

**Roseli Aparecida Peterlini Bonfim**

Fisioterapeuta e Pós-Graduada em Fisioterapia Manipulativa pelo  
Centro Universitário Uniguairacá, Guarapuava/PR.

**Claudia Bernardes Maganhini**

Fisioterapeuta e Mestre em Saúde Coletiva.  
Docente de Fisioterapia pelo  
Centro Universitário Uniguairacá, Guarapuava/PR.

**Fernando Sluchensci dos Santos**

Fisioterapeuta e Pós-Graduado em Fisioterapia Manipulativa pelo  
Centro Universitário Uniguairacá.  
Mestrando em Nanociências e Biociências pela  
Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO), Guarapuava/PR.

**Renan Felipe Pereira Gonçalves**

Acadêmico do Curso Tecnólogo em Enfermagem pela  
Futura Educação Profissional, Guarapuava/PR.

**Jessica Kot**

Acadêmica do Curso de Fisioterapia pelo  
Centro Universitário Uniguairacá, Guarapuava/PR.

**Thays Barbosa Palermo**

Fisioterapeuta e Pós-Graduada em Fisioterapia Manipulativa pelo  
Centro Universitário Uniguairacá, Guarapuava/PR.

## RESUMO

Podemos definir envelhecimento como um processo natural e inerente a todas as pessoas, o qual corresponde a um conjunto de diversas alterações fisiológicas, morfológicas, bioquímicas, emocionais, sensoriais e motoras, deixando o indivíduo mais vulnerável e suscetível ao surgimento de doenças que afetam a sua independência, autonomia e qualidade de vida. O presente estudo teve como objetivo avaliar a qualidade de vida em idosos participantes de um grupo de 3ª idade. A presente pesquisa propôs um estudo transversal com abordagem quantitativa, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Centro-Oeste (UNICENTRO) com o parecer de número 4.075.760. Os indivíduos foram avaliados por meio do Miniexame de Estado mental (MEEM) e por meio do Questionário WHOQOL-Bref. O estudo foi desenvolvido nas dependências do Salão Social da Igreja Ucrâniana São Nicolau, localizada na rua Mauá, Nº 176, Bairro Boqueirão, no município Guarapuava/PR. A amostra final contou com 29 idosos com uma média de idade de  $67 \pm 5,7$  anos e a maior parte são mulheres, totalizando 86,2% dos indivíduos avaliados. A média do questionário foi acima de 65 pontos em todos os domínios, sendo os melhores pontuados o domínio psicológico e o domínio relações sociais. Os idosos entre as faixas de 60 a 69 anos e 70 a 80 anos não apresentaram diferença quanto à qualidade de vida. O mesmo ocorreu quando se comparou a qualidade de vida entre idosos com IMC

normal e IMC acima do normal. Os homens apresentaram melhor qualidade de vida que as mulheres nos domínios físico, autoavaliação da qualidade de vida e escore total. No questionário *WhoQol-Bref* não há uma classificação em boa ou má qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Idoso; Envelhecimento; Qualidade de vida.

## INTRODUÇÃO

Podemos definir o envelhecimento como um processo natural e inerente a todas as pessoas, o qual corresponde a um conjunto de diversas alterações fisiológicas, morfológicas, bioquímicas, emocionais, sensoriais e motoras, deixando o indivíduo mais vulnerável e suscetível ao surgimento de doenças que afetam a sua independência, autonomia e qualidade de vida (Camargo, 2018).

O envelhecimento tem se tornado um fenômeno mundial, que afeta todas as pessoas, independente da expectativa de vida aliado aos avanços tecnológicos na área da saúde, assim como o surgimento de programas de prevenção e de promoção em saúde, que vêm aumentando a longevidade desses indivíduos (Pereira, Nogueira e Silva, 2015).

Com o envelhecimento, a qualidade de vida e a capacidade funcional sofrem declínio em consequência deste processo e tendem a ser agravadas pelo sedentarismo, onde há redução da disposição em realizar qualquer tipo de atividade, ocorrendo um declínio da funcionalidade alterando assim as relações familiares, disposição, lazer, prazer, espiritualidade, capacidade funcional e estado de saúde. O envelhecimento deve ser compreendido na sua totalidade e nas suas diversas dimensões, pois essas transformações afetam direta e indiretamente as inter-relações do sujeito com seu contexto social, comprometendo a qualidade de vida, ou seja, seu bem-estar biopsicossocial, interferindo no envelhecimento saudável (Santos et al., 2017).

