



let's talk about  
**ageing**

# Conference Proceedings

# Let's Talk About Ageing

1<sup>st</sup> International Conference

Conference Proceedings



Oporto, October 15<sup>th</sup> and 16<sup>th</sup>, 2018

ISBN: 978-989-54102-0-4

[eventqualia.com](http://eventqualia.com)

# **Programas de intervenção autárquica e envelhecimento bem-sucedido: efeitos na qualidade de vida.**

Maria Helena Pimentel (1); Helder Jaime Fernandes (1); Carlos Miguel Figueiredo Afonso (1)

1- Instituto Politécnico de Bragança

## **Abstract:**

O Instituto Nacional de Estatística (INE, 2017) calculou, para o ano de 2016, um índice de envelhecimento de 150,9 para Portugal. O envelhecimento progressivo da população é um dos maiores desafios da agenda política nacional e internacional. Face a esta realidade as respostas para a promoção do bem-estar e da qualidade de vida desta população têm aumentado.

Objetivo: avaliar os efeitos dos programas de intervenção autárquica na promoção do envelhecimento bem-sucedido na perspetiva da Otimização Seletiva com Compensação e dos diferentes domínios da qualidade de vida.

Métodos: 320 inscritos nos programas ‘Bragança Ativa’ e ‘Desporto Sénior em Meio Rural’. Selecionaram-se aleatoriamente 50 participantes a que se juntaram outros 50, através de critérios de estratificação de género e idade tendo por base o primeiro grupo, resultando um total de 100 participantes em duas sub-amostras: o grupo de referência (inscritos nas atividades sociais e recreativas promovidas pela autarquia) e o grupo de comparação (os que não participam em nenhuma das atividades). Aplicou-se, aos dois grupos, um inquérito para obter dados sociodemográficos, o questionário de Otimização Seletiva com Compensação (SOC) e a escala WHOQOL-Bref para avaliar a qualidade de vida.

Resultados: Amostra de idosos feminizada (70% dos inquiridos são do

género feminino), maioritariamente representada pelo escalão etário 65 – 74 anos (64%) sendo a sua média etária de 70,6 anos (desvio padrão 5,3 anos). 70% são casados ou vivem em união de fato e 22,0% são viúvos. Mais de metade (51%) têm apenas até o 4º ano de escolaridade. A média de anos de escolaridade é de 6,4 (desvio padrão de 4,0 anos) e a maioria tem rendimentos intermédios (68% auferem entre 421€ e 2000€).

Examinadas as diferenças nas dimensões da escala de Otimização Seletiva com Compensação (SOC) o grupo de referência destaca-se positivamente em relação ao grupo de comparação, apresentando maiores valores médios na escala total e nas dimensões: seleção eletiva, seleção baseada na perda e na compensação. É, contudo, na qualidade de vida onde mais se refletem os ganhos. O grupo de referência apresenta maiores valores médios em todas as dimensões da escala e nas dimensões relações sociais e saúde física, estas últimas muito próximos da significância estatística.

Conclusão: Os programas de intervenção autárquica permitem alavancar recursos para um envelhecimento bem-sucedido.

**Keywords:** Programas autárquicos, envelhecimento, qualidade de vida.

### **Referências Bibliográficas:**

INE (2017). Instituto Nacional de Estatística.

WHOQOL Group. Development of the World Health Organization

WHOQOL- BREF quality of life assessment. *Psychol Med* 1998;28(3):551-558.

Vaz Serra A, Canavarro MC, Simões MR, et al. Estudos psicométricos do instrumento avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-Bref) para Português de Portugal. *Psiquiatria Clíin* 2006;27(1):41- 49