

A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA PRECOCE PARA A GARANTIA DE ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL EM FREQUENTADORES DE UMA PRAÇA DE BELÉM DO PARÁ: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Elissa Raissa Siqueira do Nascimento¹; César Augusto de Souza Santos²; Camila Alcântara Fernandes³; Shaumin Vasconcelos Wu⁴

¹Graduando, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

²Doutorado em Ciências do Desporto, UEPA;

³Graduando, UEPA;

⁴Graduando, UEPA

elissaraissa@gmail.com

Introdução: Envelhecer de forma saudável abrange múltiplas vertentes, desde a prática de atividades físicas regulares, até a inserção social e garantia da saúde psicológica, todavia, obstáculos socioculturais, econômicos, políticos e institucionais, ainda latentes, dificultam uma boa vivência durante toda a vida, de modo que o futuro de um idoso será o reflexo do seu passado, seja ele positivo ou negativo¹. Sendo assim, ainda que a longevidade seja uma aspiração dos indivíduos, a mesma só pode ser considerada como conquista quando obtida com qualidade. Nessa perspectiva, é imprescindível a avaliação precoce da qualidade de vida como um determinante para a garantia do envelhecimento saudável, tendo em vista que esta baseia-se no olhar multidimensional e holístico do indivíduo, com abrangência em diversas áreas da saúde, com estímulo a participação social, prática de atividades físicas, assim como, desenvolver habilidades interpessoais e individuais que visem a promoção de um envelhecimento ativo² e sua funcionalidade. Nesse contexto, faz-se necessária a avaliação da qualidade de vida, pois este importante aspecto abrange uma dinâmica multidimensional, a qual compreende a percepção do indivíduo de sua posição no contexto cultural e no sistema de valores nos quais ele vive, bem como em relação aos seus objetivos, expectativas e padrões². **Objetivos:** Avaliar a qualidade de vida de frequentadores de uma Praça em Belém do Pará, como condicionante fundamental para o envelhecimento saudável. **Descrição da Experiência:** Foi realizado um estudo descritivo, intervencionista, quantitativo, sendo desenvolvido a partir da vivência prática da IV Extensão da Liga Acadêmica de Fisioterapia em Gerontologia (LAFIGE), tendo como tema central o Envelhecimento Saudável, inicialmente contou com uma capacitação realizada pelos diretores da Liga em questão, na qual foram dadas orientações aos ligantes de como aplicar os questionários no momento da prática. Em seguida, aplicou-se o questionário de qualidade de vida Medical Outcomes Study 36 – Item Short – Form Health Survey (SF-36) em 9 voluntários, com faixa etária de 25 e 83 anos, realizado na Praça Batista Campos durante o período matutino de 4 de junho. Tal questionário avalia qualidade de vida em oito domínios: capacidade funcional, aspectos gerais da saúde, aspectos físicos, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais, saúde mental e dor. O tratamento dos dados foi realizado em dois momentos: No primeiro, houve a análise dos oito domínios presentes no questionário, e no segundo foi realizada a análise específica dos domínios com pontuação abaixo de 60 pontos, que correspondem aos aspectos de dor, vitalidade e estado geral de saúde. A partir disso, foi elencada uma questão de cada domínio analisado. **Resultados:** A adesão do gênero feminino correspondeu a 66,66% (06) dos indivíduos, enquanto que a do gênero masculino foi de 33,33% (03), evidenciando uma maior participação das mulheres, o que é nitidamente observável no que diz respeito à prevenção de doenças e promoção de saúde. Corroborando com os dados encontrados na literatura, no qual se observa, em geral, a menor presença de homens nos serviços de