A qualidade de vida é um termo amplo, com várias definições, que dependem da influência de aspectos e percepções individuais, sociais e ambientais (Pereira, Nogueira e Silva, 2015).

O conceito de qualidade de vida abrange uma grande gama de aspectos, tais como: a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, o suporte familiar, o estado de saúde, os valores culturais, éticos e a religiosidade, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com as atividades da vida diária e com o ambiente em que se vive. Trata-se, portanto, de um conceito subjetivo (Dawalibi, Goulart e Prearo, 2014).

Alguns fatores da qualidade de vida pode ser prejudicado pelo sedentarismo, pois esse comportamento que ao longo do tempo, intensifica o processo de incapacidade e dependência, elevando assim o risco de incidência de doenças crônicas não transmissíveis e comprometimentos, tanto cognitivo como funcional (Almeida et al., 2015).

Entre as doenças crônicas não transmissíveis mais comuns na velhice se sobressaem a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e o Diabetes Mellitus (DM), que juntas são consideradas os principais fatores de risco para o progresso de doenças cardíacas isquêmicas, neuropatias periféricas, insuficiência renal crônica, síndrome da fragilidade e o declínio da independência em idosos, diminuindo assim a qualidade de vida (Barreto, Carreira e Marcon, 2015).

Intervenções com mudanças de hábitos podem desacelerar o processo de envelhecimento e principalmente a prática regular de exercícios físicos, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida (Estrela e Bauer, 2017).

Mediante ao exposto, o presente estudo teve como objetivo avaliar a qualidade de vida em idosos participantes de um grupo de 3ª idade no município de Guarapuava/PR no primeiro semestre do ano de 2020.

## **METODOLOGIA**

### **Tipo de estudo**

A presente pesquisa propôs um estudo transversal com abordagem quantitativa.

### **Aspectos éticos**

A pesquisa recebeu aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual do Centro Oeste (UNICENTRO) sob número de parecer 4.075.760. O estudo seguiu os preceitos estabelecidos na Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), o qual regulamenta a pesquisa com seres humanos no Brasil.

### **Local de realização do estudo, seleção da amostra e período de estudo**

O estudo foi desenvolvido nas dependências do Salão Social da Igreja Ucrâniana São Nicolau, localizada na rua Mauá, Nº 176, Bairro Boqueirão, no município Guarapuava/PR, mediante a autorização do responsável pelo espaço. Os indivíduos foram recrutados por meio de convite direto, de caráter verbal e expositivo aos membros do Grupo da Melhor Idade São Nicolau. Após o convite, foram explanadas questões acerca dos principais riscos e benefícios em sua participação, sendo essa de forma gratuita e assistida durante todo o período pelos pesquisadores responsáveis. Por fim, os indivíduos que aceitaram participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os indivíduos foram avaliados entre os dias 9 e 16 de março de 2020, durante encontro agendado previamente com os responsáveis pelo Grupo.

## **Critérios de elegibilidade**

A amostra foi selecionada por conveniência de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Foram critérios de inclusão: idosos de ambos os sexos, com idade entre 60 a 80 anos, que fossem independentes para a marcha e para as transferências, bem como que tivessem o cognitivo preservado, avaliados por meio do Mini Exame de Estado Mental (MEEM) e que consentissem em sua participação por meio da Assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram excluídos do presente estudo indivíduos que estivessem fora da faixa etária estipulada (60 a 80 anos de idade), que não fossem independentes para a marcha e/ou para as transferências, que fossem reprovados na avaliação por meio da avaliação cognitiva do MEEM e/ou que não consentissem em sua participação por meio da assinatura TCLE.

## **Instrumentos avaliativos**

Num primeiro momento todos responderam o Mini Exame de Estado Mental (MEEM), o qual é utilizado para avaliar e realizar uma triagem da função cognitiva, tendo como objetivo fornecer informações acerca de diferentes parâmetros cognitivos, e apresenta questões agrupadas em sete categorias, cada uma delas planejada com o objetivo de avaliar as funções cognitivas específicas como a orientação temporal (5 pontos), orientação espacial (5 pontos), registro de três palavras (3 pontos), atenção e cálculo (5 pontos), recordação das três palavras (3 pontos), linguagem (8 pontos) e capacidade construtiva visual (1 ponto). Seu escore pode variar de um mínimo de 0 pontos, o qual indica o maior grau de comprometimento cognitivo dos indivíduos, até um total máximo de 30 pontos, o qual, por sua vez, corresponde a melhor capacidade cognitiva. O teste é de fácil aplicação e sua duração é em torno de 10 minutos. Foi adotado como incluso o indivíduo com pontuação esperada de acordo o tempo de escolaridade.

