

QUALIDADE DE VIDA DOS FREQUENTADORES DO PROJETO UNINASF. ¹

Raiane Rodrigues Silva Souza ²; Karina Oliveira Martinho ³

Resumo: *Introdução: Atualmente, reflete-se sobre a perspectiva de vida e bem estar da população, que apresenta alta prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, o que interfere na sua qualidade de vida. Como medida preventiva e reabilitadora, cresce o número de programas de promoção à saúde, como o projeto UNINASF. Objetivo: Avaliar a qualidade de vida dos frequentadores do projeto UNINASF, do município de Viçosa- MG. Materiais e métodos: Trata-se de uma pesquisa epidemiológica, com delineamento transversal, com 28 indivíduos, de ambos os sexos, frequentadores do projeto UNINASF. Inicialmente foi coletado os dados sociodemográficos dessa amostra e em seguida, o questionário SF-36 para a avaliação da qualidade de vida relacionado à saúde. Resultado: Em uma visão geral, todos os domínios apresentaram um bom resultados, porém o do estado emocional apresentou uma amostra mais satisfatória em relação aos aspectos físicos, onde o estado emocional apresentou (87,30±25,34) sendo a pontuação mais próxima do 100, representando o melhor domínio para uma boa qualidade de vida, isso pode estar relacionado ao fato de atividades físicas realizadas de forma conjunta e de relações comunitárias, enquanto o aspecto físico (59,38±17,46) teve a menor pontuação, em relação a todos os itens apresentados no questionário. Considerações finais: Esse estudo demonstrou que as atividades cinesioterapêuticas praticadas no projeto UNINASF, podem estar associadas aos níveis satisfatórios da qualidade de vida, pois interferem em vários domínios da mesma, além de promover a saúde e prevenir doenças.*

1 Artigo de estágio curricular da Raiane Souza

2 Graduando em Fisioterapia – FACISA/UNIVIÇOSA. e-mail: Raianeyaya@hotmail.com

3 Fisioterapeuta, docente da FACISA/UNIVIÇOSA. e-mail: kkmartinho@yahoo.com.br

Palavras-chave: *Saúde coletiva, projeto UNINASF, promoção da saúde, atividades cinesioterapêuticas*

Abstract: *Resumo^a: Introduction: Currently, reflected on the prospect of life and well being of the population with high prevalence of chronic diseases, which interferes with their quality of life. As a preventive and rehabilitative measure, a growing number of health promotion programs, such as UNINASF project. Objective: To evaluate the quality of life goes UNINASF project, the municipality of Viçosa MG. Methods: This is an epidemiological study with cross-sectional design with 28 subjects of both sexes goes UNINASF project. Initially it was collected socio-demographic data of the sample and then the SF-36 questionnaire for the assessment of quality of life related to health. Result: In an overview, all areas showed good results, but the emotional state showed a more satisfactory sample in relation to the physical aspects, where the emotional state showed (87.30 ± 25.34) being the closest score of 100, representing the best area for a good quality of life, this may be related to the fact that physical activities jointly and community relations, while the physical aspect (59.38 ± 17.46) had the lowest score, for all items on the questionnaire. Final Thoughts: This study demonstrated that the cinesiotherapeutic activities practiced in UNINASF project, may be linked to satisfactory levels of quality of life by interfering in various areas of the same, and to promote health and prevent diseases*

Introdução

A queda da fecundidade da população e o aumento da longevidade ,vem ocorrendo de ritmo acelerado e com isso, observa a prevalência de doenças crônicas não transmissíveis,que interfere na qualidade de vida de vida dos indivíduos.

Segundo TAVARES e LOPES (2015) o termo qualidade de vida incorpora tanto questões de condições e estilos de vida, como desenvolvimento sustentável e direitos humanos e sociais, abordando ainda a subjetividade e o

seu caráter de múltiplas dimensões.

