



## ARTIGO DE REVISÃO

### QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO: UM LEVANTAMENTO DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA NOS ÚLTIMOS DEZ ANOS

*QUALITY OF LIFE OF ELDERLY: A SURVEY OF SCIENTIFIC LITERATURE IN THE LAST TEN YEARS*

*CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS DE EDAD: UN ESTUDIO DE PRODUCCIÓN CIENTÍFICA EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS*

Ana Cristina Coelho Rodrigues<sup>1</sup> Maristela Oliveira Lara<sup>1</sup>

#### RESUMO

A projeção mundial e também brasileira quanto ao envelhecimento populacional coloca a sociedade diante de um grande desafio: o de proporcionar garantias eficazes para essa população. Nesse sentido, nos últimos anos, a avaliação da qualidade de vida, sob a perspectiva do próprio indivíduo, surgiu como instrumento importantíssimo para a determinação dos fatores inerentes a satisfação com a vida de cada idoso. Diante disso, objetivou-se identificar e analisar o conhecimento construído nos últimos 10 (dez) anos acerca do tema qualidade de vida do idoso. Trata-se de um estudo bibliográfico retrospectivo e descritivo que teve como recorte temporal o período entre 2000 e 2009. Na busca das produções científicas em geral observou-se que o universo de estudos sobre a qualidade de vida é imenso. Entretanto, quando se analisa a qualidade de vida do idoso, os estudos diminuía consideravelmente. Como resultado deste trabalho, os relacionamentos familiares foram os mais mencionados como sinônimo de qualidade de vida. Subsequentemente apareceram os grupos de convivências entre os idosos, a autonomia e a independência, o estado de saúde, a estabilidade financeira, atividades físicas e religiosidade. **Descritores:** Idoso; Qualidade de vida; Envelhecimento; Saúde.

#### ABSTRACT

The projection of world and also about the Brazilian population aging society puts on a great challenge: to provide effective safeguards for this population. Accordingly, in recent years, the assessment of quality of life, from the perspective of the individual, has emerged as a very important tool for determining the factors related to satisfaction with life of each senior. The research objective was to identify and analyze the knowledge constructed in the last 10 (ten) years on the subject quality of life of elderly. This is a bibliographic retrospective descriptive study which comprehended the period between 2000 and 2009. In search of scientific production in general it was observed that the universe of studies on quality of life is immense. However, when analyzing the quality of life of the elderly, studies have diminished considerably. As a result of this work, family relationships were most often mentioned as synonymous of quality of life. Subsequently were mentioned groups of cohabitation among older people, autonomy and independence, health, financial stability, physical activity and religiosity. **Descriptors:** Elderly; Quality of life; Aging; Health.

#### RESUMEN

La proyección del mundo y también sobre el envejecimiento de la población brasileña pone un gran desafío a la sociedad: establecer garantías eficaces para esa población. En consecuencia, en los últimos años, la evaluación de la calidad de vida, desde la perspectiva del individuo, se ha convertido en herramienta muy importante para determinar los factores relacionados con la satisfacción con la vida de cada edad. El objetivo de la investigación fue identificar y analizar los conocimientos construidos en los últimos 10 (diez) años en el tema de la calidad de vida de los ancianos. Se trata de un estudio bibliográfico retrospectivo y descriptivo que consideró el período entre 2000 y 2009. En busca de la producción científica en general, se observó que el universo de los estudios sobre calidad de vida es inmenso. Sin embargo, al analizar la calidad de vida de los ancianos, los estudios disminuían considerablemente. Como resultado de este trabajo, las relaciones familiares son más a menudo mencionadas como sinónimo de calidad de vida. Posteriormente aparecen los grupos de convivencia entre las personas mayores, la autonomía y la independencia, la salud, estabilidad financiera, la actividad física y la religiosidad. **Descritores:** Anciano; Calidad de vida; Envejecimiento; Salud.

<sup>1</sup>Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é, hoje, um proeminente fenômeno mundial. Isto expressa um crescimento superior da população idosa com relação aos demais grupos etários<sup>(1)</sup>.

Em 1900, menos de 1% da população do mundo tinha mais de 65 anos de idade, enquanto hoje, esse grupo já atinge 6,2%, acreditando-se que no ano de 2050 os idosos representarão um quinto da população mundial. Na América Latina, entre os anos de 1980 e 2000, isto é, em apenas 20 anos, houve um acréscimo de 120% na população como um todo, enquanto que a população idosa teve um aumento de 236%<sup>(2)</sup>.

No Brasil, essa condição não é diferente. Precocemente ingressamos na rota do envelhecimento populacional, sendo cada vez maior o número de “caminhantes grisalhos”<sup>(3)</sup>. No ano 2000, a população brasileira de idosos apresentou crescimento oito vezes maior quando comparada às taxas de crescimento da população jovem<sup>(4)</sup>. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), até 2025 o Brasil será o sexto país do mundo em número de idosos<sup>(5)</sup>.