A seguir foi avaliada a Qualidade de Vida (QV) através do questionário *WHOQOL-Bref*, que é uma versão abreviada do *WHOQOL-100*. No *WHOQOL-Bref* encontram-se 24 questões onde cada questão foi correspondente a um domínio, mais duas questões gerais sobre a qualidade de vida totalizando 26 questões. A Organização Mundial de Saúde (OMS) definiu que a seleção das questões que formulariam o presente questionário deveria ocorrer de forma conceitual e psicométrica mantendo obrigatoriamente o caráter abrangente do instrumento original ou seja, os 24 domínios deveriam ser representados por uma questão, desta forma foram selecionadas as questões que mais se aproximassem ao escore total do questionário estendido, este escore total 12 vai ser calculado pela média de todas as facetas ou domínios sendo eles domínios: físicos, psicológico, relações sociais e meio ambiente (Fleck, et al., 2018).

## Análise de dados

Todos os dados obtidos através dos métodos aplicados, foram descritos em forma de tabelas e gráficos para facilitar a observação da análise estatística. A análise dos resultados foi realizada pelo software IBM *Statistics SPSS 20*. Os dados categóricos foram apresentados em frequência e porcentagem. Os dados numéricos foram descritos em média e desvio-padrão e testados quanto à normalidade pelo *Shapiro-Wilk Test*. Para avaliar a igualdade das variâncias foi utilizado o *Levene's Test*, e para a comparação entre os grupos foram utilizados o *T-Student Test* não pareado e o *Mann-Whitney Test*. Para as correlações foram utilizados a Correlação de *Pearson* e a Correlação de *Spearman*. O nível de significância foi de 0,05

## RESULTADOS

A amostra foi constituída inicialmente por 32 participantes, mas três desistiram de continuar as avaliações. Dessa forma a amostra final contou com 29 idosos com uma média de idade de  $67 \pm 5,7$  anos e a maior parte são mulheres, totalizando 86,2% dos indivíduos avaliados. A Tabela 1 abaixo apresenta o perfil da amostra e as pontuações obtidas no questionário *WhoQol-Bref* descritos em média e desvio padrão e porcentagem.

**Tabela 1** - Classificação das variáveis idade, sexo, índice de massa corporal (IMC) e aptidão com o questionário de qualidade de vida *WhoQol-Bref* em frequência, porcentagem, média e desvio-padrão.

|       |                          | 29 – 100%    |            |
|-------|--------------------------|--------------|------------|
| Idade | Frequência e porcentagem | 60 à 69 anos | 21 – 72,4% |
|       |                          | 70 à 80 anos | 8 – 27,6%  |
|       | Média ± Dp               | 67 ±5,70     |            |
| Sexo  | Frequência e porcentagem | Homens       | 4 – 13,8%  |
|       |                          | Mulheres     | 25 – 86,2% |
|       |                          | Peso normal  | 12 – 41,4% |

|            |                          |                   |            |
|------------|--------------------------|-------------------|------------|
| <b>IMC</b> | Frequência e porcentagem | Sobrepeso         | 10 – 34,5% |
|            |                          | Obesidade Grau I  | 6 – 20,7%  |
|            |                          | Obesidade Grau II | 1 – 3,4%   |
|            | Média ± Dp               | 26,21 ± 4,65      |            |

**Domínios de Qualidade de vida (n=29)**

Média ± Dp

|                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| <b>Físico</b>               | 67,34±18,86 |
| <b>Psicológico</b>          | 72,67±17,34 |
| <b>Relações Sociais</b>     | 74,86±17,19 |
| <b>Ambiente</b>             | 65,42±15,85 |
| <b>Auto Avaliação da QV</b> | 65,09±19,00 |
| <b>Total</b>                | 68,65±14,96 |

Os idosos foram divididos em dois grupos e de três formas, sendo, por idade, por gênero e por IMC, para ser realizada a correlação entre as variáveis, para ver se havia diferença estatística. Não houve diferença na comparação entre idade e índice de massa corporal quanto aos valores do *WhoQol-Bref* ( $p>0,05$ ). Já na comparação entre os gêneros houve diferença nos domínios físico, na autoavaliação da qualidade de vida e no escore total ( $p<0,05$ ) indicando que os homens apresentam melhor qualidade de vida nos domínios citados acima em comparação com as mulheres (Tabela 2 e Figura 1).

