

# PERFIL DA CAPACIDADE FUNCIONAL EM IDOSOS RESIDENTES NO CONDOMÍNIO VILA VIDA EM JATAÍ-GO

Originals



MARIA ANGÉLICA LEITE PEREIRA<sup>1</sup>  
MINÉIA CARVALHO RODRIGUES<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Licenciada em Educação Física – Campus Avançado de Jataí- UFG

<sup>2</sup>Docente do Campus Avançado de Jataí- UFG

## Resumo

Palavras-Chave  
Envelhecimento,  
capacidade  
funcional e  
qualidade de vida

A Política Nacional do Idoso garante que todos os idosos tenham direito à promoção de sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade. A perda da autonomia geralmente se associa à redução ou perda da eficiência de alguns órgãos e sistemas afetando a capacidade funcional. O objetivo desse estudo foi analisar o perfil da capacidade funcional dos idosos residentes no Condomínio Vila Vida de Jataí-Goiás. Os sujeitos foram 41 idosos, sendo 19 mulheres e 22 homens entre 54 e 93 anos. Para a coleta dos dados utilizamos um formulário de atividades de vida diária (AVD's) e atividades instrumentais de vida diária (AIVD's). Através desse estudo podemos concluir que: os idosos pesquisados possuem maiores dificuldades nas AIVD's que nas AVD's; na divisão por gênero em AVD's não há uma diferença significativa, não acontecendo o mesmo nas AIVD's, pois nestas atividades há um número considerável de homens independentes em relação ao número de mulheres. A partir dos resultados analisados em nosso estudo poderemos contribuir para que mais dados sobre a capacidade funcional dos idosos sejam levantados aumentando as chances de se estabelecerem parâmetros ainda mais confiáveis sobre esse assunto.

## Abstract

Keywords  
To Age, Functional  
Capacity and Life  
Quality

### ASPECTS OF THE FUNCTIONAL CAPACITY OF THE ELDERS LIVING AT THE LIFE VILLAGE CONDOMINIUM IN JATAÍ – GO

The Elders National Politics grants that every aged has the right of his own autonomy, integration and effective participation on the society. The loss of autonomy is generally associated to the reduction or loss of efficiency of some organs and systems, affecting the functional capacity. The objective of this study was to analyze the aspects of the functional capacity of the aged living at the Life Village Condominium in Jataí – GO. The studied group was of 41 aged – 19 women and 22 men – with ages between 54 and 93 years. In order to collect the data we used a form with Daily Life Activities (ADLs) and Instrumental Daily Life Activities (IADLs). Through this study we could conclude that the studied group has greater difficulties in the IADLs than in the ADLs. Dividing the results into genders there was no great difference in the results in the ADLs – the same not occurring in the IADLs, because in these activities there's a greater number of independent men compared to the women. Starting from the analyzed results of our studies we'll be able to contribute so that more data related to the functional capacity of the aged is obtained, raising the chances that more trustful parameters about this subject are established.

## Introdução

Ao longo da história a pessoa idosa foi caracterizada principalmente pelo aspecto cronológico, improdutivo e como alguém à parte. Desde épocas passadas o envelhecimento era visto como oposto à saúde, um processo degenerativo que impossibilita qualquer desenvolvimento físico. Percebemos, porém, que atualmente esta é uma temática que têm ganhado autenticidade e vencido preconceitos.

Pesquisadores e profissionais buscam com vigor a possibilidade de se viver mais e com saúde. A preocupação é acentuada quando analisamos o quanto a população de idosos tem crescido no mundo, inclusive nos países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil.

No entanto, percebemos que viver mais tem implicações importantes para a qualidade de vida. A longevidade, neste sentido pode representar um problema, com diferentes repercussões na vida humana, física, psíquica, econômica e social. Esses anos vividos a mais podem representar não uma extensão de vida plena de significados, mas um momento de decepções e angústias. Nesse sentido, pesquisar sobre o envelhecimento e suas implicações na vida dos idosos é de fundamental importância no contexto social em que vivemos.

