

Millenium - Revista de Educação, Tecnologias e Saúde, 2(ed espec. nº10), 177-184.

pt

SATISFAÇÃO COM A VIDA PERCECIONADA PELOS IDOSOS
SATISFACTION WITH LIFE PERCEIVED BY THE ELDERLY
SATISFACCIÓN CON LA VIDA PERCIBIDA POR LAS PERSONAS MAYORES

*Eunice Nogueira*¹

*Rosa Martins*²  <http://orcid.org/0000-0001-9850-9822>

*Nélia Carvalho*³

*Susana Batista*⁴

¹ Centro de Saúde de Castro Daire, Castro Daire, Portugal

² Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde, Viseu, Portugal, UICISA:E, ESEnFC, Coimbra

³ Unidade de Cuidados Continuados, ACREDITA, Viseu, Portugal

⁴ Instituto Politécnico de Viseu, Escola Superior de Saúde, Viseu, Portugal

Eunice nogueira - ejcns@hotmail.com | Rosa Martins - rmartins.viseu@gmail.com | Nélia Carvalho - mnelia.carvalho@gmail.com |
Susana Batista - susanapbatista@gmail.com



Autor Correspondente

Rosa Martins

Rua Cândido dos Reis nº23 3º
3510-057 Viseu - Portugal
rmartins.viseu@gmail.com

RECEBIDO: 30 de março de 2022

ACEITE: 23 de maio de 2022

RESUMO

Introdução: O envelhecimento bem-sucedido, está regularmente associado a níveis positivos de satisfação com a vida.

Objetivo: Identificar níveis de satisfação com a vida, em idosos (institucionalizados e domiciliados) e analisar fatores associados a essa satisfação.

Métodos: Estudo quantitativo, descritivo e correlacional. Envolveu uma amostra não probabilística por conveniência, constituída por 126 idosos (65 residentes no domicílio e 61 institucionalizados). Foi utilizado um questionário que integrava: dados sociodemográficos e contextuais, as escalas de Apegar Familiar e escala de Satisfação com a Vida.

Resultados: Amostra majoritariamente feminina, com uma média de idades de 75,29 anos, com estado civil de viuvez e com baixas habilitações literárias. Eram majoritariamente reformados e apresentavam poucos recursos económicos. A satisfação com a vida era elevada para 41,6%, baixa para 32,0% e moderada para 26,4%. Os idosos mais satisfeitos com a vida residem no seu próprio domicílio, recorriam a práticas religiosas, praticavam atividade física regular e percecionavam famílias funcionais. Já o género, a idade, o estado civil, a escolaridade, a situação económica e o valor da reforma, mostraram-se independentes da referida satisfação.

Conclusão: Este estudo reforça o pressuposto de que a satisfação com a vida na maioria dos idosos oscila entre o moderado a elevado e está correlacionado com algumas variáveis psicossociais. Assim, torna-se imperativo que os Enfermeiros desenvolvam programas de intervenção terapêuticos e educacionais, que visem a promoção da satisfação com a vida dos Idosos.

Palavras-chave: idosos; satisfação pessoal; expectativa de vida ativa; institucionalização

ABSTRACT

Introduction: Successful aging has been shown to be strongly associated with life satisfaction perceived by the elderly.

Objective: To identify levels of satisfaction with life in the elderly (institutionalized and domiciled) and to analyze factors associated with this satisfaction.

Methods: Quantitative, descriptive and correlational study. It involved a non-probabilistic convenience sample, consisting of 126 elderly people (65 residents at home and 61 institutionalized). A questionnaire was used that included: sociodemographic and contextual data, the Family Attachment scales and the Satisfaction with Life scale.

Results: The sample was mostly female, with an average age of 75.29 years, with a marital status of widowhood and with low educational qualifications. They were mostly retired and had limited economic resources. Life satisfaction was high for 41.6%, low for 32.0% and moderate for 26.4%. The most satisfied elderly with life live in their own home, resorted to religious practices, practiced regular physical activity and perceived functional families. On the other hand, gender, age, marital status, education, economic status and the amount of the pension were independent of that satisfaction.

Conclusion: This study reinforces the assumption that life satisfaction in most elderly people ranges from moderate to high and is correlated with some psychosocial variables. Thus, it is imperative that Nurses develop therapeutic and educational intervention programs aimed at promoting life satisfaction for the Elderly.

