

## **ANÁLISE DA QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS PRATICANTES DE ATIVIDADES FÍSICAS DA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE PATRIMÔNIO SÃO JOSÉ – MG.**

YURI CORDEIRO FONSECA, DIOVANA MARIA NAZARETH SALES, JULIA CERQUEIRA DA COSTA, JULIA ABREU POLONINI e JOANA PEREIRA VENTURA BATISTA

Centro Universitário FAMINAS – UNIFAMINAS, Muriaé, MG, BRASIL.

**INTRODUÇÃO:** Atualmente, em vista do aumento do número de idosos surge a necessidade da criação de políticas públicas que visem essa população, de forma a atender às necessidades desses. Seguindo esse princípio, o estudo tem como objetivo analisar a qualidade de vida dos idosos que praticam atividades físicas, por meio do questionário WHOQOL-Abreviado criado pela OMS. **OBJETIVOS:** Analisar a qualidade de vida dos idosos que praticam atividades físicas no grupo no Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) da Unidade Básica de Saúde (UBS) Patrimônio São José, em Muriaé-MG, e fazê-lo por meio do questionário WHOQOL-Abreviado. **MÉTODOS:** O projeto teve a aprovação do CEP (Conselho de Ética em Pesquisa) em 03 de junho de 2020. A amostra consistiu em um grupo de 13 pessoas que realizam atividades físicas com o NASF da referente UBS pesquisada. Com exceção de um indivíduo todos os participantes tinham mais de 50 anos de idade. No estudo foram excluídos: indivíduos que não participavam do grupo de atividade física do NASF ou que não aceitaram do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Para a realização da pesquisa utilizou-se o questionário impresso WHOQOL-abreviado, aplicado de forma oral, e canetas para anotar as informações colhidas. O questionário contém 26 perguntas, avaliadas de 1 a 5, sendo que as duas primeiras abordam a percepção da qualidade de vida e a satisfação com a saúde e as demais 24 facetas são divididas em 4 domínios: FÍSICO, PSICOLÓGICO, RELAÇÕES SOCIAIS E MEIO-AMBIENTE. **RESULTADOS:** O grupo é constituído por 11 mulheres e 2 homens com a média de idade de 64 anos. Constatou-se que o nível da qualidade de vida desses indivíduos é relativamente bom, visto que se obteve uma média geral em todos os domínios de 3,75/5, valor aceitável. Ademais, destacaram-se os resultados das relações sociais que obtiveram uma média de 4,22 e o meio ambiente com média de 3,5, fato revelador do impacto positivo da prática de atividades físicas. **CONCLUSÃO:** A partir dos resultados obtidos, concluiu-se que os idosos estão satisfeitos com sua qualidade de vida (média de 3,53/5), sendo assim, a atividade física promove o bem-estar físico e emocional além de melhorar a integração à comunidade. Porém por não alcançarem a pontuação completa, o resultado indica a possibilidade de melhorias socioambientais, as quais podem ser investigadas em novas pesquisas.