

# INFLUÊNCIA DAS ATIVIDADES DE LAZER NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

INFLUENCE OF LEISURE ACTIVITIES ON THE QUALITY OF LIFE OF INSTITUTIONALIZED ELDERLY

INFLUENCIA DE LAS ACTIVIDADES DE OCIO EN LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS MAYORES INSTITUCIONALIZADAS

Ana Flávia Marques Ribeiro<sup>\*</sup>, Bárbara Correia Neves Sabino<sup>\*\*</sup>, Yasser Nader Abed<sup>\*\*\*</sup>, Gabriel Antunes Sousa Silva<sup>\*\*\*</sup>, Laura Alves Guimarães<sup>\*\*\*</sup>, Andressa Ribeiro da Costa<sup>\*\*\*\*</sup>

## Resumo

**Introdução:** As alterações sociodemográficas que acarretaram o aumento do número de idosos mundialmente têm sido responsáveis pelas pesquisas cada vez mais constantes na área de gerontologia e qualidade de vida (QV), em busca de avanços e melhorias nos serviços de promoção, prevenção e assistência aos longevos. **Objetivos:** Avaliar a qualidade de vida dos idosos institucionalizados, caracterizar de forma sociodemográfica as pessoas idosas investigadas e apresentar quais das atividades oferecidas interferem significativamente nos escores da QV dos mesmos. **Método:** Amostra obtida de 13 idosos residentes em Instituição de Longa Permanência (ILPI), entre novembro de 2017 a janeiro de 2018, os quais foram entrevistados através de questionários, sendo dois destes de Avaliação de QV da Organização Mundial da Saúde, e o terceiro de caracterização sociodemográfica e de atividades. **Resultados:** A maior parte dos idosos são do gênero masculino, têm boa adesão e participação nas atividades oferecidas e possuem QV satisfatórias quando comparadas a outros estudos em idosos institucionalizados. Houve maiores escores nos domínios Social e Morte e Morrer, e menores nos Físico e Autonomia. **Conclusão:** É necessário fortalecer e incentivar atividades que promovam melhorias físicas autonômicas aos idosos institucionalizados, os quais são afetados pelas idades mais avançadas e pelo desuso ocasionado na institucionalização. Estes idosos constituem parte importante de nossa sociedade, logo, cabe aos gestores dos serviços que prestam atenção em gerontologia, às universidades e à sociedade promover campanhas, projetos, medidas educativas capazes de melhorar a QV e proporcionar maior autonomia e independência aos nossos idosos.

**Palavras-chave:** Envelhecimento Instituição de longa permanência. Qualidade de vida. Atividades físicas e de lazer.

## Abstract

**Introduction:** The sociodemographic changes that have led to the increase in the number of elderly people worldwide have been responsible for the increasingly constant research in the area of Gerontology and quality of life (QOL), in search of advances and improvements in promotion services, prevention and assistance to longevity. **Objectives:** To evaluate the quality of life of institutionalized elderly people, to characterize in a sociodemographic way the elderly people investigated and to present which of the activities offered significantly interfere in their QOL scores. **Method:** Sample obtained from 13 elderly residents of Long Stay Institution (ILPI), between November 2017 to January 2018, who were interviewed through questionnaires, two of them from World Health Organization's QOL Assessment, and the third of socio-demographic characterization and activities. **Results:** Most of the elderly are male, have good adherence and participation in the activities offered and have satisfactory QOL when compared to other studies in institutionalized elderly. There were higher scores in the Social and Death and Death domains, and lower scores in the Physical and Autonomy domains. **Conclusion:** It is necessary to strengthen and encourage activities that promote autonomic physical improvements to institutionalized elderly, who are affected by advanced ages and disuse caused by institutionalization. These elderly people are an important part of our society, so it is up to the managers of the services that pay attention to Gerontology, universities and society to promote campaigns, projects, educational measures capable of improving the QOL and providing greater autonomy and independence to our elderly.

**Keywords:** Aging. Long term institution. Quality of life. Physical and leisure activities.

## Resumen

**Introducción:** Los cambios sociodemográficos que han propiciado un incremento en el número de personas mayores a nivel mundial han sido responsables de una investigación cada vez más constante en el campo de la gerontología y la calidad de vida (CV), en busca de avances y mejoras en los servicios de promoción, prevención y asistencia a los longevos. **Objetivo:** Evaluar la calidad de vida de ancianos institucionalizados, caracterizar sociodemográficamente a los ancianos investigados y presentar cuáles de las actividades ofrecidas interfieren significativamente en sus puntuaciones de CV. **Método:** Muestra obtenida de 13 ancianos residentes en el Centro de Cuidados a Largo Plazo (ILPI), entre noviembre de 2017 y enero de 2018,

\* Enfermeira pela Universidade de Rio Verde (UniRV), Rio Verde-GO.