Keywords: aged; personal satisfaction; active life expectancy; institutionalization

RESUMEN

Introducción: Se ha demostrado que el envejecimiento exitoso está fuertemente asociado con la satisfacción con la vida percibida por las personas mayores.

Objetivo: Identificar los niveles de satisfacción con la vida de los adultos mayores (institucionalizados y domiciliados) y analizar los factores asociados a esta satisfacción. **Métodos:** Estudio cuantitativo, descriptivo y correlacional. Se trata de una muestra de conveniencia no probabilística, formada por 126 ancianos (65 residentes en casa y 61 institucionalizados). Se utilizó un cuestionario que incluyó: datos sociodemográficos y contextuales, las escalas de Apego Familiar y la escala de Satisfacción con la Vida.

Resultados: La muestra fue mayoritariamente femenina, con una edad promedio de 75,29 años, con estado civil de viudedad y con baja calificación educativa. En su mayoría estaban jubilados y tenían recursos económicos limitados. La satisfacción con la vida fue alta para el 41,6%, baja para el 32,0% y moderada para el 26,4%. Los ancianos más satisfechos con la vida viven en su propia casa, recurren a prácticas religiosas, practican actividad física regular y perciben familias funcionales. Por otro lado, el sexo, la edad, el estado civil, la educación, la situación económica y el monto de la pensión eran independientes de esa satisfacción.

Conclusión: Este estudio refuerza el supuesto de que la satisfacción con la vida en la mayoría de las personas mayores varía de moderada a alta y se correlaciona con algunas variables psicosociales. Por lo tanto, es imperativo que las enfermeras desarrollen programas de intervención terapéutica y educativa orientados a promover la satisfacción con la vida de las personas mayores.

Palabras Clave: anciano; satisfacción personal; esperanza de vida activa; institucionalización

INTRODUÇÃO

O envelhecimento demográfico que se tem verificado nos últimos anos, impele-nos a uma reflexão acerca das alterações estruturais, funcionais e sociais que comporta. O aumento da esperança média de vida da população idosa, pode associar-se a maiores níveis de incapacidade funcional aos vários níveis, envolvendo a necessidade de novas estratégias pessoais, familiares e residenciais, com fortes implicações na satisfação com a vida (Andrade et al., 2018).

A satisfação com a vida (SV), numa conceção generalizada, constitui o vetor resultante da interação multidimensional entre saúde física, saúde mental, independência na vida diária, integração social, suporte familiar e independência económica. Essa perspetiva tem sido assumida nas mais recentes orientações estratégicas de cuidados para a saúde do idoso, sobretudo pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 2015). Nessa conceção ampliada do envelhecer, embora a grande maioria dos idosos seja portadora de pelo menos uma doença crónica, nem todos ficam limitados por ela e muitos têm uma vida normal, com as enfermidades controladas e expressando a sua satisfação com a vida. Desta forma, o bem-estar na velhice, ou a saúde num sentido integral, deriva do equilíbrio entre as dimensões da capacidade funcional do idoso e seu ambiente, sem necessariamente significar a ausência de problemas nas dimensões avaliadas, sendo importante reconhecer os estratos de vulnerabilidade dos sujeitos (Seçkin, Hughes, Yeatts, & Degreve, 2019).

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

A satisfação com a vida, no paradigma proposto por Oliveira, Souza, Granja, Antunes, & Nascimento Júnior, (2020), é um estado subjetivo que envolve a avaliação individual da própria vida como um todo, incluindo aspetos relacionados com a saúde, família, amigos, trabalho, ambiente residencial, relações sociais, espiritualidade entre outros. Assim, a avaliação da satisfação está sujeita a uma comparação entre as condições de vida do indivíduo e um modelo por ele estabelecido e neste sentido, a SV pode considerar-se um importante indicador para as políticas de saúde na velhice (Silva, Amorim, Carvalho, & Mesquita, 2017).

A família é sem dúvida a primeira e a mais importante unidade social onde o indivíduo se insere, e a sua importância é reconhecida pela própria Constituição da República Portuguesa, a qual desenvolveu mecanismos necessários para dar a cada pessoa, na sua família, as condições essenciais a um desenvolvimento saudável. No caso dos idosos, a perceção sobre um suporte familiar disponível e satisfatório, converte-se em agente decisivo de apoio/segurança e realização tornando-os, mais resistentes para lidar com as adversidades do ambiente, o que acarreta consequências positivas para o seu bem-estar, reduzindo o stress, aumentando a auto-estima e o bem-estar psicológico. Similarmente, também as relações sociais, as redes de relações e o apoio social são temas atuais das ciências humanas, que põe em relevo as contribuições positivas que podem dar ao bem-estar das pessoas e á sua satisfação com a vida (Fermento, Martins & Campos, 2019).

