



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

QUALIDADE DE VIDA, PERCEPÇÃO DE SAÚDE E CONHECIMENTO SOBRE EXERCÍCIO FÍSICO DE IDOSOS DO NOROESTE DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL 1¹

Luiz Serafim De Mello Loi 2².

¹ 1 Pesquisa realizada no Departamento de Ciências Morfológicas da Universidade de Cádiz, Espanha e Curso de Educação Física UNIJUI, Brasil

² 2 Professor do curso de Educação Física da UNIJUI

Introdução

Falar a respeito de Qualidade de Vida (QV) é o que mais se houve, tanto na população em geral como no contexto de pesquisa das mais diversas áreas do conhecimento. Quando se discute sobre QV, muitos são os fatores utilizados para descrever o seu conceito, a sua definição. Percebe-se que, mesmo entre profissionais que trabalham na área, é difícil chegar a um consenso, de modo que sua definição continua como objeto de discussão. Conforme Minayo, Hartz e Buss (2000, p. 8) “qualidade de vida é uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental e à própria estética existencial.” O termo, conforme os autores, “abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividades que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural”. Sabe-se que a qualidade de vida envolve abordagem multifatorial e que nesse contexto o estilo de vida é um dos fatores que muito contribui, também que a manutenção de exercícios físicos regulares está diretamente ligado com a saúde, combate ao estresse, com a habilidade de executar as atividades básicas da vida diária e a possibilidade de realizar atividades de lazer com mais conforto, prazer, segurança e menor risco de lesões, principalmente em indivíduos idosos. Em função da relevância de pesquisas sobre a qualidade de vida do idoso, e da necessidade de estruturar programas de prevenção e promoção à saúde que acolham esta população, este estudo teve como objetivo verificar a qualidade de vida, a percepção de saúde e o conhecimento sobre exercícios físicos de idosos da Região Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul.

Metodologia

O estudo caracterizou-se como descritivo transversal com abordagem quantitativa. A amostra constou de 311 idosos, 90 homens e 221 mulheres, com idade média de 69,4 anos (DP=±6,7 anos), selecionados aleatoriamente entre os participantes de clubes de terceira idade de 11 municípios da Região Noroeste do Estado do RS. Para avaliar a Qualidade de Vida, utilizou-se o questionário WHOQOL-bref, desenvolvido pela WHO (1998), com pontuação de zero a cem pontos,

SALÃO DO CONHECIMENTO

UNIJUI 2013
Ciência • Saúde • Esporte



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

considerando a QV Geral e quatro Domínios, Físico, Psicológico, Social e Meio ambiente, na análise quanto maior a pontuação melhor a qualidade de vida. A percepção de saúde foi avaliada através de uma pergunta: Sua saúde é: Excelente, Muito boa, Boa, Regular, Ruim; Para avaliar o conhecimento sobre exercício físico foi utilizado o questionário de Domingos, Araújo e Gigante, (2004), o qual soma um escore final de 25 pontos. Na análise e interpretação dos dados foram utilizados elementos da estatística descritiva com frequência e frequência relativa percentual, a ANOVA (Análise de Variância com um critério) Teste F para diferença entre médias, conforme Triola (1999). O projeto de pesquisa foi submetido ao Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde e a Comissão de Ética em Pesquisa – CONEP, da Republica Federativa do Brasil, e foi aprovado pelo Comitê de Ética de Pesquisa da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul/Brasil. (PARECER CONSUBSTANCIADO N°. 341/2009). Todos os pesquisados assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido antes do início da coleta de dados.

Resultados

Após a análise, os resultados mostraram que a QV Geral dos sujeitos pode ser considerada Boa, pois a média apresentada ficou em 72,4 pontos, (DP= \pm 14,9 pontos); quando se estratificou por sexo verificou-se que a QV Geral dos homens e mulheres apresentou a mesma média, ou seja, 72,1 pontos, o que variou foram os resultados do DP (M=13,4 pontos e F=12,8 pontos), não se observando diferença estatística significativa das médias entre os sexos ($p=0,988$), podendo-se inferir que a QV dos dois sexos encontram-se no mesmo nível de QV. Quanto aos Domínios da QV observou-se que: O Domínio Social apresentou a melhor média 74,3 pontos, o sexo masculino apresentou média de 74,3 pontos, e o sexo feminino de 74,8 pontos, seguido do Domínio Psicológico com média de 71,6 pontos, o sexo masculino com 71,5 pontos e o feminino com 71,8 pontos. O Domínio Meio ambiente apresentou Média de 68,6 pontos, o sexo masculino 69,4, o sexo feminino 66,6 pontos e por último o Domínio Físico com média de 66,6 pontos. Na estratificação o sexo masculino ficou com 66,8 e o feminino com 65,9 pontos. Somente as médias do Domínio Meio ambiente constituíram-se em diferença estatisticamente significativa ($p<0,05$), podendo-se inferir que as mulheres apresentam melhor Domínio Meio ambiente que os homens. Este estudo está em conformidade com pesquisa de Serbim e Figueiredo (2011), que visou descrever a QV de idosos de um grupo de convivência, em Porto Alegre e encontrou o Domínio Social (15,3) com a média mais alta, seguido do Ambiental (15,1) e do Psicológico (15,0). O domínio de menor média foi o Domínio Físico (14,9). Quanto à Percepção de Saúde observou-se que a proporção de sujeitos que reportou Boa Percepção de Saúde ficou em 44,3%, sendo 47,2% dos homens e 43,1% das mulheres. Somando-se a Percepção Muito boa e Excelente, teve-se o percentual de 14%, sendo que 9,4% Muito Boa e 4,6% Excelente. Não se observou associação estatisticamente significativa entre os sexos, ($p>0,05$), desta forma pode-se afirmar que ser homem ou ser mulher não influenciou para que os sujeitos da amostra percebessem melhor a sua saúde. Neste estudo a condição de saúde foi investigada segundo a própria percepção dos idosos, pois segundo Jóia, Ruiz e Donalísio (2008) a auto percepção pelo idoso de seu estado de saúde desponta como indicador relevante de seu bem-