Percebemos que as modificações no estilo de vida contemporânea (transformações de ordem tecnológica e científica), têm seus pontos positivos, porém ainda institui o estereótipo da velhice como sinônimo de imobilidade, portanto, [...] “as pontas improdutivas da sociedade são reprimidas e o velho passa a sofrer da mais desumana forma de repressão: a indiferença [...]” (COSTA, 2000, p. 07).

Tais mudanças vem propiciando a aquisição de hábitos potencialmente lesivos à saúde e à qualidade de vida, como a redução dos níveis de atividades físicas inerentes às atividades habituais, favorecendo com isso que os fatores de risco relacionados a instalação de estados patológicos ocorram com maior incidência na população.

Nesse sentido compreender sobre a capacidade funcional se torna de fundamental importância. Para SANCHEZ (2000), a capacidade funcional é

a independência para a realização das atividades de vida diária. Já para GORDILHO et al. (2000), a capacidade funcional vai além da realização de atividades diárias, sendo esta a capacidade de manter as habilidades físicas e mentais necessárias a uma vida independente, valorizando-se a autonomia e a autodeterminação. Assim, a capacidade funcional compreende todas as capacidades necessárias para que o indivíduo consiga realizar suas vontades, no que diz respeito aos aspectos físicos, intelectuais, emocionais e cognitivos.

A capacidade funcional abrange dois grupos de atividades, a saber: atividades de vida diária (AVD) e atividades instrumentais de vida diária (AIVD). De acordo com WARD, JAGGER e HARPER (1998) a divisão em atividades de vida diária e atividades instrumentais de vida diária começou em 1969 com os estudos de Lawton e Brody. Eles apresentaram duas escalas de avaliação funcional que classificava as atividades cotidianas de acordo com o seu nível de complexidade. A primeira escala está representada pelas atividades básicas que são exigidas no cotidiano dos idosos: as Atividades de Vida Diária. Já a segunda escala das Atividades Instrumentais de Vida Diária são representadas por tarefas mais complexas que necessitam de uma adaptação do indivíduo no meio ambiente.

As AVDs e AIVDs são atividades que, para os idosos, possuem certo grau de complexidade, principalmente para aqueles idosos que já possuem algum comprometimento da saúde. No entanto, o que fica claro é que as AIVDs possuem um grau de complexidade superior às AVDs devido, principalmente ao seu caráter de envolvimento social. Assim, muitos idosos são capazes de realizar todas as tarefas dentro de sua própria casa, mas se for necessário fazer qualquer atividade que necessita de um contato social fora das dependências em que está habituado ele se sente impossibilitado.

É nesse sentido que podemos dizer que atualmente uma das grandes metas é se viver mais anos e com uma melhor capacidade funcional para a realização das atividades cotidianas. Assim, esse estudo tem como objetivo principal analisar o perfil da capacidade funcional em idosos residentes no Condomínio Vila Vida em Jataí-GO.

## OBJETIVO

O principal objetivo desta pesquisa foi o de analisar o perfil da capacidade funcional dos idosos residentes no Condomínio Vila Vida, através da análise das Atividades de Vida Diária e Atividades Instrumentais de Vida Diária.

## MATERIAL E MÉTODOS

A amostra pesquisada foi de 41 idosos, sendo 19 mulheres e 22 homens, todos residentes em Jataí-GO e moradores do Condomínio Vila Vida. Esses idosos foram divididos em quatro grupos etários: de 54 a 63 anos; de 64 a 73 anos; de 74 a 83 anos e; de 84 a 93 anos, conforme a disponibilidade de idades existente no Condomínio.