\*\*Enfermeira Mestre, docente do curso de Medicina da Universidade de Rio Verde (UniRV), Rio Verde-GO.

\*\*\*Acadêmicos de Medicina, Universidade de Rio Verde (UniRV), Rio Verde-GO.

\*\*\*\*Fisioterapeuta pela Universidade Estadual de Goiás. Contato: andressa.rd.costa@hotmail.com

que fueron entrevistados mediante cuestionarios, dos de los cuales fueron de la Evaluación de Calidad de Vida de la Organización Mundial de la Salud, y el tercero sociodemográfico, caracterización y actividades. Resultados: La mayoría de los ancianos son hombres, tienen buena adherencia y participación en las actividades ofrecidas y tienen una CV satisfactoria en comparación con otros estudios en ancianos institucionalizados. Hubo puntajes más altos en los dominios Social y Muerte y Agonizante, y más bajos en los dominios Físico y Autonomía. Conclusión: Es necesario fortalecer e incentivar actividades que promuevan mejoras físicas autonómicas para las personas mayores institucionalizadas, que se ven afectadas por la vejez y el desuso provocado por la institucionalización. Estas personas mayores son una parte importante de nuestra sociedad, por lo que corresponde a los gestores de los servicios que atienden a la gerontología, las Universidades y la sociedad impulsar campañas, proyectos, acciones y formaciones capaces de mejorar la CV y dotar de mayor autonomía e independencia a nuestros ancianos.

**Palabras clave:** Envejecimiento. Institución de larga duración. Calidad de vida. Actividades físicas y de ocio.

## INTRODUÇÃO

O Brasil está entre os países com uma das maiores taxas de envelhecimento demográfico, este aumento gera preocupação com a extensão da demanda por cuidados e perda da independência dos indivíduos dessa faixa etária<sup>1</sup>. O envelhecimento pode ser entendido como um acontecimento do curso natural da vida em que as funcionalidades do indivíduo tendem a diminuir, variando em tipos e graus dependentemente dos estilos de vida adotados. Condições de vida consideradas inadequadas, como aquelas que adotam padrões favoráveis ao adoecimento físico e mental, acarretam na acentuação das perdas funcionais na velhice e, conseqüentemente, na qualidade de vida (QV). Contudo, com a adoção de estilos de vida saudáveis e ativos é possível que se minimizem os agravos no processo de senescência<sup>2</sup>.

Segundo um estudo realizado em 2018, uma forma efetiva de alcançar ganhos de qualidade de vida é através da adoção da política do envelhecimento ativo, o qual é definido como uma forma de proporcionar oportunidades para que as pessoas adotem hábitos de vida saudáveis e melhorem sua QV conforme envelhecem. Incluindo a oportunidade de participação social, prática de atividade física e otimizando os domínios de qualidade de vida<sup>3</sup>. Esta proposta visa abranger desde indivíduos saudáveis até aqueles mais vulneráveis, fragilizados e fisicamente impossibilitados que requerem cuidados específicos<sup>4</sup>. Para a OMS, existem três pilares do envelhecimento ativo que são, a própria saúde, proteção social e a participação social, porém em 2010 foi adicionada uma quarta estrutura, a educação continuada<sup>5</sup>. Sendo assim, faz-se necessário que as pessoas idosas tenham acesso e oportunidades para se tornarem sujeitos

ativos, seja através de educação, saúde, estímulos à geração de renda e atividades físicas<sup>6</sup>.

Instituições de Longa Permanência para idosos (ILPI's) são consideradas instituições de cunho governamental e não governamental com particularidade residencial de forma coletiva, que abrigam sujeitos possuintes de 60 anos ou mais<sup>4-7</sup>. Os longevos institucionalizados normalmente possuem características específicas, como estilo de vida sedentário, queda de autonomia e rejeição familiar, fatores estes que contribuem grandemente para incidência de morbidades e, conseqüentemente, comorbidades associadas. Isto se deve ao fato de um número alto destas pessoas não possuírem um custo de vida social e econômico favorável<sup>8,9</sup>.

