



27^a JORNADA DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA

20 anos do Estatuto da
PESSOA IDOSA: uma reflexão

De 12 a 16 de junho



ESTILO DE VIDA E SAÚDE EM PESSOAS IDOSAS

Mauro V G Barros
Universidade de Pernambuco
Grupo de Pesquisa em Estilos de Vida e Saúde



Scientific and Steering Committee



International Advisory Committee

Leaders

WG1
Resources and supplies

WG2
Performance evaluation

WG3
Press and news

WG4
Internet and social media

WG5
Continuing education

Project Managers

ATITUDE

EUGERON

SACODE

LAGOA DO CARRO

ELOS-PRÉ

SLEEP & EXERCISE



INTERVENÇÃO



PROJETO EUGERON
Envelhecimento Saudável



ESTILO DE VIDA E SAÚDE

CONDUTAS DE SAÚDE E CONDIÇÕES DE VIDA

- Atividade física
- Hábitos alimentares
- Tabagismo
- Relacionamentos
- Comportamentos preventivos
- ...

SAÚDE INTEGRAL

- Ansiedade e depressão
- Estresse psicossocial
- Violência
- Qualidade de vida
- Obesidade
- ...

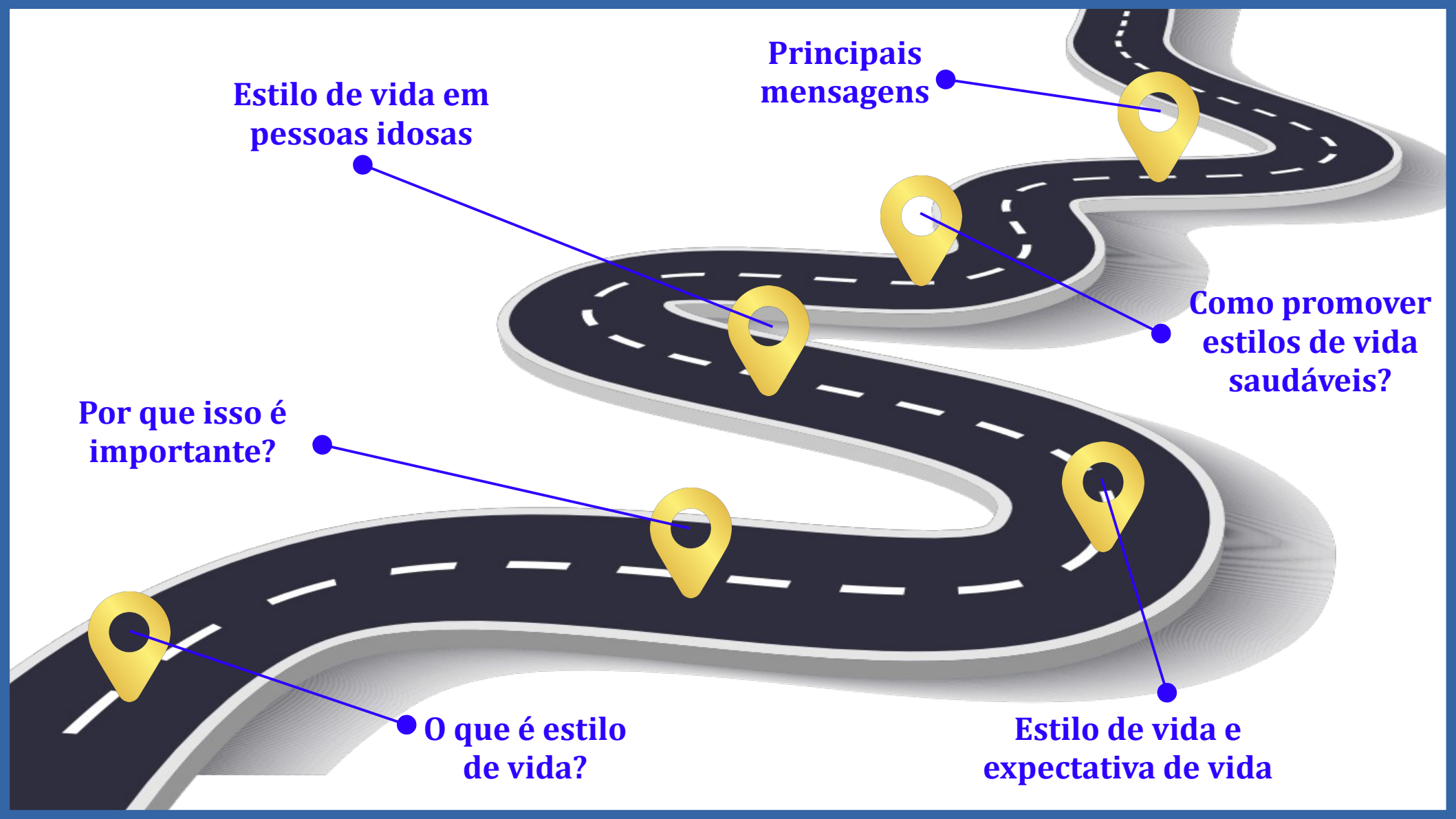
Abordagem, foco e diretrizes





PROJETO
EUGERON
Envelhecimento Saudável





Principais mensagens

Estilo de vida em pessoas idosas

Como promover estilos de vida saudáveis?

Por que isso é importante?

O que é estilo de vida?

Estilo de vida e expectativa de vida

O que é estilo de vida?





Leisure Studies

Publication details, including instructions for authors and subscription information:

<http://www.tandfonline.com/loi/rlst20>

The concept of lifestyle: a review

A.J. Veal^a

^a School of Leisure and Tourism Studies, University of Technology, Sydney, Lindfield, NSW, 7070, Australia

Version of record first published: 22 Aug 2006.

To cite this article: A.J. Veal (1993): The concept of lifestyle: a review, *Leisure Studies*, 12:4, 233-252

To link to this article: <http://dx.doi.org/10.1080/02614369300390231>

ESTILO DE VIDA

Trabalho



Lazer

“Padrão de atividades e de comportamentos pessoais e sociais que caracterizam uma pessoa ou grupo”

**Padrões de
consumo**



**Práticas domésticas
e utilitárias**

Comportamentos de risco à saúde

ATIVOS (Diretos)

Uso de drogas

Elevada ingestão de sal

Automedicação

PASSIVOS (Indiretos)

Falta de higiene


Baixo consumo de frutas

**Não aderência à uso de
medicamentos**



Por que isso é importante?

Lalonde framework

 Government of Canada / Gouvernement du Canada

A NEW PERSPECTIVE ON THE HEALTH OF CANADIANS

a working document

Marc Lalonde
Minister of National Health and Welfare

1974

Cause	Total Years Lost
Motor Vehicle Accidents	213,000
Ischaemic Heart Disease	193,000
All Other Accidents	179,000
Respiratory Diseases and Lung Cancer	140,000
Suicide	69,000



Some 40% of all alcoholic beverages in Canada are purchased by but 7% of the drinking population, the alcohol abusers. At December 31, 1969, there were sixty-seven children under the age of fifteen with a diagnosis of alcoholism in Canadian mental hospitals. One-quarter of all first male admissions to psychiatric hospitals are due to alcoholism, and the heavy contribution of alcohol abuse to motor vehicle accidents, poisonings, accidental fire deaths, cirrhosis of the liver and falls has been ascertained. Absenteeism due to alcohol abuse costs a million dollars a day to Canadian industry⁵. Yet the control and treatment of alcohol abuse in Canada is fragmented and weak.

Lalonde framework

Biologia



Assistência

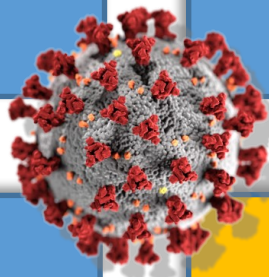
Ambiente



**Estilo
de vida**

Assistência

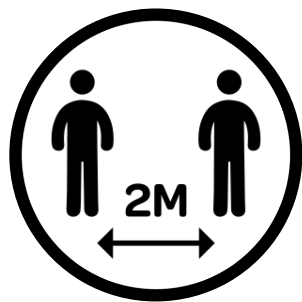
Ambiente



Biologia

Estilo de vida

Estilo de vida como “linha de frente”



Estilo de vida e expectativa de vida

**JORNAL DO
COMÉRCIO
ANO DE 1960**

EDIÇÃO DE HOJE
8 PÁGINAS

JORNAL

Diário

Fundado em 2 de Janeiro de 1904

Mauá,

ANO — LVI

Compra dos navios pelo Amaz



**Onibus entrou na casa humilde e
foi apanhar a velhinha de 42 anos**

(UPD) —
publita
Hector T
sefai de
renuncia
gem diri
National
cor Molin
Carater in

