

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E PERCEPÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM IDOSAS ATIVAS

JAMILE BEDOIA DO NASCIMENTO DOS SANTOS (CREF 2040-G/SE)¹

KENIA REJANE DE OLIVEIRA BATISTA (CREF 1633-G/SE)¹

MONA GIZELLE DREGER DE OLIVEIRA (CREF 8478-BA)¹

ROBERTO JERÔNIMO DOS SANTOS SILVA (CREF 0022-G/SE)¹

¹PPGEF/UFS em Movimento/UFS, São Cristóvão, Sergipe, Brasil
jamilebedoia@gmail.com

INTRODUÇÃO: O aumento da expectativa de vida da população do Brasil, sexto país com maior população idosa do mundo, tem contribuído para que haja uma grande preocupação com saúde do idoso. Por este motivo, têm sido criados vários programas comunitários de atividades físicas, como é o caso do Programa Pro Bonfim, no município de Estância/SE. **OBJETIVO:** verificar a relação entre nível de atividade física e percepção de qualidade de vida em idosas ativas. **MÉTODOS:** trata-se de um estudo piloto transversal. A amostra foi composta por 18 idosas com média de idade de 67±5,33 anos, participantes do Programa Pro Bonfim, selecionadas de forma aleatória. Foi realizada aplicação de questionário de caracterização dos sujeitos, avaliação antropométrica com medidas de massa corporal e estatura, e aplicação do questionário de percepção de qualidade de vida (Whoqol-Bref). Para análise dos dados, utilizou-se Correlação Linear entre as variáveis “nível de atividade física”, “IMC”, “qualidade de vida total”, “domínio físico”, “domínio psicológico”, “domínio social” e “domínio ambiental”. O procedimento foi realizado utilizando o software SPSS versão 22.0, considerando o nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** No grupo estudado, houve correlação entre “nível de atividade física” e “qualidade de vida total” ($r=0,60$; $p\leq 0,02$) e entre “nível de atividade física” e “domínio ambiental do Whoqol” ($r=0,529$; $p\leq 0,04$). Não foram encontradas relações entre o “IMC” e as demais variáveis. **CONCLUSÃO:** Há forte relação entre o nível de atividade física e a qualidade de vida total e o nível de atividade física e a percepção de ambiente em idosas ativas. Não há relação entre o IMC e as variáveis que caracterizam a qualidade de vida em idosas ativas.

Palavras-chave: idosos, qualidade de vida, atividade física