Esta projeção coloca a sociedade diante de um grande desafio: o de proporcionar garantias eficazes para essa população, que possam ser manifestadas através de bem-estar e de uma vida saudável. Dessa forma, há uma necessidade de se buscar conhecer os determinantes para melhores condições de vida dos idosos, bem como as diferentes faces que envolvem o processo de envelhecimento<sup>(2)</sup>.

Perante esse fato inquestionável confirma-se a importância de garantir aos idosos não somente uma vida longa, mas também felicidade e satisfação pessoal.

Entretanto, ainda é grande o desconhecimento sobre a saúde do idoso e as

peculiaridades e desafios do envelhecimento populacional para a saúde pública. E, esse aumento do número de anos de vida, no entanto, deve ser acompanhado pela melhoria ou manutenção da saúde e da qualidade de vida<sup>(5)</sup>.

Para se ter um envelhecimento com qualidade, é necessário que se tenha uma vida ativa, participativa, produtiva e afetiva, com sua família e na sociedade<sup>(6)</sup>. Contudo, conceituar “qualidade de vida” não é uma tarefa fácil. Cada um de nós tem a impressão de que já sabe o que esta expressão quer dizer, ou quando não, sente o que ela traduz. Isto se deve, provavelmente, ao fato de tratar-se de um conceito que sofreu, ao longo dos anos, várias transformações em seu sentido<sup>(7)</sup>.

Logo, a qualidade de vida é um conceito que está submetido a múltiplos pontos de vista, variando de indivíduo para indivíduo. O termo abrange muitos significados, que refletem conhecimentos, experiências e valores de indivíduos e coletividade que a ele se reportam em variadas épocas, espaços e histórias diferentes, sendo, portanto, uma construção social com a marca da relatividade cultural<sup>(8)</sup>.

Diante dessa diversidade e subjetividade, a fim de se orientar as políticas para um envelhecimento bem sucedido, é indispensável conhecer o que, para os idosos, está relacionado ao bem-estar, à satisfação pessoal, e à prosperidade na senectude<sup>(9)</sup>.

Aliado a tudo isso, para que o envelhecimento seja uma experiência positiva, a OMS adotou o termo “envelhecimento ativo”, definido como processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas<sup>(5)</sup>.

De acordo com o Estatuto do Idoso, em seu Art. 9.º “É obrigação do Estado, garantir à

pessoa idosa a proteção à vida e à saúde, mediante efetivação de políticas sociais públicas que permitam um envelhecimento saudável e em condições de dignidade”<sup>(10)</sup>.

Contudo, as medidas que vêm sendo desenvolvidas pelos governantes não estão atendendo à demanda da população idosa, muito menos proporcionando qualidade, muitas vezes em decorrência do desconhecimento e do despreparo dos profissionais, que ignoram as mudanças que ocorrem no processo de envelhecimento<sup>(6)</sup>.

É necessário estar atento para o fato de que tão importante quanto a preocupação com as consequências e o impacto devido às transformações demográficas está a investigação acerca da percepção individual do idoso sobre seu bem-estar, com a finalidade de analisar a qualidade dos anos a mais de vida dessa população e indicar condutas e políticas que beneficiem um envelhecimento satisfatório.

Nesse sentido, nos últimos anos, a avaliação da qualidade de vida, sob a perspectiva do próprio indivíduo, surgiu como instrumento importantíssimo para a determinação dos fatores inerentes a satisfação com a vida de cada idoso e também para a construção de políticas de saúde específicas.

A visão de que é possível envelhecer com saúde tem motivado a realização de estudos em diversas especialidades para a identificação dos meios pelos quais se pode chegar a uma velhice com qualidade. Entre os periódicos mais encontrados nesse aspecto estão presentes os de Enfermagem, Psicologia, Medicina, Saúde Pública e Coletiva, Epidemiologia, dentre outros.

O conhecimento da realidade dessa população pode gerar informações relevantes para a identificação dos determinantes que

exigem maior atenção na assistência aos idosos. Portanto, a caracterização da qualidade de vida e bem-estar dos idosos, do ponto de vista dos próprios, é um dado essencial para dinamizar medidas adequadas a essa população que permitam o alcançar de um envelhecimento bem sucedido.

Assim, destaca-se a relevância científica e social de se investigar as condições que interferem no bem-estar da senescência e os fatores associados à qualidade de vida de idosos, no intuito de criar alternativas de intervenção e propor ações e políticas na área da saúde, buscando atender às demandas da população que envelhece<sup>(11)</sup>.

Diante do exposto, este estudo procurou resposta para o seguinte questionamento: qual o conhecimento levantado nas pesquisas atuais sobre qualidade de vida do idoso? Para encontrarmos a resposta à questão, definiu-se o seguinte objetivo: identificar e analisar o conhecimento construído nos últimos 10 anos acerca do tema qualidade de vida do idoso.

Dessa forma, pretendemos apresentar um painel de como as avaliações de qualidade de vida do idoso aparecem na literatura contemporânea. E, assim, contribuir para a discussão de tais questões, revisando criticamente aspectos centrais da literatura, de forma a colaborar com o conhecimento e dar consistência a um tema considerado de suma importância.

