

FATORES DETERMINANTES PARA O AUMENTO DA QUALIDADE DE VIDA NA POPULAÇÃO IDOSA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Marcos Garcia Costa Morais¹
Laíssa Gloriete Alves de Melo²
Erika dos Santos Leal³
Jackson Silva Lima⁴
Maria Wênia Ribeiro Xavier⁵

RESUMO

O envelhecimento é uma realidade mundial e também um tema cada vez mais estudado devido ao seu crescimento que ocorre de maneira acelerada. A senescência pode levar à diminuição da condição de saúde do idoso diminuindo a qualidade de vida. Frente à situação atual, a presente pesquisa tem como objetivo revisar a literatura para identificar os fatores determinantes para o aumento da qualidade de vida na população idosa permitindo um melhor planejamento dos serviços de saúde direcionados a essa população. Este estudo constitui-se de uma revisão da literatura. Realizou-se um levantamento do tipo revisão bibliográfica nas bases de dados da PubMed, SciELO e Google Acadêmico, das produções científicas publicadas a partir de estudos realizados nos últimos 10 anos sobre o tema: Fatores determinantes para o aumento da qualidade de vida em idosos. Foram identificados 97 estudos. Após a aplicação dos critérios de exclusão, cinco artigos foram selecionados. A população com sobrepeso e obesidade apresentou médias significativamente inferiores aos com magreza e eutrofia para o domínio físico, domínio físico e psicológico demonstraram médias significativamente superiores entre os pacientes não deprimidos quando comparado entre os pacientes com e sem diagnóstico de depressão e a participação social dos idosos na atenção básica é um fator determinante para o aumento da qualidade de vida, principalmente no domínio social. É possível concluir, por meio dos resultados obtidos que os idosos com magreza e eutrofia, não deprimidos, que participam de atividade na atenção básica apresentam médias superiores na avaliação da qualidade de vida.

Palavras-chave: Idoso, Envelhecimento, Qualidade de Vida.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é uma realidade mundial e também um tema cada vez mais estudado devido ao seu crescimento que ocorre de maneira acelerada. De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU), a população mundial no ano de 2015 era

¹ Nutricionista Graduado pelo Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Campina Grande – PB, markoos.garcia@gmail.com

² Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Campina Grande – PB, laissamelo@gmail.com

³ Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário Maurício de Nassau (UNINASSAU), Campina Grande – PB, erikaleal31@hotmail.com;

⁴ Mestre em Ciências da Nutrição pelo Programa de Pós-graduação em Ciências da Nutrição da Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa – PB, jacksonnut@gmail.com

⁵ Graduada no curso de Nutrição pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), campus Cuité- PB, [weniavaxier1@gmail.com](mailto:weniaxavier1@gmail.com).

representada por 7,3 bilhões de pessoas, no qual tinha 901 milhões indivíduos idosos (60 anos ou mais de idade), representando 12% da população global. Estima-se que em 2030 a população idosa some 1,4 bilhões de indivíduos, enquanto em 2100 esse valor pode ser mais do dobro com 3,2 bilhões (ONU, 2015).

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que está ocorrendo de maneira rápida principalmente em países em desenvolvimento, como o Brasil, onde os idosos são o grupo de maior crescimento populacional, ultrapassa 21 milhões de pessoas, que representam quase 12% da população total, conforme dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (BRASIL, 2010). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a projeção para 2050 é o país alcançar o patamar de 81,29 anos, semelhante ao nível atual de países desenvolvidos como França (82,57 anos), e Espanha (85,1 anos) (OMS, 2015). Com base nas estimativas apresentadas verifica-se a importância do estudo do envelhecimento na atualidade.

Esse aumento de forma crescente e acentuada é devido a transição demográfica, relacionada com a queda na taxa de fertilidade e aumento da expectativa de vida, sendo um desafio do atual século para as equipes de saúde (BOVOLENTA; FELICIO, 2017).

Entretanto, a senescência pode levar à diminuição da condição de saúde do idoso, devido o declínio das funções de diversos órgãos, afetando desfavoravelmente o equilíbrio, produzindo mudanças em todos os níveis do controle postural, propiciando desordens nas três funções principais: os receptores sensoriais, o processamento cognitivo central e a execução da resposta motora, conseqüentemente, diminuindo a qualidade de vida (QV), o qual acaba procurando com mais frequência os serviços de saúde, principalmente, aqueles vinculados ao Sistema Único de Saúde (SUS) (REBELATO; MORELLI, 2007; PILGER; MENON; MATHIAS, 2013).