NOVAMB

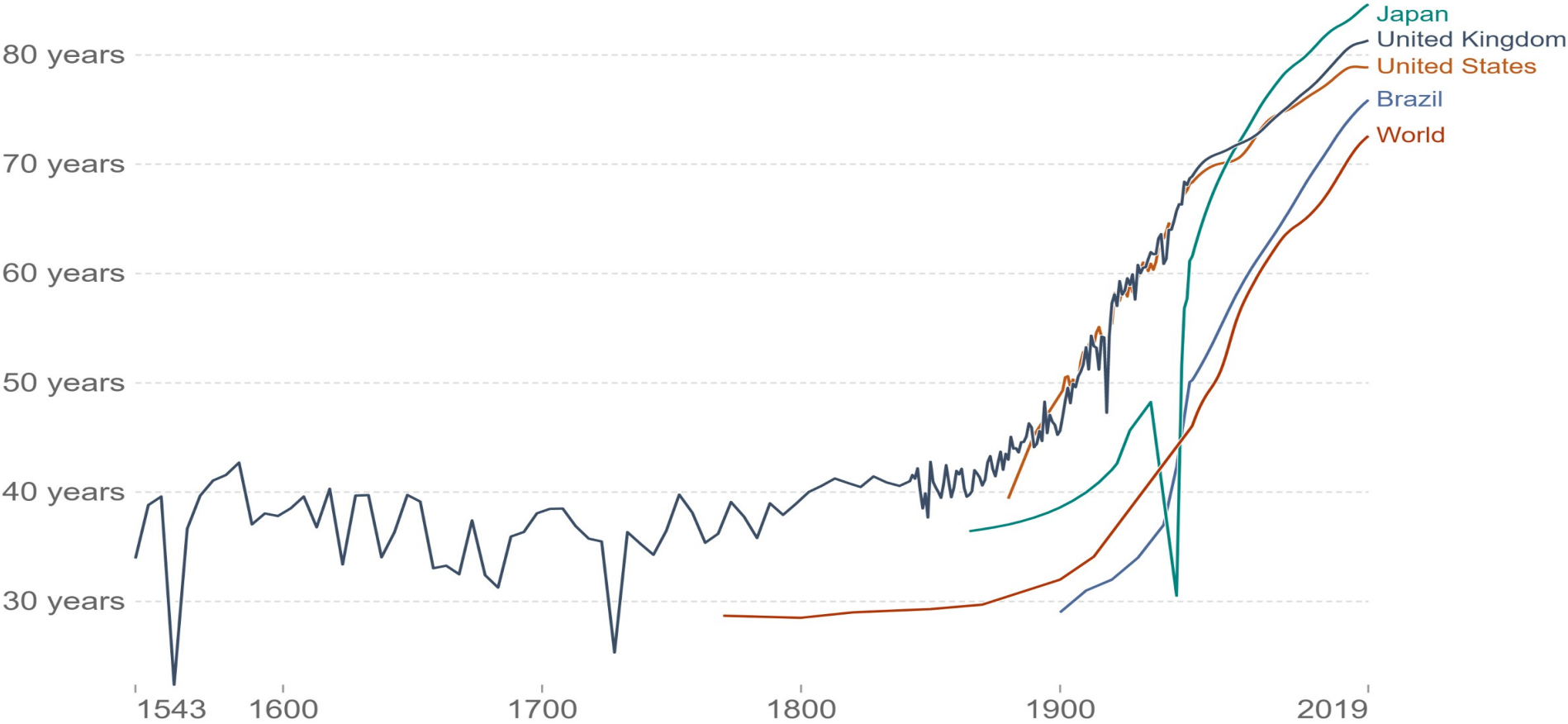
KLIZ/2
— Agrave
na perna
a notitia
chegada de
Goldm, eq

Evolução da expectativa de vida no Brasil

Em anos



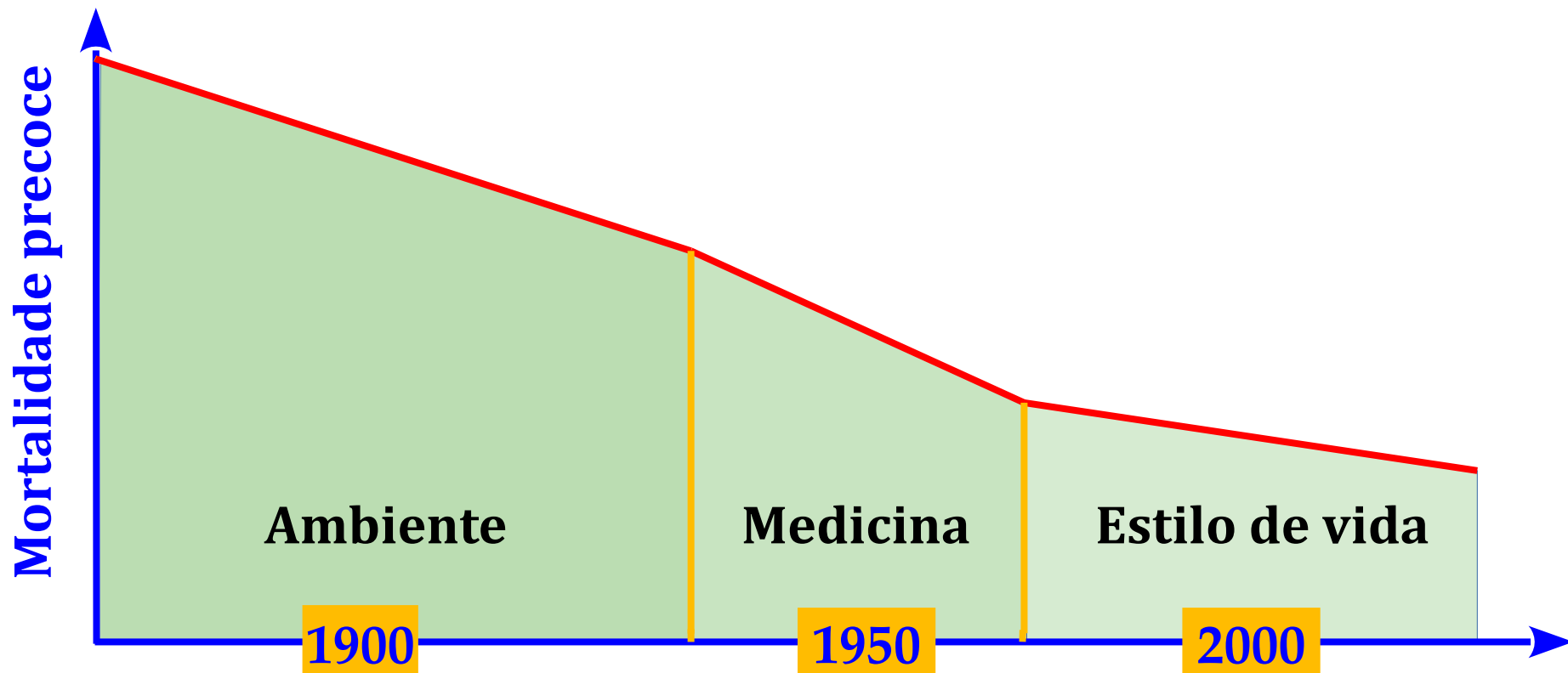
Life expectancy, 1543 to 2019



Source: Riley (2005), Clio Infra (2015), and UN Population Division (2019)

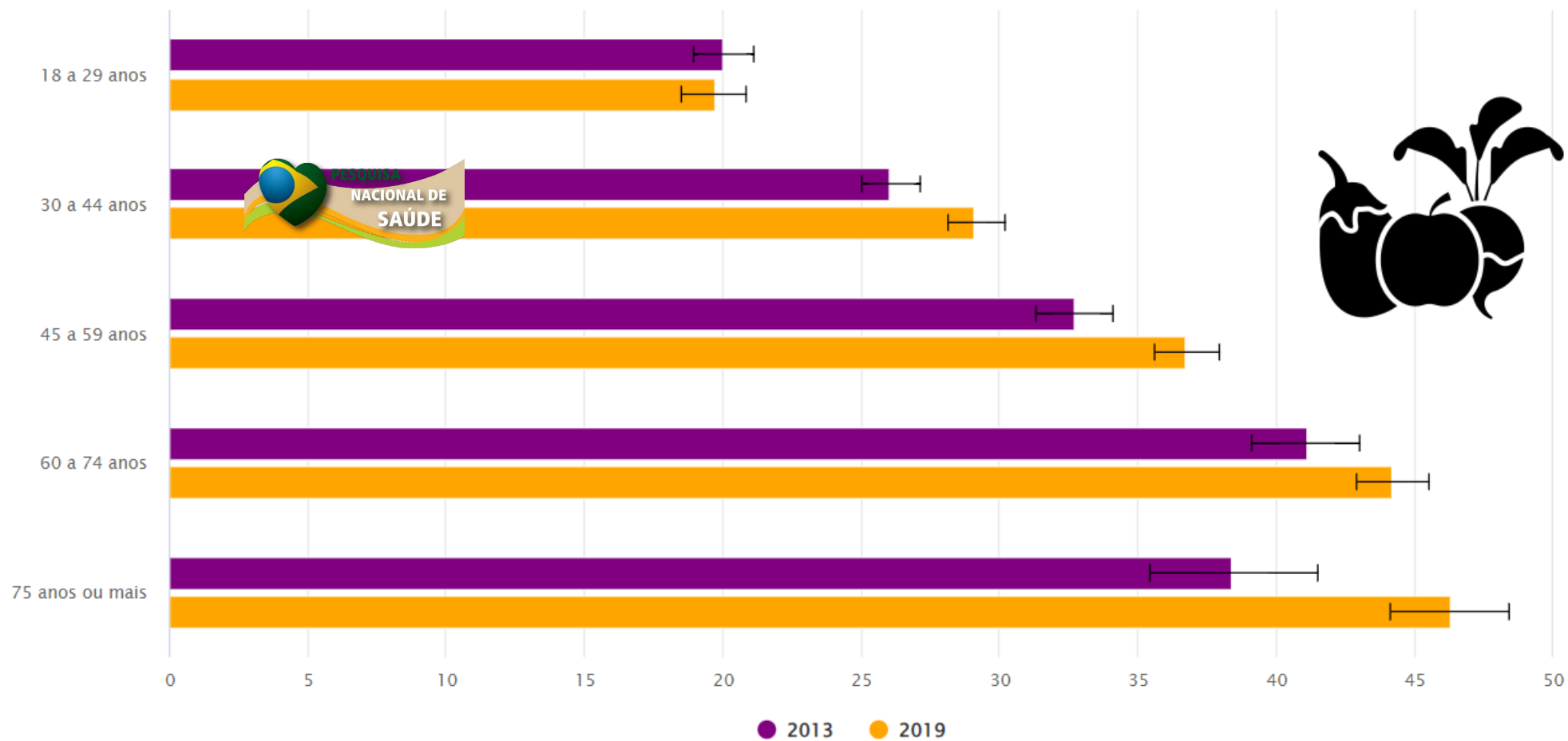
Note: Shown is period life expectancy at birth, the average number of years a newborn would live if the pattern of mortality in the given year were to stay the same throughout its life.