SALÃO DO CONHECIMENTO

UNIJUÍ 2013
Ciência • Saúde • Esporte



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico

Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

estar, e é útil para avaliar suas necessidades de saúde e para predizer sua sobrevivência. Estudos nacionais reportaram resultados semelhantes, Rocha (2010) na auto avaliação da condição de saúde auto referida, e autonomia funcional entre idosos do Nordeste do Brasil, 49% referiram condição de saúde regular (nem ruim nem boa), sendo que a maioria (51%) referiu seu estado de saúde como positivo (bom ou muito bom). Carvalho et al. (2012) em pesquisa na região metropolitana de Belo Horizonte, verificou que 89,3% dos idosos referiram percepção de saúde Boa ou Muito boa. Quando se analisou o conhecimento sobre exercício físico (EF) da amostra observou-se que 75,8% dos sujeitos atingiram escore entre 10 e 20 pontos, média de 17,1 pontos sem associação significativa estatisticamente entre os sexos. Podendo-se inferir que o conhecimento sobre EF da amostra é regular e não existe diferença de conhecimento entre os sexos. Resultado semelhante a esse foi encontrado por Loi (2009) em estudo com 300 indivíduos de ambos os sexos, com idades acima de 15 anos, na cidade de Santa Rosa, RS, a média do escore encontrada foi de 16,4, o sexo masculino apresentou média de 16,0 e as mulheres 16,8 pontos, considerando regular o conhecimento dos sujeitos. Este também se assemelha ao estudo de Domingues, Araújo e Gigante (2004) com 3.182 pessoas, na cidade de Pelotas, RS, onde verificou que o escore de conhecimento da amostra apresentou média de 17,1 pontos. Entre os homens, o valor foi de 16,7 e entre as mulheres 17,5 pontos, sendo considerado regular.

Conclusão

Após a análise dos dados pode-se concluir que a qualidade de vida e a percepção de saúde dos sujeitos pesquisados são boas, e o conhecimento sobre exercício físico é regular.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Exercício físico, Saúde.

Referências

- CARVALHO, F. F. et al. Análise da percepção do estado de saúde dos idosos da região metropolitana de Belo Horizonte. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, RJ, 2012; 15(2):285-293
- DOMINGUES, M. R.; ARAUJO, C. L. P.; GIGANTE, D.P. Conhecimento e percepção sobre exercício físico em uma população adulta urbana do sul do Brasil. *Cad. Saúde Pública*. 2004.
- JOIA, L. C.; RUIZ, T.; DONALISIO, M. R. Condições associadas ao grau de satisfação com a vida entre a população de idosos. *Rev. Saúde Pública*. 2007, vol.41, n.1, pp. 131-138.
- LOI, L. S. M. Conhecimento sobre exercício físico e percepção de saúde de indivíduos de Santa Rosa/RS. Trabalho apresentado no XXXII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte, Anais do Congresso, São Paulo, 2009. 257.
- MINAYO, M. C. de S.; HARTZ, Z. M. de A.; BUSS, P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5 (1):7-18, 2000.
- ROCHA, S. V. Condição de saúde autor referida e autonomia funcional entre idosos do Nordeste do Brasil. *Rev. APS, Juiz de Fora*, v. 13, n. 2, p. 170-174, abr./jun. 2010.
- SERBIM, A. K.; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. *Scientia Medica (Porto Alegre)* 2011; volume 21, número 4, p. 166-172





SALÃO DO CONHECIMENTO UNIJUÍ 2013
Ciência • Saúde • Esporte



Modalidade do trabalho: Relatório técnico-científico
Evento: XVIII Jornada de Pesquisa

TRIOLA, M. Introdução à Estatística. 7ª ed. RJ: LTC., 1999.

The WHOQOL Group. World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. Soc Sci Med. 1998;46(12):1569-85.



Para uma VIDA de CONQUISTAS