



## **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS ATENDIDOS NO CENTRO DE REFERENCIA MUNICIPAL DE SAUDE, BAHIA BRASIL**

**Cleidenaldo Augusto da S.Santos<sup>1</sup>  
Jadson Lima(Orientador)<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Instituto Federal Baiano- Campus/ Senhor do Bonfim E-mail [augustinhosenna@gmail.com](mailto:augustinhosenna@gmail.com)

<sup>2</sup>Instituição/ Campus/E-mail

**INTRODUÇÃO:** A adoção de um estilo de vida proporciona diversos benefícios à saúde, uma vez que é uma peça importante na qualidade de vida não só do grupo de jovem, como também da população da terceira idade. O crescimento populacional indicam que os problemas de saúde e idade são os principais motivos para não praticarem esportes (IBGE2017). Desta maneira, sabe se que o envelhecimento está associado a diversos fatores sejam eles ambientais, sociais ou genéticos e também a redução das funções vitais, dos níveis de saúde e mobilidade podendo ser um fator de agravo à qualidade de vida do idoso. **OBJETIVO:** Identificar a percepção de saúde, nível de atividade física e qualidade de vida em idosos participantes de grupos no centro de referencia municipal, no primeiro semestre de 2022 em saúde Bahia. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo transversal com enfoque na pesquisa qualitativo-quantitativa de base descritiva. Utilizará três questionários. 01- para o nível socioeconômico, 01 percepção de qualidade de vida e satisfação com a saúde e 01- Questionário Internacional de Atividade Física validado – (IPAQ – 8.0, VERSÃO CURTA) para diagnosticar a descrição de níveis de atividade física da população idosa participantes de grupos de convivência ligados ao Centro de Referência de Assistência Sociais da sede e nos 06 povoados circunvizinhos do município de Saúde BA. A amostra será composta por idosos (X) de ambos sexo, com idade  $\geq 60$  anos todos da sede e dos 06 povoados do município de saúde, Território baiano, localizado na microrregião de Jacobina BA. **RESULTADOS:** Esperamos com essa pesquisa diagnosticar os níveis de entendimento, compreensão e práticas de atividade física como meio de manutenção da saúde para um envelhecimento saudável e ativo da população idosa da sede e zona rural do município. Através desta pesquisa, haja um avanço significativo na execução de políticas públicas de Saúde, lazer transformando a atual realidade na qual estão inseridos. **CONCLUSÃO:** as relações sociais em grupos de convivências, programas específicos para terceira idade são fatores que favorecem a autoestima e a percepção positiva na promoção da saúde e qualidade de vida do idoso. Proporcionando um nível de entendimento e incentivo para manutenção da saúde como um todo.

**Palavras-Chave:** Atividade Física. Envelhecimento. Qualidade de vida. Percepção de saúde.

\*Este trabalho é fruto do Projeto “**NOME DO PROJETO**”, financiado **pelo/pela CNPq/ FAPESB** e aprovado pela Chamada Inicial de Projetos de Iniciação Científica, aprovada pelo Edital XX/2019, regida pelo Edital XX/2019.



**INSTITUTO  
FEDERAL  
Baiano**