

## Qualidade de vida na velhice<sup>1</sup>

*Fernanda Ceschin,  
Cristiani Alquati  
Maria Amélia Ximenes*



Foto Rita Amaral

No início deste novo milênio, em quase todos os países do continente, o fenômeno do envelhecimento populacional é uma realidade. Segundo o IBGE (2002) no Brasil 8,6% da população total é idosa e estima-se que até o ano de 2020 estes poderão exceder 30 milhões de pessoas, representando 13% do total de habitantes.

O Município de Bauru, estado de São Paulo, não ficou atrás nessa estatística possuindo na atualidade, aproximadamente, 39 mil idosos, número considerável e que representa quase 12% do total de habitantes. (IPRS 2006).

No entanto, ao mesmo tempo em que o envelhecimento traz uma sensação de “imortalidade”, também acarreta uma série de situações a serem enfrentadas, consequentes deste envelhecer como, por exemplo, a qualidade desse tempo que se vai viver, e de que forma o idoso continuará participando ativamente da vida social.

Com o aumento da expectativa de vida e, consequentemente, do número de idosos, cada vez mais se buscam alternativas para viver bem esta fase da vida,

---

<sup>1</sup> Parte do Projeto de Iniciação Científica, FAP/USC, Centro de Ciências Biológicas e Profissões da Saúde, Curso de Terapia Ocupacional, Universidade Sagrado Coração, sob orientação da Profa. Dra. Maria Amélia Ximenes.

considerada a mais longa de toda a vida humana. Por ser uma fase considerada propensa a doenças, tornam-se necessários estudos, nos mais diversos campos, com objetivos da busca de uma vida mais saudável e com qualidade.

Algumas instituições têm promovido ações com esses objetivos, porém a mais antiga delas é a do SESC - Serviço Social do Comércio - que há 46 anos através do Programa Terceira Idade, vem trabalhando com seus usuários idosos. Além de ter como objetivo a melhora da qualidade de vida destes, o programa se compromete na criação e execução de medidas concretas para a inclusão social, reformulando conceitos e discutindo sobre a revalorização do idoso pela sociedade.

Pesquisas têm sido feitas com o objetivo de estudar o fenômeno do envelhecer, nos mais diversos ângulos e, dentre estes, destacamos os relativos à área da Terapia Ocupacional. Ela prevê, em seus objetivos principais, a busca da qualidade de vida do indivíduo entendendo-a como uma junção entre autoestima e o bem-estar pessoal, incluindo a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a influência da família e sociedade, a atividade intelectual, o autocuidado, a saúde, os valores culturais, éticos e a religiosidade.

São objetivos do trabalho com idosos em Terapia Ocupacional: a promoção da independência e autoconfiança; a preservação da identidade; a prevenção e/ou enfrentamento de deficiências funcionais, com ajuda de adaptações e/ou através de atividades selecionadas a partir das possibilidades, interesses e limitações do idoso; identificar dificuldades de desempenho - biológicas, afetivas, cognitivas e sociais.

Porém, sabe-se que a velhice não é igual para todos. Há pessoas que envelhecem bem, enquanto outras têm uma velhice com dificuldades. Pensando nisso, será que os idosos de Bauru se preocupam com a fase que estão vivendo? Buscam um envelhecimento com qualidade? E os que não a buscam é por falta de oportunidade, apoio ou preconceito? Suas famílias e/ou a sociedade bauruense interferem de alguma maneira nos seus modos de vida? Existe algum recurso em Bauru que possa favorecer o envelhecer com qualidade?

Esta pesquisa, realizada durante o ano de 2010, verificou o que é velhice e qualidade de vida na opinião dos idosos frequentadores do SESC, moradores da cidade de Bauru-SP. Quais os recursos de enfrentamento utilizados por eles e se estes recursos contribuem de alguma forma para a qualidade de suas vidas. Por fim, identificou quais os recursos oferecidos pelo SESC da cidade aos seus usuários idosos.

A metodologia empregada foi de abordagem qualitativa e quantitativa. Foram sujeitos deste estudo 30 idosos, sendo 15 homens e 15 mulheres, moradores da cidade de Bauru/SP, com idade a partir de 60 anos, usuários do SESC, independentemente da classe social, grau de escolaridade, profissão, podendo

ter ou não enfermidades, mas que pudessem realizar as tarefas previstas na pesquisa. O SESC/BAURU foi escolhido por ser uma instituição que trabalha a qualidade de vida com seus usuários idosos há quase meio século, é respeitada por suas pesquisas na área de Gerontologia Social e preencheu as exigências para a seleção dos sujeitos. O instrumento de coleta de dados foi uma entrevista semiestruturada, e os dados obtidos foram analisados, categorizados e comparados à literatura atual.