Todo o Homem tem necessidade de se sentir integrado dentro de um grupo social, onde existem escalas de valores e crenças que de certa maneira determinam o valor moral e ético dos comportamentos que se colocam em evidência. Para muitos idosos, o envolvimento religioso surge, na verdade, como um elemento importante da sua capacidade de adaptação geral às experiências do envelhecimento positivo e orientam a forma e o tipo de procura de ajuda que necessitam, estruturando a sua coragem interior para novos desafios (Batista & Martins, 2020).

Integrada nestes novos desafios, encontra-se a discussão atualmente gerada à volta do ambiente residencial. Fonseca (2021) diz-nos, que em Portugal, apesar de a larguíssima maioria dos portugueses envelhecer nas suas casas, as medidas de promoção de envelhecimento em casa continuam a ter uma fraca visibilidade pública quando comparadas com a atenção que se atribui a soluções institucionais, nomeadamente, ao papel das estruturas residenciais para idosos (vulgarmente conhecidas como “lares de idosos”). Opondo-se a uma visão convencional de assistência à população idosa por via da resposta institucional, a valorização de respostas de envelhecimento em casa significa responder às necessidades das pessoas mais velhas a partir dos lugares onde elas vivem, procurando respostas articuladas através de uma integração progressivamente mais alargada de serviços – de âmbito local, regional e nacional. Acrescenta que para além de ser um abrigo para fazer face aos elementos da natureza e a base para a realização de atividades de vida diária, a “casa” encerra uma vida inteira de memórias, confere uma sensação de segurança inigualável e permite aos idosos sentirem que controlam a sua vida, algo que nunca será possível experimentar numa instituição. Para o mesmo autor, a pessoa (idoso) não deve ser retirada do local onde vive para proporcionar o que ela necessita, mas sim criar aí condições para que as suas necessidades sejam satisfeitas.

Uma outra medida descrita como importante no bem-estar e na satisfação com a vida da população idosa é a promoção de atividade física (AF). A AF proporciona melhores níveis de capacidade funcional, força (Robins, Hill, Finch, Clemson, & Haines, 2018), equilíbrio corporal, além da diminuição dos índices de depressão, stress e ansiedade (Silva et al., 2017). A prática da AF em grupo proporciona ainda oportunidades de comunicação, confiança, além de sentimentos de segurança e apoio. As interações sociais são importantes na quebra de certos estereótipos quanto à pessoa idosa, visto que o contato com pessoas de diferentes faixas etárias promove a desconstrução de preconceitos relacionados com a idade. Assim, o idoso, ao ser olhado sem estereótipos, faz uma auto perceção positiva que contribui em múltiplos aspetos, para atitudes em relação à velhice cada vez mais positivas.

A SV tem sido tema de diferentes estudos, porém pesquisas em idosos de meios rurais e a residir em contextos habitacionais diferentes (em instituições e nos seus próprios domicílios) permitindo análises comparativas, têm sido menos exploradas. Desse modo, o presente estudo é relevante, para a compreensão do envelhecimento, do bem-estar e da SV da população idosa podendo agregar conhecimentos benéficos ao desenvolvimento de estratégias promotoras do envelhecimento ativo e bem-sucedido em Portugal. Neste contexto, este estudo teve por objetivo identificar níveis de satisfação com a vida, em idosos (institucionalizados e domiciliados) e analisar fatores associados a essa mesma satisfação.

2. MÉTODOS

Pesquisa quantitativa, transversal, com uma componente analítica.

2.1 Amostra

Foi utilizada uma amostra constituída por 126 idosos a residir em instituições (n=61) e no seu próprio domicílio e/ou de familiares (n=65) em três concelhos das zonas Centro e Norte de Portugal. A elegibilidade dos participantes emergiu dos seguintes critérios de inclusão: pessoas com idade igual ou superior a 60 anos e com capacidade mental para colaborar no preenchimento do questionário. A amostra foi determinada de forma não probabilística por conveniência e a média de idades encontrada foi de 75,29 anos, desvio-padrão de 7,95, com mínimo de 60 anos e máximo de 92 anos. Dos inquiridos, 38,1% são do género masculino e 61,9% do género feminino.

