

Hábitos de vida em idosos residentes no distrito federal

Thaís Garcia Amancio
Angela Maria Sacramento
Larissa de Freitas Oliveira
Maria Liz Cunha de Oliveira

Núcleo de Saúde do Idoso/ GCV/DCVPIS/SAPS/SES DF

2015



Introdução

- Hábitos de vida influenciam diretamente a qualidade de vida atual e futura.
- Mapeamento de aspectos que envolvem idosos possibilita que estratégias traçadas possam estimular hábitos positivos e desestimular ações que prejudicam a manutenção de sua autonomia.
- Estudo financiado pela Fundação de Ensino e Pesquisa em Saúde (FEPECS)

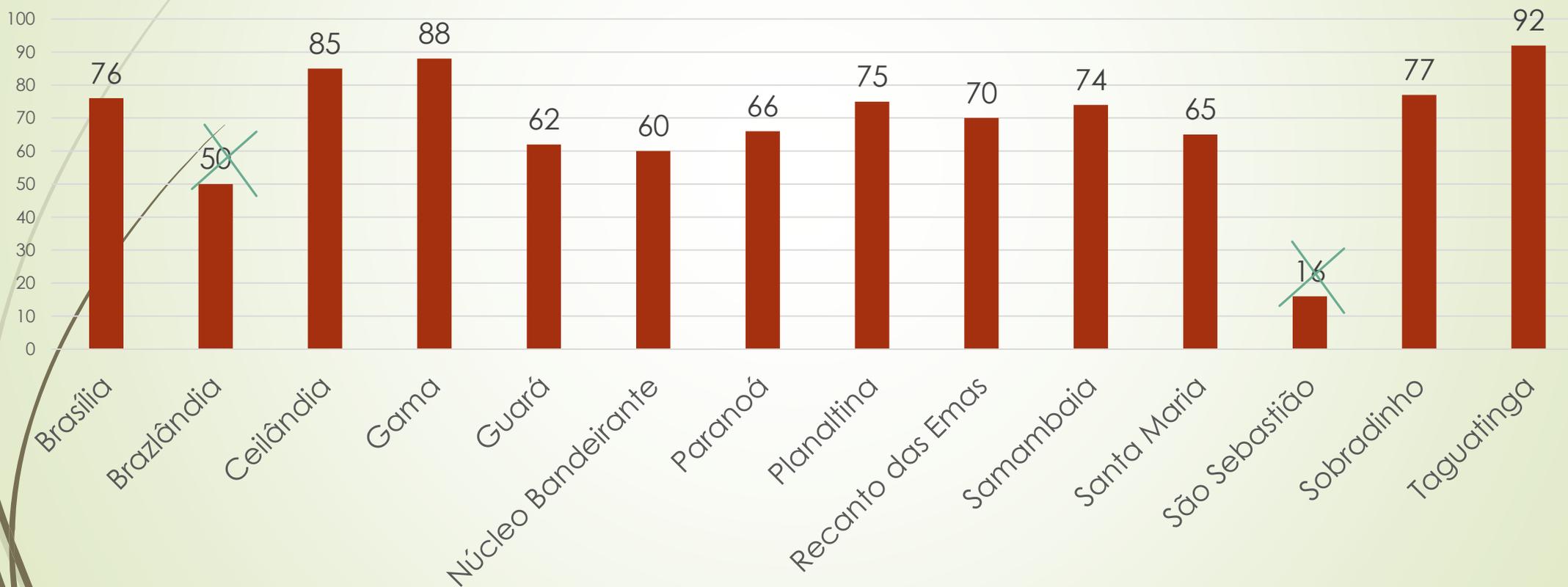


Método

- Estudo quantitativo
- Coleta de dados realizada na oportunidade da campanha de vacinação para influenza em 2014
- Amostra estratificada ($k=2$)
- Realizado cálculo de amostra representativa para cada regional de saúde
- Aprovado pelo Comitê de Ética da FEPECS (parecer 143.846)
- Estudo financiado pela FEPECS