## MÉTODOS

Inicialmente foi realizada uma revisão de literatura, buscando os fundamentos conceituais e os embasamentos teórico-práticos do tema através de um estudo bibliográfico retrospectivo e descritivo que teve como recorte temporal o período entre 2000 e 2009. A coleta dos dados integrou periódicos indexados nas bases de dados

Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), National Library of Medicine (MEDLINE) e na coleção Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), utilizando os unitermos: “idoso”, “qualidade de vida”, “envelhecimento” e “saúde”.

Os critérios de inclusão foram: artigos publicados em periódicos nacionais que constaram nas bases de dados definidas para este estudo, artigos acessados na íntegra, no período entre 2000 e primeiro semestre de 2009, no idioma português e que obedeciam à presença de pelo menos um dos descritores mencionados acima. Os critérios de exclusão foram: resumos de artigos e artigos não disponíveis no Brasil.

Na busca das produções científicas em geral observou-se que o universo de estudos sobre a qualidade de vida é imenso, denotando uma preocupação crescente com a satisfação pessoal. Entretanto, quando essa busca era refinada para qualidade de vida do idoso os estudos diminuía consideravelmente indicando talvez uma possível dificuldade de se analisar os fatores contribuintes para a qualidade de vida na senescência. Porém, ainda assim, percebe-se que essa preocupação com o bem-estar na terceira idade vem

aumentando exponencialmente nos últimos anos, principalmente com o avanço rápido do envelhecimento populacional.

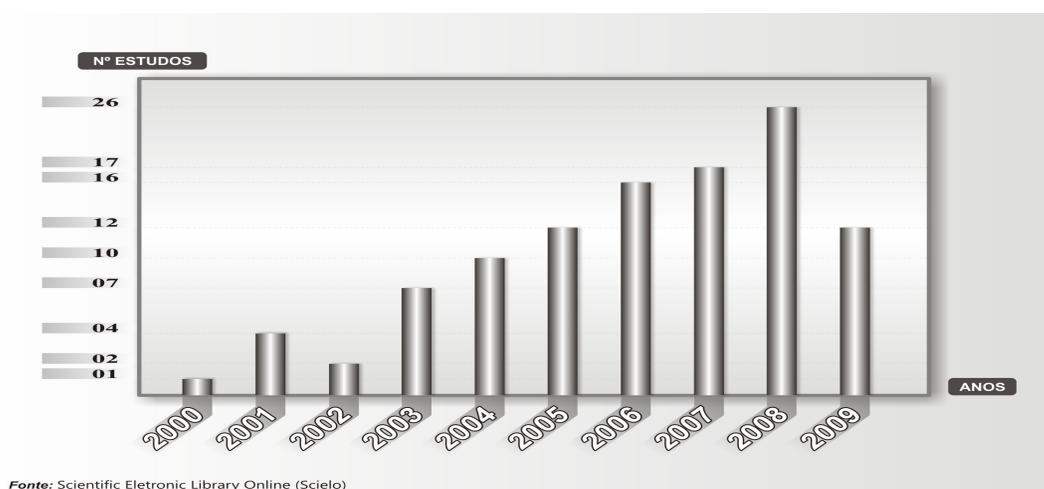
Durante o levantamento bibliográfico através da base de dados LILACS, de 2000 a 2009, foram encontradas 6.037 referências utilizando como descritor o termo “qualidade de vida”, porém, quando utilizamos como descritores os termos “qualidade de vida” e “idoso”, as referências diminuía para 827, ou seja, 13,7% do total.

Através da base de dados SCIELO, dentro do mesmo recorte temporal e utilizando os unitermos “qualidade de vida” e “qualidade de vida do idoso” observaram-se 501 e 108 estudos, respectivamente, ou seja, a qualidade de vida do idoso só foi representada em 21,5% do total dos 501 estudos.

Dentre as 108 referências acima descritas, encontradas no Scielo, 90 eram brasileiras, sendo o ano de 2008 o que apresentou maior número de publicações, contendo 26 estudos (24,1% do total).

Pôde-se perceber também, conforme a figura um, o aumento, ao longo dos anos, do número de estudos em relação à qualidade de vida do idoso, sendo analisadas as publicações de 2000 até o primeiro semestre de 2009.

Figura 1 - Distribuição de estudos sobre qualidade de vida do idoso por ano no Brasil.



Após essa análise preliminar, foram selecionados para este levantamento bibliográfico apenas os artigos que apresentavam qualidade de vida do idoso como foco principal e não apenas como uma mera citação, resultando então em 46 estudos, os quais representam a amostra deste trabalho, sendo 40 artigos, cinco dissertações de Mestrado e uma Tese de Doutorado.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A fim de se obter um panorama detalhado da produção científica nacional sobre o tema, os artigos foram catalogados segundo alguns núcleos temáticos: longevidade e crescimento do interesse em relação à qualidade de vida do idoso; qualidade de vida e a multiplicidade de conceitos; resultados predominantes como qualidade de vida na percepção do próprio idoso e instrumentos mais utilizados para avaliar a qualidade de vida.