**Tabela 2** - Comparações entre faixas de idade, sexo e índice de massa corporal (IMC) quanto aos domínios e escore total do questionário *WhoQol-Bref* de qualidade de vida.

| Domínios de Qualidade de vida | Idade em anos | N  | Média ± Desvio-Padrão | P     |
|-------------------------------|---------------|----|-----------------------|-------|
| Físico                        | 60 à 69       | 21 | 69,18±3,78            | 0,403 |

|                                   |         |    |             |       |
|-----------------------------------|---------|----|-------------|-------|
|                                   | 70 à 80 | 8  | 62,50±22,90 |       |
| Psicológico                       | 60 à 69 | 21 | 76,15±16,52 | 0,080 |
|                                   | 70 à 80 | 8  | 63,54±17,07 |       |
| Relações Sociais                  | 60 à 69 | 21 | 75,59±16,78 | 0,715 |
|                                   | 70 à 80 | 8  | 72,91±19,28 |       |
| Ambiente                          | 60 à 69 | 21 | 68,22±13,71 | 0,126 |
|                                   | 70 à 80 | 8  | 58,09±19,57 |       |
| <sup>a</sup> Auto Avaliação da QV | 60 à 69 | 21 | 66,07±17,74 | 0,583 |
|                                   | 70 à 80 | 8  | 62,50±23,14 |       |
| Total                             | 60 à 69 | 21 | 70,95±13,35 | 0,183 |
|                                   | 70 à 80 | 8  | 62,58±18,12 |       |

| Domínios de Qualidade de vida | Sexo   | N  | Média ± Desvio-Padrão | P      |
|-------------------------------|--------|----|-----------------------|--------|
| Físico                        | Homem  | 4  | 86,60±9,39            | 0,025* |
|                               | Mulher | 25 | 64,26±18,23           |        |
| Psicológico                   | Homem  | 4  | 86,46±10,42           | 0,087  |
|                               | Mulher | 25 | 70,46±17,33           |        |

|                                   |        |    |             |        |
|-----------------------------------|--------|----|-------------|--------|
| Relações Sociais                  | Homem  | 4  | 83,33±11,78 | 0,297  |
|                                   | Mulher | 25 | 73,50±17,71 |        |
| Ambiente                          | Homem  | 4  | 74,22±22,30 | 0,239  |
|                                   | Mulher | 25 | 64,02±14,69 |        |
| <sup>a</sup> Auto Avaliação da QV | Homem  | 4  | 84,37±11,96 | 0,026* |
|                                   | Mulher | 25 | 62,00±18,21 |        |
| Total                             | Homem  | 4  | 82,21±12,22 | 0,049* |
|                                   | Mulher | 25 | 66,47±14,39 |        |

| Domínios de Qualidade de vida | IMC             | N  | Média ± Desvio-Padrão | P     |
|-------------------------------|-----------------|----|-----------------------|-------|
| <sup>a</sup> Físico           | Normal          | 12 | 69,94±11,64           | 0,411 |
|                               | Acima do Normal | 17 | 65,51±22,82           |       |
| Psicológico                   | Normal          | 12 | 74,58±14,26           | 0,627 |
|                               | Acima do Normal | 17 | 71,32±19,53           |       |
| <sup>a</sup> Relações Sociais | Normal          | 12 | 72,22±8,94            | 0,243 |

