



IDOSOS URBANOS E ESTILOS DE VIDA

Helena Matielo Dias¹; Themis Goretti Moreira Leal de Carvalho²; Carolina Böettge Rosa²; Dinara Hansen²; Michele Ferraz Figueiró²; Roberta Cattaneo Horn²; Janaína Coser²; Queli Sostisso³; Vanderlei Silva Ribas Junior³; Solange Beatriz Billig Garces⁴

Palavras-Chave: Idosos. Prevenção. Saúde. Estilos de Vida.

O objetivo do estudo foi diagnosticar os estilos de vida de idosos urbanos relacionando-os com gênero, idade, condições socioeconômicas e fatores de risco para sua saúde. Realizou-se pesquisa do tipo descritivo observacional, com caráter transversal e de base populacional envolvendo 174 idosos residentes na zona urbana do município de Tupanciretã - RS. Para análise estatística dos dados, utilizou-se o software IBM SPSS versão 20. Inicialmente foram calculadas as distribuições de frequências das variáveis qualitativas dos dados socioeconômicos e as medidas descritivas das variáveis quantitativas. O perfil de fragilização de risco dos idosos foi obtido através da análise de regressão logística binária segundo o instrumento de probabilidade de internação repetida (PIR). O estilo de vida dos idosos foi identificado pelas cinco dimensões que compõem o instrumento Perfil do Estilo de Vida Individual (PEVI). O estado nutricional dos idosos foi encontrado com base no Questionário de Conhecimento Nutricional (QCN). A classificação dos estratos apresentada nos dois últimos instrumentos é resultado das pontuações médias totais obtidas. Os resultados indicaram que 121 idosos (69,5%) são do sexo feminino e 53 (30,5%) são do sexo masculino. Prevaleram, entre os entrevistados, idosas, de uma faixa etária de idosos mais jovens, entre 60 a 74 anos (78,16%) e poucos idosos mais idosos (21,84%). Também prevaleram idosos casados (41,4%) e viúvos (27,6%), com pouco estudo (ensino fundamental incompleto e/ou analfabetos = 77,01%), em sua maioria aposentados e com renda predominante de um salário mínimo. Em relação aos resultados sobre previsibilidade de agravos e riscos, os resultados indicaram 80,5% de idosos de risco baixo e 19,5% de risco alto. Já os estilos de vida dos idosos urbanos indicaram que 50,6% apresentaram índices positivos, 47,1%, índices regulares e somente 2,3% apresentaram índices negativos. Quanto às dimensões do perfil de estilo de vida, a dimensão de maior pontuação (positiva) foi *relacionamentos* (75,9%) e com maior índice negativo foi *atividade física* (47,1%), ou seja, o sedentarismo. Em relação ao risco nutricional, avaliou-se uma amostra de 98 idosos (56,3% da amostra) onde 28 idosos (16,1%) estão com risco nutricional e 7 idosos (4%) são desnutridos. Observou-se que 73% e 16,7% dos idosos apresentaram moderado e baixo conhecimentos nutricionais, respectivamente, enquanto que somente 10,3% apresentaram alto conhecimento nutricional. Estes resultados demonstram que os idosos precisam de orientações para ter uma alimentação saudável. Conclui-se que embora os idosos tenham, em sua maioria, índices positivos em relação aos estilos de vida, a dimensão atividade física requer maior atenção. Os idosos também precisam de orientações nutricionais já que 20% da amostra avaliada têm risco ou desnutrição, sendo este um dos fatores que agravam doenças e tornam os idosos mais frágeis.

¹ Acadêmica de Biomedicina da Unicruz. Bolsista do Projeto PROBIC/FAPERGS/Unicruz 2012/2013.

² Professores colaboradores da pesquisa, integrantes do GIEEH – Grupo Interdisciplinar de Estudos do Envelhecimento Humano.

³ Acadêmicos dos cursos de Farmácia e Biomedicina, voluntários do projeto.

⁴ Prof^a Coordenadora da Pesquisa PROBIC/FAPERGS/Unicruz 2012/2013. Pesquisadora e líder do GIEEH.