

AUTOPERCEPÇÃO DE SAÚDE EM IDOSO EM UM MUNICÍPIO DO RECÔNCAVO DA BAHIA

Manoela de Moraes Gois Nascimento*

Emilly Ellen da Costa Souza*

Lucas Sacramento de Araújo**

Fabrcício Sousa Simões***

O envelhecimento tem como encadeamento processos que podem afetar a sua capacidade funcional, que, com a perda de reservas orgânicas ocorre uma redução de algumas funções e vulnerabilidade a doenças, o que pode representar um grave problema para a sociedade se os anos de vida adicionais não forem vividos em condições de saúde adequadas, o que é fundamental para que os idosos se mantenham independentes e autônomos. E na ausência de políticas públicas adequadas, a tendência é que se tenha um número crescente de indivíduos idosos que, mesmo vivendo mais, apresentem uma saúde precária e sejam funcionalmente incapacitados. É crescente o número de investigações que abordam as associações entre a saúde dos idosos e as doenças crônicas e a capacidade funcional. Uma forma de conduzir esse tipo de estudo é o levantamento de informações sobre a percepção dos idosos em relação ao seu próprio estado de saúde. Embora a mensuração do estado de saúde seja bastante difícil, já que engloba diversos aspectos da vida do indivíduo, a auto percepção tem se mostrado um método confiável, e, recentemente, mais utilizado do que a observação direta para a análise desse aspecto. Esta pesquisa que faz parte de um estudo denominado de Níveis de atividade física, saúde e qualidade de vida de idosos no recôncavo da Bahia, teve como objetivo identificar a auto percepção de saúde e aspectos relacionados a saúde de idosos fisicamente ativos em um município do recôncavo da Bahia através da aplicação de um questionário. Amostra composta por 38 idosos (idade ≥ 60 anos) sendo: 38 mulheres e um homem (64,97 \pm 11,95 anos). Quanto aos resultados relacionados a percepção de saúde, 63% consideraram ter boa saúde, 16% muito boa, 11% excelente, 8% muito ruim e 3% ruim. Ainda identificadas as particularidades que mais os afetam, como hipertensão (30%), diabetes mellitus (16%) e dores nos membros inferiores (15%). Essas condições causam a imobilidade no desempenho da atividade de vida diária (AVD's) comprometendo a independência desse indivíduo e persuadindo a incapacidade ou fragilidade podendo provocar alterações motoras e psicológicas. Quanto ao aspecto dor enquanto fator limitante, 35% responderam não sentirem absolutamente nada, 18% muito fracas, 26% moderadas, 5% moderadas, 11% fortes e 5% muito fortes. E se essas dores impossibilitavam de realizar as atividades de vida diárias, mais da metade (53%) responderam nunca. Entende-se que com as práticas corporais há uma diminuição dessas modificações levando-os a uma melhor qualidade de vida e reduzindo doenças crônicas e degenerativas, os exercícios físicos auxiliam pacientes geriátricos a restabelecer condições físicas e mentais.

Palavras-chave: Idoso. Qualidade de vida. Doenças. Práticas corporais. Dor.

* Discentes do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Maria Milza – FAMAM. Integrante do Projeto PROINC-FAPESB – Níveis de Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida de Idosos no Recôncavo da Bahia. NEEFS – Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – FAMAM.

** Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Maria Milza – FAMAM. Integrante do Projeto PROINC-FAPESB – Níveis de Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida de Idosos no Recôncavo da Bahia. NEEFS – Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – FAMAM.

*** Docente do curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdade Maria Milza – FAMAM. Coordenador do Projeto PROINC-FAPESB – Níveis de Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida de Idosos no Recôncavo da Bahia. NEEFS – Núcleo de Estudos em Educação Física e Saúde – FAMAM.