atenção básica em comparação as mulheres, entre os motivos mais frequentemente considerados estão os valores da própria cultura patriarcal, que envolvem tendências à exposição a riscos e associação da masculinidade³. Quanto à faixa etária, o público foi bastante heterogêneo, com média de idade de 54 (mínimo=25; máximo=83), o que demonstrou um interesse até mesmo dos participantes mais jovens em ter qualidade de vida hoje, para um bom envelhecimento no futuro. Quanto ao teste SF-36, obteve-se como média do domínio Capacidade Funcional: 80; Aspectos físicos: 67; Dor (D): 59; Estado de saúde geral (EFS): 53; Vitalidade (V): 54; Aspectos sociais: 75; Aspectos emocionais: 67; Saúde mental: 72. Nessa perspectiva, o instrumento em questão demonstrou ser de fácil administração e compreensão, como também reprodutibilidade, validade e suscetibilidade à alterações, que já foram bem demonstradas em diversos trabalhos anteriores. Quanto maior o escore, melhor a qualidade de vida do indivíduo⁴. No que se refere aos domínios específicos: no ESF e D: 55,55% dos participantes pontuavam entre 51-75 pontos; Em V: 44,44% pontuavam de 51-75, em contrapartida apenas 11,11% pontuaram de 76-100 pontos. Quanto ao Estado Geral de Saúde, as questões correspondentes eram a 1ª e a 11ª, as quais se referiam ao nível de saúde das pessoas. Na 1ª pergunta, 44,44% (04) dos participantes consideraram sua saúde excelente e apenas 11,11% (01) a considerou ruim. Na 11ª pergunta, 66,66% responderam que é na maioria das vezes eles são tão saudáveis quanto qualquer outra pessoa que eles conhecem. No domínio referente à dor, a 7ª indagação era referente à sensação dolorosa sentida nas últimas 4 semanas, sendo que 44,44% (04) relataram ter sentido de forma moderada; 44,44% de forma leve e 11,11% de forma muito leve. A 8ª questão, por sua vez, ainda abordava a dor, mas como fator limitante para o trabalho, de modo que 44,44% (04) afirmaram ter comprometido moderadamente as atividades laborais; 33,33% (03) de maneira nenhuma, 11,11% (01) apenas um pouco e 11,11% (01) bastante. Por fim, no aspecto vitalidade, um dos questionamentos era sobre quanto tempo a pessoa tem se sentido esgotada e 33,33% (03) disseram estar esgotados alguma parte do tempo; 33,33% (03) nunca, 22,22% (02) em pequena parte do tempo e 11,11% (01) em uma boa parte do tempo. Esses achados estão de acordo com a literatura, uma das hipóteses destacadas está na rotina exaustante da população em geral e pela falta de atividades de lazer ou mesmo esportivas, que visem a otimização de sua qualidade de vida⁴. **Conclusão ou Considerações Finais:** A ação de extensão promovida pela LAFIGE acerca da conscientização de frequentadores do espaço público em questão sobre a importância do envelhecimento saudável demonstrou-se imprescindível para a avaliação da qualidade de vida, tendo em vista que esta engloba aspectos gerais da vida e do bem-estar do indivíduo; portanto, experiências subjetivas contribuem de forma importante como um parâmetro de avaliação dos próprios indivíduos. Desse modo, nota-se que, em um país onde a expectativa de vida se encontra em crescimento, é necessário investigar acerca dos fatores que contribuem para uma melhor qualidade de vida da população, em distintas faixas etárias, visto que esse condicionante exerce grande contribuição no processo de envelhecimento.

Descritores: Qualidade de vida, Promoção em saúde, Funcionalidade.

Referências:

1. DAWALIBI, NathalyWehbe et al. Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SciELO. Estudos de psicologia, v. 30, n. 3, p. 393-403, 2013.

2. World Health Organization. The World Health Organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Social, Science and Medicine*, v. 46, n. 12, p. 1569-1585, 1998.
3. DINIZ, Simone Grilo. Gênero, saúde materna e o paradoxo perinatal. *Journal of Human Growth and Development*, v. 19, n. 2, p. 313-326, 2009.
4. CICONELLI, Rozana Mesquita. Tradução para o português e validação do questionário genérico de avaliação de qualidade de vida Medical Outcomes Study 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36). 1997.