Grande parte dos indivíduos demonstra interesse em manter uma qualidade de vida mais saudável, ativa, com uma expectativa de vida prolongada, melhora da autonomia e do bem estar e principalmente na independência nas suas atividades de vidas diária (AVD). Pensando na qualidade de vida da população, há uma grande demanda no crescimento de programas de promoção a saúde ligada a atividade física, com intuito que o indivíduo ao envelhecer, se torne menos dependente em seus deveres, tornando capaz de realizar simples tarefas como sair de casa sozinha, e progredindo para as tarefas de autocuidado como tomar banho ou ir ao banheiro sozinho. (BORGES E MOREIRA, 2009).

Portanto, o objetivo do presente estudo foi avaliar a qualidade de vida dos frequentadores do projeto UNINASE, do município de Viçosa- MG.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo epidemiológico, com delineamento transversal, com os indivíduos participantes do projeto UNINASE. Este projeto de extensão, interdisciplinar, iniciou-se em 2014 e realiza atividades cinesioterapêuticas, duas vezes por semana, de forma gratuita aos usuários da unidade básica de saúde do bairro Silvestre, Viçosa/MG.

A amostra contou com 28 indivíduos, de ambos os sexos, frequentadores do projeto. Não houve restrição quanto ao tempo de participação dos indivíduos no programa, portanto foram incluídos somente 14 idosos que aceitaram participar da pesquisa.

A coleta de dados aconteceu em um único encontro, onde primeiramente coletou-se as informações sociodemográficas, em seguida do questionário SF-36. O SF-36 (Medical Outcomes Study 36 - Item Short-Form Health Survey) é um instrumento genérico de avaliação de qualidade de vida, de fácil administração e compreensão. É um questionário multidimensional formado por 36 itens, englobados em oito escalas ou componentes: capacidade

funcional, aspectos físicos, dor, estado geral da saúde, vitalidade, aspectos sociais, aspectos emocionais e saúde mental. Apresenta um escore final de 0 a 100, no qual zero corresponde a pior estado geral de saúde e 100 a melhor estado de saúde.

Para a análise estatística, os dados foram digitados no excel e analisados no programa estatístico Stata (versão 13.0). Foi realizada a análise descritiva, através da média e desvio padrão para as variáveis quantitativas paramétricas e mediana com valores mínimos e máximos para as variáveis quantitativas não paramétricas.

O projeto foi encaminhado e submetido pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde – FACISA/Univçosa (Nº097/2016-I) atendendo à Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Ética e Pesquisa – CONEP, que normatiza as pesquisas envolvendo os Seres Humanos. A pesquisa iniciou-se após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos participantes, que receberam informações sobre sua participação voluntária e gratuita, além dos objetivos e execução do trabalho.

Resultados e Discussão

A amostra foi composta por 28 indivíduos, praticantes do projeto UNINASF, com faixa etária de 23 a 86 anos, com mediana de 66 anos. O sexo mais predominante foi o sexo feminino (89 %), a etnia branca (50%), ser solteiro (64,3%) e morar com mais de 1 pessoa (66,7).

Tabela 1 - Características sociodemográficas dos frequentadores do UNINASF, VIÇOSA/MG. 2016

Variáveis	N	%
Sexo		
Feminino	25	89
Masculino	3	10,7
Etnia		
Branco	14	50
Pardo	11	39,3
Negro	3	10,7
Estado Civil		
Solteiro (a)	18	64,3
Casado (a)	4	14,3
Viúvo (a)	4	14,3
Separado (a)	2	7,4
Moradia		
Sozinho (a)	2	7,1
≥ 2 pessoas	7	25,9
Coma mais uma	18	66,7

Pode-se observar que a maior pontuação foi no domínio estado emocional ($87,30 \pm 25,34$), onde relaciona com o grau em que os problemas emocionais interferem no trabalho, atividades diárias e exercício físico.