Resultados

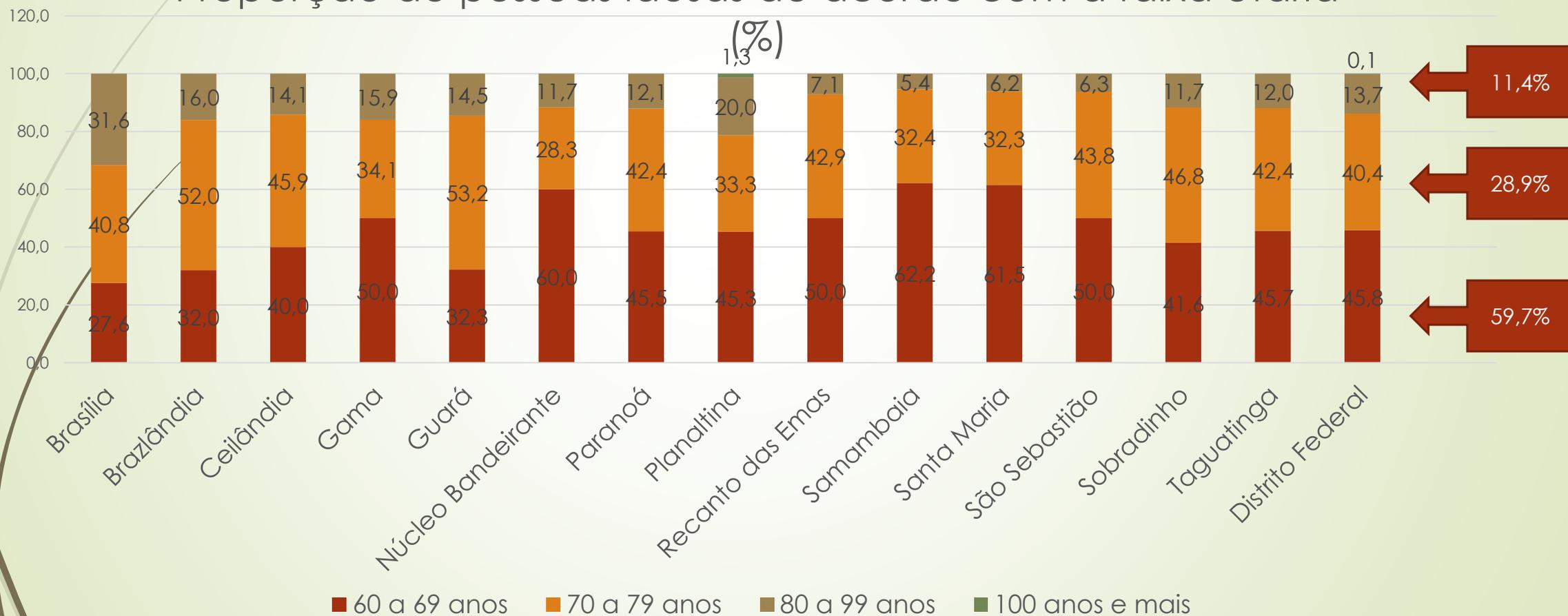
Número de entrevistas realizadas de acordo com a regional de saúde de residência