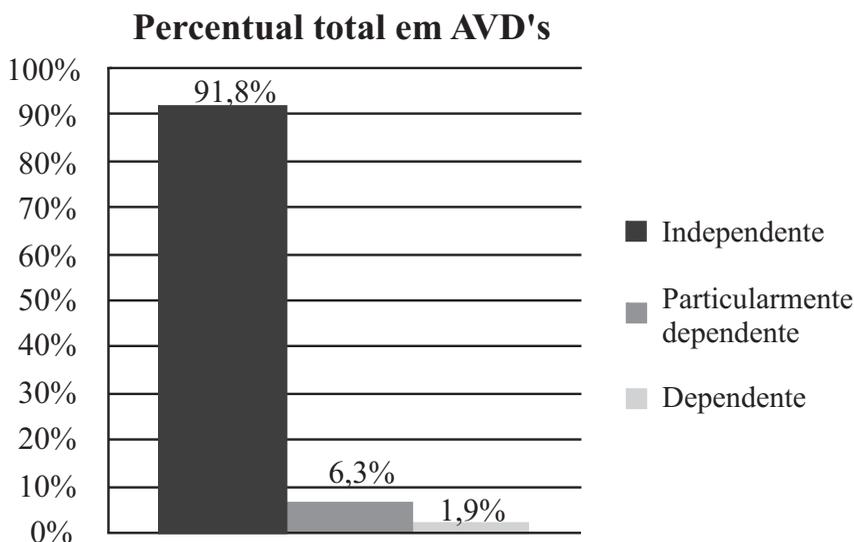
Em nossa pesquisa utilizamos dois instrumentos para a coleta dos dados. Inicialmente foi preenchida uma ficha de informações sócio-demográficas com o objetivo de obter informações sobre os sujeitos. Além da ficha utilizamos um formulário para a obtenção dos dados. Esse formulário teve em seu roteiro questões referentes às Atividades de Vida Diária e Atividades Instrumentais de Vida Diária.

Entre os determinantes da capacidade funcional analisamos neste estudo as Atividades de Vida Diária e as Atividades Instrumentais de Vida Diária. No formulário que utilizamos, os participantes eram interrogados sobre total dependência, necessidade de ajuda e independência em cada uma

das atividades. Assim, as respostas foram divididas em três níveis: dependentes, particularmente dependentes e independentes. Nas Atividades de Vida Diária consideramos oito itens, a saber: preparo das refeições, realizarem trabalho doméstico, tomar banho, vestuário (vestir e despir), fazer a higiene pessoal, transferência (deitar e levantar da cama, sentar e levantar da cadeira), continência e alimentar-se. As Atividades Instrumentais de Vida Diária incluíam seis itens: usar o telefone, viajar, fazer compras, usar medicamentos na hora e dose corretas, administrar o dinheiro e receber a aposentadoria. Todos esses itens foram analisados de forma a se encaixar em independentes, particularmente dependentes e dependentes. Os independentes eram as pessoas que conseguiam realizar as atividades sozinhas, sem auxílio de outras pessoas. Os particularmente dependentes eram os que realizam as atividades exclusivamente acompanhadas e os dependentes eram completamente incapazes de realizarem as atividades sem ajuda.

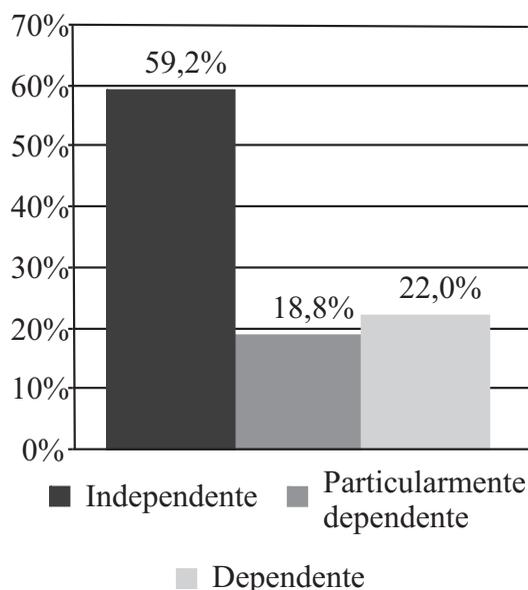
## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nas Atividades de Vida Diária os dados obtidos revelaram que os pesquisados, de maneira geral se mostraram independentes, sendo que 91,8% conseguem realizar todas as atividades cotidianas sem o auxílio de outras pessoas. Dos outros, 6,3% necessitam de ajuda em algumas atividades e 1,9% são completamente incapazes de realizar algumas dessas atividades.



