

CONCEPÇÕES E EXPECTATIVAS DE IDOSOS ACERCA DA PRÓPRIA SAÚDE

DANIELLA OLIVEIRA PINHEIRO ¹

KALINA DE LIMA SANTOS ²

TARSILO GIANNA SILVA MEDEIROS ³

RENATA ALESSANDRA OLIVEIRA NEVES ⁴

MARIA DO CARMO EULÁLIO ⁵

RESUMO

Os idosos constituem a camada que mais cresce na população brasileira e estimativas apontam que em 2050, um quinto da população terá mais de 60 anos, idade a partir da qual o sujeito é considerado idoso. O crescimento da população de idosos em números absolutos e relativos é um fenômeno mundial e tem crescido de forma considerável. Nesse sentido, o objetivo deste trabalho foi conhecer o estilo de vida saudável e suas expectativas relacionadas à saúde dos idosos. A população envolvida foi composta por 39 pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, participantes do estudo anterior intitulado “Perfil de Saúde Mental de Idosos de Campina Grande-PB”, e que aceitaram participar livremente da pesquisa. A análise dos dados socio demográficos foi realizada através de um tratamento estatístico descritivo e inferencial, sendo submetido ao software estatístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) e as entrevistas foram submetidas à análise de conteúdo do tipo categorial temática segundo Bardin. A média de idade apresentada foi de 72,09 anos. Quanto à escolaridade, uma média de 3,76 idosos frequentou a escola; no tocante ao estado civil, 41,2% dos idosos vive com o companheiro e esse mesmo número corresponde à população viúva; 70,6% dos idosos pertencem ao gênero feminino. Quanto às categorias obtidas por meio do discurso dos entrevistados, foi possível destacar as seguintes: “Hábito saudável”, que implicou na subcategoria “Reeducação Alimentar”, apontando que 56,41% dos idosos citaram ter se tornado necessário mudar melhor a ingestão de alimentos anteriormente consumidos de forma abusiva, ou ainda aboli-los de seus cardápios; a categoria “manutenção da boa saúde” acompanhada da subcategoria “Estados Emocionais” mostra que 43,58% dos idosos apontaram a influência de estados

emocionais na busca e manutenção de um estilo de vida saud&aaacute;vel. A últime categoria, “Uso de Medicamentos” acompanhada da subcategoria “Dificuldades de adesão” mostra que para 30,76% dos idosos, inserir o uso de medicamentos em suas rotinas di&aaacute;rias foi a maior dificuldade encontrada na busca por um estilo de vida saud&aaacute;vel, pois em virtude de problemas na saúde tornou-se necess&aaacute;rio - sob recomendações médicas - o uso de remédios que dessem suporte aos idosos para um melhor enfrentamento de suas atuais condições de vida. Ter constante acompanhamento médico; fazer caminhadas, bem como outros exercícios, e ter uma vida tranquila também estiveram presentes nos discursos dos idosos como fatores que contribuem para manter um estilo de vida saud&aaacute;vel, e de modo semelhante, a tranquilidade e a compreensão da família também são significativos para os entrevistados. Acerca da possibilidade de alcançarem uma vida mais saud&aaacute;vel, as expectativas dos idosos apontam para a necessidade de mudarem o estilo de vida a fim de alcançarem um estado saud&aaacute;vel, mesmo que reconheçam a necessidade de inclusão do conhecimento que j&aaacute; possuem na pr&aaacute;tica do cotidiano.

Palavras-chave: IDOSOS, EXPECTATIVAS, VIDA SAUDÁVEL..

¹ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB, dani-kitt@hotmail.com;

² UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, kalinalima17@hotmail.com;

³ UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA, tarsyla_gianna@hotmail.co;

⁴ UEPB, renataneves15@hotmail.com;

⁵ UPV, carmitaeulalio@terra.com.;