Total de entrevistas - Distrito Federal: 956

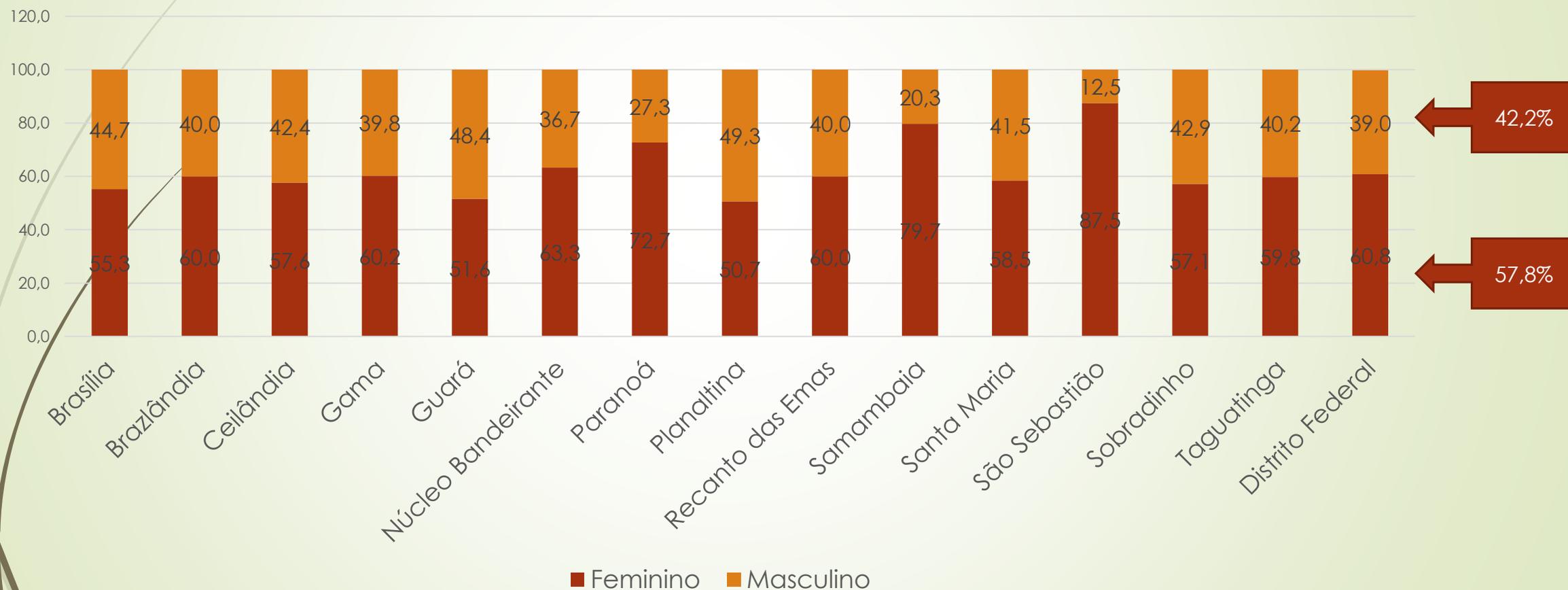
Resultados

Proporção de pessoas idosas de acordo com a faixa etária



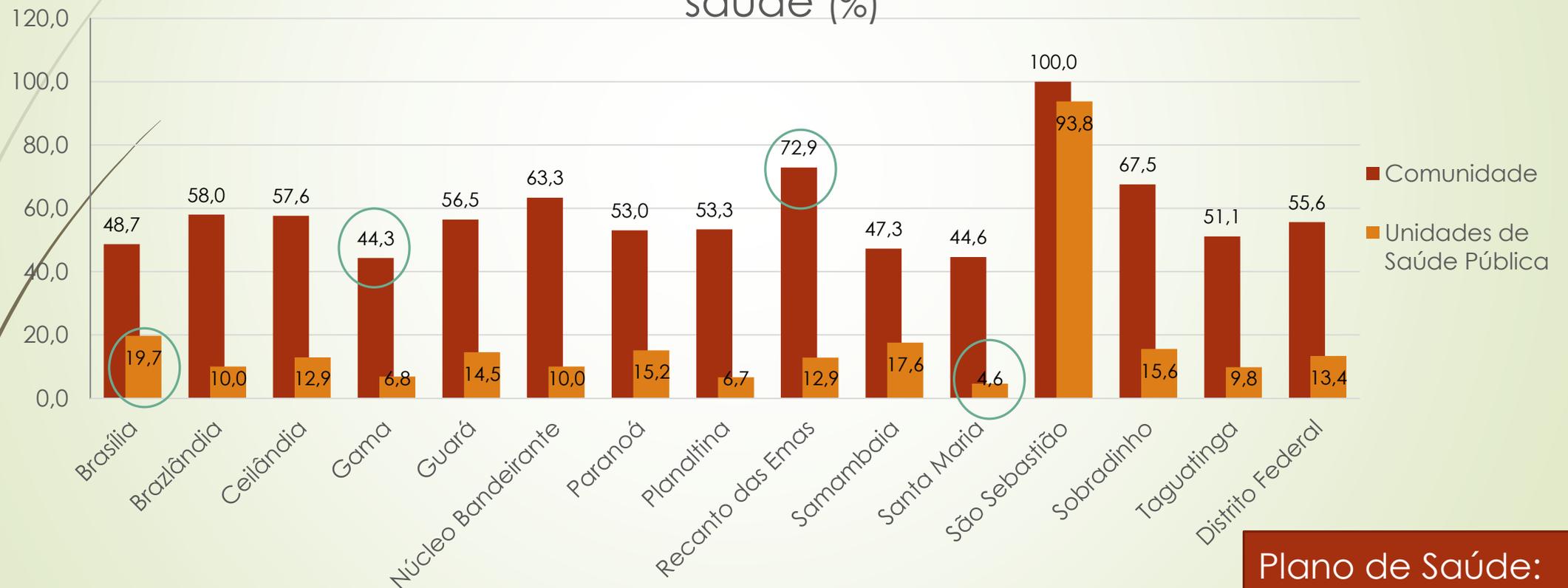
Resultados

Proporção de pessoas idosas de acordo com o sexo (%)



Resultados

Pessoas idosas que participaram nos últimos 30 dias de