2.2 Recolha de Dados

A colheita de dados, decorreu entre julho e setembro de 2018 e o questionário integrava: variáveis de caracterização sócio demográfica (idade, género, estado civil, escolaridade, situação económica e tipo de reforma) e variáveis de contexto ambiental (número de filhos, residência, visitas, convívio com crianças, recursos e prática de exercício físico). Integrava ainda duas escalas: a Escala de Apegar Familiar adaptada para a população portuguesa por Azeredo em 1998, que avalia a funcionalidade familiar, e a Escala de Medida da Satisfação com a Vida (Satisfaction with Life Scale - SWLS) elaborada por Diener et al., (1985) e adaptada e validada para a população portuguesa por Simões (2003). Esta escala é composta por cinco itens, com questões do tipo Likert, que oscilam entre 1 = discordo totalmente a 7 = concordo totalmente e avalia o julgamento que as pessoas fazem sobre a sua satisfação com a vida. Apresenta um score global de 35 pontos e quanto maior o valor maior é a satisfação com a vida do idoso. Trata-se de um instrumento que apresenta bons índices de validade preditiva e fatorial. Neste estudo e para a globalidade dos itens da escala, o valor de alfa de Cronbach é de 0,953 revelando uma boa consistência interna, verificando-se o mesmo para os valores de cada um dos itens, uma vez que oscilaram entre 0,947 no item 5 e 0,951 no item 7.

2.3 Análise de dados

O tratamento estatístico foi efetuado através do programa *Statiscal Package Social Science* versão 22.0 para o Windows e foi processado utilizando estatística descritiva e estatística inferencial. Para o estudo da associação entre variáveis foram utilizados testes paramétricos e não paramétricos de acordo com os parâmetros de normalidade verificados. Assim, foram aplicados Teste t de Student, teste de U-Mann Whitney, e testes de Kruskall Wallis. Nos testes estatísticos foram considerados intervalos de confiança de 95% e/ou nível de significância $p < 0,05$.

2.4 Procedimentos Éticos

A participação no estudo foi voluntária, tendo todos os participantes (Idosos) assinado o consentimento informado livre e esclarecido. Os procedimentos foram efetuados respeitando os princípios éticos inscritos na Declaração de Helsínquia e foi ainda autorizado pela Comissão de Ética da Universidade onde foi realizado o estudo, através do Parecer Nº16/2018.

3. RESULTADOS

A amostra do estudo caracteriza-se por ser maioritariamente feminina, sendo as mulheres ligeiramente mais velhas ($\bar{x} = 76,47$ vs $\bar{x} = 74,12$) que os homens nos dois grupos (DOM e INST). Os resultados relativos ao estado civil mostram que, a viuvez é o estado mais marcante da amostra global (49,2%) e grupos, apresentam níveis de escolaridade genericamente baixos, uma vez que 61,1% dos inquiridos tem entre 3 e 6 anos de escolaridade, seguindo-se os que não têm qualquer habilitação (18,3%) e realçar o facto de apenas 5 elementos possuírem habilitação de nível superior. Todos se encontram em situação de reforma sendo esta para a maioria (85,7%) atingida por limite de idade. O rendimento mensal oscila entre 250 e 500 € para 50,8%, entre 501-1000 € para 10,3% e acima de 1000 € apenas 8,3% dos idosos o refere. Os valores auferidos são ligeiramente superiores no grupo INST, e face aos valores expressos não surpreendeu que 71,2% dos participantes mostrasse insatisfação com os rendimentos disponíveis.

Observou-se ainda que 90,5% dos participantes provém de meio rural (com diferenças mínimas e entre grupos), são católicos na sua totalidade e 80,2% assume-se praticante. Globalmente, o maior grupo percentual (66,9%) tem entre 2 e 6 filhos, a residir na

mesma localidade/distrito (69,4%), porém existe um nº significativo (32,5%) a residir no estrangeiro. O grupo DOM possui filhos em maior nº (> 4) com área de residência mais próxima do que os que se encontram institucionalizados.

Quanto às visitas, 74,6% dos idosos diz ser visitado pelos filhos e vizinhos, porém há que registar que 8,8% refere não ser visitado por ninguém. Encontram-se ainda moderadamente satisfeitos com o apoio que recebem da família em situação de doença (66,3%), mas menos satisfeitos no que se refere ao apoio financeiro (22,3%).