REDUÇÃO DA MORTALIDADE PRECOCE

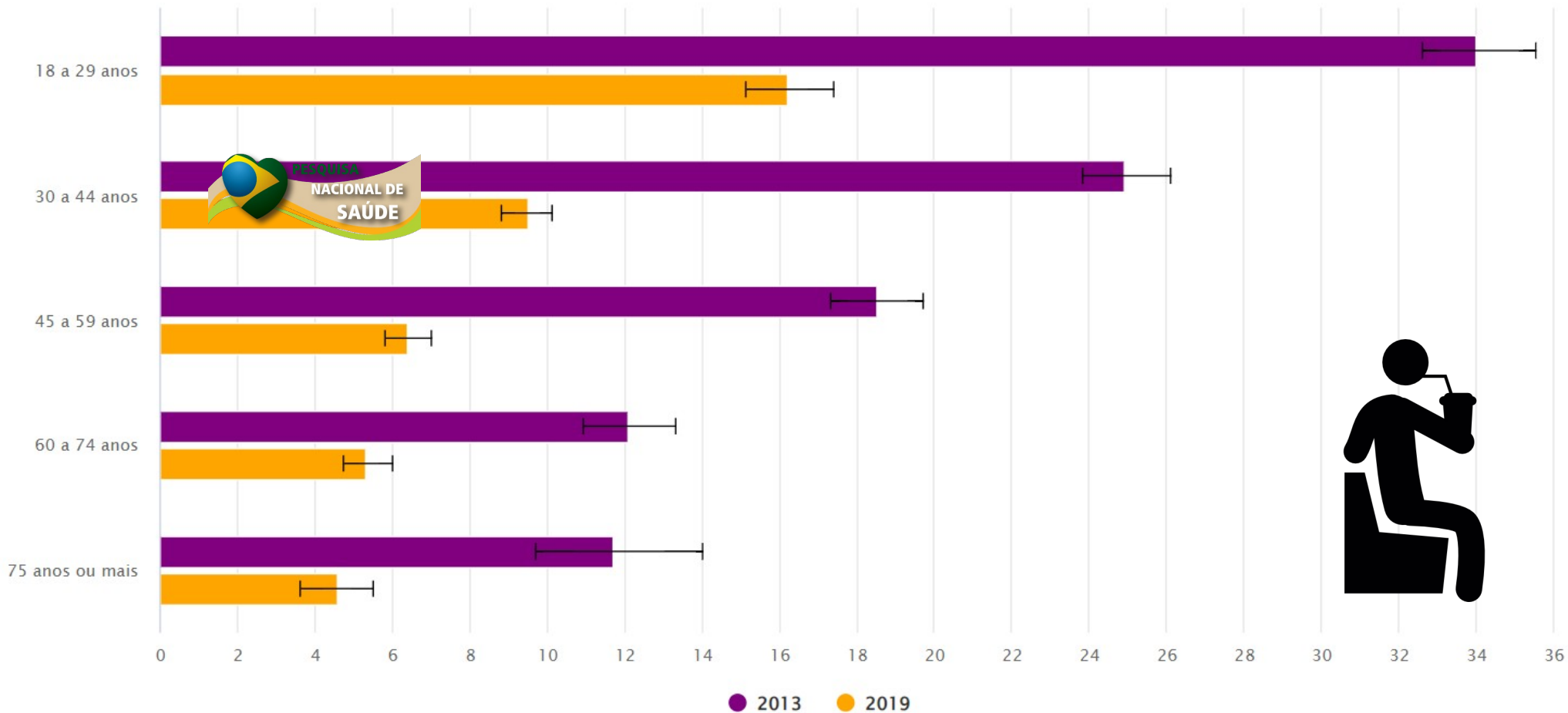


Estilo de vida em pessoas idosas

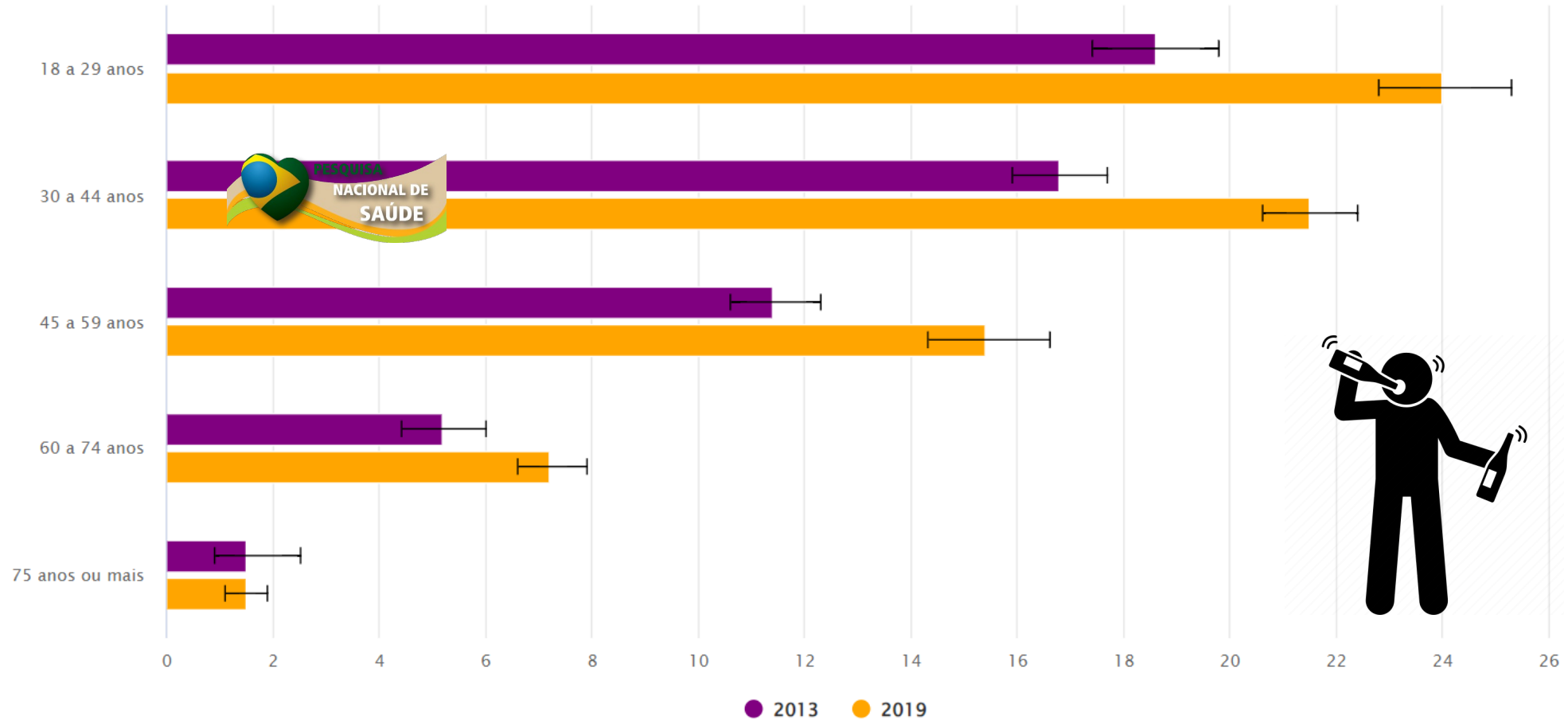
Consumo regular de frutas e hortaliças – Percentual – 2013 – 2019