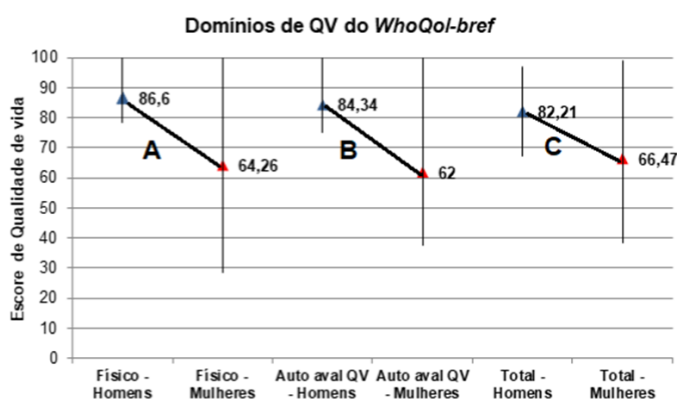


|                                   |                 |    |             |       |
|-----------------------------------|-----------------|----|-------------|-------|
|                                   | Acima do Normal | 17 | 76,71±21,30 |       |
|                                   | Normal          | 12 | 62,50±12,85 |       |
| Ambiente                          |                 |    |             | 0,414 |
|                                   | Acima do Normal | 17 | 67,49±17,75 |       |
|                                   | Normal          | 12 | 64,58±16,71 |       |
| <sup>a</sup> Auto Avaliação da QV |                 |    |             | 0,946 |
|                                   | Acima do Normal | 17 | 65,44±21,97 |       |
|                                   | Normal          | 12 | 68,54±9,54  |       |
| <sup>a</sup> Total                |                 |    |             | 0,842 |
|                                   | Acima do Normal | 17 | 68,72±18,15 |       |

IMC – índice de massa corporal.

\*p<0,05.

<sup>a</sup>Mann-Whitney Test (dados não paramétricos ou Levene's Test com p<0,05).



**Figura 1** - Em A, comparação entre as médias do domínio físico entre homens e mulheres com p=0,025. Em B, comparação entre os domínios de autoavaliação da qualidade de vida de homens e mulheres com p=0,026. Em C, comparação entre o escore total de homens e mulheres com p=0,049.

Não houve correlação significativa entre os domínios e escore total do *WhoQol-Bref* com a idade dos participantes ( $p>0,05$ ) como também não houve correlação entre os domínios e escore total do *WhoQol-Bref* com o índice de massa corporal dos participantes ( $p>0,05$ ) (Tabela 3).

**Tabela 3** - Correlação entre idade (anos) com os domínios e escore total do questionário *WhoQol-Bref* para qualidade de vida e correlação entre índice de massa corporal com os domínios e escore total do questionário *WhoQol-Bref*.

| Domínios de Qualidade de vida | Idade                      |       | IMC                        |       |
|-------------------------------|----------------------------|-------|----------------------------|-------|
|                               | Coefficiente de correlação | P     | Coefficiente de correlação | P     |
| Físico                        | <sup>a</sup> 0,074         | 0,702 | -0,291                     | 0,125 |
| Psicológico                   | <sup>a</sup> -0,092        | 0,635 | -0,185                     | 0,337 |
| Relações Sociais              | <sup>a</sup> 0,005         | 0,980 | -0,072                     | 0,711 |
| Ambiente                      | <sup>a</sup> -0,007        | 0,969 | -0,74                      | 0,701 |
| Auto Avaliação da QV          | <sup>a</sup> 0,100         | 0,605 | <sup>a</sup> -0,052        | 0,788 |
| Total                         | <sup>a</sup> 0,021         | 0,913 | -0,190                     | 0,701 |

IMC – índice de massa corporal.

<sup>a</sup>Correlação de *Spearman*, as demais correlações são de *Pearson*.

## DISCUSSÃO

O presente estudo visou avaliar a qualidade de vida em idosos participantes de um Grupo de Terceira Idade. Os resultados apresentados no presente estudo demonstraram que a qualidade de vida dos idosos avaliados não apresentou resultados significativos quando correlacionado com o gênero ou mesmo quando divididos em grupos etários e em diferentes classificações de índice de massa corporal (IMC).

Um estudo realizado por Toldrá et al. (2014), avaliou um grupo de 25 idosos, dos quais 88% dos participantes eram mulheres. A idade média dos indivíduos era de  $65,8\pm 5,1$  anos. Quanto à caracterização da amostra, o presente estudo apresenta resultados similares, onde a média de idade é de  $67\pm 5,7$  anos e destes, 86% correspondem ao gênero feminino. Os grupos constituídos majoritariamente por mulheres podem ser explicados pelo fato de que mulheres idosas, em comparação com os homens, têm maior adesão à participação em grupos de convivência de idosos. O mesmo foi observado em estudos com maior amostragem, como no caso de Sousa et al. (2015),

onde avaliaram-se o perfil socioepidemiológico e as condições de vida e saúde da população idosa acompanhada pelo programa de Estratégia da Saúde da Família (ESF) no município de Benevides-PA. Dos 341 indivíduos avaliados, 52,83% dos participantes eram do gênero feminino.