A prática do exercício físico, não é de facto uma atividade muito comum entre estes idosos, uma vez que 78,6% assume não a praticar ao contrário de 21,4% que responde afirmativamente, distinguindo-se os indivíduos do grupo DOM (19,0%).

Sobre a funcionalidade familiar (cf. tab 1) 39,2% dos idosos classifica-a como altamente funcional, 32,5% moderadamente funcional e 25,6% refere disfunções acentuadas. Observou-se que os elementos do grupo DOM apresentam perceções mais positivas (26,4%), do que os do grupo INST (12,8%).

Tabela 1 - Distribuição dos Idosos por níveis de Funcionalidade Familiar

Func. Familiar	Grupos	Domicílio		Instituição		Total	
		N	%	N	%	N	%
Disfunção acentuada		13	10,4	19	15,2	32	25,6
Moderadamente funcional		19	15,2	25	20,0	44	35,2
Altamente funcional		33	26,4	16	12,8	49	39,2
TOTAL		65	51,6	61	48,4	126	100

A análise da satisfação com a vida (cf. tab 2) dos idosos (amostra total) revela que esta é elevada para 41,6% dos participantes, moderada para 26,4%, e baixa para 32,0%. A distribuição da SV em função dos grupos, mostra que esta é superior nos elementos do grupo DOM, quando comparada com os do grupo INST.

Tabela 2 - Resultados da Escala de Satisfação com a Vida dos Idosos

Sat.com a vida	Grupos	Domicílio		Instituição		Total	
		N	%	N	%	N	%
Baixa satisfação		16	12,8	25	19,2	41	32,0
Moderada satisfação		18	14,4	15	12,0	33	26,4
Elevada satisfação		31	24,8	21	16,8	52	41,6
TOTAL		65	51,6	61	48,4	126	100

As variáveis independentes que integraram o estudo eram em número elevado, e por essa razão foi nossa opção (na análise da associação entre variáveis), apresentar apenas aquelas em que foram encontradas diferenças estatísticas significativas. Assim, observou-se que a satisfação com a vida nos idosos era superior naqueles: que possuíam melhor situação económica ($\chi^2=5,284$; $p=0,041$), que residiam no seu próprio domicílio ($t=-3,543$ $p=0,001$) e que assumiram ser católicos praticantes ($U=923,000$; $p=0,040$). Paralelamente, os que referiram praticar exercício físico regular ($t=2,370$; $p=0,006$) e os que percecionavam melhor funcionalidade familiar ($\chi^2=24,154$; $p=0,000$), foram também os que manifestaram mais SV. Nas restantes variáveis (género, idade, estado civil, escolaridade, e satisfação com o valor da reforma) apesar dos valores das médias se mostrarem indicativos na associação entre variáveis, estatisticamente não foram encontradas significâncias valorativas ($p>0,05$).

4. DISCUSSÃO

As características sociodemográficas dos idosos deste estudo estão alinhados com outros estudos realizados recentemente em contexto português e tendo por alvo esta mesma população-(Silva et al., 2017; Andrade et al., 2018; Figueiredo et al., 2018; Fermento et al., 2019). Trata-se de uma amostra maioritariamente composta por idosos do género feminino, com média de idade de 75,29 anos, a residir em meio rural, (61 em Instituições de idosos e 65 no domicílio), viúvos e com baixa escolaridade, confirmando a correlação expectável entre os dados sociodemográficos obtidos e a caracterização demográfica da população idosa portuguesa (INE, 2021).

Do ponto de vista situacional, encontram-se na totalidade em situação de reforma, sendo esta conseguida por limite de idade. Os rendimentos mensais para a maioria são baixos (embora superiores no grupo INST) e por essa razão não nos surpreendeu que demonstrassem grande insatisfação com os rendimentos disponíveis. Estes dados corroboram os de Figueiredo et al., (2018), ao afirmarem que os baixos níveis de escolaridade e rendimentos mensais podem dificultar a consciencialização dos idosos para as necessidades de cuidado com a saúde ao longo da vida, a adesão ao tratamento e manutenção de estilos de vida saudável promotores de um envelhecimento ativo e bem-sucedido. Além disso em Portugal, a população idosa tem sido tradicionalmente um dos grupos mais desfavorecidos em termos económicos (sendo que o seu nível de vida depende, sobretudo, de pensões), registando as taxas mais elevadas no que respeita a incidência, severidade e intensidade da falta de recursos (INE, 2021).

