



# Percepções de hábitos de vida e saúde de idosos migrantes do extremo oeste de Santa Catarina

Jéssica Tonin  
Daiane Zanella  
Francieli Bonetto  
Julia R. da Silva  
Julie Brusamarello  
Ketryn D. Frank  
Lilian Marin  
Fátima Ferretti

CADERNO DE RESUMOS

FisiSenectus . UnoChapecó  
Ano 1 - Edição especial - 2013  
p. 138

Jéssica Tonin, acadêmica do curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Comunitária da Região de Chapecó (UnoChapecó), [jessica\\_tonin@unochapeco.edu.br](mailto:jessica_tonin@unochapeco.edu.br).

## Resumo

**Introdução:** A expectativa de vida vem aumentando, surgindo a necessidade de entender o processo de envelhecimento. O foco deste estudo foi a percepção de saúde e hábitos de vida de um grupo de idosos descendentes de imigrantes italianos e alemães migrantes do Rio Grande do Sul para o extremo oeste de Santa Catarina. **Objetivos:** Conhecer os principais hábitos de vida e percepção de saúde de um grupo de idosos residentes no extremo oeste de Santa Catarina. **Metodologia:** Pesquisa híbrida quantitativa, transversal e descritiva. Amostra intencional de 24 idosos. Coleta de dados realizada por questionário adaptado para diagnóstico de saúde das populações idosas. A análise dos dados quantitativos foi realizada através do programa Excel 2007 expressa por média, desvio padrão e percentil. **Resultados:** A idade média dos idosos foi de  $71,8 \pm 6,4$ , 33,33% homens e 66,67% mulheres, 75% casados, 70,83% aposentados por idade, a maior ocupação dos idosos foi a agricultura (79,2%). Quanto aos cuidados diários, 54,16% são independentes, 33,33% cuidados pelo companheiro(a). No lazer, 20,83% dançam, 20,83% passeiam e 16,66% leem. Apenas 12,5% são tabagistas, com  $53,5 (\pm 1,41)$  anos de consumo e 6,5 cigarros por dia. Em relação à alimentação, 54,17% realizam três refeições por dia, os alimentos mais consumidos são: ovos, feijão, lentilha, frutas, carne, peixe, aves pelo menos uma vez por semana. A preferência de líquidos foi a água (45,83%), sendo que por dia 41,67% tomam aproximadamente um litro, 41,67% dois litros e 4,17% quatro litros. Nenhum entrevistado tem percepção de saúde ruim/péssima e 50% acha sua saúde boa comparada a de outras pessoas; analisando a saúde neste último ano, 8,33% acreditam que esta piorou, 70,83% declararam estar igual e 20,83% acreditam que sua saúde melhorou; 83,33% usam algum tipo de medicamento, 62,5% não sofreram quedas, 8,34% sofreram três a dez quedas no último ano, 62,5% não tiveram consequências graves; 54,17% buscaram atendimento de saúde no último ano; 41,67% em UBS e 54,17% em farmácias ou benzedeiras. **Considerações finais:** Verificou-se que a percepção dos hábitos de vida destes idosos foi influenciada pela cultura dos seus descendentes; notou-se também alimentação diversificada e regular, ingestão de líquidos consideravelmente adequada; maioria independente e minoria tabagistas. Identificou-se que a maioria dos entrevistados possui boa percepção em relação à sua saúde. Estes dados possibilitaram conhecer melhor os hábitos de vida e condições de saúde dos migrantes do extremo oeste de Santa Catarina, entendendo também que estes influenciam a nossa cultura atual.

## Palavras-chave

Velhice. Saúde. Migração.