Desta forma, a manutenção da QV de idosos institucionalizados passa a ser uma prioridade. Um método benéfico e eficaz à manutenção da qualidade de vida do idoso consiste nas práticas de lazer, através das quais são oferecidas oportunidades de preservação das condições físicas e cognitivas por meio de jogos, brincadeiras, viagens e outros elementos que propiciam ganhos<sup>10</sup>. As atividades propostas a este público-alvo, podem ser desenvolvidas nos mais diversos espaços, até mesmo dentro das próprias ILPI's, e visam proporcionar maior interação dos residentes, estimular a memória, autoestima além de aguçar-los para o desenvolvimento de novas habilidades<sup>11</sup>.

Este estudo teve como objetivos avaliar a qualidade de vida de idosos institucionalizados, caracterizar de forma sociodemográfica as pessoas idosas investigadas e apresentar quais das atividades oferecidas interferem significativamente nos escores da QV dos mesmos.

O estudo foi realizado em uma instituição filantrópica localizada no município do sudoeste do Estado de Goiás.

A busca desta linha de estudo justifica-se pois, devido ao aumento dessa população, faz-se necessário o desenvolvimento de pesquisas que se apresentem como uma fonte de informações ao planejamento e condução do trabalho interdisciplinar com idosos institucionalizados. Tornando possível, também, orientar gestores desta instituição, profissionais da área de Geriatria e Gerontologia, os estudantes e toda população, fazendo com que estes idosos tenham atendimento e cuidado de forma humanizada, integral e com equidade, além da oferta de atividades significativas para a QV dos mesmos.

## MÉTODO

Estudo exploratório, descritivo com abordagem quantitativa da qualidade de vida e sua relação com a participação em atividades de lazer, sociais e comunitárias de idosos que residem em uma ILPI filantrópica da cidade de Rio Verde, sudoeste do estado de Goiás.

A instituição possui capacidade para abrigar 50 idosos e oferecer atividades diárias no centro de convivência para outros 60 idosos que residem com suas famílias na comunidade. Em relação à estrutura física, a ILPI possui um salão de convivência, jardim, cinco apartamentos internos (sendo duas suítes), dez apartamentos externos do tipo suíte, dois banheiros sociais, posto de enfermagem, quintal e lavanderia. Composta também por uma piscina, sendo utilizada para realização de hidroginástica e exercícios voltados ao idosos residentes da instituição e aberta para idosos da comunidade; uma sala de fisioterapia com academia, uma sala de terapia ocupacional onde são realizadas atividades lúdicas e de cunho manual; uma horta cuidada pelos próprios moradores e, em processo de criação, um espaço fechado para os idosos com área de lazer, contendo salão de dança e churrasqueira.

Na seleção da amostra foram utilizados como critérios de inclusão: ter 60 anos ou mais, possuir a capacidade de comunicação preservada, ser residente

no município estudado, residir na ILPI investigada há mais de três meses e consentir livremente em participar da pesquisa. Como critérios de exclusão utilizou-se apresentar diagnóstico prévio de doenças que afetem os aspectos cognitivos e mentais, o que inviabilizaria o procedimento de coleta de dados. Conforme os critérios, a amostra máxima possível se compôs por 13 idosos.

Para coleta de dados utilizaram-se três instrumentos: um questionário de caracterização sócio demográfica e de atividades de lazer, sociais e comunitárias, e dois instrumentos de avaliação da qualidade de vida já consagrados: o WHOQOL-BREF e WHOQOL-OLD, sendo que o uso associado dos dois instrumentos segue as recomendações da OMS. As coletas ocorreram entre os meses de dezembro de 2017 e janeiro de 2018.

Para viabilizar a análise descritiva das variáveis de caracterização amostral utilizou-se o teste t para amostras independentes na comparação dos escores de qualidade de vida (WHOQOL-BREF), aplicado o teste de Análise de Variância (ANOVA) para comparação dos escores de qualidade de vida (WHOQOL-BREF) em relação às variáveis de caracterização amostral com mais de 2 níveis e para o WHOQOL-OLD em relação aos domínios e facetas, respectivamente. Nível de significância aplicado para os testes: 0,05 ou 5%. *Software* utilizado: Minitab 17 (Minitab Inc.).

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa com seres humanos da Universidade de Rio Verde e aprovada com o número CAAE: 77955517.0.0000.5077. Na coleta dos dados preservou-se o direito de escolha de participação e somente foram entrevistados idosos que consentiram em participar e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A identificação dos participantes do estudo foi resguardada.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo identificou que a maioria dos idosos estudados é do gênero masculino (9; 69,2%), com faixa etária entre 60 a 69 anos (5; 38,5%), sem companheiro (9; 69,2%), com filhos (12; 92,3%), nível educacional de ensino fundamental (12; 92,3%), ocupação profissional no setor de serviços (5; 38,5%) e

também no campo agrícola (5; 38,5%), situação ocupacional de aposentados (13; 100%) e com renda mensal de 1 salário mínimo (13; 100%). Os dados coletados referentes ao sexo vão à contramão da maioria dos estudos realizados no Brasil, uma vez que estes apontam que mulheres possuem maior índice de institucionalização do que os homens<sup>12,13</sup>. A Tabela 1 mostra o percentual das variáveis de caracterização amostral dos idosos avaliados no estudo.