As alterações verificadas na estrutura familiar na nossa sociedade, fizeram com que o papel do cuidar das pessoas idosas, que anteriormente era uma “obrigação” dos familiares mais diretos passasse progressivamente para as instituições de solidariedade social e para instituições privadas (Andrade, et al., 2018). Os resultados deste estudo confluem com o modelo re-organizativo apresentado, uma vez que um grupo significativo de idosos se encontra institucionalizado. A maioria dos idosos tem filhos, oscilando estes entre dois a seis. Residem também maioritariamente na mesma localidade/distrito, porém existe um nº significativo de familiares a residir no estrangeiro. O grupo DOM possui filhos em maior número (superior a quatro) com área de residência mais próxima do que os que se encontram institucionalizados e estes dados poderão estar na base da maior SV encontrada. A percepção demonstrada sobre a funcionalidade familiar revela que a maioria dos idosos, independentemente do local de residência, a classifica como alta e moderadamente funcional. Os idosos residentes no seu próprio domicílio, apresentam percepções mais positivas do que os institucionalizados.

Apesar do referido, não desvalorizar o grupo que percebe famílias com disfunções acentuadas. De facto sabemos que quando a família é confrontada com novos problemas ou exigências, tenta manter o equilíbrio utilizando as capacidades e os recursos que possui. Assim a família disfuncional tem mais dificuldade em manter o equilíbrio utilizando os seus recursos/estratégias de coping, enquanto uma família equilibrada/funcional se caracteriza por uma maior proximidade emocional, maior respeito pela autonomia e identidade, bem como pelo estabelecimento claro de fronteiras entre as gerações (Martins, Henriques, & Carvalho, 2018).

Os valores e as crenças dos idosos na opinião de Batista & Martins (2020), podem orientar a forma e o tipo de procura de ajuda, estruturando a sua coragem interior e proporcionando o desenvolvimento da espiritualidade. De facto os participantes neste estudo são católicos na sua totalidade afirmando-se maioritariamente como crentes e praticantes. Estas dimensões possibilitam a compreensão da existência bem como a compreensão da própria morte. Para muitos idosos, o envolvimento religioso surge, na verdade, como um elemento importante da sua capacidade de adaptação geral às experiências do envelhecimento e contribui para a SV (Seçkin et al., 2019).

A prática do exercício físico, não é uma atividade muito comum entre estes idosos. Constatou-se que apenas um pequeno grupo (21,4%), do grupo Dom, assume a sua prática regular. Estes resultados divergem dos de Oliveira et al. (2020), que demonstrou que a AF é uma atividade regular e bastante praticada pelos Idosos do seu estudo, existindo uma maior satisfação com a vida para os fisicamente ativos, muito ativos ou ativos em relação aos irregularmente ativos. Explica estes achados, com os inúmeros benefícios causados pela prática de atividade física, pelos contributos para uma melhor avaliação individual da própria vida como um todo, e pelas melhorias verificadas nas relações com os amigos e nas relações sociais.

Os dados sobre a SV dos Idosos do estudo confirmam a tendência revelada por outros estudos de ser moderada a elevada (Tomomitsu et al., 2014; Martins, et al., 2015; Joia et al., 2017; Oliveira, et al., 2020). Na verdade 41,6% dos idosos percebe a SV como elevada, 26,4%, moderada e 32,0% baixa. No grupo DOM a SV é superior à do grupo INST, o que parece corroborar Fonseca (2021) ao defender que envelhecer no lugar onde se viveu a maior parte da vida, e onde estão as principais referências dessa vida, constitui uma vantagem tanto para a manutenção da independência e autonomia, como para o desempenho de papéis sociais, fatores determinantes da SV. Estão também em linha com os resultados de Oliveira et al., (2020), ao afirmar que o nível geral de satisfação com a vida dos seus idosos correspondem a uma ótima percepção. Tais resultados revelam que os idosos possuem modos e motivos de viverem a vida de maneira positiva: a saúde e a independência são os principais determinantes na satisfação com a vida, e o facto da maioria dos participantes ser fisicamente ativa, concorre para esses resultados.