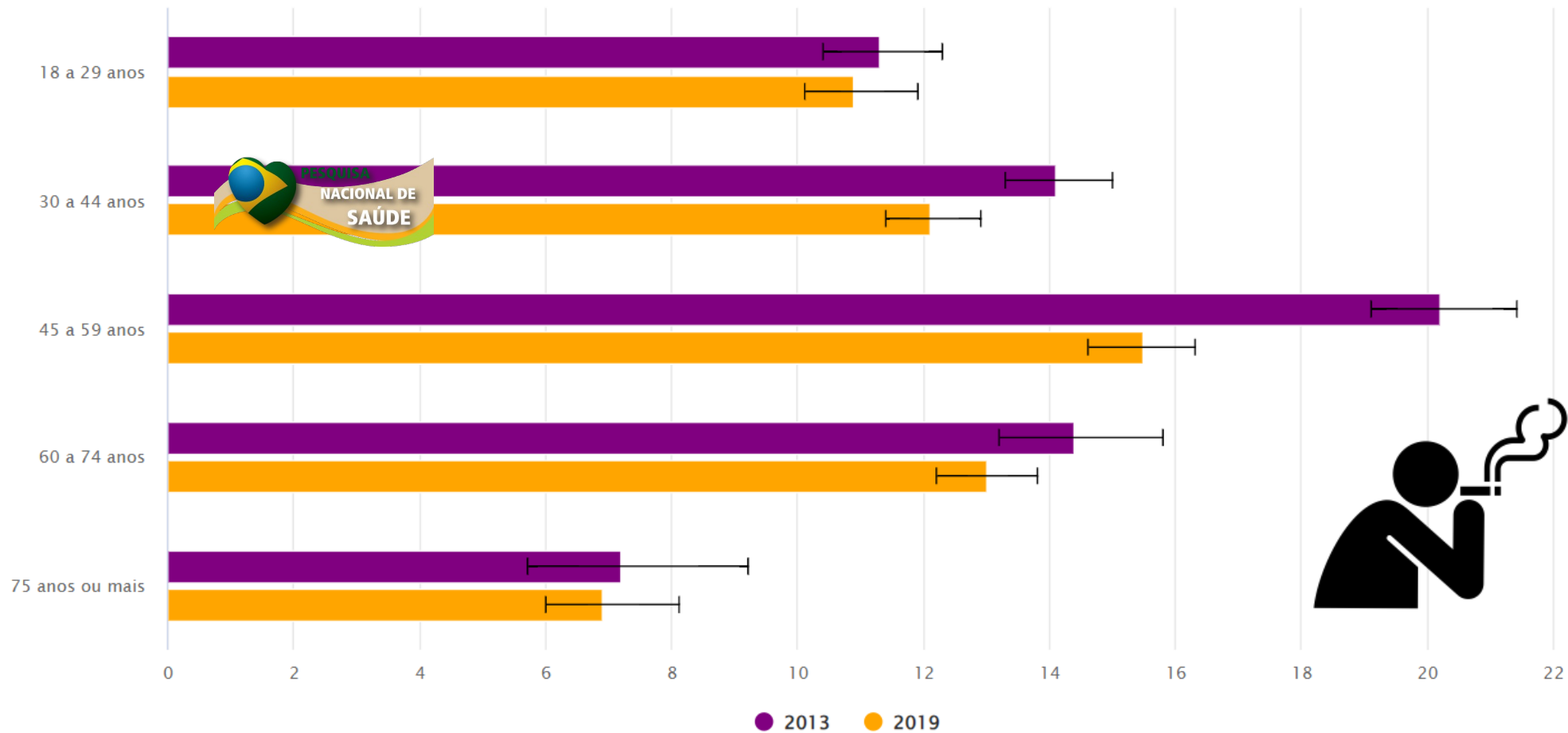
Consumo regular de refrigerantes – Percentual – 2013 – 2019



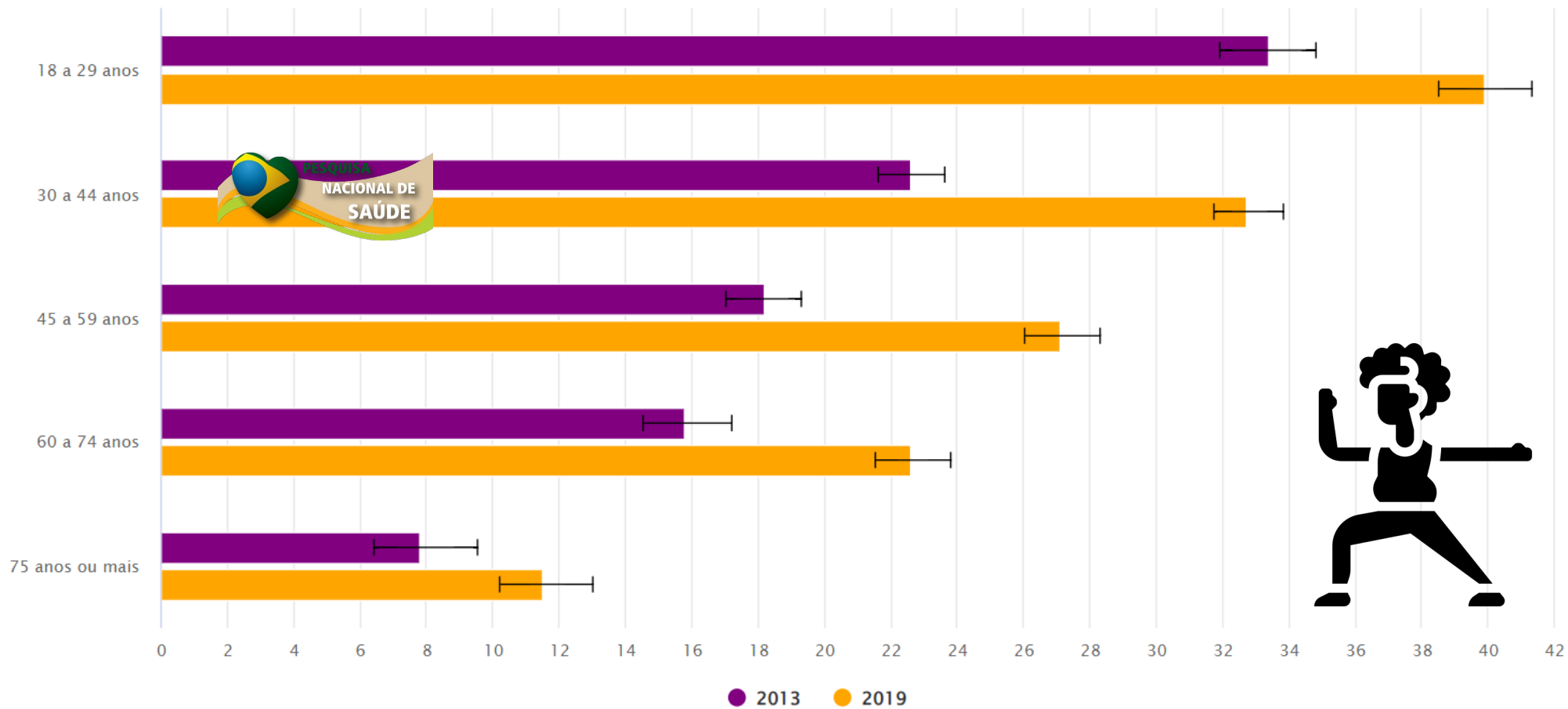
Consumo abusivo de álcool nos últimos 30 dias – Percentual – 2013 – 2019



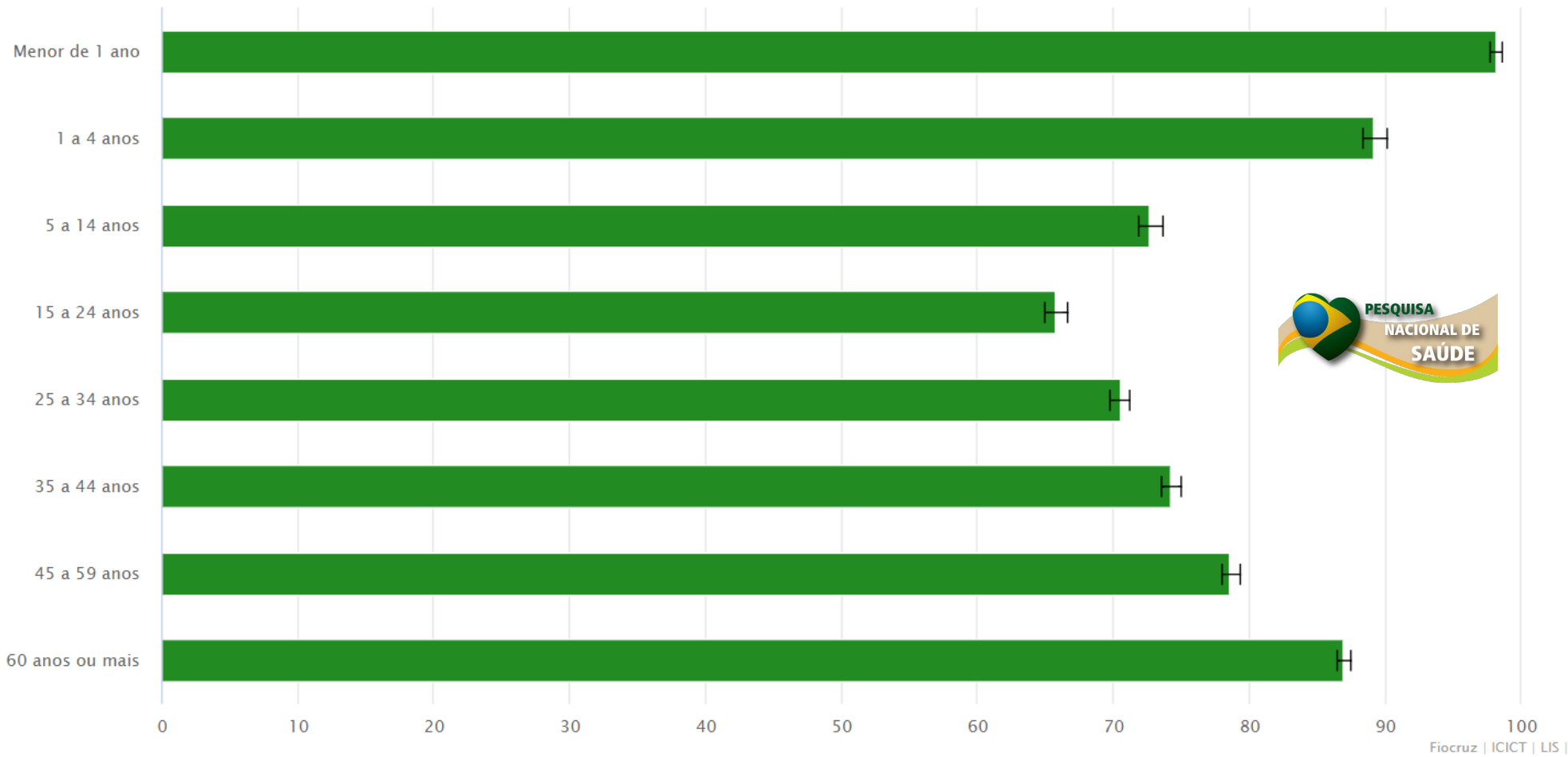
Fumo atual de tabaco - Percentual - 2013 - 2019