Com isso, a capacidade funcional, que se refere à condição que o indivíduo possui de viver de maneira autônoma e de se relacionar em seu meio, sua perda está associada a maior risco de institucionalização e quedas e, em alguns estudos, foi considerada um fator de risco independente para mortalidade (BEN-EZRA; SHMOTKIN, 2006). O declínio da capacidade funcional pode estar associado a uma série de fatores multidimensionais, que interagem e determinam essa capacidade em idosos, sendo que a identificação precoce desses fatores pode auxiliar na prevenção da dependência funcional neste grupo (FIEDLER; PERES, 2008).

Em acréscimo, segundo a carta de Otawa (1986), pode-se atuar na QV através do processo de capacitação da comunidade promovendo a saúde, melhorando a QV, nessa

perspectiva, o conceito de qualidade de vida está relacionado à autoestima e ao bem-estar pessoal e abrange uma série de aspectos como a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, o suporte familiar, o próprio estado de saúde, os valores culturais, éticos e religiosidade, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com atividades diárias e o ambiente em que se vive (VECCHIA *et al.*, 2005).

Os domínios utilizados para avaliar a QV podem fornecer informações sobre aspectos pessoais e sociais, bem como medidas de incapacidade e bem-estar psicológico, incorporando o ponto de vista do paciente e focalizando a avaliação e tratamento do paciente mais do que na doença (KLUTHCOVSKY; KLUTHCOVSKY, 2009).

O idoso é um ser com potencial para desenvolver novas habilidades que necessita de um cuidado humanizado de sua família como também dos profissionais da saúde para que possa vislumbrar um melhor bem-estar mesmo na presença de doenças considerando-se a possibilidade de medidas de intervenção e prevenção. Frente à situação atual, a presente pesquisa tem como objetivo revisar a literatura para identificar os fatores determinantes para o aumento da qualidade de vida na população idosa permitindo um melhor planejamento dos serviços de saúde direcionados a essa população.

METODOLOGIA

Este estudo constitui-se de uma revisão da literatura. Realizou-se um levantamento do tipo revisão bibliográfica nas bases de dados da PubMed, Web of Science e Scientific Electronic Library (SciELO) e Google Acadêmico, das produções científicas publicadas a partir de estudos realizados nos últimos 10 (dez) anos sobre o tema: Fatores determinantes para o aumento da qualidade de vida em idosos.

A definição de estratégia de busca considerou os seguintes descritores: 'Qualidade de Vida', 'Idosos', 'Aumento da Qualidade de Vida', 'Saúde' e 'Bem-estar'. Todos os termos foram utilizados nos idiomas português e inglês de forma isolada ou conjugada em diversas combinações. Os critérios de inclusão para a realização desse estudo foram: 1) Que abordavam o tema do aumento da qualidade de vida em idosos; 2) Estudos realizados no período de 2012 a 2020; 3) Artigos nos idiomas português e inglês e 4) Por último, os artigos que se enquadravam nos critérios anteriormente citados, mas que abordavam, especificamente, o aumento da qualidade de vida entre os idosos.

Os dados foram analisados segundo Gil (2008), por meio de quatro leituras: exploratória, seletiva, analítica e interpretativa. Na leitura exploratória, os resultados obtidos foram analisados de acordo com os objetivos da pesquisa. Ao proceder a leitura seletiva, foram selecionados apenas o que de fato interessou à pesquisa. Baseado nos artigos selecionados, foi feita a leitura analítica, com a finalidade de ordenar e resumir as informações delimitadas nas fontes, para possibilitar a obtenção de respostas às questões de pesquisa. A leitura interpretativa constituiu a última etapa do processo, relacionando o que o autor afirmava com as questões propostas neste estudo. Assumiu-se atitude de objetividade, neutralidade e respeito para evitar qualquer tentativa de julgamento em função das idéias dos pesquisadores.