**Tabela 1** - Percentual das variáveis de caracterização amostral

Variáveis de caracterização amostral	Idosos	
	N	%
<b>Gênero</b>	13	100
Feminino	4	30,8
Masculino	9	69,2
<b>Total</b>	13	100
<b>Faixa etária</b>		
60-69 anos	5	38,5
70-79 anos	3	23,1
80-89 anos	2	15,4
90 anos ou mais	3	23,1
<b>Total</b>	13	100
<b>Estado civil</b>		
Com companheiro	4	30,8
Sem companheiro	9	69,2
<b>Total</b>	13	100
<b>Filhos</b>		
Não	1	7,7
Sim	12	92,3
<b>Total</b>	13	100
<b>Setor de profissão</b>		
Agrícola	5	38,5
Doméstica	3	23,2
Serviços	5	38,5
Indústria	0	0
<b>Total</b>	13	100
<b>Escolaridade</b>		
Analfabeto	1	7,7
Fundamental	12	92,3
<b>Total</b>	13	100
<b>Situação ocupacional</b>		
Aposentado	13	100
<b>Total</b>	13	100
<b>Renda mensal</b>		
1 SM	13	100
<b>Total</b>	13	100
<b>Participa de atividades físicas</b>		
1 vez	3	23,1
2 vezes	6	46,2
3 vezes ou mais	2	15,4
Não realiza	2	15,4
<b>Total</b>	13	100

#### Tempo que reside na ILPI

Mais de 3 meses	5	38,5
1 a 2 anos	2	15,4
Mais de 3 anos	6	46,2
<b>Total</b>	13	100

#### Significado das atividades realizadas na ILPI na sua vida

Dispensável	4	30,8
Indispensável	3	23,1
Necessária	6	46,9
<b>Total</b>	13	100

#### Significado das atividades realizadas na sua vida

Dispensável	6	46,2
Indispensável	0	0
Necessária	7	53,8
<b>Total</b>	13	100

#### Possui permissão para sair da ILPI

Sim	7	53,8
Não	6	46,2
<b>Total</b>	13	100

#### Sai da ILPI para realizar atividades na comunidade

Sim	3	23,1
Não	10	76,9
<b>Total</b>	13	100

#### Pratica atividades externas à ILPI

Duas vezes por semana	1	7,7
Nenhuma vez por semana	12	92,3
<b>Total</b>	13	100

Diversos idosos afirmaram praticar atividades físicas duas vezes durante a semana (6; 46,2%), residir na instituição por mais de três anos (6; 46,2%) e que não praticam atividades externas à ILPI (12; 92,3%). Ao serem questionados se consideram necessárias as atividades desenvolvidas na instituição para a sua vida, 46,9% (6 idosos) relataram que as consideravam necessárias, assim como as atividades que desenvolvem na comunidade (7; 53,8%).

As atividades de lazer são incluídas dentro das necessidades básicas humanas e juntamente com as atividades físicas tornam-se essenciais no aumento na qualidade de vida, pois agregam valores, criam-se vínculos, interação social, aumentam o bem-estar, elevam o humor e a vontade de viver dos idosos institucionalizados<sup>14</sup>.

Na ILPI onde se deu o estudo foi constatado que diversas atividades, dos mais amplos moldes, são oferecidas, entre elas: jogos (cartas, baralho, dama, dominó), artesanato (corte, costura e bordado), músicas, filmes, TV, atividades lúdicas (teatro), pintura, fora os passeios a shoppings, fazendas, praças, parques e, por fim, a dança em bailes concedidos toda sexta-feira, atividade preferida pela maioria, ficando na frente de rádio, música e artesanato.

Um dado relevante constatado refere-se ao fato de que 53,8% dos idosos institucionalizados possuem permissão para sair livremente da ILPI para quaisquer atividades que desejarem, contudo apenas 23,1% o fazem, ou seja, são poucos os que exercem seu direito de autonomia e de ir e vir.