atividades na comunidade e nas unidades públicas de saúde (%)



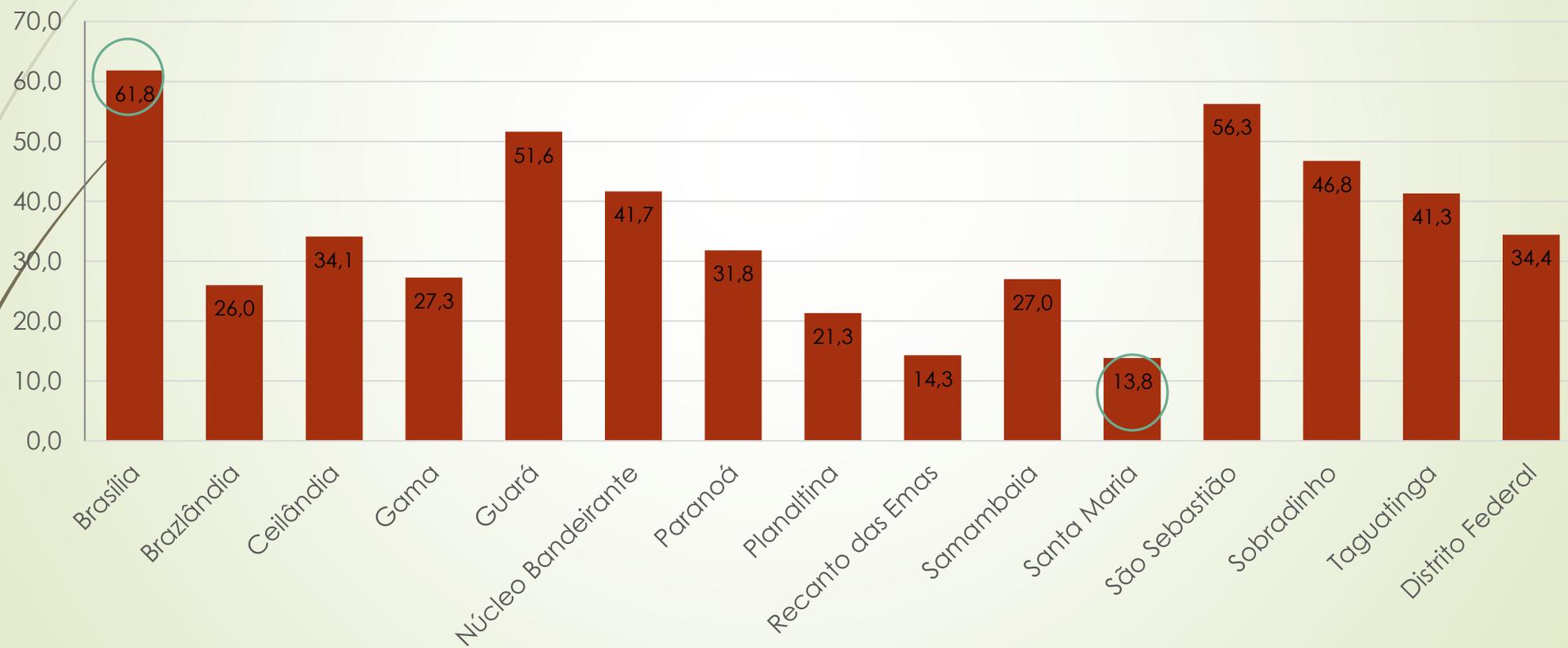
Plano de Saúde:
Brasília: 88,9%
Santa Maria: 16,7%



Garcia MAA, Yagi GH, Souza CS, Odoni APC, Frigério RM, Merlin SS. Atenção à saúde em grupos sob a perspectiva dos idosos. Rev Latino-am Enfermagem 2006 março-abril; 14(2):175-82.