O perfil dos entrevistados mostrou uma média de idade de 70,6 anos para o sexo masculino e de 66,9 anos para o sexo feminino, sendo a grande maioria destes são aposentados e com ensino fundamental incompleto. As mulheres são viúvas e moram sozinhas e os homens são casados e moram com suas esposas.

Os resultados da pesquisa apontam que, tanto para os homens como as mulheres, para viver com qualidade o indivíduo idoso precisa, além de ter saúde, participar das atividades de lazer e ter boas condições financeiras.

Percebeu-se que os idosos entrevistados apresentaram um olhar negativo sobre a velhice: os homens preferem não pensar sobre isso e acreditam que ela está vinculada à espera da morte; as mulheres a percebem como o fim de tudo, porém torcem para ter uma vida longa. Para enfrentá-la os homens colocaram que o recurso necessário é ter dinheiro, e as mulheres que é preciso interação social, além de uma alimentação saudável e atividades físicas. Estes aspectos são importantes para se viver com qualidade, segundo os autores estudados.

Verificou-se que os recursos oferecidos pelo SESC estão de acordo com a expectativa dos entrevistados, e com as suas opiniões sobre o que vem a ser qualidade de vida - atividade física, interação social (amizade), lazer e ocupação (atividades que eles chamam “para passar o tempo” como as oficinas de dança, artesanato, etc.). Embora o SESC disponha de equipamentos adaptados, como rampa, banheiros, corrimão, somente um entrevistado destacou essas adaptações como recurso oferecido pelo SESC.

Atividades estruturadas, que visem o interesse e que tenham significado para a vida da pessoa é a proposta da Terapia Ocupacional, afim de que o profissional possa atingir objetivos específicos, sejam do campo social, da saúde ou educacional. Percebeu-se que os usuários do SESC ao escolherem as atividades projetam nelas um significado, no caso a consciência que estão ali participando para ter uma vida com mais saúde e em consequência com qualidade. Partindo desse princípio o SESC de Bauru, de acordo com a fala dos entrevistados, através das atividades proporcionadas e adaptadas promove qualidade de vida aos seus usuários idosos.

Sabemos que a qualidade de vida deve ser construída ao longo do envelhecer, e não somente na velhice, já que ela depende da história de vida de cada um. Porém a busca é individual e nunca é tarde para começá-la. O SESC, de

acordo com a pesquisa, tem promovido por meio de suas atividades físicas e socioculturais um caminho para essa vida longa e de qualidade.

Devido à escassez de estudos no campo da Terapia Ocupacional, na vertente qualidade de vida e o idoso, esta pesquisa se torna relevante, beneficiando estudantes, terapeutas ocupacionais e profissionais de áreas afins.

Poderá, assim, contribuir na compreensão dessa etapa da vida ainda vista, preconceituosamente, como sem perspectivas sociais, estagnação, finalização e sinônimo de doença. Deve contribuir, também, na elaboração de projetos futuros, no Município de Bauru, que busquem estratégias para a melhoria das condições de vida dos idosos, proporcionando uma reflexão acerca dos usuários do SESC/BAURU, importante para que dirigentes possam rever conceitos e/ou manter estratégias.

### **Referências**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil. Estudos e pesquisas. Rio de Janeiro: IBGE, 2002.

IPRS 2006: índice paulista de responsabilidade social. São Paulo, 2006. pp. 80-95. Disponível em [http://www.al.sp.gov.br/web/forum/iprs06/pdf/iprs\\_raBauru.pdf](http://www.al.sp.gov.br/web/forum/iprs06/pdf/iprs_raBauru.pdf). Acesso em: 25 mar. 2009.

---

**Fernanda Ceschin e Cristiani Alves Alquati** - Terapeutas Ocupacionais. Graduas pela Universidade do Sagrado Coração/Bauru.

**Maria Amélia Ximenes** - Terapeuta Ocupacional (UNIFOR), Especialista em Psicologia da Saúde (UNESP/BAURU), Mestre em Gerontologia Social. Doutora em Ciências Sociais (PUC/SP). Docente do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade do Sagrado Coração/Bauru. E-mail: [mameliximenes@yahoo.com.br](mailto:mameliximenes@yahoo.com.br)