Prática adequada de atividade física no lazer – Percentual – 2013 – 2019



Consulta médica nos últimos 12 meses – Percentual – 2019



Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros

ELSI
BRASIL



[O que é ELSI](#) ▾ [Questionários](#) [Acesso aos Dados](#) ▾ [Publicações](#) [Eventos](#) [Divulgação](#) [Notícias](#) [Contato](#)

- Português
- English



O Estudo Longitudinal da Saúde dos Idosos Brasileiros (ELSI-Brasil) é conduzido em amostra nacionalmente representativa de adultos com 50 anos ou mais residentes na comunidade. A primeira onda do ELSI-Brasil foi conduzida em 2015-16 e a segunda onda em 2019-21. A



Lifestyle factors and multimorbidity among older adults (ELSI-Brazil)

Marina Gabriela Nascimento de Almeida¹ · Mary Anne Nascimento-Souza¹  · Maria Fernanda Lima-Costa¹ · Sérgio Viana Peixoto^{1,2}

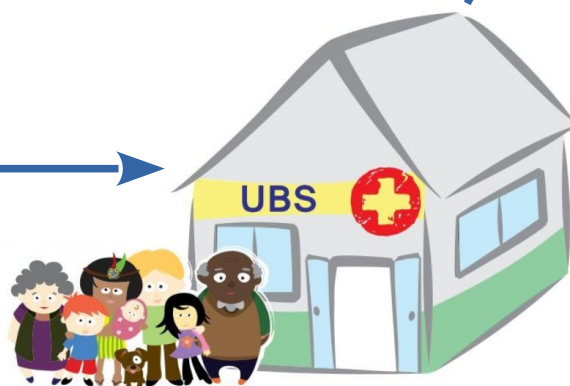


Unhealthy life-style factors	Multimorbidity—OR (95% CI)			
	Women		Men	
	Unadjusted model	Adjusted model	Unadjusted model	Adjusted model
At-risk alcohol consumption ^a				
No	1.00	1.00	1.00	1.00
Yes	0.66 (0.44–0.99)	0.83 (0.54–1.26)	0.64 (0.52–0.77)	0.77 (0.63–0.96)
Current or past smoking				
No	1.00	1.00	1.00	1.00
Yes	0.98 (0.85–1.13)	1.08 (0.92–1.26)	1.37 (1.17–1.60)	1.31 (1.12–1.54)
Insufficient physical activity ^b				
No	1.00	1.00	1.00	1.00
Yes	1.18 (0.91–1.54)	1.00 (0.77–1.29)	1.41 (1.19–1.66)	1.27 (1.07–1.51)
Below-recommended consumption of fruits and vegetable ^c				
No	1.00	1.00	1.00	1.00
Yes	0.88 (0.69–1.13)	0.92 (0.71–1.18)	0.79 (0.56–1.12)	0.84 (0.59–1.21)