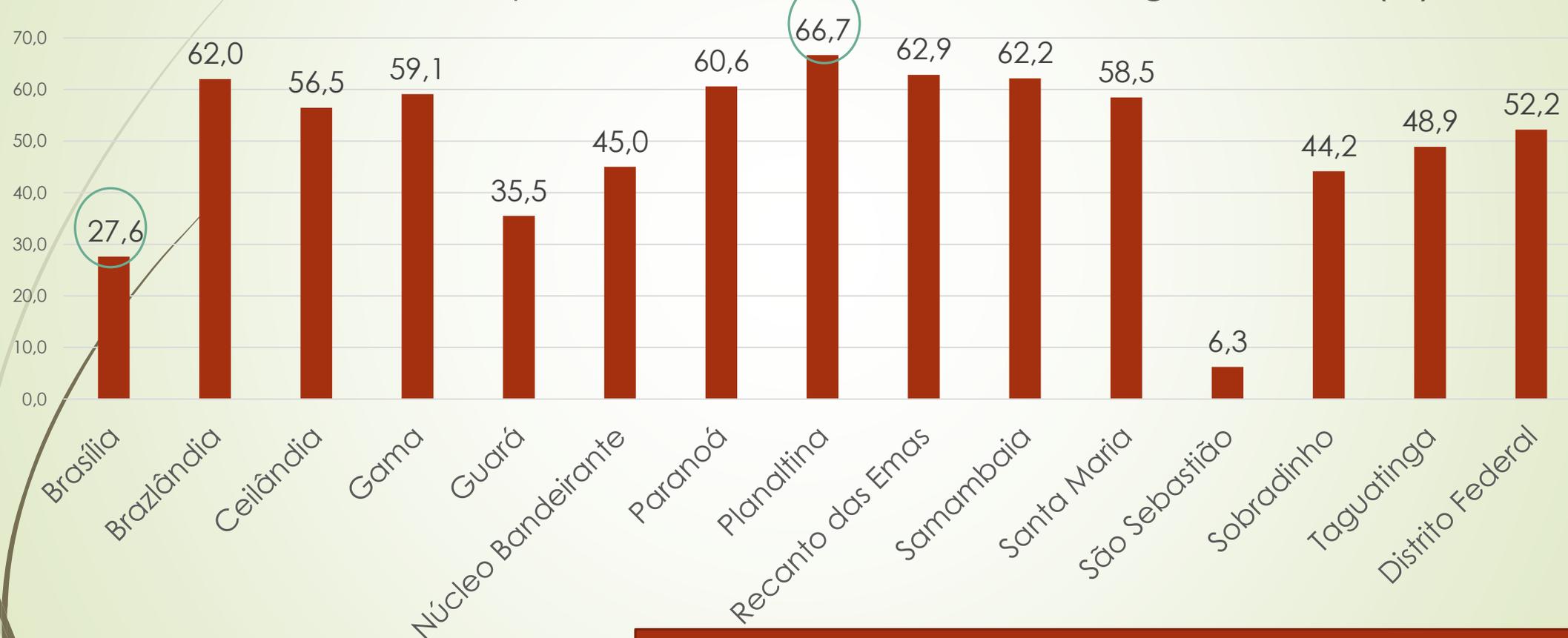
Resultados

Pessoas idosas que praticam exercício físico 3 ou mais vezes por semana por pelo menos 30 minutos (%)



RESULTADOS

Pessoas idosas que não realizam exercício físico regularmente (%)

