



let's talk about  
**ageing**

# Conference Proceedings

View metadata and citation for this paper at <https://www.researchgate.net/publication/354811111>

provided by Biblioteca Digital do IBR

through the COBE

# 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)

# **Envelhecimento Bem-sucedido, Participação Social e Qualidade de Vida: um estudo multicêntrico e multimétodo**

Alice Bastos (1); Carla Faria (2); Helena Pimentel (3); Sofia Rosas Silva (4);  
Joana Monteiro (1); Miguel Veiga (5)

1. Instituto Politécnico de Viana do Castelo – ESE; 2. CINTESIS-UP; 3. Escola Superior de Saúde – IPB; 4. Escola Superior de Educação - IPC; 5. Instituto Politécnico de Viana do Castelo – ESTG

## **Abstract:**

Nas últimas décadas, vários modelos de envelhecimento bem-sucedido (EBS) contribuíram para esclarecer as relações entre qualidade de vida e bem-estar. Revisões sistemáticas têm reunido evidência sobre os contributos da participação social para envelhecer bem. Assim, estabeleceu-se como objectivo deste estudo analisar o bem-estar e qualidade de vida em iniciativas de base comunitária.

Para o efeito estabeleceu-se incluir pessoas com 55+ anos a frequentar Programas de Intervenção Autárquica (PIA; Grupo Referência; n = 152) e um grupo que não frequenta este tipo de actividades (Não-PIA, Grupo Comparação; n = 152), em três zonas territoriais do país onde se ministra formação superior em Gerontologia. Na recolha de dados utilizou-se um protocolo de avaliação gerontológica multidimensional, designadamente MMSE, SWLS, Ryff-18, Lubben-6, SOC, WHOQoL-Breve, e um questionário elaborado para o efeito para avaliar características sociodemográficas e participação social.

Fazem parte deste estudo 304 participantes, predominantemente mulheres (n = 114; 75%), pertencentes à terceira idade (65+ anos; 91,2%), distribuídos

igualmente por Viana do Castelo (n = 104), Bragança (n = 100) e Coimbra (n = 100), média de idades de 71,5 anos (DP=5,7; Min 55 e Max 84 anos), com escolaridade inferior a 4 anos (n = 216; 71,1%), maioritariamente casados (n = 204; 67,1%).

Comparando o grupo PIA (GRef) com não-PIA (GComp) para amostras emparelhadas relativamente à qualidade de vida (QoL), o grupo de referência apresenta uma média superior na faceta saúde física (dif Médias 1,1; t (151) = 2,3; p < 0,03). No caso dos mais velhos (75-84 anos), observa-se que o bem-estar psicológico global é superior no GRef (dif Médias 6,2; t (43) = 3,8; p < 0,001), assim como nas estratégias adaptativas (SOC-Global; diferença de médias 1,2; t (43) = 2,2; p < 0,04). Nas dimensões do bem-estar psicológico observam-se diferenças significativas na autonomia (dif Médias 1,3; t (43) = 2,2; p < 0,04), bem como objectivos na vida (dif Médias 2,2; t(43) = 3,7; p < 0,001). Quanto à QoL, o GRef apresenta uma média superior na faceta da saúde física (diferença de médias 1,1; t(151) = 2,3; p < 0,03). Porém, no grupo dos 65-74 anos os valores médios do GRef na QoL são mais elevados na saúde física (dif Médias 1,7; t(95) = 2,7; p < 0,009), o mesmo se observando no bem-estar psicológico - domínio do meio (dif Médias 0,8; t(95) = 2,0; p < 0,05). Relativamente ao estado mental (MMSE) não se observaram diferenças significativas entre grupos etários, o mesmo acontecendo com as relações sociais (Lubben-6). O Défice Cognitivo Ligeiro é de 16% na amostra global. Concluindo, os resultados obtidos sugerem um comportamento distinto no bem-estar e qualidade de vida (QoL) em função da participação em PIA e dos grupos etários.

Claramente as pessoas não beneficiam da mesma maneira com a participação social. As Políticas Públicas devem ter estes resultados em consideração ao estabelecer medidas programáticas para o envelhecimento ativo e bem-sucedido.

**Keywords:** Envelhecimento Bem-sucedido; Participação Social; bem-estar; Programas de Intervenção Autárquica; Gerontologia Social.