Como critério de exclusão enquadraram-se, as publicações que: 1) abordavam outro tema que não o de interesse deste trabalho; 2) estudos publicados anteriormente a 2012 e 3) estudos repetidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram identificados 97 estudos. Após a aplicação dos critérios de exclusão, cinco artigos foram selecionados. Quanto à caracterização das amostras dos estudos selecionados todos trabalharam com idosos, investigando a qualidade de vida. Dentre os estudos predominou a aplicação do questionário *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF) como método avaliativo da qualidade de vida em idosos, utilizada sempre em conjunto a outras variáveis. Por fim, foram acrescentados dois artigos a partir das listas de referências, totalizando sete que tiveram seus resultados sistematizados.

O questionário *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL-BREF) composto por 26 questões, com ênfase em quatro domínios de qualidade de vida: físico, psicológico, de ambiente e social. O domínio físico engloba questões sobre dor e desconforto, energia e fadiga, sono, mobilidade, atividades diárias, uso de medicação e capacidade para o trabalho. No domínio psicológico, os quesitos são sobre sentimentos, aprendizagem, memória, concentração, autoestima, aparência e religião. O domínio meio ambiente apresenta questionamentos relacionados à segurança e proteção, recursos financeiros, possibilidade de aquisição de novas informações e habilidades, atividades de lazer, trânsito e transporte. Por fim, o domínio relações sociais aborda as relações familiares e de vida social, além de atividade sexual (INTERDONATO *et al.*, 2010; SOUSA *et al.*, 2018).

Godoy e Adami (2017) desenvolveram um estudo com 79 idosos usuários da UBS dos Municípios de Travesseiro, Marques de Souza e Arroio do Meio, todos pertencentes à região do estado do Rio Grande do Sul. Constataram as médias dos domínios de qualidade de vida, domínio físico foi de 54,75 ($\pm 19,58$), a média do domínio psíquico de 56,65 ($\pm 17,52$), a do domínio social de 67,72 ($\pm 16,36$) e a do domínio ambiental de 61,75 ($\pm 12,45$).

A população com sobrepeso e obesidade apresentou médias significativamente inferiores aos com magreza e eutrofia para o domínio físico ($p=0,015$). Resultado semelhante a um estudo realizado com 370 idosos no município do Sudoeste do Brasil, onde se verificou que os idosos com excesso de peso apresentaram escores significativamente inferiores no domínio físico, quando comparado aos que não apresentam excesso de peso (TAVARES *et al.*, 2018). O domínio físico inclui questões referentes à dor e desconforto, energia e fadiga, sono e descanso, mobilidade, atividades diárias, uso de medicação/tratamento e aptidão para o trabalho, sabendo disso, pressupõe-se que o excesso de peso tenha uma considerável interferência nestas questões, influenciando negativamente na capacidade funcional destes indivíduos (BRACCIALLI *et al.*, 2012).

Ainda no estudo de Godoy e Adami (2017), quando analisado individualmente os domínios, averiguaram que o domínio físico ($p=0,035$) e psicológico ($p=0,042$) demonstraram médias significativamente superiores entre os pacientes não deprimidos quando comparado entre os pacientes com e sem diagnóstico de depressão.

Complementando os resultados anteriores, um estudo desenvolvido com idosos, na cidade de Pelotas, Rio Grande do Sul, utilizando o método de avaliação do Mini-International Neuropsychiatric Interview (MINI) para diagnóstico de depressão e Medical Outcomes Study Short-form General Health Survey (SF-36) para avaliação da qualidade de vida, encontrou resultados semelhantes aos aqui expostos, com médias superiores e significativas entre as pessoas sem o diagnóstico de depressão, no domínio físico e no social (LOPES *et al.*, 2018).

A depressão é vista como uma das principais causas de incapacitação no mundo, diminuindo o funcionamento físico, pessoal e social, além de prejudicar os quadros clínicos, envolvendo as cardiopatias, diabetes, obesidade e problemas oncológicos (LOOSLI *et al.*, 2016).

