



PÔSTER DIGITAL

Cuidado individual, familiar e comunitário

Avaliação do grau de satisfação de idosos praticantes de exercício físico

Samantha Thifani Alruz Barcelos¹; Jesus Ruiz Santanilla²; Marcos Krahe Edelweiss²

¹ Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). samthatifani@gmail.com

² Secretaria Municipal de Saúde de Florianópolis, Santa Catarina. jrs010875@yahoo.com.br ; marcosedelweiss@gmail.com

No processo de envelhecimento a atividade física regular proporciona múltiplos efeitos benéficos, aumentando a aptidão física e o bem-estar funcional. O Programa Viver Ativo, iniciativa da Prefeitura Municipal de Florianópolis, é desenvolvido pela Secretaria Municipal de Assistência Social. Esta proposta tem como objetivo a promoção de saúde, contribuindo na melhoria e manutenção da capacidade funcional, oportunizando um lugar de socialização entre idosos com 60 anos ou mais. O presente estudo tem como objetivo avaliar a satisfação dos participantes do Programa Viver Ativo referente ao cuidado em saúde prestado pela equipe multiprofissional do conselho comunitário do Rio Tavares, região sul da ilha de Santa Catarina. Trata-se de um estudo transversal, em que se utilizou como instrumento para a coleta de informações um questionário semi-estruturado (entre eles a Escala de Satisfação de Vida) aplicado nos 15 idosos participantes do programa, em Janeiro de 2012. A análise dos dados foi feita em programa estatístico específico (Stata 11.2, College Station, TX). A comparação do tempo de grupo com a melhora física foi avaliada através do teste exato de Fisher, adotando-se nível de significância com $p < 0,05$. Quase a totalidade dos participantes do estudo eram mulheres, não haviam completado o ensino médio e tinham idade média ao redor de 68 anos. Hipertensão arterial sistêmica foi observada em 73,3% dos idosos, diabetes em 20,0% e dislipidemia em 26,7%. Em relação ao grau de satisfação, constatou-se que 60%, 53,3%, 53,4% dos idosos estão “muito” satisfeitos para os domínios capacidade física, saúde mental e envolvimento social, respectivamente. Quanto ao aspecto saúde física, 53,3% relataram estar “mais ou menos” satisfeitos. Mais da metade dos participantes relataram melhora nos níveis de estresse, ansiedade, energia para atividades do dia-a-dia, melhor qualidade do sono e sensação de estar mais saudável. Os idosos que tinham maior tempo de grupo eram mais satisfeitos em relação a saúde física ($p < 0,001$), saúde mental ($p = 0,026$) e capacidade física ($p = 0,026$). Os resultados desse estudo apontam para os benefícios físicos, psicológicos e sociais advindos da prática de atividades físicas em idosos do programa Viver Ativo. Considera-se, portanto, a necessidade de implementação de programas e estratégias que estimulem a adoção de um estilo de vida ativo, tendo os profissionais de saúde como facilitadores para a conquista de um envelhecimento saudável e, uma boa qualidade de vida.

Palavras-chave: Atividade Física. Physical Activity. Grau de Satisfação. Level of Satisfaction. Idoso. Elderly.