### Longevidade e crescimento do interesse em relação à qualidade de vida do idoso

O conceito de qualidade de vida tem suscitado cada vez mais pesquisas e a sua utilização nas práticas desenvolvidas nos serviços de saúde por equipes multiprofissionais teve um enorme aumento. Além disso, percebe-se um grande interesse quanto a esse tema no âmbito da saúde coletiva e das políticas públicas para o setor<sup>(12)</sup>.

E, diante dessa mudança demográfica, com o envelhecimento populacional, também surgem diversos estudos relacionados à qualidade de vida direcionada aos idosos, de modo a contribuir para a melhoria de vida dessa população. Esse tema, que está em evidência na atualidade, requer uma

ampliação das práticas no sentido de ressaltar os componentes socioeconômicos, culturais, biológicos e psicológicos inerentes ao bem-estar da crescente população idosa.

Nesse aspecto, tendo em vista o aumento da longevidade, várias pesquisas vêm sendo realizadas a respeito da qualidade de vida na velhice, bem-estar e envelhecimento satisfatório<sup>(13-14)</sup>.

Nas últimas décadas, a temática envelhecimento e suas implicações tem alcançado destaque nas diversas áreas de conhecimento, nos Serviços de Saúde e nos Órgãos Públicos, preocupados em encontrar estratégias que atendam as demandas da população idosa<sup>(15)</sup>.

Faz-se necessário o conhecimento da realidade dessa população, que possibilite uma avaliação concisa de indicadores clínicos relevantes para a identificação dos idosos que demandam maior atenção do sistema de saúde<sup>(16)</sup>.

Por isso, a percepção de idosos, em relação às suas próprias vidas deve ser valorizada. Ninguém melhor do que eles para avaliar o que é adequado e mais significativo em suas vidas definindo seus modelos de qualidade.

Logo, compreender a influência dos significativos fatores que influenciam o bem-estar do idoso é fundamental para a manutenção de idosos saudáveis, felizes e participativos<sup>(17)</sup>.

Para que o envelhecimento seja uma experiência positiva, o alcance de uma vida mais longa precisa ser acompanhado de oportunidades de saúde, participação social e segurança<sup>(15)</sup>.

Portanto, faz-se necessário, no campo da Saúde Coletiva, que uma nova visão esteja voltada para essa temática, visto que existe a urgência de ações, não apenas curativas, mas principalmente preventivas, a fim de que o

envelhecimento ocorra de forma positiva, associado a uma boa qualidade de vida.

Durante a busca bibliográfica nas bases de dados observou-se que a maioria dos estudos enfoca pontualmente a importância de fornecer aos idosos uma melhor qualidade de vida, porém nem todos explicitam como isso é possível. Dentro da amostra deste trabalho, contendo 46 estudos, 29 deles (63,1%) analisaram a qualidade de vida do idoso segundo sua própria percepção, utilizando, para isto, questionários estruturados que abrangiam dimensões sociais, culturais, biológicas e psicológicas sobre o bem-estar na velhice.

Em sete estudos, ou seja, 15,2%, a qualidade de vida na terceira idade foi analisada em um grupo específico de idosos com determinada enfermidade, como, por exemplo, o artigo que analisou a qualidade de vida de adultos e idosos em hemodiálise. Estes, tratam da avaliação do impacto físico e psicossocial que as enfermidades, disfunções ou incapacidades podem acarretar para as pessoas acometidas, permitindo um melhor conhecimento do paciente e de sua adaptação à condição<sup>(18)</sup>. O restante dos artigos (21,7%) analisou a qualidade de vida do idoso segundo reflexões, revisões e análises de outros estudos.

### **Qualidade de vida: multiplicidade de conceitos**

Vários estudos no Brasil discutem o conceito de Qualidade de Vida (QV), visto que é um termo que abrange diversos significados refletindo conhecimentos, experiências e valores próprios de cada pessoa. Na velhice não é diferente, pois a qualidade de vida também é um evento determinado por

múltiplos fatores, os quais nem sempre são fáceis de ser cientificamente avaliados.

Na terceira idade a qualidade de vida pode ser compreendida como a manutenção da saúde em todos os aspectos da vida humana: físico, social, psíquico e espiritual. Para ele, a multidimensionalidade da pessoa nem sempre apresenta o equilíbrio ideal e precisa ser percebido de acordo com as possibilidades reais de cada sujeito<sup>(19)</sup>.

Um dos fatores ligados à complexidade do estudo da qualidade de vida do idoso é que existem idosos de todos os tipos e a maneira como lidam com a velhice depende em parte do nível socioeconômico, de sua educação, da religião, da identidade étnica ou nacionalidade, de suas ocupações passadas ou presentes, entre outras coisas<sup>(20)</sup>. Ou seja, cada caso tem suas peculiaridades, e é preciso, então, fazer uma avaliação concisa de cada idoso para constatar o que é melhor para ele e para sua qualidade de vida.