Vagetti et al. (2017), avaliaram um grupo de 1.783 idosos assistidos pela Secretaria Municipal de Esporte e Lazer da cidade de Curitiba-PR. A média de idade foi de  $68,7 \pm 6,3$  anos. O mesmo estudou evidenciou que apenas 24,0% (n=434) da amostra encontrava-se com IMC classificado como “normal”, ou seja, ideal para sua altura, enquanto 42,9 % (n=774) apresentaram-se com sobrepeso e 33,1% (n=33) com obesidade. Tais achados vêm em concordância com a presente pesquisa, onde observamos que a maior parte dos idosos avaliados encontram-se em classificações de sobrepeso (34,5%) e obesidade grau I e II (24,1%).

Já Ferreira, Meireles e Ferreira (2018), descrevem a qualidade de vida como um produto de uma série de comportamentos adotados pelos idosos, sendo influenciados por diversos fatores, como renda, etnia, escolaridade, estado conjugal, etc., que podem interferir nas condições de vida e conseqüentemente na qualidade de vida nas diferentes fases do envelhecimento. Já na avaliação da qualidade de vida, como menciona Pimentel et al. (2015), baseia-se na percepção que o indivíduo tem de si e assim, o preenchimento das respostas pode ser influenciado por qualquer interferência de ordem pessoal, resultando em um comprometimento na confiabilidade das informações prestadas. Estes dois estudos vem de encontro com o presente estudo, pois não obtivemos correlação estatística da qualidade de vida pois ela é um termo muito abrangente.

No escore total do *WhoQol-Bref*, a amostra do estudo obteve valor igual a  $68,65 \pm 14,96\%$ . Estudos prévios realizados por Mello (2008) e Hawthorne et al. (2006), obtiveram um escore total em 60 e 70 %, respectivamente, apresentando resultados próximos aos encontrados no presente estudo.

Quando avaliados separadamente os domínios dentro do mesmo instrumento de avaliação e separados por gêneros, vemos que os domínios “físico” e “autoavaliação” apresentaram diferença estatística dentro dos participantes do estudo, onde os homens demonstraram maior pontuação em relação às mulheres e, segundo Molzahn et al. (2010), esse domínio corresponde ao aspecto mais importante da avaliação. Tal diferença deve-se a diferença em número de amostra, onde temos menos indivíduos do sexo masculino em comparação ao sexo feminino e, por conseguinte, interferindo nos cálculos de média e desvio-padrão da amostra.

No presente estudo tivemos como limitação a mudança do tipo de estudo, devido a instalação do estado de pandemia da COVID-19, o trabalho teve que ser modificado não sendo possível realizar a intervenção, pois a amostra pertencia ao grupo de risco, sendo necessário a realização do distanciamento social, e a presente pesquisa foi realizada somente com os dados da avaliação inicial do grupo, que foi realizada antes da pandemia.

## CONCLUSÃO

No estudo, a maioria dos idosos são mulheres como observado em outros estudos com população idosa, grande parte da amostra têm idade entre 60 à 69 anos. O sobrepeso ou a obesidade está presente na maioria dos idosos, o que é preocupante por ser um fator de risco para eventos cardiovasculares como o infarto do miocárdio e neurovasculares como a acidente vascular encefálico como também pode agravar os quadros de osteoartrose em coluna vertebral e membros inferiores.

A média do questionário foi acima de 65 pontos em todos os domínios, sendo os melhores pontuados o domínio psicológico e o domínio relações sociais. Os idosos entre as faixas de 60 a 69 anos e 70 a 80 anos não apresentaram diferença quanto à qualidade de vida. O mesmo ocorreu quando se comparou a qualidade de vida entre idosos com IMC normal e IMC acima do normal. Os homens apresentaram melhor qualidade de vida que as mulheres nos domínios físico, autoavaliação da qualidade de vida e escore total. No questionário WhoQol-Bref não há uma classificação em boa ou má qualidade de vida.

