificar a auto percepção de saúde e os riscos para desenvolvimento de patologias associadas ao sedentarismo e ao acúmulo de tecido adiposo.

Metodologia

Constitui-se como um estudo descritivo exploratório transversal de abordagem quantitativa, a amostra constou de 30 indivíduos de ambos os sexos, 11 homens e 19 mulheres com idades entre 62 e 85, média de 57,7 anos, DP \pm 6,46, selecionados aleatoriamente no Clube Edelweiss de Terceira Idade do município de Santo Cristo/RS, todos os entrevistados assinaram termo de consentimento livre e esclarecido, antes do início da pesquisa.



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

Os dados foram coletados pelo pesquisador e uma equipe de acadêmicos de Educação Física da Universidade Regional do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul (UNIJUI), com treinamento na utilização do instrumento. Utilizou-se a forma de entrevista para a obtenção de respostas mais corretas.

As variáveis independentes estudadas foram: Idade; Sexo; Patologias instaladas, Utilização de medicamentos; Prática de Atividade Física; Auto percepção de saúde; Índice de Massa Corpórea; Relação Cintura Quadril.

A análise dos dados deu-se através da estatística descritiva e da frequência percentual.

Resultados e Discussão

A análise dos dados da pesquisa mostra os seguintes resultados:

Com relação às patologias verificou-se que 80% dos entrevistados relatou ter alguma doença instalada, estando de acordo com pesquisas realizadas no Brasil pelo SABE, onde evidenciou que três quartos da população com mais de 60 anos de idade apresenta mais de uma enfermidade crônica.

Quanto à utilização de medicamentos verificou-se que 66,7% fazem uso de medicamentos, esse resultado ficou abaixo do que foi encontrado por Flores e Mengue (2005) em seu estudo, quando verificaram uma prevalência de 91% do uso de medicação pelas pessoas pesquisadas.

O IMC da amostra revelou níveis de Sobrepeso de 30% e Obesidade Grau I de 32%, o que é um fator de risco para o desenvolvimento de várias doenças. Os resultados encontrados são superiores aos encontrados por Silveira et al. (2009) em pesquisa na cidade de Pelotas/RS, que encontraram prevalência de 25,3% nos níveis de obesidade nos indivíduos pesquisados.

A análise da Relação Cintura/Quadril mostra um percentual elevado de indivíduos da amostra nos índices de Risco Alto, 30% e Risco Muito Alto, 47%, resultados acima dos achados de Bueno et al. (2008) em seu estudo, onde verificaram na análise da RCQ dos idosos de sua pesquisa, a prevalência de 40,2% com Risco Alto e 12,2% com Risco Muito Alto.

Na análise da auto percepção de saúde verificou-se que a maioria auto percebe sua saúde como Boa, 50,4% e Regular, 46,3%, esse resultado não está em consonância com estudo de Ribeiro et al. (2008) onde aproximadamente metade dos entrevistados considerava sua saúde como Muito Boa ou Boa, 46,8%, também com estudo de Caetano et al. (2008), pois na sua pesquisa a percepção de saúde Muito Boa/Boa, 77%, foi a mais relatada entre os idosos.

Com relação a prática de atividades físicas verificou-se que é significativo o percentual, 67,7% de indivíduos da amostra que praticam regularmente, sendo considerado um fator positivo, pois Ferreira (2003, p. 15) relata que através da prática regular de atividades físicas “a expectativa de vida é incrementada, condições debilitantes são adiadas, e ocorrem muitos ganhos na qualidade de vida”.

Conclusões





Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: 2011 JP - XVI Jornada de Pesquisa

Concluiu-se que a percepção de saúde da amostra não é a ideal, apresentou grande prevalência de fatores de risco, sendo necessário programa de intervenções que possam minimizar os efeitos deletérios das patologias já instaladas, visando uma melhor saúde e qualidade de vida. O aspecto positivo é a prática regular de atividade física.

Agradecimentos:

Aos idosos que fizeram parte da pesquisa.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Vigitel Brasil: Vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico. Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

BUENO, J. M. et al. Avaliação nutricional e prevalência de doenças crônicas não transmissíveis em idosos pertencentes a um programa assistencial. *Ciência & Saúde Coletiva*, 13(4):1237-1246, 2008

CAETANO, S. C.; IOZZI, R.; CARNEIRO, A. Percepção do Estado de Saúde do Idoso na Cidade do Rio de Janeiro – 2006. Trabalho apresentado no XVI Encontro Nacional de Estudos Populacionais, realizado em Caxambu- MG –Brasil, de 29 de setembro a 03 de outubro de 2008.

FERREIRA, V. Atividade física na 3ª idade: O segredo da longevidade. Sprint: Rio de Janeiro, 2003.

FLORES, L. M.; MENGUE, S. S. Uso de medicamentos por idosos em região do sul do Brasil. *Rev. Saúde Pública*, 2005, 39 (6), 924 – 9.

LEBRÃO, L.L.; OLIVEIRA, Y. D. Saúde, Bem-estar e Envelhecimento – O Projeto Sabe no município de São Paulo: uma abordagem inicial. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2003.

RIBEIRO, A. Q. et al. Inquérito sobre uso de medicamentos por idosos aposentados, Belo Horizonte, MG. *Rev. Saúde Pública* [online]. 2008, vol.42, n.4, pp. 724-732. Epub 09-Maio-2008

Saúde. Instituto Nacional de Câncer. Coordenação de Prevenção e Vigilância. Inquérito domiciliar sobre comportamentos de risco e morbidade referida de doenças e agravos não transmissíveis: Brasil, 15 capitais e Distrito Federal, 2002-2003. Rio de Janeiro: INCA, 2004.

SILVEIRA, E. A.; KAC, G.; BARBOSA, L. S. Prevalência e fatores associados à obesidade em idosos residentes em Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil: classificação da obesidade segundo dois pontos de corte do índice de massa corporal. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 25(7):1569-1577, jul, 2009.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Diet, nutrition and prevention of chronic diseases. Report of the joint WHO/FAO expert consultation, Geneva, 2003. (WHO).