Por meio da análise bibliográfica, dos 46 artigos da amostra, 65,2% (30 estudos) fazem referência à variedade e diversidade de conceitos relacionados à qualidade de vida. Uma grande parte desses estudos apresenta a definição de qualidade de vida como uma tarefa complicada, de difícil conceituação e sujeita a múltiplas influências<sup>(7,15,21-23)</sup>.

Segundo a OMS, qualidade de vida é “a percepção que o indivíduo tem de sua posição na vida dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores de onde vive, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. É um conceito muito amplo que incorpora de uma maneira complexa a saúde física de uma pessoa, seu estado psicológico, seu nível de dependência, suas relações sociais, suas crenças e sua relação com características proeminentes no ambiente”<sup>(5)</sup>.

Entretanto, observa-se que nas produções científicas não há um consenso sobre sua definição. Esse conceito varia de acordo com a visão de cada um, sendo considerado como unidimensional para uns e como multidimensional para outros<sup>(23)</sup>.

O conceito de Qualidade de Vida está relacionado à autoestima e ao bem-estar pessoal e engloba muitos aspectos, como a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, o autocuidado, o suporte familiar, o ambiente em que se vive, dentre outros<sup>(24)</sup>.

Uma das pesquisas sobre a compreensão do que vem a ser qualidade de vida para os idosos encontrou diversos fatores que influenciam a vida no sentido de uma boa qualidade. São eles: relacionamentos interpessoais, boa saúde física e mental, bens materiais (casa, carro, salário, acesso a serviços de saúde), lazer, trabalho, espiritualidade, honestidade e solidariedade, educação (ao longo da vida) e ambiente favorável<sup>(9)</sup>.

Apesar de a literatura relacionada não apresentar um conceito uniforme sobre qualidade de vida, muitos autores concordam em considerar a sua conceituação como subjetiva, bipolar e polissêmica<sup>(8,12,14,19,22,24-25)</sup>.

Subjetiva, por depender da opinião de cada indivíduo; bipolar, por possuir dimensões positivas e negativas, como autonomia e dependência, respectivamente; e polissêmica, por apresentar diferentes definições que comprometem a uniformidade de seu conceito.

Outra forma que os autores utilizam para analisar a qualidade de vida é desvendar os motivos de sua queda. E há uma grande harmonia entre os artigos em considerar como fatores de pior qualidade de vida o afastamento do meio familiar e social,

variáveis relacionadas a doença, pouca renda com a aposentadoria, perda de papéis sociais, isolamento, depressão, entre outros<sup>(21-22,24)</sup>.

Em suma, estas considerações servem para pontuar que a ideia geral de qualidade de vida está presente, porém necessita ser mais bem explicitada e definida em consenso. Outro ponto relevante percebido nesta análise é que avaliar a qualidade de vida do idoso é considerado complexo, o que demanda maiores cuidados, dissociação de fatores e estudo de variadas dimensões, as quais podem estar comprometidas.

### **Fatores predominantes como qualidade de vida na percepção do próprio idoso**

Analisando os resultados e discussões dos estudos que compõem a amostra deste trabalho percebeu-se que a maioria são concordantes com o fato de que grande parte dos idosos sente-se satisfeita com sua vida e são também consonantes em relação aos fatores inerentes à qualidade de vida do idoso de acordo com sua própria percepção.

Dentre os 46 estudos, 36 utilizaram a pesquisa com os idosos a fim de se conhecer o que, na opinião dos próprios idosos, era considerado como fator de qualidade de vida.

De acordo com uma das pesquisas realizadas quanto à qualidade de vida em geral, 46% dos participantes responderam que a qualidade de vida está boa; 32% opinaram que não está nem ruim, nem boa; 20%, muito boa; e 2% ruim<sup>(20)</sup>.

Logo, percebe-se que, apesar das dificuldades que encontram e dos preconceitos em relação ao envelhecimento, os idosos em sua grande maioria consideram como boa ou muito boa sua qualidade de vida.

Em relação aos fatores que mais predominaram na opinião dos idosos como

indicadores de qualidade de vida, destacam-se bons relacionamentos familiares e interpessoais, uma boa condição de saúde, a religiosidade, a prática do lazer, a capacidade para realizar suas atividades diárias, estabilidade financeira, dentre outras.

O fator que mais se destacou foi o relacionamento familiar e interpessoal, presente em 25 (69,4%) dos 36 artigos que pesquisaram a opinião dos idosos. Isto ocorre porque o suporte familiar contribui de maneira significativa para o bem-estar e para a manutenção da qualidade de vida do idoso.

Um dos artigos analisados mostrou que 49% dos entrevistados consideraram importantes para a qualidade de vida as relações interpessoais<sup>(9)</sup>. Outra pesquisa também deixa isto claro quando refere que os idosos com doenças crônicas não transmissíveis desenvolvem dependências para o atendimento de suas necessidades e, por sua vez, possivelmente acabam precisando, em maior grau, da presença e apoio de familiares e/ou amigos para o cuidado. Logo, o envolvimento da família é imprescindível para o suporte informal ao idoso<sup>(18)</sup>.