No questionário aplicado foram dispostas algumas perguntas sobre atividades que gostariam que tivessem no local. A maioria não se pronunciou, afirmando que já eram suficientes as que a instituição promovia, porém alguns dos idosos relataram a falta do funcionamento da piscina devido a um problema mecânico que já se estendia por um bom tempo, levando assim a uma taxa elevada de idosos que estavam realizando alongamento e dança (9; 69,2%) ao invés de hidroginástica.

As práticas dessas atividades de lazer e recreação como dança, música, caminhada, artesanato, entre outras, trazem grandes benefícios à vida dessa população idosa, pois colaboram para um aumento de seu condicionamento físico e autoestima, melhora do equilíbrio e coordenação motora, maior satisfação e alegria, levando assim a uma qualidade de vida efetiva<sup>15</sup>. Outrossim, o estudo de Bashkireva et al. verificou que mesmo a realização de caminhada simples é capaz de interferir positivamente e melhorar a capacidade física e restaurar a capacidade funcional de idosos<sup>16</sup>.

De acordo com os resultados levantados dos dados coletados do instrumento WHOQOL-BREF, constatou-se que as médias dos escores da qualidade de vida dos idosos estudados apresentam-se boas. Entretanto, não houve desigualdades consideráveis entre cada escore de qualidade de vida no que

concerne aos domínios considerados ( $P= 0,618$ ) entre cada idoso, porque todos mantiveram uma linha com valores muito próximos e que pouco se diferenciaram, mantendo médias de 57,70 a 69,59, o que aponta que não há um idoso que possua uma QV muito superior à de outro, ou seja, há uma igualdade entre os residentes.

Foi evidenciada uma maior média para o domínio Social, o que pode ser explicado devido à Instituição de Longa Permanência ter um leque muito rico e amplo de atividades que favorecem esse domínio, deixando de lado todas as vertentes de estudos que contradizem esse achado<sup>17</sup>.

Já a média mais baixa deu-se no domínio Físico, o que vem ao encontro dos estudos analisados durante o levantamento bibliográfico, considerando que a queda das condições físicas é um evento comum no processo de envelhecimento. Contudo, tal fator poderia ser otimizado se todos os idosos ali presentes aderissem às atividades físicas oferecidas com maior frequência e assiduidade. Na sucessão das médias dos escores de todos os domínios pelo WHOQOL-BREF, alcançou uma distribuição do maior para o menor a do escore Social, seguido pelo Geral, pelo Ambiente e Psicológico com médias próximas e, por fim, como afirmado anteriormente, o domínio Físico.

A Tabela 2 mostra os resultados da aplicação do WHOQOL-BREF para os idosos avaliados no estudo. Resultados parecidos foram encontrados pelos pesquisadores Bazzanella et al.<sup>18</sup>, em que o domínio que mais se sobressaiu para a QV foi o Social, seguido pelo Geral, Ambiente, Psicológico e Físico, ou seja, o que também foi justificado pela alta adesão das atividades de participação social destes idosos<sup>18</sup>.

**Tabela 2** - Estatísticas descritivas dos escores da qualidade de vida de idosos pela aplicação do WHOQOL-BREF

Domínio	N	Média ± desvio padrão	Mediana	Valor p <sup>1</sup>
Geral	13	66,92±24,63	70,00	
Físico	13	57,70±14,51	53,60	
Psicológico	13	59,29±17,01	62,50	0,618
Social	13	68,59±28,89	75,00	
Ambiente	13	61,06±16,90	62,50	

<sup>1</sup>Valor P referente ao teste t da Análise de Variância (ANOVA).

O estresse, desânimo, tristeza, prostração entre outros sentimentos ruins, dão lugar a depressão, agravo que acomete grandemente a população idosa e principalmente aqueles que vivem institucionalizados<sup>19</sup>. Contudo, a integração, participação e vontade de exercer as atividades propostas por todos os profissionais presentes na instituição como: educador físico, assistente social, psicólogo, fisioterapeuta, enfermeiros, levam a uma queda dos níveis de depressão, justificando um valor de mediana de 62,5 do domínio Psicológico encontrado neste estudo, o que confere com as demais pesquisas verificadas<sup>20</sup>.

Já no que diz respeito ao domínio Físico, diversas pesquisas revelam que as ILPI's minimizam doenças e males mencionados quando aderidas e praticadas as atividades físicas ofertadas, entretanto, no presente estudo, o domínio Físico foi o que obteve valor mais baixo, sendo 53,6 de mediana, justificando-se pela pouca adesão dos idosos entrevistados, uma vez que a maioria tem por preferência as outras atividades que não sejam de cunho físico. Dessa maneira, estas instituições têm como principal desafio incentivar as práticas e intervenções físicas diárias para todos os residentes<sup>21</sup>.