A associação entre variáveis observada neste estudo, sugere a influência de fatores sociodemográficos, situacionais e psicossociais. De facto a satisfação com a vida dos participantes no estudo revelou-se superior nos idosos que possuíam uma situação económica mais favorável, que residiam no seu próprio domicílio e próximos dos familiares, nos que assumiram ser crentes e praticantes, nos que praticavam exercício físico regular e ainda naqueles que percecionavam melhor funcionalidade familiar. Estes resultados convergem com os de outros estudos (Joia, Ruiz & Donalisio, 2017; Martins, Santos & Andrade, 2015; Robins et al., 2018), pois revelam que os idosos possuem modos, circunstâncias e motivos de viverem a vida de maneira bastante positiva: a saúde, independência, contexto residencial, espiritualidade, e relações sociais são determinantes importantes na satisfação com a vida e o facto destes fatores se verificarem na nossa amostra, concorre para estes resultados.

Como limitações do estudo, apontam-se: a tipologia da amostra, uma vez que sendo não probabilístico por conveniência, não nos permite generalizar resultados com precisão estatística; a recolha de dados por auto e hetero preenchimento do questionário, o que pode apresentar alguns vieses de interpretação quer por subestimação ou hipervalorização das questões relacionado com a satisfação com a vida e deste modo afetar a validade dos dados.

CONCLUSÃO

Os idosos que constituíram a amostra deste estudo apresentam níveis de satisfação com a vida que oscilam maioritariamente entre o elevado e moderado. Porém, não desvalorizar os sentimentos de um pequeno grupo (32%) que claramente se mostra insatisfeito. Os dados apresentados baseiam-se em apreciações cognitivas da vida, através de juízos subjetivos de acordo com o

padrão estabelecido pelos sujeitos e não em critérios externos, uma vez que o bem-estar se centra nos juízos da própria pessoa e não em critérios que os investigadores consideram importantes. A relação de envelhecimento com a SV só faz sentido quando é visto numa perspetiva ecológica, visando o indivíduo no seu contexto sociocultural, integrando a sua vida atual e passada, ponderando as dinâmicas de forças entre as pressões socio-ambientais e as suas capacidades e recursos adaptativos. Trata-se de facto, de um grupo de idosos com vivências em meio rural, a residir em instituições e no domicílio, com filhos que habitam em áreas geográficas de proximidade e que apresentam perceções de apoio familiar muito positivas. Como era expectável, são maioritariamente do género feminino, viúvos, com baixa escolaridade, com poucos recursos económicos e com escassa prática de atividade física.

Foi observada existência de associação entre algumas variáveis sociodemográficas e situacionais e os níveis de Satisfação com a Vida entre os idosos. A robustez destas associações são divergentes quanto ao nível de significâncias estatísticas: os recursos económicos, a prática de atividade física e da espiritualidade são responsáveis apenas por uma pequena variação da SV. Porém, as diferenças são visíveis quanto ao peso das determinantes, local de residência (domicílio) e funcionalidade familiar (famílias altamente funcionais) na SV de nível mais elevado.

Em síntese, no presente estudo evidenciou-se elevada satisfação com a vida em idosos a residir em suas casas, e com perceções muito positivas sobre a funcionalidade familiar, no entanto, com contextos sociodemográficos e ambientais, que reforçam a urgência em redesenhar estratégias interventivas na promoção da qualidade de vida do idoso. Destaque para a importância que nos deve merecer a avaliação dos níveis de SV em idosos, considerando o interesse e desejo de todos, num envelhecimento bem-sucedido e com satisfação de vida, uma vez que o envelhecimento deve ser encarado como uma competência adaptativa, ou seja, uma capacidade desenvolvida para responder com resiliência aos obstáculos impostos. Os resultados aportam ainda contributos pertinentes ao conhecimento científico e holístico em Enfermagem, emergindo a necessidade de um maior investimento na promoção da SV dos idosos, podendo ser um recurso muito vantajoso para os indivíduos, para as famílias mas também para a sociedade em geral.

