ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM GRUPO DE EXTENSÃO

Marina Machado Rodrigues [1]

Ariadne Felipeto de Avila [2]

Marciele Dulor Amaral [3]

Graziela Morgana Silva Tavares [4]

Resumo:

Introdução: Os grupos de promoção e prevenção à saúde do idoso visam proporcionar uma melhor Qualidade de Vida (QV), a partir de atividades integrativas com o intuito de proporcionar uma melhor condição de saúde e relações interpessoais. A QV é um conceito subjetivo que envolve diversos aspectos, tais como, o meio em que o individuo está inserido, autoestima e bem-estar, além das relações interpessoais que é um dos aspectos que aborda o bem-estar físico e mental da população idosa. Objetivo: Analisar a QV de idosos que frequentam um grupo de promoção e prevenção de saúde. Metodologia: Participaram do estudo idosos que participam do projeto de extensão "Equilibrando-se após 60!". O projeto ocorre semanalmente na Unipampa Campus Uruguaiana, onde são realizadas as atividades em grupo, visando prevenir e promover a saúde na população específica, a partir de atividades posturais, exercícios de alongamento, fortalecimento com a utilização de utensílios terapêuticos (bolas, colchonete, faixas elásticas, etc) e proporcionar uma inclusão social e valorização do indivíduo idoso. Para tal, estes responderam ao questionário de qualidade de vida WHOQOL-Bref. O WHOQOL-Bref é constituído de 26 perguntas que são divididas em 4 domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, além disso o mesmo também fornece uma pontuação geral da qualidade de vida do entrevistado. Os dados foram tabulados e analisados no Microsoft Excel através da estatística descritiva. Resultados e Discussão: O questionário foi realizado com 10 idosos, 9 mulheres e 1 homem, e sua aplicação ocorreu através dos acadêmicos participantes do projeto. O questionário é composto por 4 domínios como citado anteriormente, cada domínio deve apresentar um escore maior que 60, para o idoso apresentar uma boa condição de qualidade de vida. O domínio físico pontuou 67,50, domínio psicológico 75,83, domínio relações pessoais 67,50, domínio ambiente foi o que apresentou o menor escore 63,35, quando comparado com os outros domínios. O domínio total do questionário respondido pelos idosos corresponde a 68,28, demonstrando boa qualidade de vida. Estes resultados corroboram com os estudos encontrados em periódicos, evidenciando a importância de grupos de terceira idade, proporcionando a eles inclusão social e atividades de lazer, consequentemente uma melhora na qualidade de vida. Conclusão: De acordo com os resultados, pode-se dizer que os idosos participantes do projeto

"Equilibrando-se após 60!" apresentaram pontuações nos domínios acima de 60, evidenciando então uma boa qualidade de vida.

Palavras-chave: Idoso; Qualidade de Vida; Atividade Física; Inclusão Social.

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM GRUPO DE EXTENSÃO

[1] Aluno de graduação. grarodrygues@gmail.com. Autor principal

[2] Aluna de graduação. ariadnefdeavila@gmail.com. Co-autor

[3] Aluna de graduação. marciele.d.amaral@gmail.com. Co-autor

[4] Docente. graziunipampa@gmail.com. Orientador

ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS FREQUENTADORES DE UM GRUPO DE EXTENSÃO

Introdução: Os grupos de promoção e prevenção à saúde do idoso visam proporcionar uma melhor Qualidade de Vida (QV), a partir de atividades integrativas com o intuito de proporcionar uma melhor condição de saúde e relações interpessoais. A QV é um conceito subjetivo que envolve diversos aspectos, tais como, o meio em que o individuo está inserido, autoestima e bem-estar, além das relações interpessoais que é um dos aspectos que aborda o bem-estar físico e mental da população idosa. Objetivo: Analisar a QV de idosos que frequentam um grupo de promoção e prevenção de saúde. Metodologia: Participaram do estudo idosos que participam do projeto de extensão "Equilibrando-se após 60!". O projeto ocorre semanalmente na Unipampa Campus Uruguaiana, onde são realizadas as atividades em grupo, visando prevenir e promover a saúde na população específica, a partir de atividades posturais, exercícios de alongamento, fortalecimento com a utilização de utensílios terapêuticos (bolas, colchonete, faixas elásticas, etc) e proporcionar uma inclusão social e valorização do indivíduo idoso. Para tal, estes responderam ao questionário de qualidade de vida WHOQOL-Bref. O WHOQOL-Bref é constituído de 26 perguntas que são divididas em 4 domínios: físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente, além disso o mesmo também fornece uma pontuação geral da qualidade de vida do entrevistado. Os dados foram tabulados e analisados no Microsoft Excel através da estatística descritiva. Resultados e Discussão: O questionário foi realizado com 10 idosos, 9 mulheres e 1 homem, e sua aplicação ocorreu através dos acadêmicos participantes do projeto. O questionário é composto por 4 domínios como citado anteriormente, cada domínio deve apresentar um escore maior que 60, para o idoso apresentar uma boa condição de qualidade de vida. O domínio físico pontuou 67,50, domínio psicológico 75,83, domínio relações pessoais 67,50, domínio ambiente foi o que apresentou o menor escore 63,35, quando comparado com os outros domínios. O domínio total do questionário respondido pelos idosos corresponde a 68,28, demonstrando boa qualidade de vida. Estes resultados corroboram com os estudos encontrados em periódicos, evidenciando a importância de grupos de terceira idade, proporcionando a eles inclusão social e atividades de lazer, consequentemente uma melhora na qualidade de vida. Conclusão: De acordo com os resultados, pode-se dizer que os idosos participantes do projeto "Equilibrando-se após 60!" apresentaram pontuações nos domínios acima de 60, evidenciando então uma boa qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

DE ALMEIDA, Edelves Alves et al. Comparação da qualidade de vida entre idosos que participam e idosos que não participam de grupos de convivência na cidade de Itabira-MG. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 13, n. 3, p. 435-443, 2010.

SILVA, Patrícia Aparecida Barbosa et al. Ponto de corte para o WHOQOL-bref como preditor de qualidade de vida de idosos. **Revista de Saúde Pública**, v. 48, n. 3, p. 390-397, 2014.

TAHAN, Jennifer; CARVALHO, Antonio Carlos Duarte de. Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde e Sociedade**, v. 19, p. 878-888, 2010.