Cruzando-se os dados de caracterização amostral com os escores dos domínios da qualidade de vida, obteve-se que a questão: significado das atividades executadas dentro da instituição teve influência em dois domínios da QV, sendo eles o Geral e o Social de forma positiva, ou seja, as atividades desenvolvidas dentro da instituição melhoram a QV principalmente no que tange aos domínios descritos acima. Isto mostra que as atividades que são desenvolvidas dentro da ILPI conseguem atingir pelo menos no âmbito social a qualidade de vida daqueles idosos. As demais variáveis como: faixa etária, estado civil e atividade física não despontaram com interferências relevantes nos domínios de QV. A Tabela 3 mostra os valores P dos testes de comparação entre as variáveis de caracterização amostral e os domínios do WHOQOL-BREF.

**Tabela 3** - Valores P da comparação entre as variáveis de caracterização amostral e os domínios do WHOQOL-BREF

Variáveis de caracterização	Domínio				
	Geral	Físico	Psicológico	Social	Ambiente
Sexo <sup>2</sup>	0,277	0,723	0,404	0,522	0,824
Significado das atividades executadas na instituição <sup>1</sup>	<b>0,011</b>	0,243	0,629	<b>0,036</b>	0,346
Significado das atividades na comunidade <sup>2</sup>	0,292	0,525	0,458	0,245	0,314

<sup>1</sup>Valor P referente ao teste F da Análise de Variância (ANOVA).

<sup>2</sup>Valor P referente ao teste t para amostras independentes.

Referente à QV, um estudo randomizado, publicado em 2017, demonstrou que a atividade física realizada através de um programa estruturado tem impacto positivo não somente nos domínios de QV como, também, na depressão<sup>22</sup>.

Quanto aos resultados encontrados pelo WHOQOL-OLD, observamos que o domínio que obteve maior escore foi a de Morte e morrer, seguido da Participação social e Intimidade, Atividades passadas presentes e futuras, Autonomia e, por fim, com a média mais baixa o Funcionamento do sensório. Entretanto, de acordo com todos estes dados observados, não houve uma discrepância de resultados acentuada nesta análise dos escores do WHOQOL-OLD (P=0,310) dos idosos investigados, apresentando, assim, boas médias no que corresponde à QV para todos eles.

Sabe-se que, com o passar dos anos há progressiva perda dos sentidos, a qual só tende a aumentar gerando dificuldades para executar as atividades de vida diária nos idosos<sup>23</sup>. No caso deste estudo, observa-se que o valor mais baixo foi Funcionamento do sensório com mediana de 50, o que condiz com a maioria dos estudos da área, comprovando que este atributo faz parte do envelhecimento. Todavia, faz-se necessário a busca por ações e práticas que contribuam de forma positiva para melhorias deste domínio.

O escore Autonomia vem logo abaixo com valor de mediana de 56,25, assim como Atividades passadas, presentes e futuras, ou seja, valor um pouco mais baixo do que se esperava, pois a instituição pesquisada oferece apoio e atividades que tendem a aumentar a independência destes indivíduos; possibilitam e criam oportunidades em que os idosos podem ser

autossuficientes e realizar o máximo de atividades sozinhos. De acordo com Pereira e Besse, os idosos perdem essa independência com a chegada da idade, pois seu corpo não consegue atender de forma eficaz as demandas, portanto decai sua própria autonomia, deixando de fazer suas próprias compras, suas refeições e assim por diante<sup>24</sup>.

Ainda falando sobre Autonomia, o que abrange um leque muito grande de tarefas como, vestir-se, tomar banho, alimentar-se, escovar os dentes, pentear o cabelo, andar, falar, tomar suas próprias decisões, ter direito a ir e vir, gerenciar dinheiro, entre outras, com a média citada acima, explica-se que a maioria destes idosos estão institucionalizados por fatores e condições familiares que os forcem a estarem ali, ou seja, não estão por livre escolha ou vontade.

Uma condição de extrema importância é a Participação social destes idosos na comunidade. Antigamente, os longevos eram mais respeitados na sociedade, sendo suas opiniões e escolhas seguidas como exemplos por suas famílias e amigos, o que, infelizmente, não acontece mais nos dias atuais. Eles já não são mais acolhidos dentro da sociedade, da política e do mercado de trabalho, levando a um fator de exclusão sócio comunitária que também ajuda a justificar uma média de 62,50 para este escore<sup>25</sup>. Junto a este valor está a do domínio Intimidade, tendo em vista que nesse aspecto a média para os idosos pesquisados teve bom resultado, o que explica que os idosos não têm problemas ao falar de sexo nessa idade, nem de doenças causadas através desse tipo de relação. Muitos dos pesquisados afirmaram que só não têm a prática ativa devido à falta de companheiro(a).