AGRADECIMENTOS

Este trabalho é financiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto Ref^a UIDB/00742/2020. Agradecemos adicionalmente à Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA: E) e ao Politécnico de Viseu pelo apoio prestado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andrade, A., Vieira, D., Oliveira, P., Albuquerque, C., & Martins, R. (2019). Subjective happiness and dependence In the elderly. In Z. Bekirogullari, M. Y. Minas, R. X. Thambusamy, & C. Albuquerque (Eds.), *Health and Health Psychology - icH&Hpsy 2018, vol 48. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences* (pp. 244-250). Future Academy. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2018.11.26>
- Batista, S., & Martins, R. (2020). Factores asociados al sufrimiento en la enfermedad crónica en pacientes hospitalizados en Portugal, *Enfermería Clínica*, doi: 10.1016/j.enfcli.2020.12.043
- Fermento, C., Martins, R., Campos, S. (2019). Investimento Pessoal e Independência Funcional: Estudo dos níveis e dos determinantes num grupo de Idosos. *Revista Servir 60*, (1-2,) 75-84. Acedido em https://www.aceps.pt/images/Revista_SERVIR_final_24.12.pdf
- Figueiredo, A., Martins, R., Andrade, A., Albuquerque, C., & Martins, C. (2018). Investment in personal life in institutionalized elderly. *Revista de Investigação & Inovação em Saúde*, 1(1), 7-15. doi: 10.37914/riis.v1i1.24
- Fonseca, A. M. (2021). Ageing in place: Envelhecimento em casa e na comunidade: Modelos e estratégias centradas na autonomia, participação social e promoção do bem-estar das pessoas idosas. Fundação Calouste Gulbenkian, Faculdade de Educação e Psicologia da Universidade Católica Portuguesa. Acedido em <https://gulbenkian.pt/publication/ageing-in-place-estudo/>
- Martins, R., Henriques, T., & Carvalho, N. (2018). *Impacto do internamento na rede nacional de cuidados continuados integrados na melhoria dos níveis da capacidade funcional dos utentes. Gestão e Desenvolvimento*, (26), 177-191. doi:10.7559/gestaoedesenvolvimento.2018.661
- Instituto Nacional de Estatística (2021). *Censos 2021: Resultados preliminares da população residente em Portugal*. Lisboa: INE. Acedido em https://portal-rpe01.ine.pt/xportal/xmain?xpgid=ine_main&xpid=INE
- Joia, L. C., Ruiz, T., & Donalísio, M. R. (2017). Condições associadas ao grau de satisfação com a vida entre a população de idosos. *Revista de Saúde Pública*, 41,131-138. doi: 10.1590/S0034-89102007000100018

- Martins, R., Santos, P., & Andrade, A. (2015). Satisfação com a Vida em Idosos: prevalência e determinantes. *Gestão e Desenvolvimento*, 23, 107-123. doi: [10.7559/gestaoedesenvolvimento.2015.274](https://doi.org/10.7559/gestaoedesenvolvimento.2015.274)
- Oliveira, D. V., Souza, J. F. Q., Granja, C. T. L., Antunes, M. D., & Nascimento Júnior, J. R. A., (2020). Satisfação com a vida e atitudes em relação à velhice de idosos frequentadores de centros de convivência em função do nível de atividade física. *Revista Psicologia e Saúde*, 12(1), 49-60. doi: [10.20435/pssa.v12i1.759](https://doi.org/10.20435/pssa.v12i1.759)
- Organização Mundial da Saúde (2015). Relatório mundial de envelhecimento e saúde. Genebra: OMS. Acedido em https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186468/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf?sequence=6
- Robins, L. M., Hill, K. D., Finch, C. F., Clemson, L., & Haines, T. (2018). The association between physical activity and social isolation in community-dwelling older adults. *Aging & mental health*, 22(2),175-182. doi:[10.1080/13607863.2016.1242116](https://doi.org/10.1080/13607863.2016.1242116)
- Seçkin, G., Hughes, S., Yeatts, D. & Degreve, T. (2019). Digital pathways to positive health perceptions: does age moderate the relationship between medical satisfaction and positive health perceptions among middle-aged and older internet users? *Innovation in aging*, 3(1), igy039. doi: [10.1093/geroni/igy039](https://doi.org/10.1093/geroni/igy039)
- Silva, I. A., Amorim, J. R., Carvalho, F. T., & Mesquita, L. S. A. (2017). Efeito de um protocolo de Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP) no equilíbrio postural de idosos. *Fisioterapia e Pesquisa*, 24(1),62-67. doi:[10.1590/1809-2950/16636724012017](https://doi.org/10.1590/1809-2950/16636724012017)
- Tomomitsu, M. R. S. V., Perracini, M. R., & Neri, A. L. (2016). Fatores associados à satisfação com a vida em idosos cuidadores e não cuidadores. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19,3429-3440. doi: [10.1590/1413-81232014198.13952013](https://doi.org/10.1590/1413-81232014198.13952013)