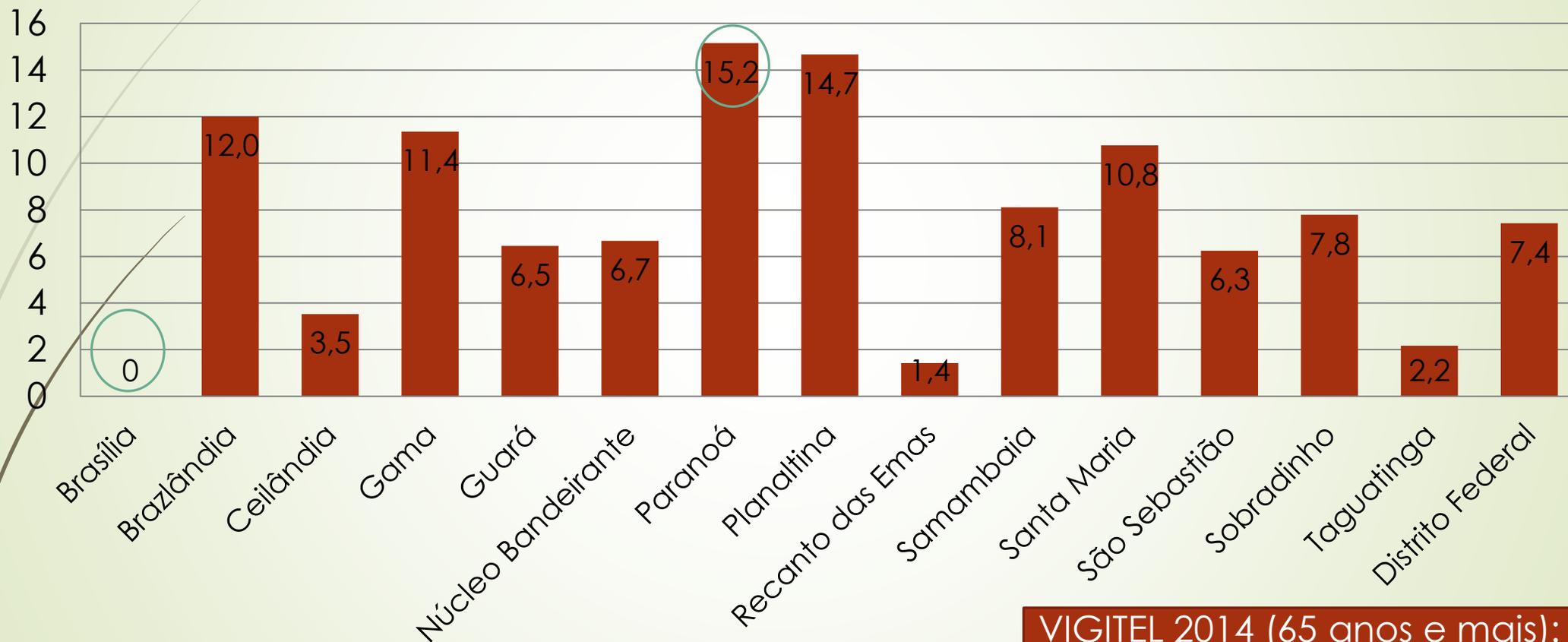


Idosos insuficiente ativos estão associados a fragilidade.

SANTOS, Patrícia Honório Silva et al. Perfil de fragilidade e fatores associados em idosos cadastrados em uma Unidade de Saúde da Família. *Ciênc. saúde coletiva* [online]. 2015, vol.20, n.6, pp. 1917-1924.

RESULTADOS

Pessoas idosas que fumam (%)

