
CONFERÊNCIAS FIOCRUZ BRASÍLIA, PESQUISASUS - 1º ENCONTRO CIENTÍFICO DE PESQUISAS APLICADAS ÀS POLÍTICAS PÚBLICAS EM SAÚDE

[CAPA](#) [SOBRE](#) [ACESSO](#) [CADASTRO](#) [PESQUISA](#) [EDIÇÕES ANTERIORES](#) [INSCRIÇÕES](#)
[SUBMISSÕES](#) [PROGRAMAÇÃO DO EVENTO](#) [TEMPLATE DO EVENTO](#) [RESUMOS ACEITOS](#)

[Capa > Pesquisa SUS > PesquisaSUS - 1º ENCONTRO CIENTÍFICO DE PESQUISAS APLICADAS ÀS POLÍTICAS PÚBLICAS EM SAÚDE > Epidemiologia e Vigilância em Saúde > Amancio](#)

Tamanho da fonte:

Hábitos de vida dos idosos residentes no Distrito Federal

Thais Garcia Amancio, Angela Maria Sacramento, Larissa de Freitas Oliveira, Maria Liz Cunha de Oliveira

Última alteração: 2015-11-18

RESUMO

Introdução – A forma que a pessoa idosa vive interfere diretamente na sua qualidade de vida atual e futura. Mapear alguns aspectos que envolvem os idosos de nosso território possibilita que estratégias sejam traçadas para estimular hábitos positivos e desestimular ações que possam prejudicar a manutenção da sua autonomia e independência.

Objetivos – Levantar dados sobre alguns hábitos de vida dos idosos residentes no Distrito Federal de acordo com a Regional de Saúde.

Método – Estudo quantitativo, exploratório, amostra composta por 956 idosos com 60 anos, residentes no Distrito Federal. A coleta dos dados foi realizada por meio de entrevista na campanha de vacinação de 2014. Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Fundação de Ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde sob parecer número 143.846.

Resultados e discussão – Das pessoas entrevistadas, 438 (45,8%) tinham entre 60 e 69 anos, 386 (40,4%) de 70 a 79 anos e 131 (13,7%) de 80 a 99 anos, apenas uma pessoa tinha mais de 100 anos. 581 (60,8%) eram do sexo feminino. Foi questionado para a população entrevistada se elas participaram nos últimos 30 dias de atividades na comunidade (igrejas, associações, centros de convivência e outros) e/ou nas unidades públicas de saúde (grupos informativos, práticas corporais, dentro outros) com resultado que 55% das pessoas entrevistadas participaram de atividades na comunidade e somente 13,4% participaram de atividades na unidade básica de saúde. Em relação a prática de atividade física somente 34,4% dos idosos praticam atividades físicas regularmente três ou mais vezes por semana por pelo menos 30 minutos. Onde mais se pratica atividade física regularmente é em Brasília e onde menos se pratica é em Santa Maria. Em relação ao tabagismo foi observado que 7,4% da população idosa fuma e 41,9% são ex-fumantes. De acordo com Vigitel (2014) 9,7% das pessoas com mais de 18 anos fumam no Distrito Federal. Na pesquisa realizada observamos que somente 38,5% das pessoas estavam com o índice de massa corporal (IMC) dentro da normalidade, 45,7% estavam com o IMC acima da normalidade e 9,9% abaixo do peso.

Conclusão: As pessoas idosas utilizam pouco as atividades vinculadas a unidade básica de saúde, apenas uma pequena parcela realiza atividade física de maneira adequada e muitos encontram-se com IMC alto. Devemos pensar em estratégias para motivar a população idosa a cuidar de sua saúde como forma de promover o envelhecimento ativo.

PALAVRAS-CHAVE

saúde idoso; qualidade de vida