Entretanto, o comprometimento da dinâmica familiar apresenta-se comum entre os idosos. Quanto à funcionalidade familiar, 73,5% dos idosos relataram comprometimento da dinâmica familiar<sup>(24)</sup>.

Nesse âmbito, entram em ação os grupos de convivência entre os idosos, indispensáveis e determinantes para uma melhor qualidade de vida, pois, mesmo com as relações sociais dos idosos geralmente acontecendo no meio familiar, quando os mesmos participam de grupos de convivência, essas relações se estendem a outros semelhantes dentro de um grupo, aumentando assim o contato social.

Vários autores concluem que o convívio social é um dos aspectos fundamentais na

qualidade de vida, visto que proporciona a integração do idoso em grupos onde se sente amado, respeitado, útil e, principalmente, envolvido em atividades físicas, ocupacionais e de recreação. Esse fator apareceu em 20 (55,5%) dos 36 artigos.

Outro ponto bastante citado como influente na qualidade de vida do idoso foi o da autonomia e independência para realizar suas atividades, ou seja, boa capacidade funcional. Dos 36 artigos que analisaram a opinião dos idosos, dezoito (50%) relataram essa independência como importante.

Nas falas dos idosos, havia uma forte associação entre velhice e falta de autonomia e conseqüentemente falta de saúde, ou seja, consideravam como velhos e incapazes as pessoas impedidas de desempenhar suas atividades físicas e mentais.

As atividades físicas dos idosos podem levar à satisfação, pois, dessa forma, o idoso pode ter controle da sua vida, proporcionando-lhe autoestima e sentimento de independência.

Não há nada pior para o idoso do que sentir-se inútil ou do que ser motivo de desgaste e preocupação para a família. É imprescindível para ele manter a capacidade de realizar suas próprias atividades.

O quarto fator mais citado dentre os artigos analisados como determinante para uma boa qualidade de vida foi o estado de saúde. Nesse aspecto, 17 (47,2%) dos 36 artigos apresentaram como resposta dos idosos a referência de uma pior qualidade de vida quando não se tem um bom estado de saúde.

Isso ocorre porque o aspecto saúde em diversos estudos é considerado como um bom indicador para a QV negativa, uma vez que os idosos que consideraram ter pouca saúde referem-se à sua QV como negativa, enquanto

aqueles cuja saúde foi percebida como boa não a vincularam como um fator de peso na sua conceituação.

A estabilidade financeira é também citada entre os idosos como relevante indicador de boa qualidade de vida. Este fator aparece em 15 (41,6%) dos 36 estudos que ouviram a opinião dos idosos.

Isto decorre do fato de que uma das características marcantes da população idosa no Brasil é o seu baixo poder aquisitivo. Aposentadorias e pensões constituem sua principal fonte de rendimentos. E, como consequência do baixo valor dos benefícios, grande parte dos idosos referem como motivo de preocupação a renda familiar, pois muitas vezes ela não é suficiente para atender às suas necessidades básicas, e assim, conseqüentemente, demanda uma menor qualidade de vida.

Durante a análise dos estudos reforçou-se também em uma das pesquisas a importância da estabilidade financeira como contribuinte da QV, demonstrando que 28,5% (104 idosos) dos entrevistados referiram o acúmulo de bens materiais como relevante. Seu autor conclui que, ao longo da vida, a pessoa precisa conquistar e reunir bens que possam contribuir para a sua segurança e conforto na senectude. E, para tanto, os idosos acham necessário ter um bom salário, sabendo poupá-lo, bem como dispor de casa própria e condições que poderão lhes conferir autonomia quanto a: alimentação, vestuário, transporte, obtenção de eletrodomésticos, assistência médica e medicamentos necessários<sup>(9)</sup>.

As condições financeiras dos idosos interferem nas suas preocupações e desejos. Quando aposenta, o idoso pode ter seu poder de compra diminuído e o empobrecimento pode ser agravado, sobretudo para os

assalariados, podendo representar fonte de tensões e desconforto<sup>(6)</sup>.

Em sexto lugar, aparecem as atividades físicas, citadas por vários autores. Dos 36 estudos, 12 (33,3%) relataram a importância dos exercícios físicos como contribuintes para uma boa qualidade de vida.

Em grupos de idosas que não praticam exercício físico, 75% estão pouco satisfeitas com seu atual estado de saúde e qualidade de vida; e nos outros grupos a maioria das mulheres relatou um grau de satisfação que variou de satisfeito a muito satisfeito<sup>(34)</sup>. Esse resultado se deve ao fato de que os exercícios físicos programados e bem orientados melhoram a autoestima, o metabolismo do organismo, o equilíbrio e minimiza as alterações fisiológicas decorrentes do processo de envelhecimento, capacitando o indivíduo a realizar atividades de vida diária, maximizando sua qualidade de vida.

Aparecendo em sétimo lugar, mas não menos importante, a religiosidade surge como fundamental para a satisfação durante o envelhecimento. Dos 36 estudos, nove (25%) referem a religiosidade como influente no bem-estar físico e principalmente psicológico dos idosos.