PROJETO EUGERON

Envelhecimento Saudável

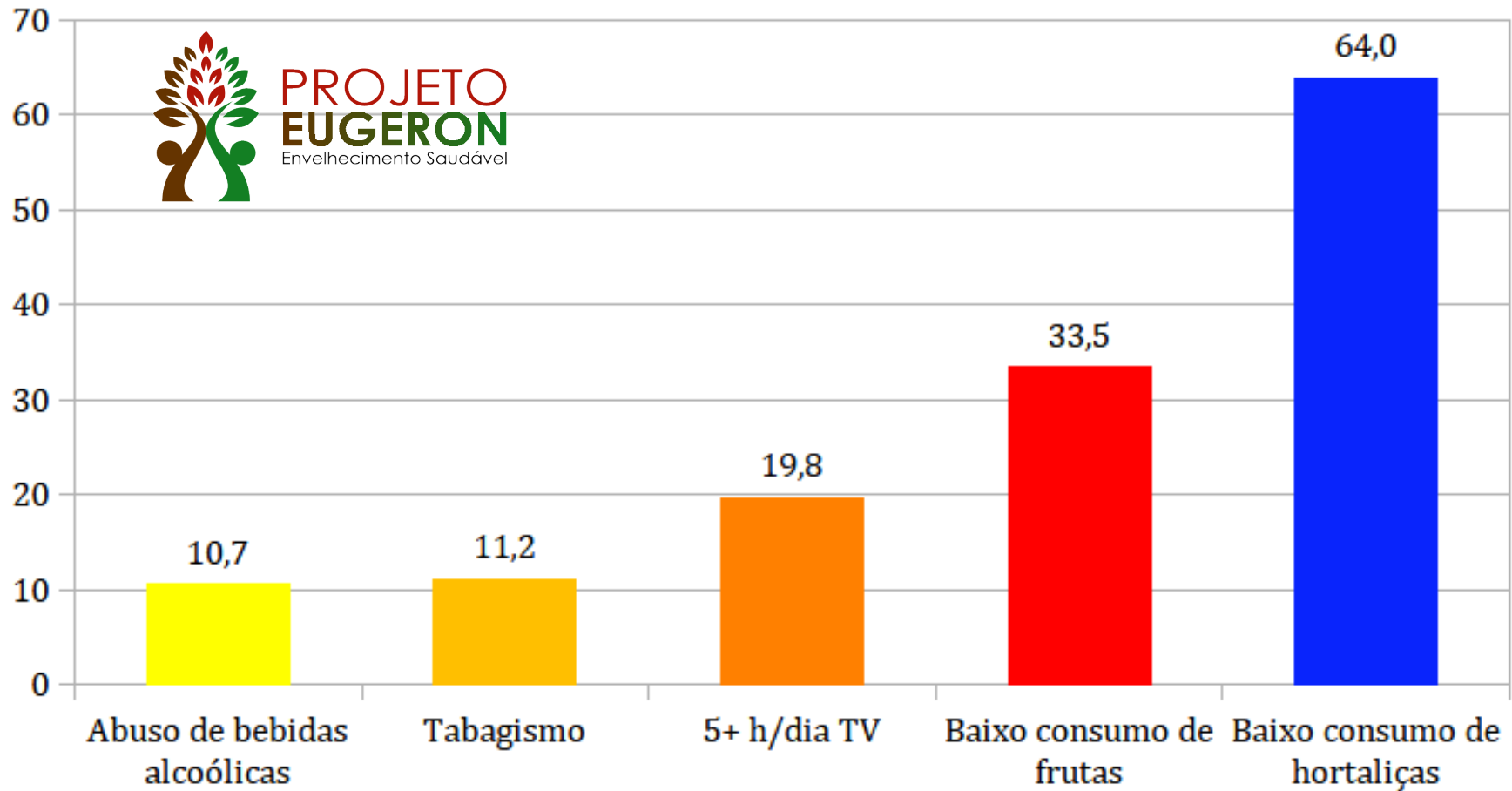




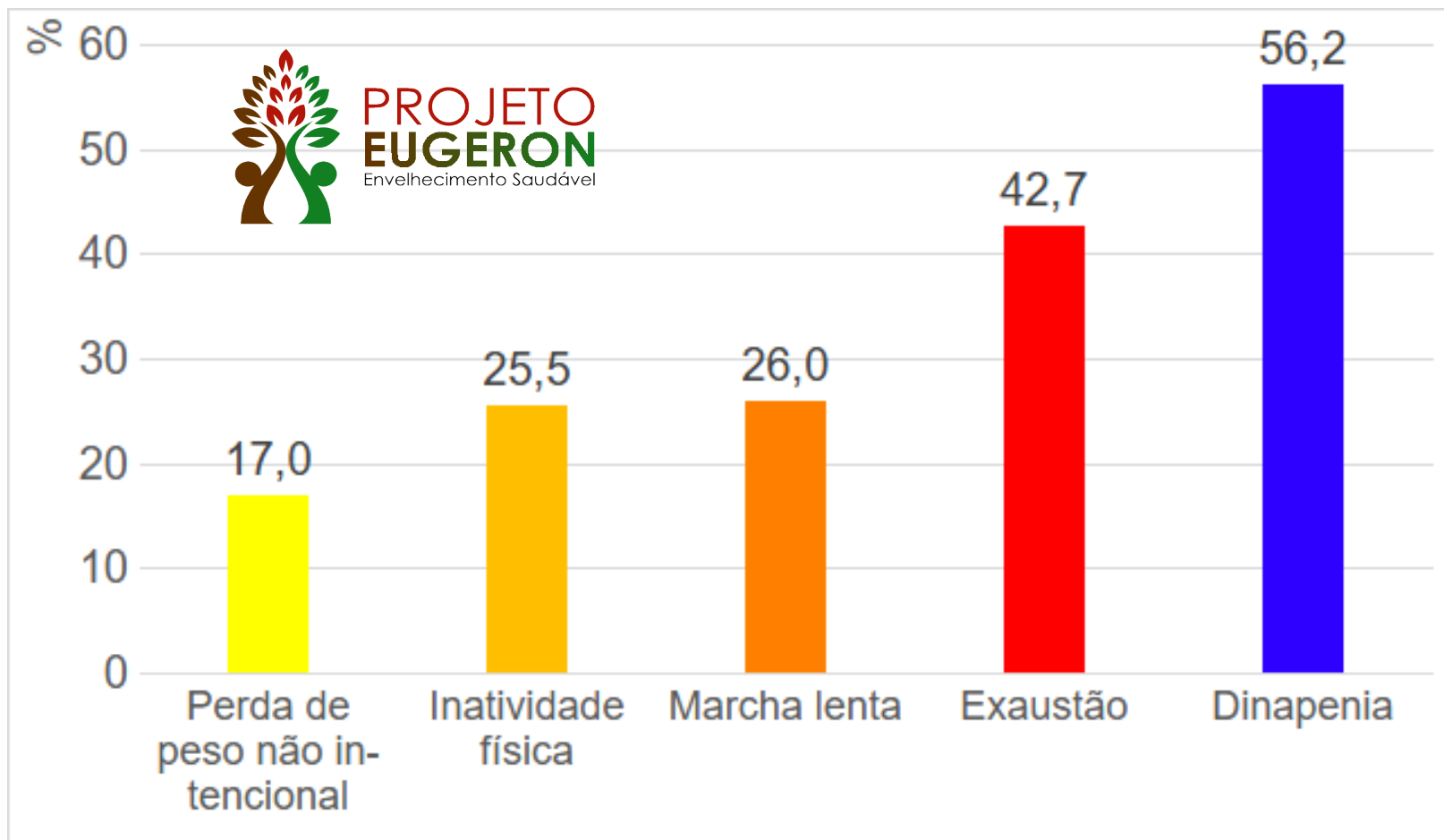




Prevalência de comportamentos de risco em pessoas idosas



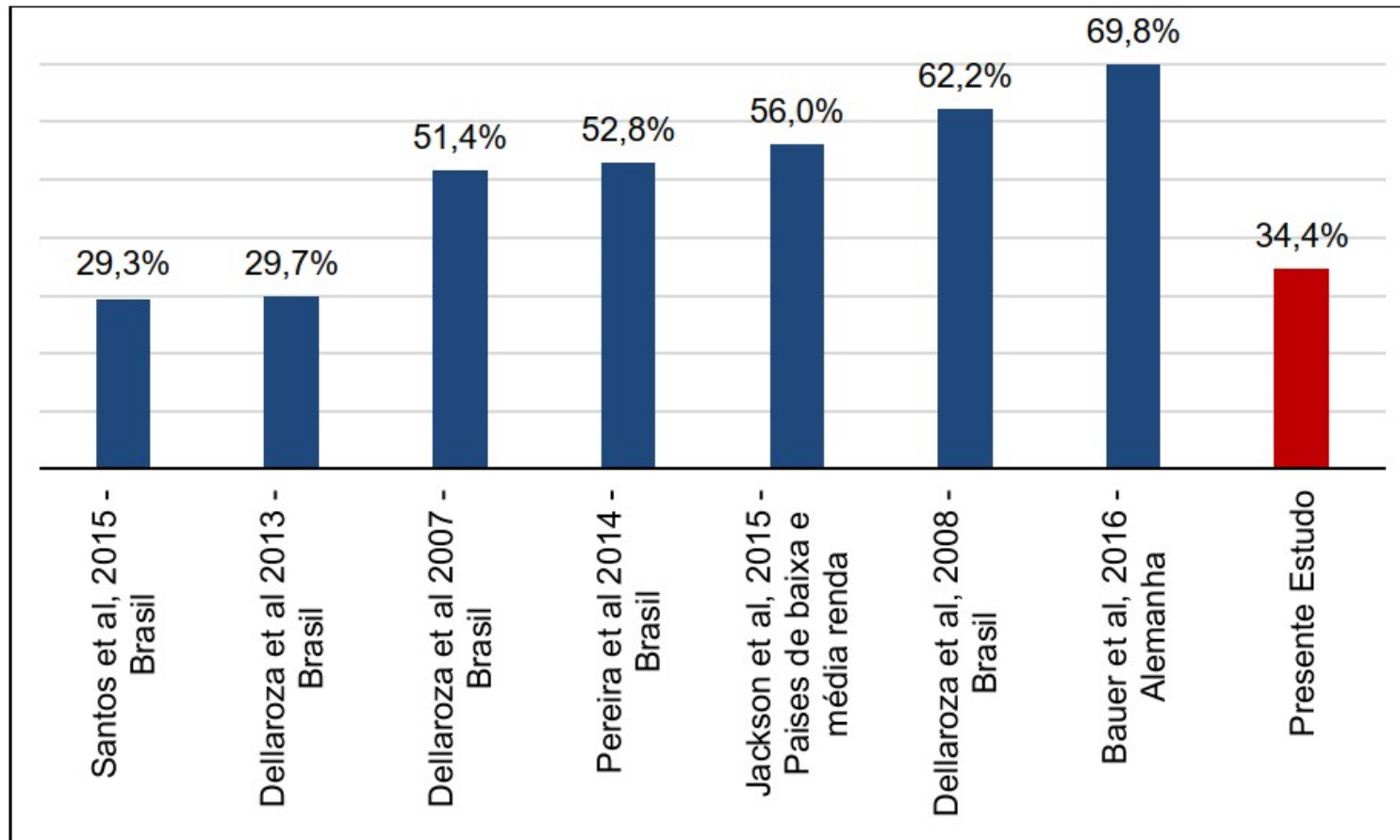
Prevalência de fatores predisponentes à fragilidade em pessoas idosas



26,9%



13,3%



**PROJETO
EUGERON**
Envelhecimento Saudável

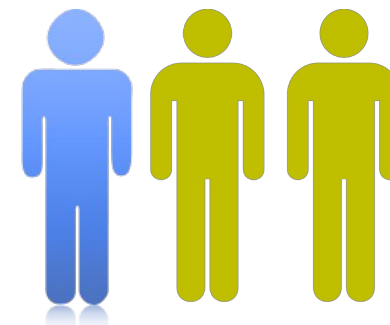
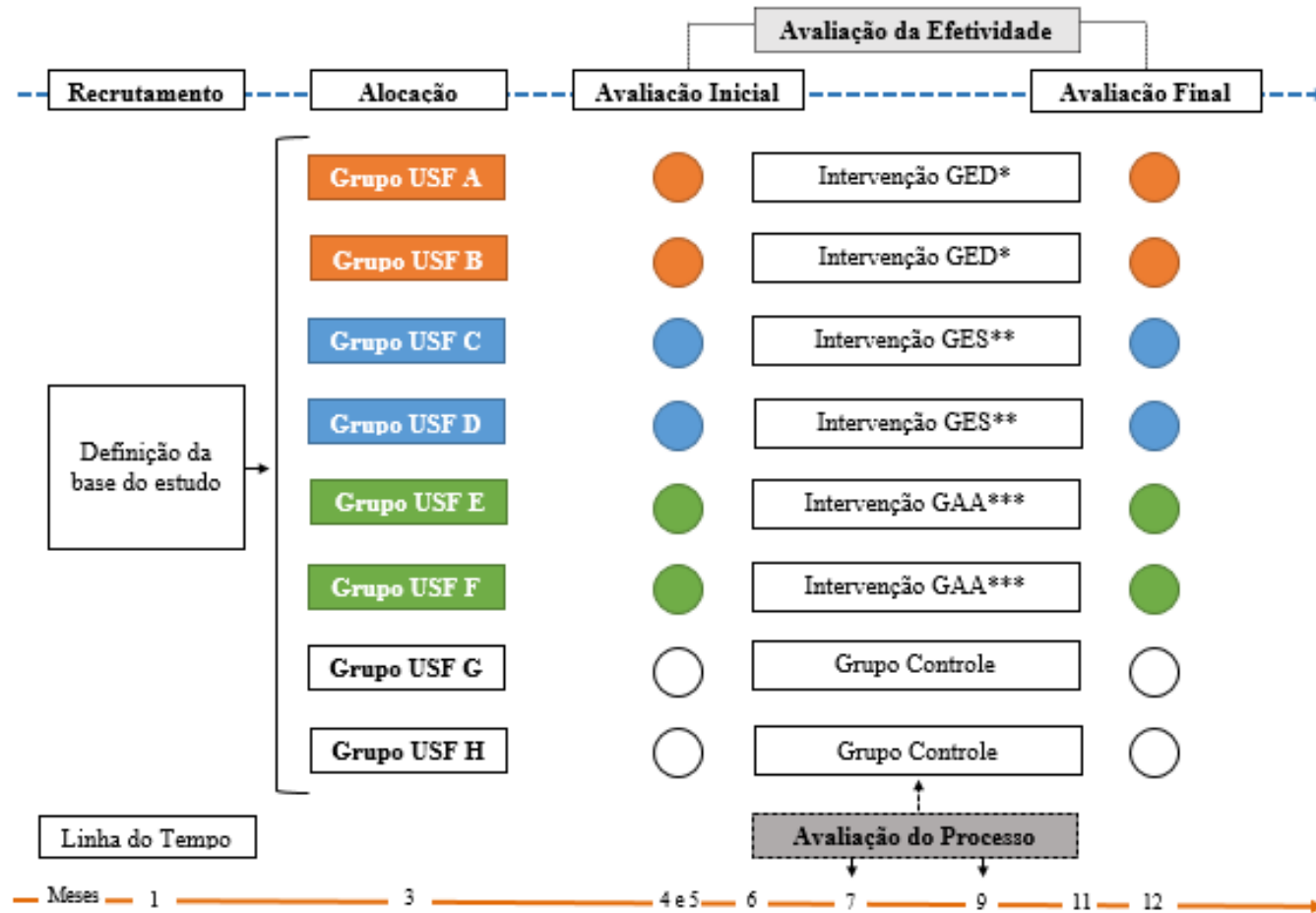


