



## **PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E SATISFAÇÃO COM A SAÚDE EM MULHERES DE MEIA IDADE**

**Aluna:** Joenice Cristina WAZILEWSKI

**Banca Examinadora:**

Prof.<sup>a</sup> Ms. Eneida Maria Troller CONTE - Orientadora

Prof. Ms. Décio Roberto CALEGARI

Prof.<sup>a</sup> Ms. Rita Melânia Webler BRAND

Para a qualidade de vida, tanto na perspectiva individual quanto social, o estilo de vida saudável é muito importante para a promoção da satisfação da saúde, pois ela influencia nos aspectos psíquicos, físicos, sociais e ambientais. Mesmo com tantos estudos relacionados a estes assuntos, muitas pessoas não possuem consciência dos efeitos a médio e longo prazo de uma vida saudável. Nesse sentido, este estudo teve como objetivo verificar a presença de fatores de risco, o nível de atividade física e relacioná-los com a avaliação da percepção de qualidade de vida e satisfação com a saúde em um grupo de 30 mulheres de meia idade (média de 41 anos) do Município de Cascavel PR. Verificou-se que (87%), eram casadas, (3%) viúvas e (10%) solteiras. Quanto à ascendência, 63% das entrevistadas eram italianas, 3% eram africanas, 17% eram alemãs, 3% eram brasileiras, 3% eram portuguesas, 3% eram polonesas e 7% não sabiam responder. O nível de escolaridade ficou bastante equilibrado entre o Ensino Médio (30%) e o Ensino Fundamental de 5ª à 8ª séries (27%), 20% concluíram o Ensino Fundamental (1ª à 4ª séries) assim como as que concluíram o Ensino Superior sendo que 3% não souberam responder. A maioria da população investigada foi classificada no nível sócio econômico “C” (60%) e (83%), considerou boa ou muito boa a sua qualidade de vida. Já em relação à satisfação com a saúde, 73% relataram estarem satisfeitas, as nem satisfeitas e nem insatisfeitas representaram 20% da população analisada e 7% declararam estar insatisfeitas. Mais da metade das mulheres foram consideradas ativas (83%), ficando apenas 17% classificadas como sedentárias ou insuficientemente ativa. Em relação aos dados 40% das mulheres relataram apresentar algum fator de risco, sendo: hipertensão arterial (27%), problemas relacio-



nados a articulações ou aos ossos (10%) e problemas cardíacos (3%). Quanto ao nível de Stress, 57% apresentaram vulnerabilidade a algum tipo de situação, pois fizeram uma pontuação entre 15 e 25 pontos, 40% apresentaram pontuação acima de 25 pontos demonstrando não estarem vulneráveis ao stress. Não houve pontuação abaixo de 15 pontos, indicando que nenhuma das mulheres entrevistadas se apresentavam vulnerável ao stress sendo que 3% não quiseram responder a respeito. Referente ao IMC (Índice de Massa Corporal) foi constatado que, um pouco mais da metade das mulheres analisadas, estavam dentro da faixa recomendável, entre elas 57% apresentaram valores entre 18,5 e 24,9 (Peso normal), 27% estavam na faixa de sobrepeso (entre 25 e 29,9) e 13% apresentaram obesidade tipo I (entre 30 e 34,9). Não foi observada a faixa de baixo peso (até 18,4) assim como a obesidade tipo II (entre 35 e 39,9) e tipo III (40 ou mais). Para a coleta de dados foi utilizado uma entrevista estruturada e os seus resultados foram evidenciados através da distribuição de frequência e percentuais, apresentados em quadros. Pode-se concluir que, dentre as mulheres entrevistadas muitas conhecem muito pouco sobre a sua saúde, sendo que a maioria (83% da população) considera a sua qualidade de vida boa e muito boa, (73%) estão satisfeitas ou muito satisfeitas, mas 60% nunca procuraram saber se apresentam algum fator de risco. Espera-se que esse trabalho possa contribuir para a aquisição por parte da população, de uma maior consciência a respeito da saúde, estimulando a busca por orientação adequada e acompanhamento profissional. Devido ao fato de não terem sido analisados outros fatores que também podem influenciar na qualidade de vida, como o tipo de alimentação, espera-se que este trabalho seja apenas o primeiro de vários outros.

Unitermos: qualidade de vida, saúde em mulheres.