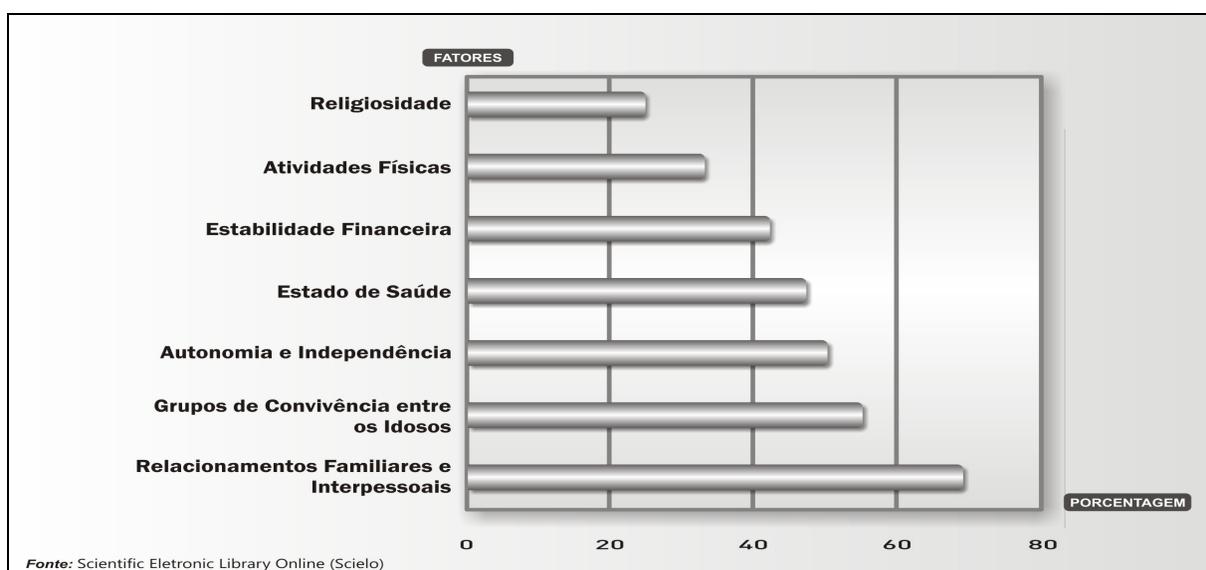
A vivência da espiritualidade foi associada a qualidade de vida em 8,22% (30 idosos). Para eles a adesão a um conjunto de dogmas e doutrinas relativas à religião, como ter e praticar a fé é significativo de satisfação na senescência<sup>(9)</sup>.

Na preferência do lazer praticado pelos idosos, foi verificado que 16,15% da amostra consideram a prática de atividades religiosas seu lazer preferido em primeiro lugar. Alguns idosos explicaram que a prática de religiosidade é o maior prazer que eles encontram e que dá um sentido único a suas vidas<sup>(20)</sup>.

Outros fatores citados pelos idosos em menor quantidade como inerentes à qualidade de vida foram: trabalho, lazer, conhecimento e aprendizagem, boa alimentação e ambiente favorável.

A figura dois resume os fatores que mais foram citados pelos idosos como inerentes à qualidade de vida.

Figura 2 - Fatores predominantes como qualidade de vida na opinião dos idosos em estudos feitos entre 2000 e 2009.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desafio que hoje se coloca à sociedade e aos indivíduos é obter uma sobrevivência cada vez maior, com uma qualidade de vida melhor, para que os anos vividos em idade avançada sejam completos de significado e dignidade.

O conceito acerca da qualidade de vida dos idosos constitui um campo de investigação que só terá significado se for estudado na sua conjuntura histórica, social e cultural, de acordo com cada um que a vive e sente.

Dentro deste trabalho, os relacionamentos familiares foram os mais mencionados refletindo então o quanto imprescindível é a família na senectude. Subsequentemente, apareceram os grupos de convivências entre os idosos, importantíssimos para a manutenção de uma velhice saudável e com qualidade.

A autonomia e a independência, o estado de saúde, a estabilidade financeira, as atividades físicas e a religiosidade também foram citados por diversos idosos como fatores inerentes a uma boa qualidade de vida. Também foi possível determinar que são utilizados vários instrumentos para avaliar a condição de vida na velhice, os quais refletem uma diversidade de fatores a serem mensurados e analisados.

Portanto, percebe-se que a melhor forma de se investigar a qualidade de vida do idoso é através da percepção do próprio em relação à sua vida, levando em conta suas especificidades e subjetividade.