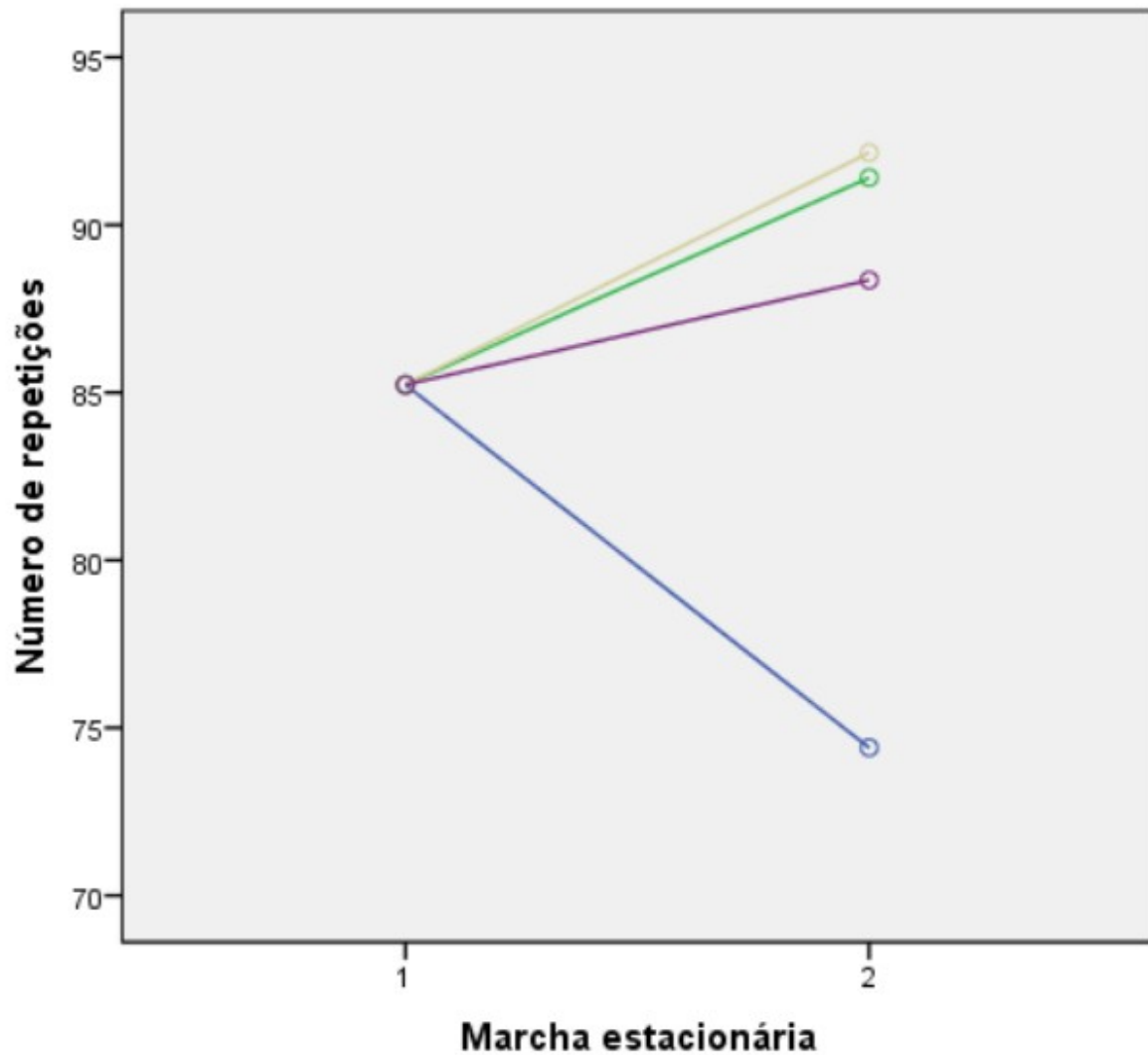
Figura 1. Comparação entre a prevalência de dor crônica em idosos relatada em outros estudos e a observada em idosos residentes em áreas de cobertura da ESF, Recife (PE).

Como promover estilos de vida saudáveis em pessoas idosas?



*GED: Grupo exercício domiciliar, **GES: Grupo exercício supervisionado, ***GAA: Grupo autocuidado apoiado.

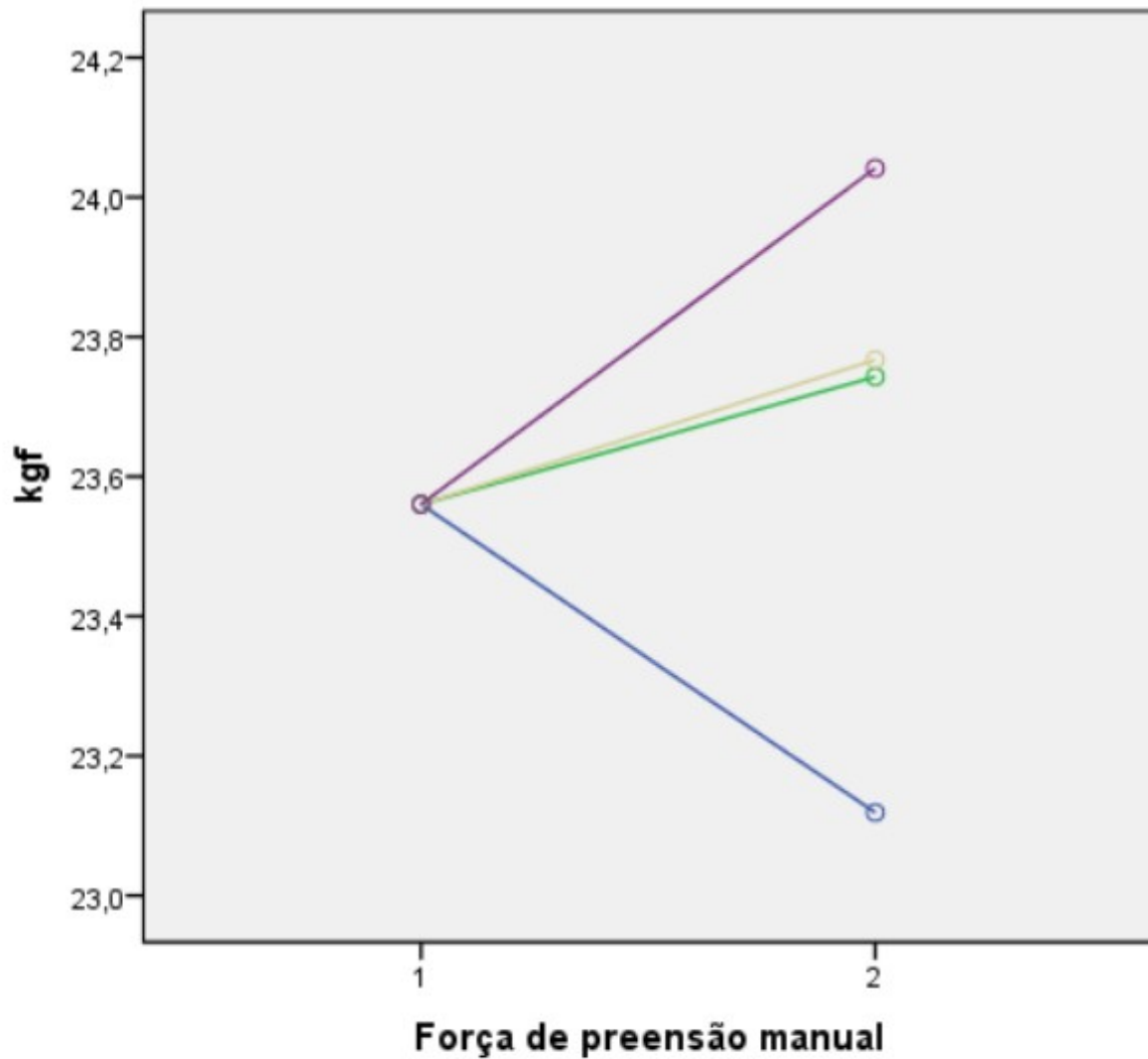
Estratégia	Controle	Grupo A	Grupo B	Grupo C
Material informativo	●	●	●	●
Exercício domiciliar		●	●	●
Exercício supervisionado			●	●
Autocuidado apoiado				●



Grupos

- Grupo Controle
- Grupo Intervenção A
- Grupo Intervenção B
- Grupo Intervenção C



