

**CAPACIDADE FUNCIONAL E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS USUÁRIOS DE  
UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE: UM ESTUDO INTRODUTÓRIO PARA A  
ELABORAÇÃO DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADES FÍSICAS**

Raquel Martelo (apresentador)<sup>1</sup>  
Maieli Naiara da Silva<sup>2</sup>  
Altamir Trevisan Dutra<sup>3</sup>  
Adriani Stanga<sup>4</sup>

**Resumo:** Este estudo tratou de informações para um programa de atividade física e sua relação com a qualidade de vida em idosos. Qualidade de vida pode ser compreendida como a manutenção da saúde e também de aspectos funcionais essenciais para a realização de atividades do dia a dia. O objetivo deste estudo foi sistematizar informações sobre a capacidade funcional, a percepção e a qualidade de vida de idosos moradores de uma zona rural da área de abrangência do Centro de Saúde do Alta Floresta, do município de Chapecó (SC). O estudo caracterizou-se como uma pesquisa quali-quantitativa e descritiva, os sujeitos participantes foram 15 idosos, sendo 6 do sexo masculino e 9 do sexo feminino com idades entre 60 a 83 anos. Utilizaram-se instrumentos como o teste de WHOQOL-OLD para medir genericamente o nível de qualidade de vida dos idosos, a Escala de Barthel para avaliar as atividades da vida diária e medir a independência funcional e o Inventário da dor de Becker, para mensurar o nível e a localização da dor. A análise dos dados foi realizada a partir da análise de conteúdo de Bardin. Os resultados, para o teste do WHOQOL-OLD, foram de um elevado nível de funcionamento dos sentidos, de satisfação e de companheirismo na vida; na Escala de Barthel, constatou-se uma extrema independência na realização das Atividades de

---

<sup>1</sup>Bacharel em Educação Física, Universidade Comunitária da Região de Chapecó-Unochapecó,

<sup>2</sup>Bacharel em Educação Física, Universidade Comunitária da Região de Chapecó-Unochapecó,

<sup>3</sup>Professor de Educação Física Doutor em Saúde Coletiva, Área de Ciências da Saúde da UNOCHAPECÓ

<sup>4</sup>Professora de Educação Física, Mestre em Ciências da Saúde, Área de Ciências da Saúde da UNOCHAPECÓ



# ANAIIS

Vida Diária; e no Inventário da dor de Becker, mesmo com a presença de dores, os idosos mantêm suas atividades e conseguem viver com qualidade. Como considerações finais, a partir dos resultados obtidos, foi selecionado um conjunto de informações para a elaboração de um programa de atividades físicas. O papel do profissional de Educação Física no trabalho com os idosos deve estar voltado para uma ação multidisciplinar, indo além do conhecimento de técnicas e métodos de trabalho, reconhecendo a individualidade de cada um para propor práticas específicas para cada demanda. Sua contribuição promove um estilo de vida saudável através da orientação para a prática de atividade física, sendo um meio efetivo para a construção coletiva da qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Idosos; Capacidade Funcional; Qualidade de Vida; Atividade Física.