## REFERÊNCIAS

- 1- Camarano AA. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica.2002. Disponível em [http://www.ipea.gov.br/pub/td/2002/td\\_0858.pdf](http://www.ipea.gov.br/pub/td/2002/td_0858.pdf)

- 2- Papaléo-Netto M, Ponte JR. Envelhecimento: desafio na transição do século. In: Papaléo-Netto M, Ponte JR, editores. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo (SP): Atheneu; 2002. p. 3-12.
- 3- Figueiredo MLF, Tyrrel MAR, Carvalho CMRG, Luz MHBA, Amorim FCM, Loiola NLA. As diferenças de gênero na velhice. Rev. Bras. Enferm. 2007;60(4):422-427.
- 4- Inouye K, Pedrazzani ES, Pavarini SCI. Octogenários e cuidadores: perfil sócio-demográfico e correlação da variável qualidade de vida. Texto contexto-enferm. 2008; 17(2):350-357.
- 5- Organização Mundial de Saúde (OMS). Envelhecimento: uma política de saúde. Brasília (DF): Organização Pan-Americana da Saúde; 2005. 60 p.
- 6- Silva CA, Fossatti AF, Portella MR. Percepção do homem idoso em relação às transformações decorrentes do processo do envelhecimento humano. Estud. interdiscip. envelhec. 2007; 12(12):111-126.
- 7- Moreira MMS. Trabalho, qualidade de vida e envelhecimento [dissertação de mestrado]. Rio de Janeiro(RJ): Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz; 2000. 92p.
- 8- Minayo MCS, Hartz ZMA, Buss PM. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. Ciênc. saúde coletiva 2000;5(1):7-18.
- 9- Vecchia RD, Ruiz T, Bocchi SCM, Corrente, JE. Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. Rev. bras. epidemiol. 2005;8(3):246-253.
- 10- Lei n. 10.741 de 1 de outubro de 2003. *Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências*. Diário Oficial da União [periódico na internet]. 1 out 2003. Disponível em <http://www010.dataprev.gov.br/sislex/paginas/42/2003/10741.htm>
- 11- Fleck MPA, Chachamovich E, Trentini CM. Projeto WHOQOL-OLD: método e resultados de grupos focais no Brasil. Rev. Saúde Pública 2003;37(6):793-799.
- 12- Seidl EMF, Zannon CMLC. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. Cad. Saúde Pública 2004;20(2):580-588.
- 13- Luz MMC, Amatuuzzi MM. Vivências de felicidade de pessoas idosas. Estud. psicol. (Campinas) 2008;25(2):303-307.
- 14- Neri AL. Envelhecimento e qualidade de vida na mulher. 2001. Disponível em <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/artigos/maio2007/2congresso.pdf>
- 15- Souza LM. Trabalho voluntário, saúde e qualidade de vida em idosos [dissertação de mestrado]. Porto Alegre (RS): Escola de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2007. 123p.
- 16- Ruiz T, Monteiro A, Corrente JE, Colombini Netto M. Avaliação do grau de satisfação dos idosos com a qualidade de vida em um pequeno município do estado de São Paulo. Botucatu (SP): Universidade Estadual Paulista; 2002. 16 p.
- 17- Silveira SC, Mancussi e Faro AC. Contribuição da reabilitação na saúde e na qualidade de vida do idoso no Brasil: reflexões para a assistência multidisciplinar. Estud. Interdiscip. Envelhec. 2008;13(1):55-62.
- 18- Kusumota L, Marques S, Haas VJ, Rodrigues RA. Adultos e idosos em hemodiálise: avaliação da qualidade de vida relacionada à saúde. Acta paul. enferm. 2008; 21(n.spe):152-9.
- 19- Martins JJ, Schneider DG, Coelho FL, Nascimento ERP, Albuquerque GL, Erdmann AL, et al. Avaliação da qualidade de vida de idosos que recebem cuidados domiciliares. Acta paul. enferm. 2009;22(3):265-271.

20- Moraes NAS. Velhice: qualidade de vida intrínseca e extrínseca. Bol. Psicol. 2007; 57(127):215-238.

21- Quintella LCM. Qualidade de Vida e Estado Nutricional de idosos: um estudo descritivo sobre frequentadores do Centro de Práticas Esportivas da Universidade de São Paulo [dissertação de mestrado]. São Paulo (SP): Universidade de São Paulo; 2006. 82p.

22- Paschoal SMP. Qualidade de vida do idoso: construção de um instrumento de avaliação através do método do impacto clínico [tese de doutorado]. São Paulo (SP): Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo; 2004. 245p.

23- Galisteu KJ, Facundim SD, Ribeiro RCHM, Soler ZASG. Qualidade de Vida de idosos de um grupo de convivência com a mensuração da escala de Flanagan. Arq. ciênc. saúde 2006;13(4):203-207.

24- Torres GV, Reis LA, Reis LA, Fernandes MH. Qualidade de vida e fatores associados em idosos dependentes em uma cidade do interior do Nordeste. J. bras. psiquiatr. 2009;58(1):38-44.

25- Santos SR, Santos IBC, Fernandes MGM, Henriques MERM. Qualidade de vida do idoso na comunidade: aplicação da Escala de Flanagan. Rev. Latino-Am. Enfermagem 2002; 10(6):757-764.

**Recebido em: 28/03/2011**

**Versão final reapresentada em: 20/06/2011**

**Aprovado em: 23/06/2011**

**Endereço de correspondência:**

Ana Cristina Coelho Rodrigues

Rua Paraíba, nº 25, Santo Antônio.

Cep: 39270-000 Pirapora/ MG - Brasil.

E-mail: criscvo@gmail.com