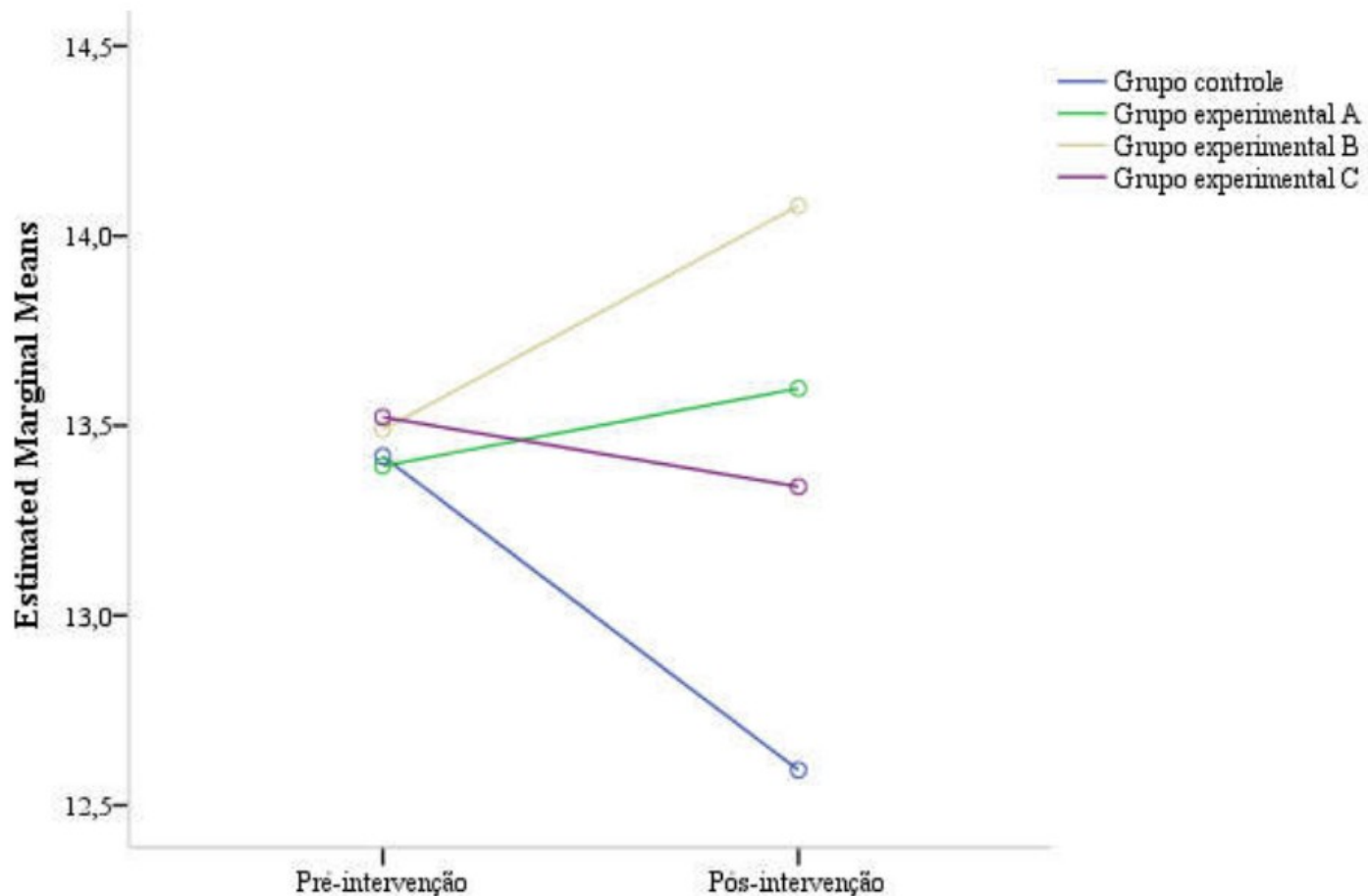


Grupos

- Grupo Controle
- Grupo Intervenção A
- Grupo Intervenção B
- Grupo Intervenção C

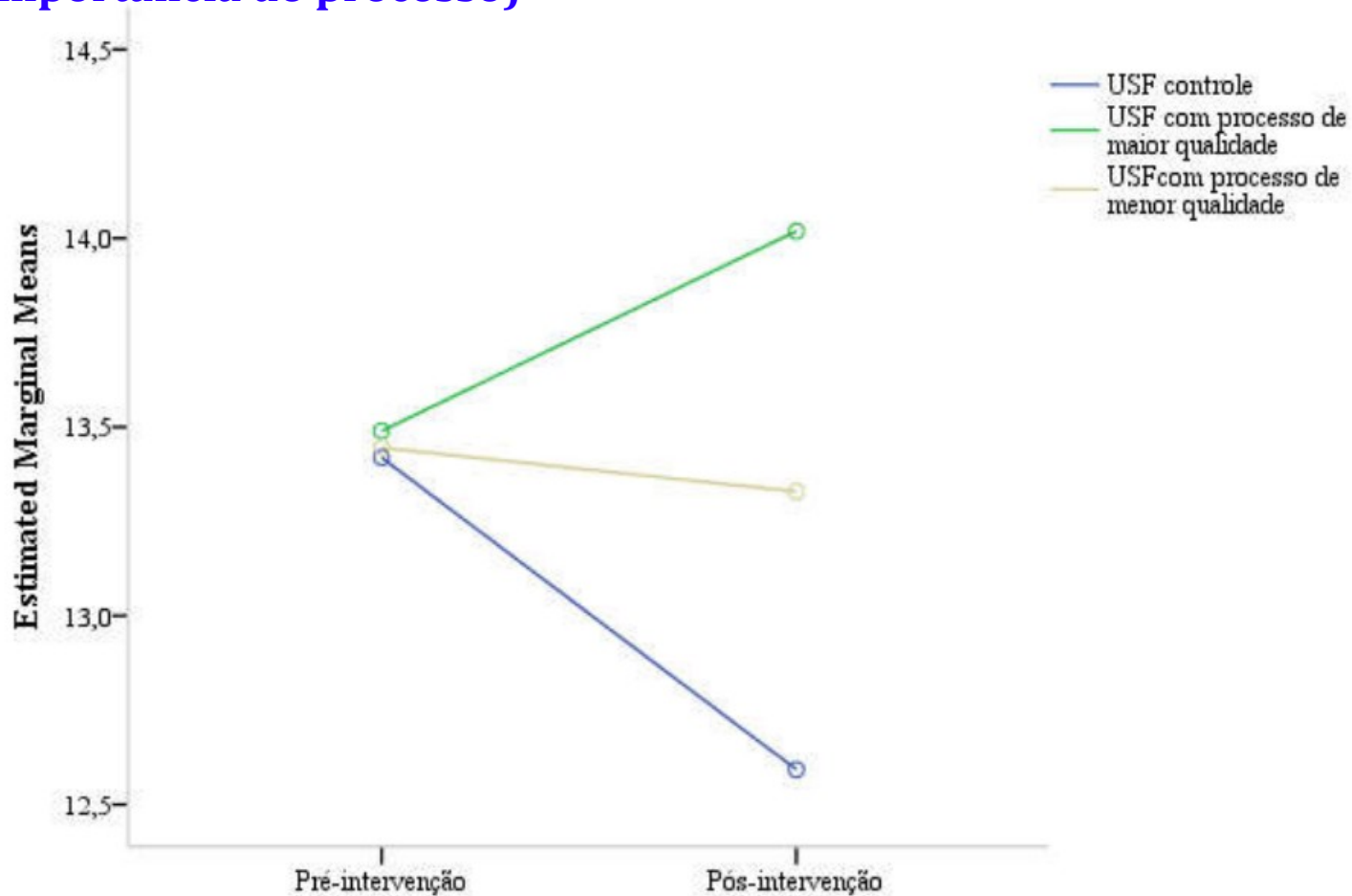


Impacto no Índice de Estilo de Vida Saudável



Análise ajustada pelos resultados obtidos na linha de base, por sexo e escolaridade.
Fonte: elaboração da autora.

Impacto no Índice de Estilo de Vida Saudável (importância do processo)



Principais mensagens

Mensagens principais



O estilo de vida é uma dimensão fundamental da saúde e qualidade de vida em pessoas de todas as idades, inclusive os idosos



Há elevada prevalência de algumas condutas de risco à saúde, em especial baixo nível de AF e hábitos alimentares inadequados



A promoção de EV saudáveis, assim como outros resultados, podem ser obtidos a partir de estratégias relativamente simples



É preciso entender como superar os obstáculos (barreiras) enfrentados pelos idosos para aderência à serviços e equipamentos já existentes

- ❖ PÁGINA INICIAL
- ❖ O GPES/UPE
- ❖ EQUIPE
- ❖ PROJETOS
- ❖ SIMPÓSIO - SIPES 2018
- ❖ CURSOS E EVENTOS
- ❖ PUBLICAÇÕES
- ❖ PARCEIROS
- ❖ DOWNLOADS
- ❖ NOTÍCIAS
- ❖ FALE CONOSCO

WORLDHEALTH

HEALTH PROMOTING SCHOOLS

AN EFFECTIVE APPROACH TO EARLY ACTION ON NONCOMMUNICABLE DISEASE RISK FACTORS

What is a health promoting school?

A health promoting school (HPS) is a school that constantly seeks to strengthen its capacity to promote healthy living, learning and working conditions (WHO). It aims to provide a multifaceted response to the health needs of students.

Why invest in health promoting schools?

Schools provide an efficient and effective way to reach large numbers of people: In 2013, over 90% of children of primary school age and over 80% of children of lower secondary school age were enrolled in school globally.¹ In high-income countries, school settings represent an extended arm of primary health care by providing basic health care services.

Tobacco use

Tobacco use remains one of the largest contributors to NCDs and to early mortality among adults. Tobacco use - both smoked and smokeless - during adolescence increases the risk of persistent nicotine addiction, leading to regular and sustained tobacco use in adulthood.² Globally, almost 25 million younger adolescents smoke tobacco - one in every 10 girls and one in every 5 boys. Additionally, almost half of the adolescents - both girls and boys - are exposed to second-hand smoke in public places.³

Publicação da World Health Organization - Promoção da saúde na escola.

Health promoting school (HPS) é uma escola que busca constantemente fortalecer sua capacidade de promover uma vida saudável, aprendizagem e condições de trabalho. Este documento resume a importância da HPS para promover a ação precoce sobre fatores de risco de doenças não-transmissíveis.

O GPES/UPE



Conheça mais sobre nosso grupo de pesquisa.

EQUIPE



Conheça os integrantes do GPES.

PUBLICAÇÕES



Acesse as principais publicações do GPES.

DOWNLOADS



Baixe instrumentos de coleta, apresentações de palestras e



mauro.barros@upe.br