Por fim, temos a faceta Morte e morrer que mais se destacou e a que mais colaborou com a QV, pois grande parte descreveu a morte de uma forma simples e normal, mostrando total segurança nesse aspecto da vida. Diante disso, conclui-se que a média deste domínio foi de maior prevalência, com 70,67. A instituição pesquisada oferece intramuro atividades religiosas semanais, todas as segundas-feiras, através de um culto que é disponibilizado e aberto para todos os moradores. Essa prática colabora para o

fortalecimento de crenças e da fé, capazes de alicerçar sentimentos positivos no domínio em questão.

A Tabela 4 apresenta os resultados dos escores de qualidade de vida de idosos pelo WHOQOL-OLD e seus valores estatísticos. Observa-se que o p valor encontrado foi de 0,310, o qual não apresentou diferença significativa entre os domínios.

**Tabela 4** - Estatísticas descritivas dos escores da qualidade de vida de idosos pela aplicação do WHOQOL-OLD

Domínio	N	Média ± desvio padrão	Mediana	Valor p <sup>1</sup>
Funcionamento do sensório	13	56,25±18,92	50,00	0,310
Autonomia	13	52,40±20,66	56,25	
Atividades passadas, presentes e futuras	13	59,13±19,03	56,25	
Participação social	13	61,06±17,89	62,50	
Morte e morrer	13	70,67±25,18	75,00	
Intimidade	13	55,29±23,08	62,50	

<sup>1</sup>Valor P referente ao teste F da Análise de Variância (ANOVA).

Fonte: próprio autor.

## CONCLUSÃO

O estudo exposto apontou que na ILPI pesquisada há bons valores de médias nos domínios da QV, uma vez que todos ultrapassam os 50 pontos. Tendo em vista que os domínios Físico, Funcionamento do sensório, Autonomia e Atividades passadas, presentes e futuras tiveram menores valores, indica-se a falta ou a ineficácia de atividades para um bom desenvolvimento das habilidades relacionadas a estes aspectos da QV, sendo assim, é importante a implantação de ações e práticas para encorajar, animar e incentivar estes idosos a desempenharem o que é proposto pela ILPI.

As ILPIs deveriam ser locais capazes de melhorar a QV dos longevos desamparados pelas suas famílias e reintroduzi-los na sociedade, promovendo autonomia, independência nas atividades de vida diária e uma maior participação em atividades físicas ou de lazer e recreação. Contudo, por conta de diversas características históricas e culturais, tal expectativa ainda está longe de se tornar realidade. Existe ainda um aspecto importante para idosos institucionalizados no que se refere às visitas dos familiares, pois estas

melhoram os sentimentos de amor, felicidade e de pertencimento destes indivíduos. Para melhorar este aspecto, sugerem-se parcerias dos profissionais atuantes nestes locais com as famílias e outros entes da sociedade, de forma a criar novos planos e programas que fortaleçam vínculos sociais e educativos, melhorando, conseqüentemente, a QV destes idosos.