Viana *et al.*, (2019) ao avaliaram uma amostra de 58 idosos usuários da Unidade Básica de Saúde (UBS) na cidade de Cacoal-RO, com o instrumento WHOQOL-BREF GERAL, o domínio que mais se destacou foi o social com média de (3,8), seguido do psicológico (3,7), ambiental (3,4) e físico (3,3). Com isso, o presente estudo constatou



referente a este domínio uma percepção positiva sobre a qualidade de vida, no qual, a participação social dos idosos na atenção básica é um fator determinante para o aumento da qualidade de vida, principalmente no domínio social. Situação é igual encontrada no estudo Serbim e Figueiredo (2011), no qual o domínio que mais contribuiu na qualidade de vida dos idosos foi o social, seguido do ambiental, psicológico e físico.

No estudo de Miranda *et al.*, (2016) realizado no estado de Minas Gerais, com 257 idosos, observou-se uma relação direta e gradativa entre frequência de atividade física e escore qualidade de vida. Relação que foi observada, também, no estudo de Halaweh *et al.*, (2015), uma forte associação entre níveis mais elevados de atividade física e influência positiva em todas as dimensões da Qualidade de Vida Relacionada à Saúde. É de conhecimento que atividade física, se realizada regularmente e corretamente, retarda as perdas funcionais, proporcionando ao idoso autonomia e melhor qualidade de vida.

Em um estudo realizado por Andrade e Martins (2011), que tinha como objetivo avaliar a QV dos idosos constatou-se que, no que diz respeito às características sociodemográficas, apenas a idade influencia a percepção da QV, sendo que quanto maior for a idade do idoso pior é a sua percepção de Qualidade de Vida. Segundo as autoras, este resultado está associado ao fato de que, à medida que os anos passam, os problemas de saúde aumentam, assim como a probabilidade de o indivíduo sofrer perdas (aos níveis físico, psicológico e social), o que influencia diretamente na QV destes idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dos resultados obtidos podemos entender que os idosos com magreza e eutrofia, não deprimidos, que participam de atividade na atenção básica apresentam médias superiores na avaliação da qualidade de vida. Com isso, conclui-se que as escolhas aderidas ao longo da vida, atividades funcionais, alimentação equilibrada e o aumento da autonomia deverá refletir o estado de qualidade de vida. Ademais, a frequência de atividade física apresenta relação direta com escore de QV. Dessa forma, é necessário que estudos da qualidade de vida dos idosos ocupem lugar de destaque, uma vez que os avanços na área da saúde contribuirão para o aumento na expectativa de vida e no contingente de idosos.

Portanto, este estudo poderá fornecer subsídios para o desenvolvimento e o aperfeiçoamento de novas políticas públicas visando, desta forma, o enfrentamento na

redução de qualidade de vida entre os idosos, melhorando assim, as condições e perspectivas de vida dessa população.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, A.; MARTINS, R. Funcionalidade familiar e qualidade de vida dos idosos. **Millenium**, v. 40, p. 185-199, 2011.

AVLUND, K.; LUND, R.; HOLSTEIN, B. E.; DUE, P. Social relations as determinant of onset of disability in aging. **Arch Gerontol Geriatr.**, v. 38, n. 1, p. 85-99, 2004.

BEN-EZRA, M.; SHMOTKIN, D. Predictors of mortality in the old-old in Israel: the cross-sectional and longitudinal aging study. **J Am Geriatr Soc.**, v. 54, n. 6, p. 906-11, 2006.

BOULT, C.; KANE, R. L.; LOUIS, T. A.; BOULT, L.; MCCAFFREY, D. Chronic conditions that lead to functional limitation in the elderly. **J Gerontol Med Sci.**, v. 49, n. 1, p. 28-36, 1994.

BRACCIALLI LMP, BAGAGI PS, SANKAKO AN, ARAÚJO RCT. Qualidade de vida de cuidadores de pessoas com necessidades especiais. **Rev Bras Educ Espec.** 2012.

BOVOLENTA, T. M.; FELICIO, A. C. How do demographic transitions and public health policies affect patients with Parkinson's disease in Brazil? **Clin Interv Aging.**, v. 12, p. 197-205, 2017.

BRASIL. Senado Federal. Secretaria Especial de Editoração e Publicações Subsecretaria de Edições Técnicas Estatuto do Idoso e normas correlatas, 2010.