O aumento da idade e o aumento do IMC não implicaram na diminuição da qualidade de vida desses idosos.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, L. F. F. et al. Projeto de intervenção comunitária “Em Comunidade”: contribuições para a promoção da saúde entre idosos de Viçosa, MG, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(12):3763-3774, 2015. Doi:10.1590/1413-812320152012.10082015

BARRETO, M. S.; CARREIRA, L.; MARCON, S. S. Envelhecimento populacional e doenças crônicas: Reflexões sobre os desafios para o Sistema de Saúde Pública. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 18, n. 1, p. 325-339, 2015. Doi: 10.23925/2176-901X.2015v18i1p325-339

CAMARGO, B. V., AGUIAR, A., & BOUSFIELD, A. B. S. (2018). Representações Sociais do Envelhecimento e Rejuvenescimento: **Ciência e Profissão** Jul/Set. 2018 v. 38 n°3, 494-506. Doi: 10.1590/1982-37030004492017

DAWALIBI, N. W.; GOULART, R. M.; PREARO, L. C. Fatores relacionados à qualidade de vida de idosos em programas para a terceira idade. **Ciência Saúde Coletiva**, v. 19, n. 8, p. 3505-3512, 2014. Doi: 10.1590/1413-81232014198.21242013

ESTRELA, A.L.; BAUER, M.E. Envelhecimento saudável e atividade física: uma revisão sistemática sobre efeitos do exercício nas doenças cardiovasculares. **Scientia Médica**, v.27, n.1, p.4, 2017. Doi: 10.15448/1980-6108.2017.1.25837

FLECK, M. P. A.; et al. Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida. "WHOQOL-Bref", **Revista de Saúde Pública** **2000**, 34(2); 178-183. Doi: 10.1590/S0034-8910200000200012

FERREIRA, L. K.; MEIRELES, J. F. F.; FERREIRA, M. E. C. Avaliação do estilo e qualidade de vida em idosos: uma revisão de literatura. **Ver. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro**, 2018; 21(5): 639-651. Doi: 10.1590/1981-22562018021.180028

HAWHORNE, G.; et al. Issues in conducting crosscultural research: implementation of an agreed international protocol [corrected] designed by the WHOQOL Group for the conduct of focus groups eliciting the quality of life of older adults. **Qual Life Res.**, 2006 sep; 15(7): 1257-70. Doi: 10.1007/s11136-006-0062-4

MELLO, D.B. **Influência da obesidade na qualidade de vida de idosos.** [tese]. Rio de Janeiro: Fundação Oswaldo Cruz. Programa de doutorado em Ciências na área de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública Sergio Arouca; 2008. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/4503>

MOLZAHN, A.; SKEVINGTON, S.M.; KALFOSS, M.; MAKAROFF, K.S. A importância das facetas da qualidade de vida para os idosos: uma investigação internacional. **Qual Life Res.** 2010; 19 (2): 293–8. Doi: 10.1007/s11136-009-9579-7

PEREIRA, D. S.; NOGUEIRA, J. A. D.; SILVA, C. A. B. Qualidade de vida e situação de saúde de idosos: um estudo de base populacional no Sertão Central do Ceara. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, 2015; 18(4): 893-908. Doi: 10.1590/1809-9823.2015.14123

PIMENTEL L, W. R. T.; et al. Quedas e qualidade de vida: associação com aspectos emocionais em idosos comunitários. **Geriatria e Gerontologia Aging**, v. 9, n. 2, p. 42-48, 2015. Doi: 10.5327/Z2447-2115201500020002

SANTOS, F. D. R. P. et al. Análise do tempo de prática de exercício físico na qualidade de vida da pessoa idosa. **Revista Enfermagem Atual in derme** - 88-26, 2017. Doi: 10.31011/reaid-2019-v.88-n.26-art.37

SOUSA, et al., Qualidade de vida dos idosos e os fatores associados: Uma Revisão Integrativa. **Id on Line Rev.Mult. Psic.**, Outubro/2019, vol.13, n.47, p. 320-326. ISSN: 1981-1179. Doi: 10.14295/online.v13i47.1988

TOLDRÁ, R. C.; et al. Promoção da Saúde e da qualidade de vida com idosos por meio de práticas corporais. **O Mundo da Saúde, São Paulo**-2014;38(2):159-168. Doi: 10.15343/0104-7809.20143802159168

VAGETTI, G.C.; et al. Associação do índice de massa corporal com a aptidão funcional de idosas participantes de um programa de atividade física. **Rev.**

**Bras. Geriatr. Gerontol.** Rio de Janeiro. 20(2): 216-227, 2017. Doi:  
10.1590/1981-22562017020.160160