## REFERÊNCIAS

1. Lima-Costa MF, Bof de Andrade F, Souza PRB, Jr, Neri AL, Duarte YAO, Castro-Costa E, et al. The Brazilian Longitudinal Study of Aging (ELSI-BRAZIL): objectives and design. *Am J Epidemiol*. 2018;187(7):1345-1353.
2. Mantovani EP, Lucca SR, Neri AL. Associações entre significados de velhice e bem-estar subjetivo indicado por satisfação em idosos. *Rev bras geriatr Gerontol*. 2016; 19(2):203-22.
3. Sousa NFS, Lima MG, Cesar CLG, Barros MBA. Envelhecimento ativo: prevalência e diferenças de gênero e idade em estudo de base populacional. *Cad Saúde Pública*. 2018; 34(11): e00173317.
4. Freitas MAV, Scheicher ME. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. *Rev bras geriatr Gerontol*. 2010; 13(3):395-401.
5. Stathi A, Withall J, Thompson JL, Davis MG, Gray S, De Koning J, Parkhurst G, Lloyd L, Greaves C, Laventure R, Fox KR. Feasibility Trial Evaluation of a Peer Volunteering Active Aging Intervention: ACE (Active, Connected, Engaged). *Gerontologist*. 2020;60(3):571-582.
6. Escalante Y, Saavedra JM. Physical activity, exercise and aging. *Curr Aging Sci*. 2012; 5(1):1.
7. Oliveira JM, Rozendo CA. Instituição de longa permanência para idosos: um lugar de cuidado para quem não tem opção? *Rev bras Enferm*. 2014;67(5):773-9.
8. Carvalho NMO. A importância da realização de atividades no processo do envelhecimento ativo de idosos institucionalizados [Dissertação de mestrado]. Braga: Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, Universidade Católica Portuguesa; 2016. 207p.
9. Gomes ECC, Marques APO, Leal MCC, Barros BP. Fatores associados ao risco de quedas em idosos institucionalizados: uma revisão integrativa. *Ciênc saúde coletiva*. 2014; 19(8):3543-51.
10. Moura GA, Souza LK. Lazer e idoso institucionalizado: tendências, problemas e perspectivas. *Licere*. 2013; 16(2).
11. Fleurí ACP, Almeida ACS, Diniz AJ, Magalhães LAD, Ferreira LHC, Horta NC, et al. Atividades lúdicas com idosos institucionalizados. *Rev Enfermagem Revista*. 2013; 16(1):50-7.
12. Delboni MCC, Areosa SVC, Kist RBB, Cardoso CG. Instituições de longa permanência (ILP): os idosos institucionalizados de uma cidade da região central do rio grande do sul. In: VI Seminário Internacional sobre Desenvolvimento regional, 2013. Rio Grande do Sul. Santa Cruz do Sul: Universidade de Santa Cruz do Sul; 2013. 20 telas.
13. Guimarães MA, Sampaio LC. Equilíbrio e coordenação do idoso institucionalizado. *Rev Mult Psic*. 2018; 12(42):820-39.
14. Castro VC, Carreira L. Atividades de lazer e atitude de idosos institucionalizados: subsídios para a prática de enfermagem. *Rev Latino-Am Enfermagem*. 2015; 23(2):30714.
15. Nogueira WBS, Martins CD. O lazer na terceira idade e sua contribuição para uma melhor qualidade de vida: um estudo com idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Ciências da Vida*. 2017;5(2).
16. Bashkireva AS, Bogdanova DY, Bilyk AY, Shishko AV, Kachan EY, Arutyunov VA. [Quality of life and physical activity among elderly and old people.]. *Adv Gerontol*. 2018;31(5):743-750.
17. Guimarães LA, Brito TA, Pithon KR, Jesus CS, Souto CS, Souza SJN, et al. Sintomas depressivos e fatores associados em idosos residentes em instituição de longa permanência. *Ciênc saúde coletiva*. 2019; 24(9):3275-82.
18. Bazzanella NAL, Piccoli JCJ, Quevedo DM. Qualidade de vida percebida e atividade física: um estudo em idosas acima de 80 anos participantes de um programa municipal de saúde da terceira idade na serra gaúcha, RS. *Estud interdiscipl envelhec*. 2015; 20(1):249-70.
19. Vaz SFA, Gaspar NMS. Depressão em idosos institucionalizados no distrito de Bragança. *Revista de Enfermagem Referência*. 2011; 3(4):49-58.
20. Vicente F, Espírito-Santo H, Cardoso D, Silva F, Costa M, Martins S, et al. Estudo longitudinal dos fatores associados à evolução de sintomas depressivos em idosos institucionalizados. *J bras psiquiatr*. 2014; 63(4):308-16.
21. Vieira AAU, Aprile MR, Paulino CA. Exercício físico, envelhecimento e quedas em idosos: revisão narrativa. *Revista Equilíbrio Corporal e Saúde*. 2014; 6(1):23-31.
22. Lok N, Lok S, Canbaz M. The effect of physical activity on depressive symptoms and quality of life among elderly nursing home residents: Randomized controlled trial. *Arch Gerontol Geriatr*. 2017; 70:92-8.
23. Dezan SZ. O envelhecimento na contemporaneidade: reflexões sobre o cuidado em uma instituição de longa permanência para idosos. *Rev Psicol UNESP*. 2015; 14(2):28-42.
24. Pereira FM, Besse M. Fatores associados à independência funcional de idosos residentes em instituição de longa permanência. *Acta Fisiatr*. 2011; 18(2):66-70.
25. Grando JB, Sturza JM. A sociedade e os idosos: perspectivas sob o olhar dos direitos fundamentais e sociais. *Rev Kairós*. 2016; 19(22):341-64.

Envio: 17/02/2021  
Aceite: 19/04/2021