



## Resumo de Tese<sup>1</sup>

Tânia Rosane Bertoldo Benedetti

# ATIVIDADE FÍSICA: UMA PERSPECTIVA DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DO IDOSO NO MUNICÍPIO DE FLORIANÓPOLIS

## PHYSICAL ACTIVITY: A PERSPECTIVE OF HEALTH PROMOTION AMONG THE ELDERLY IN FLORIANÓPOLIS COUNTY

A pesquisa teve como objetivos verificar a relação entre o nível de atividade física e as condições de vida e saúde dos idosos residentes em Florianópolis, SC e propor diretrizes para programas e ações públicas de atividades físicas voltadas à população idosa. A amostra, do tipo probabilística com seleção aleatória estratificada por setor censitário, distrito e sexo, totalizou 875 idosos, com média de idade de 71,6 anos ( $dp=7,9$ ). Os dados foram colhidos por IPAQ (Questionário Internacional de Atividades Físicas) e analisados, associados aos da pesquisa de Perfil dos Idosos de Florianópolis, SC, obtidos por BOAS (Brazilian Old Age Schedule). Incluem dados complementares aqueles obtidos em programas de idosos de municípios europeus e aqueles relativos aos serviços existentes em Florianópolis. A análise pela Associação de Correspondência Múltipla considerou as variáveis de condição de vida e saúde e variável atividade física (AF) semanal em dois níveis: idosos menos ativos (menos de 150 minutos); idosos mais ativos (150 minutos ou mais). Resultados: 59,3% eram os idosos mais ativos, sendo os homens mais ativos no domínio do lazer, enquanto as mulheres, nas tarefas domésticas. A maioria residia com o cônjuge e em 18,3% deles ainda trabalhavam. A situação econômica atual, segundo a maioria, era melhor do que quando tinham 50 anos de idade e 36,9% diziam o que ganhavam dava na conta certa para suas necessidades básicas. Os mais ativos relataram estar mais satisfeitos com a vida. Quanto à percepção de sua saúde, consideravam boa ou ótima, embora 71,1% relatassem problemas de saúde, 73,0% usavam medicamentos, 77,5%, óculos e 71,1%, próteses. Entre Atividades da Vida Diária e Saúde Mental (indicadores de demência e depressão), a associação foi evidente entre os mais ativos sendo mais independentes e tendo menos indicadores negativos de saúde mental. A utilização dos recursos sociais disponíveis recaiu principalmente nas atividades de lazer em 18,5%, seguida de participação em grupo de convivência em 12,1%, sendo mais utilizados pelos idosos mais ativos. As necessidades e problemas que mais os afetavam, segundo suas percepções eram: econômicos, de saúde e de segurança. Em cinco programas de AF para idosos observados em municípios europeus, o comprometimento do governo local era presente no desenvolvimento desses programas na atenção às necessidades da população idosa em diversas áreas. Conclusão: de posse do diagnóstico do perfil de idosos de Florianópolis, do exemplo europeu, e do atual quadro de recursos disponibilizados de AF para idosos em Florianópolis, foi esboçada uma proposta de diretrizes para a formulação de política pública de AF à população em questão com vistas à promoção do processo saudável e ativo do envelhecimento que imprima qualidade de vida e senso de bem estar e felicidade dos residentes idosos florianopolitanos. Tal proposta vislumbra uma rede articulada com coordenação unificada de programas, reordenando os já funcionantes acrescidos de outros necessários segundo o diagnóstico atual, com vistas à operacionalização do uso racional dos recursos disponíveis à promoção de AF, essencial ao envelhecimento saudável do idoso no Município de Florianópolis.

**Palavras-chave:** população idosa, atividade física, promoção da saúde, perfil do idoso de Florianópolis.

<sup>1</sup> Doutorado em Enfermagem. UFSC (2004)  
Orientadora: Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Lúcia Hisako Takase Gonçalves