



## PERCEPÇÃO SOBRE A QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS DA UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA IDADE

BASTOLLA, Kauani<sup>1</sup>; SILVA, Karen Taiane Santos<sup>1</sup>; BRUNELLI, Ângela Vieira<sup>2</sup>;  
FIGUEIRÓ, Michele Ferraz<sup>3</sup>; HANSEN, Dinara<sup>3</sup>; THUM, Cristina<sup>3</sup>;

**Palavras- Chave:** Saúde do Idoso. Universidade aberta. Envelhecimento.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento apesar de ser um processo natural, submete o organismo a diversas alterações fisiológicas e psicológicas que se refletem diretamente na saúde do idoso. Dentre estas alterações se destacam o declínio funcional e o aumento da ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis, como as doenças cardiovasculares, patologias além de diminuir a expectativa de vida do idoso, se caracterizam por propiciarem ao longo do processo de envelhecimento, a perda da autoestima e da independência física (ZAGO, 2010).

Com base nesta realidade, a Universidade de Cruz Alta vem desenvolvendo junto à comunidade idosa e pré-idosa do município de Cruz Alta, o projeto Universidade Aberta à Terceira Idade, o UNATI, projeto de extensão multidisciplinar, que visa a promoção de um envelhecimento digno e bem-sucedido, através da educação permanente do cidadão idoso, da valorização de sua experiência de vida e da estimulação de sua reinserção social. O projeto UNATI é composto principalmente por indivíduos do gênero feminino no período do climatério ou da menopausa, que já passaram a perceber mudanças significativas em suas condições físicas, cognitivas e emocionais. O modo de atuação do projeto é através de módulos semanais, por meio da realização de oficinas permanentes, de saúde, dança, hidroginástica, musculação, inclusão digital e arte.

<sup>1</sup> Discente do Curso de Fisioterapia, Bolsista PIBEX-UNICRUZ. E-mail: Kbastolla@unicruz.edu.br

<sup>2</sup> Orientadora da pesquisa. Professora do Centro de Ciências da Saúde e Agrárias da UNICRUZ. Pesquisadora do GIEEH Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano. E-mail: abrunelli@unicruz.edu.br  
Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano

<sup>3</sup> Professoras do Centro de Ciências da Saúde e Agrárias da UNICRUZ. Pesquisadoras do GIEEH Grupo



Assim, diante deste contexto, este estudo tem como objetivo avaliar a qualidade de vida em idosos da Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) da Universidade de Cruz Alta.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo com abordagem quantitativa, onde para sua realização foi considerada uma amostra de 25 idosas que participam frequentemente das atividades semanais do projeto UNATI. As participantes foram escolhidas por meio de amostragem aleatória simples, a partir de uma população de 45 idosas, integrantes do módulo atividade física do projeto. A coleta de dados ocorreu durante as atividades semanais do UNATI através da aplicação de instrumentos padronizados para as respectivas avaliações.

A mensuração das condições sociodemográficas e de saúde dos idosos foram obtidas por meio de um questionário semiestruturado de avaliação global. A análise da qualidade de vida (QV), foi feita através do WHOQOL-OLD que é constituído de 24 itens do tipo escala de Likert atribuídos a seis domínios: Funcionamento do Sensorio (FS), Autonomia (AUT), Atividades Passadas, Presentes e Futuras (PPF), Participação Social (PSO), Morte e Morrer (MEM) e Intimidade (INT). Cada um dos domínios possui 4 itens com pontuação de 1 a 5; portanto, para todas os domínios o escore dos valores possíveis pode oscilar de 4 a 20, desde que todos os itens de uma faceta tenham sido preenchidos. Os escores dos 24 itens combinados produzem um escore geral para a QV em idosos, que pode oscilar de 24 a 120. Quanto maior o valor do escore total, melhor a QV.

A tabulação das informações coletadas ocorreu por meio do programa de elaboração de planilhas, Microsoft Excel. Posteriormente estes dados obtidos foram exportados para o software estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 20.0 para Windows (2011), onde foi realizada uma análise estatística descritiva, com cálculo da distribuição de médias, desvio padrão e coeficiente de variação para as variáveis contínuas, assim como frequências e percentuais para as variáveis categóricas.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A amostra deste estudo foi composta por 25 idosas participantes do projeto UNATI. A média de idades apresentadas pela amostra foi de 64,64 anos, com idades mínima e máxima de 60 e 71 anos, e desvio padrão de 3,93 anos.