FIEDLER, M. M.; PERES, K. G. Capacidade funcional e fatores associados em idosos do Sul do Brasil: um estudo de base populacional. **Cad Saúde Pública**, v. 24, n. 2, p. 409-15, 2008.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HANLON, J. T.; FILLENBAUM, G. G.; KUCHIBHATLA, M.; ARTZ, M. B.; BOULT, C.; GROSS, C. R. Impact of inappropriate drug use on mortality and functional status in representative community dwelling elders. **Med Care**, v. 40, n. 2, p. 166-76, 2002.

INTERDONATO G. C.; GREGUOL M. Qualidade de vida percebida por indivíduos fisicamente ativos e sedentários. **Rev Bras Ciênc Mov.** V. 18, n. 1, p. 61-7, 2010.

KLUTHCOVSKY, A.; CLÁUDIA G. C.; KLUTHCOVSKY, F. A. O.; WHOQOL-BREF, um instrumento para avaliar qualidade de vida: uma revisão sistemática. **Rev. Psiq. Rio Grande do Sul**, v. 31, n. 3, p. 1-12, 2009.

LOPEZ, M. R. A; RIBEIRO, J.P.; ORES, L. C.; JANSEN, K.; SOUZA, L. D. M.; PINHEIRO, R. T. et al. Depressão e qualidade de vida em jovens de 18 a 24 anos no sul do Brasil. **Rev Psiquiatr Rio Gd Sul**. v. 33, n. 2, p. 103-8, 2011.

LOOSLI L, PIZETA FA, LOUREIRO SR. Escolares que convivem com a depressão materna recorrente: diferenças entre os sexos. **Psicol Teor Pesqui**. 2016;32(3):1-10

LUZ, M. M. A.; AMATUZZI, M. M. Vivências de felicidade de pessoas idosas. **Estud. psicol.**, v. 25, n. 2, p. 303-7, 2008.

MIRANDA, L. V. C.; SOARES, S. M.; SILVA, P. A. B. Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 21, p. 3533-3544, 2016.

MURTAGH, K. N.; HUBERT, H. B. Gender differences in physical disability among an elderly cohort. **Am J Public Health.**, v. 94, n. 8, p. 1406-11, 2004.

ONU. ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais. World Population Prospects Key findings & advance tables. New York; 2015.

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, CIF: Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. São Paulo, Editora da Universidade de São Paulo, 2015.

ORGANIZAÇÃO PANAMERICANA DA SAÚDE. Carta de Ottawa. In: CONFERÊNCIA INTERNACIONAL SOBRE PROMOÇÃO DA SAÚDE, 1. , nov. 1986, Ottawa.

PÉRÈZ, K.; VERRET, C.; ALIOUM, A.; BARBERGER-GATEAU, P. The disablement process: factors associated with progression of disability and recovery in French elderly people. **Disabil Rehabil**, v. 27, n. 5, p. 263-76, 2005.

PILGER, C.; MENON, M. U.; MATHIAS, T. A. F. Utilização de serviços de saúde por idosos vivendo na comunidade. **Rev Esc Enferm USP**, v. 47, n. 1, p. 213-20, 2013.

REBELATO, J. R.; MORELLI, J. G. S. **Fisioterapia geriátrica: a prática da assistência ao idoso**. 2.ed. Barueri: Manole, 2007.

SERBIM, A. K.; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência, **Scientia Medica**. v. 21, 2011.

SOUZA, A.A.D.; MARTINS A.; SILVEIRA, M.F.; COUTINHO, W.L.M.; FREITAS, D.A.; VASCONCELOS, E.L. et al. Qualidade de vida e incapacidade funcional entre idosos cadastrados na estratégia de saúde da família. **ABCS Health Sci**. 2018;43(1):14-24.

TAVARES, D.M.S.; BOLINA, A.F.; DIAS, F.A.; FERREIRA, P.C.S.; SANTOS, N.M.F.; Excesso de peso em idosos rurais: associação com as condições de saúde e qualidade de vida. **Ciênc Saúde Colet**. 2018;23(3):913-22.

VECCHIA, R. D.; RUIZ, T.; BOCCHI, S. C. M.; CORRENTE, J. E. Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. **Rev Bras Epidemiol.**, v. 8, n. 3, p. 246-52, 2005.

VIANA, T. C. T. et al. Qualidade de vida dos idosos cadastrados no programa hiperdia de uma unidade básica de saúde na região norte. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 19, p. e224-e224, 2019