



## Título

### COMPARAÇÃO DA AUTO-PERCEPÇÃO DE BEM-ESTAR DE MULHERES IDOSAS DE DOIS GRUPOS ETÁRIOS PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA

#### Autor(es)

- 1 - EDILEUZA DE FATIMA FINI DIAS
- 2 - SILVIO ROBERTO REAL PRADO JÚNIOR
- 3 - DAMIANA FIDELIS DE LIMA
- 4 - GRAZIELA PEREIRA TANGERINO
- 5 - JANAINE SETTNY ROGATTI
- 6 - ANELCÍ DE ARAUJO MARTINS PEREIRA
- 7 - FRANCIELLE FERNANDA ALESSI ARISTIDES
- 8 - HERIKA LOMBARDI
- 9 - DENILSON DE CASTRO TEIXEIRA

#### Descrição do(s) Autor(es)

- 1 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 2 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 3 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 4 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 5 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 6 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 7 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 8 - ALUNO GRAD. UNOPAR
- 9 - DOCENTE UNOPAR

## Resumo

A auto-percepção de bem-estar é um importante fator na predição da qualidade de vida de idosos. De acordo com Neri (2001), a percepção do próprio bem-estar das pessoas depende de condições diversas, dentre elas a saúde física, o nível sócio-econômico e a idade. O objetivo desta pesquisa foi comparar a auto-percepção de bem-estar entre mulheres idosas de dois grupos etários participantes do Provida (Programa Vida Ativa para Idosos - Unopar). Participaram da amostra 29 mulheres divididas em dois grupos: Grupo 1 (G1), 21 idosas com idades entre 60 a 69 anos e Grupo 2 (G2), 8 idosas com idades acima de 70 anos. Os dados foram coletados através da escala de auto-percepção de bem-estar composta por 29 questões, elaborado pelo GREPEFI-USP (2000). As mulheres foram avaliadas após 12 aulas de atividades físicas realizadas duas vezes por semana. Foi utilizada para a análise dos dados a estatística descritiva, média, desvio padrão e teste t de Student para amostras independentes, com o nível de significância de 5%. Os resultados mostram que os dois grupos obtiveram escores semelhantes (G1, 40,04 pontos e G2, 38,37 pontos) indicando não haver diferenças significativas na auto-percepção de bem-estar entre eles ( $t=-0,4878$ ;  $p=0,62$ ). Verifica-se, com esses resultados, que ambos os grupos possuem uma percepção do próprio bem-estar positiva, porém não extrema, pois obtiveram uma média bem abaixo do escore máximo do instrumento (58 pontos) que representa uma alta percepção positiva do bem-estar. Há de se destacar que, em ambos os grupos, as questões que geraram mais preocupações foram as referentes ao medo de cair, de ter fraturas e ao medo de ficar doente.