Do total das 25 idosas entrevistadas 11(44%), estão casadas 12 (48 %) são viúvas, sendo que 6 (24%) vivem sozinhas. Em relação à variável salário, cerca de 12 (48%) das idosas apresentaram um renda mensal de 1 a 5 salários mínimos, 6 (24%) até um salário mínimo, 6 (24%) de 6 a 10 salário mínimos. Destas idosas 13 (52%) estão aposentadas, 2 (8%) estão aposentadas mas continuam trabalhando, e 3 (12%) ainda trabalham para a obtenção de renda. Quanto ao nível de escolaridade apresentado 9 (36%) possuem ensino fundamental completo, 5 (20%) têm ensino médio completo e 3 (12%) são analfabetas.

Pôde-se ainda observar na amostra um predomínio se idosas com ausência de diagnóstico de patologias como diabetes, 18 (72%), doença articular reumática, 19 (76%), dislipidemia, 16 (64%), e hipertensão, 19 (76%) , sendo que destas 17 (68%) relataram possuir convênio com algum plano de saúde, e não terem sofrido internação durante o período de um ano.

A qualidade de vida quando analisada nas diferentes dimensões que compõe o instrumento WHOQOL-OLD, evidenciou um escore com maior média para os domínios: Participação social (77,08); Atividades passadas, presentes e futuras (71,25) e Autonomia (71,25). Já os domínios que apresentaram os menores escores foram: Funcionamento do Sensório (35) e Morte e Morrer (36,67). Ainda, a amostra se mostrou mais homogênea quando avaliada pelo domínio Atividades passadas, presentes e futuras (CV= 13,99%) e mais heterogênea pela perspectiva do domínio Morte e Morrer (CV= 65,01%).

A qualidade de vida analisada através do WHOQOL-OLD indicou que as idosas que participaram desta pesquisa possuem maiores índices de qualidade de vida para os domínios Participação social (77,08), Atividades passadas, presentes e futuras (71,25) e Autonomia (71,25). Estes resultados revelam que as idosas do referente estudo se sentem mais satisfeitas com a vida em relação: 1) as suas interações com amigos, companheiros e filhos; 2) as suas conquistas ao longo da vida e o reconhecimento familiar recebido através delas; 3) a independência que possuem em realizar tarefas diárias e tomar suas próprias decisões.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir da realização deste estudo pode-se traçar um perfil das idosas e pré-idosas que compõe o projeto UNATI da UNICRUZ. De acordo com os resultados encontrados, observou-se na amostra pesquisada bons indicadores socioeconômicos e de saúde, onde houve um predomínio de mulheres normotensas, não frágeis com uma qualidade de vida satisfatória, principalmente no que se relaciona com os aspectos de apoio e interações sociais.



Tendo em vista que para a promoção da saúde e qualidade de vida na terceira idade, é necessário o desenvolvimento de atividades que promovam a recuperação e/ou a manutenção da saúde, independência e autonomia do idoso (CAMARA et al, 2012), o UNATI se destaca como um projeto socioeducativo ímpar, que atua diretamente na promoção da qualidade de vida nos indivíduos idosos por meio do desenvolvimento de atividades físicas e de educação em saúde, que além de que melhorarem a fisiologia do organismo senil, promovem uma maior interação do idoso junto à comunidade.

Desta forma as idosas que participam do UNATI possuem uma característica de vida diferenciada, são mulheres fisicamente ativas, que frequentam regularmente atividades e oficinas de saúde, que buscam trabalhar promover a interação social, assim como também desenvolver o estado cognitivo e a memória do idoso.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CÂMARA, Lucas Caseri; BASTOS, Carina Corrêa; VOLPE, Esther Fernandes Tinoco. **Exercício resistido em idosos frágeis: uma revisão da literatura.** Fisioter. Mov., Curitiba. 2012, abr./jun.; 25 (2): 435-443.

FLECK, Marcelo P.; CHAMOVICH, Eduardo; TRENTINI, Clarissa. **Development and validation of the Portuguese version of the WHOQOL-OLD module.** Rev Saúde Publ, Rio de Janeiro. 2006; 40(5):785-791.

ZAGO, Anderson Sarans. (2010). **Exercício Físico no processo de Saúde-doença no Envelhecimento.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2010; 13(1):153-158.