

RESUMO - MESTRADO - VIGILÂNCIA EM SAÚDE - TURMA 1

**ANÁLISE DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA, SAÚDE MENTAL,  
INDICADORES DA QUALIDADE DE VIDA E FARMACOTERAPIA DE IDOSOS  
ADERIDOS À PROGRAMAS DE SAÚDE DA CIDADE DE NOVA IGUAÇU.**

*Thamille Palmeira De Carvalho Mões (thamillepalmeira@gmail.com)*

*Damiery Augusta Tavares Serapião (damiserapiao@gmail.com)*

*Jailton Luiz Vieira (jlvieira48@hotmail.com)*

*Estefany Ferreira Dos Santos (ferreiraestefany1323@gmail.com)*

*Guilherme Sales (theboysales7@gmail.com)*

*Luíza Alves De Athayde Carvalho (luiza.aathaydec@gmail.com)*

*Aluana Santana Carlos (aluanasc@gmail.com)*

*Thiago Rodrigues Gonçalves (tr.goncalves@yahoo.com.br)*

Introdução: O estilo de vida da população idosa tem sido modificado pela prática insuficiente de atividade física e por comportamentos sedentários, o qual podem trazer consequências negativas para saúde mental e qualidade de vida à medida que envelhecemos. Desde a identificação do sedentarismo como fator de risco para doenças crônico-degenerativas, a promoção da atividade física vem integrando ações e políticas desenvolvidas pelo poder público no campo

da saúde. Objetivo: O objetivo do presente estudo foi descrever o nível de atividade física, qualidade de vida, a saúde mental e a utilização de medicamentos de idosos em um programa de saúde da cidade de Nova Iguaçu. Material e Métodos: O presente trabalho se constitui por estudo de levantamento e experimental. Até o momento foram selecionados 54 idosos ( $73 \pm 6$  anos,  $71,1 \pm 15,0$ kg,  $1,57 \pm 0,09$ m) aderidos a um programa de saúde da cidade de Nova Iguaçu. Os participantes responderam ao questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) para determinação do nível de atividade física; o questionário de atividade física habitual (Baecke) com índice esportivo (I.ESP) e índice de lazer (I.LAZ), o questionário SF-36 para determinação da qualidade de vida com seus indicadores: capacidade funcional (CF), aspecto físico (AF), dor, vitalidade (VIT), estado geral de saúde (EGS), saúde emocional (SE), saúde mental (SM) e aspecto social (AS); o questionário de BAI para determinação do nível de ansiedade e o questionário de Qualidade do Sono (ICB). Também foi preenchido uma anamnese com o objetivo de analisar doenças preexistentes, hábitos e medicamentos utilizados. O projeto foi aprovado pelo comitê de ética local e todos assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido. Para análise estatística foram utilizados a estatística descritiva com média  $\pm$  desvio padrão e para correlação o teste de Pearson com  $\alpha \leq 0,05$ . Resultados: O I.ESP ( $2,5 \pm 0,7$ ) obteve correlação significativa ( $0,28$ ) com a CP ( $68,1 \pm 25,1$ ) com  $p=0,03$  e não com o I.LAZ ( $2,3 \pm 0,3$ ,  $p \geq 0,05$ ). Os demais indicadores também não obtiveram correlação significativa ( $p \geq 0,05$ ). A qualidade do sono ( $7,6 \pm 3,9$ ) e o nível de ansiedade ( $13,0 \pm 9,8$ ) não obtiveram correlação com a atividade física ( $p \geq 0,05$ ). Conclusão: Obteve-se uma boa descrição do nível de atividade física, qualidade de vida e saúde mental dos idosos aderidos ao programa de saúde. Entretanto, não obtivemos associações entre as variáveis estudadas (preliminares). São necessários novos estudos que avaliem idosos sedentários, a fim de observar de maneira mais robusta os efeitos da atividade física na qualidade de vida e na saúde mental, com comparações entre diferentes grupos.

Palavras-chave: atividade física; qualidade de vida; idosos.