Tabela 2: Distribuição dos domínios do SF -36 nos frequentadores do UNINASF, VIÇOSA/MG. 2016

VARIÁVEIS	MEDIA	DESVIO PADRÃO	MÍNIMA	MÁXIMA
Capacidade Funcional	76,15	24,42	10%	100%
Limitação	62,30	34,91	0%	100%

Dor	77,15	21,75	45%	100%
Estado Geral	59,38	17,46	22%	80%
Vitalidade	76,84	18,83	40%	100%
Aspecto Social	86,61	18,61	50%	100%
Estado emocional	87,30	25,34	34%	100%
Saúde menta	83,69	15,18	64%	100%

Os resultados obtidos nesta pesquisa, revelaram que o estado emocional teve uma pontuação de $(87,30 \pm 25,34)$, Aspecto Social $(86,61 \pm 18,61)$, saúde mental $(83,69 \pm 15,18)$, dor $(77,15 \pm 21,75)$, vitalidade $(76,84 \pm 18,83)$, capacidade funcional $(76,15 \pm 24,42)$, limitação $(62,30 \pm 34,91)$ e estado geral $(59,38 \pm 17,46)$. Em relação aos domínios, as menores médias encontradas no questionário qualidade de vida foram relativas ao estado geral de saúde, limitação e vitalidade. Em contrapartida, as maiores, referiram-se a aspectos emocionais, sociais e saúde mental.

O componente aspecto emocional no SF-36 tem, como objetivo, avaliar o quanto as alterações emocionais podem interferir na realização de atividade de vida diária do indivíduo, entretanto os dados sugerem que, nesta amostra, o comprometimento da qualidade de vida está mais relacionado aos aspectos físicos do que aos aspectos emocionais e sociais.

Em um estudo LEITE e colaboradores (2009), avaliaram a qualidade de vida e o nível cognitivo de 85 indivíduos que participavam de grupos de convivência. Nos seus resultados, observou-se os índices de aspecto físico $(78,82 \pm 39,58)$ como o melhor resultado, enquanto o menor esteve a dor $(30,47 \pm 19,27)$.

Em outro estudo, MOTA (2006) comparou grupos de idosos praticantes e não praticantes de atividades físicas regulares, através da investigação do impacto do exercício na aptidão física e na capacidade funcional dos praticantes, onde os não praticantes, teve pontuações significativamente inferiores em todos os domínios em comparação aos praticantes das atividades regulares incluídos

no estudo. Teve como maior resultado do grupo experimental o domínio aspecto social ($86,1 \pm 20,9$) e a saúde geral como o menor domínio pontuado ($66,1 \pm 15,4$). Em comparação aos estudo, os dois domínios apresentados foram de grandes semelhanças, porém o estudo de Mota, teve pontuação maior na saúde geral em relação ao atual estudo apresentado ($59,38 \pm 17,46$)

Um indivíduo sem doenças, com capacidades funcionais de condicionamento físicos e ser independente, é um bom incentivo para melhora da autonomia e em geral melhora de da qualidade de vida (LEITE, 2009)

Conclusões

Podemos concluir, que o projeto UNINASF, através das atividades cinesioterapêuticas, contribui para a promoção de saúde e previne doenças, o que poderá acarretar uma acentuada melhora na qualidade de vida geral da população adscrita atendida pela UBS/ Silvestre do município de Viçosa/MG.

Referências Bibliográficas

1. Borges, Milene Ribeiro Dias, and A. K. Moreira. "Influências da prática de atividades físicas na terceira idade: estudo comparativo dos níveis de autonomia para o desempenho nas AVDs e AIVDs entre idosos ativos fisicamente e idosos sedentários." *Motriz* 15.3 (2009): 562-73.

2. De Oliveira Tavares, Rafael, and Ruth G. Costa Lopes. "Atividade Física no Envelhecimento: uma contribuição para a qualidade de vida." *Revista Portal de Divulgação* 45 (2015).

3. Leite, Marinês Tambara, et al. "Qualidade de vida e nível cognitivo de pessoas idosas participantes de grupos de convivência." *RevBras Geriatr Gerontol* 15.3 (2012): 481-492.

4. Mota, Jorge, et al. "Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física." *Revista brasileira de educação física e esporte* 20.3 (2006): 219-225.

5. Neto, Jacob de Sá, et al. "A Influencia da atividade fisica na qualidade de vida dos idosos atraves de movimrntos corporais adaptados para essa faixa etaria." *FIEP Bulletin On-line* 80 (2010).