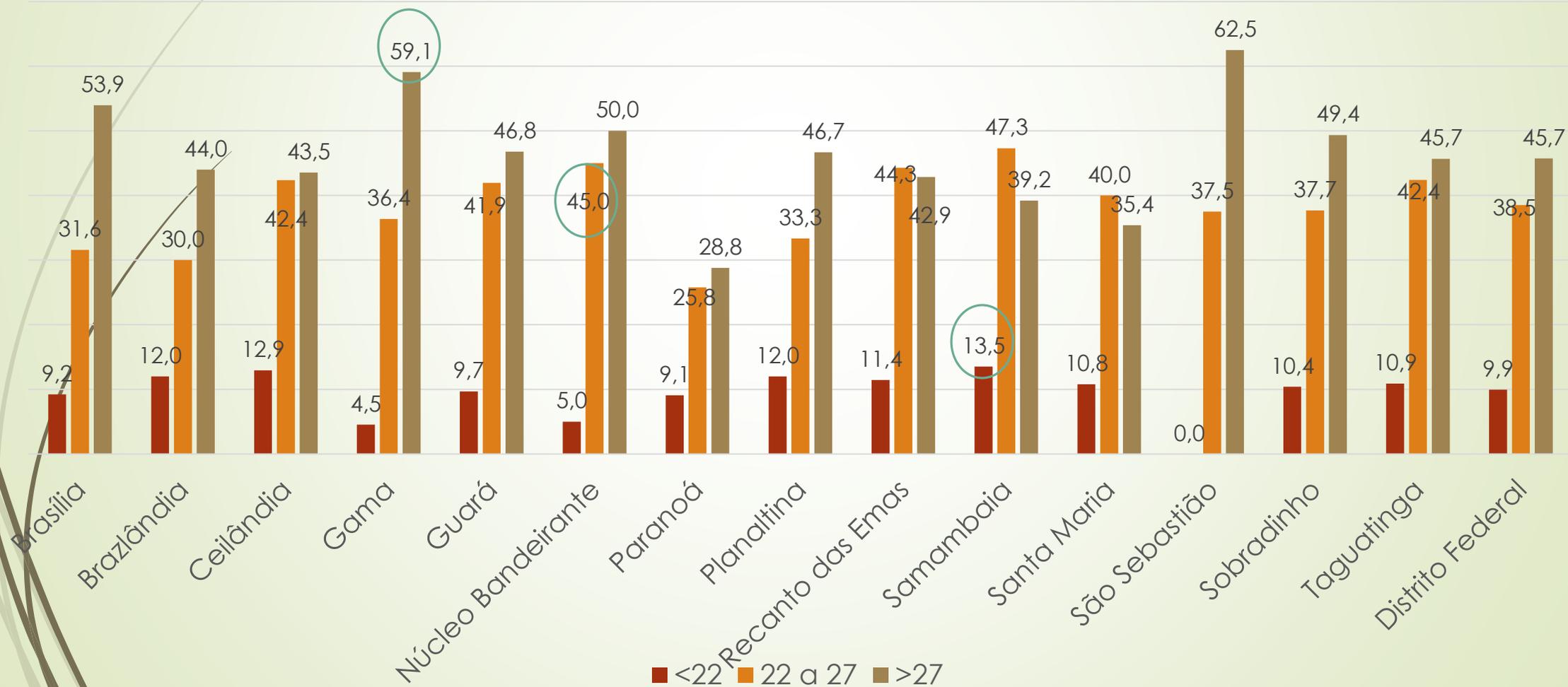


41,9% são ex-fumantes

VIGITEL 2014 (65 anos e mais):
8,1% é fumante,
2,4% consomem 20 ou mais cigarros e
7,5% é fumante passivo no domicílio

RESULTADOS

Índice de Massa Corporal (%)



IMC<22 associado a fragilidade.

SANTOS, Patrícia Honório Silva et al. Perfil de fragilidade e fatores associados em idosos cadastrados em uma Unidade de Saúde da Família. *Ciênc. saúde coletiva* [online]. 2015, vol.20, n.6, pp. 1917-1924.

Idosos obesos apresentam piores escores de qualidade de vida.

VAGETTI, Gislaine Cristina et al. **Condições de saúde e variáveis sociodemográficas associadas à qualidade de vida em idosas de um programa de atividade física de Curitiba, Paraná, Sul do Brasil.** *Cad. Saúde Pública* [online]. 2013, vol.29, n.5, pp. 955-969.

Considerações finais

- Há pouca participação de idosos em grupos, principalmente na saúde
- Necessário o levantamento dos grupos existentes e de sua efetividade
- Atividade física deve ser estimulada, em especial em algumas regionais que apresentam baixa proporção de idosos que praticam atividade física regularmente
- O tabagismo tem baixa prevalência nas pessoas idosas
- O excesso de peso é uma alteração mais prevalente que o baixo peso, porém o baixo peso está mais associado a fragilidade e conseqüentemente a perda de independência.
- Apesar de Brasília ter sido a regional que tem mais idoso praticando atividade física é uma das regionais que tem mais idosos acima do peso.