Dados de pesquisas como de ANDREOTTI e OKUMA (1999) também evidenciam esses resultados, mostrando que a maioria da população idosa mundial, mesmo apresentando algumas dificuldades na realização dessas atividades, é independente. Essas autoras ainda deixam claro que a dependência não é uma situação que se traduz para uma totalidade dos idosos, nem mesmo é uma condição que todos terão que passar quando envelhecerem.

### Percentual total em AIVD's

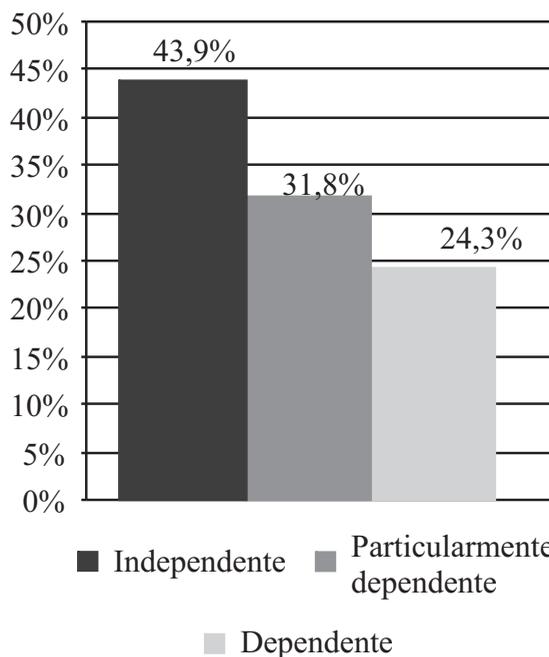


No que diz respeito às Atividades Instrumentais de Vida Diária percebemos que 59,2% dos idosos são independentes, 18,8% necessitam de auxílio e 22% são completamente incapazes na realização de algumas dessas atividades.

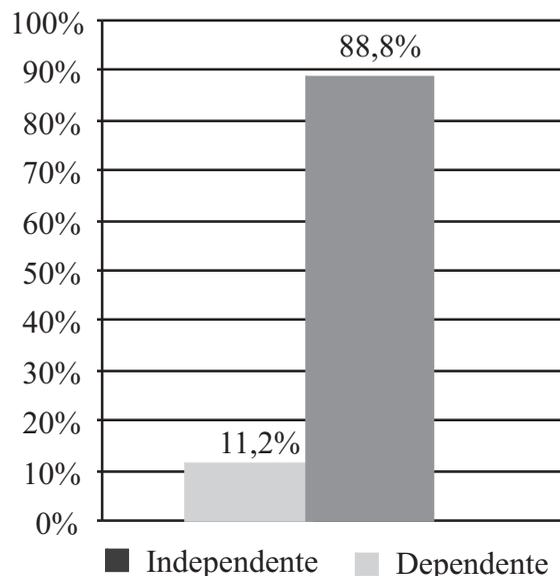
Concordando com OKUMA (2001), as Atividades Instrumentais de Vida Diária são mais complexas que as Atividades de Vida Diária. Daí a maior dificuldade apresentada pelos idosos nas AIVDs que nas AVDs. SPECTOR et al. (1987) também destacou que as pessoas idosas provavelmente são mais dependentes nas AIVDs, corroborando com os dados encontrados em nosso estudo.

As maiores dificuldades relatadas pelos idosos nas AIVDs foram no uso do telefone (24,3%) e no recebimento da aposentadoria (88,2%).

### Uso do Telefone



### Recebimento da aposentadoria

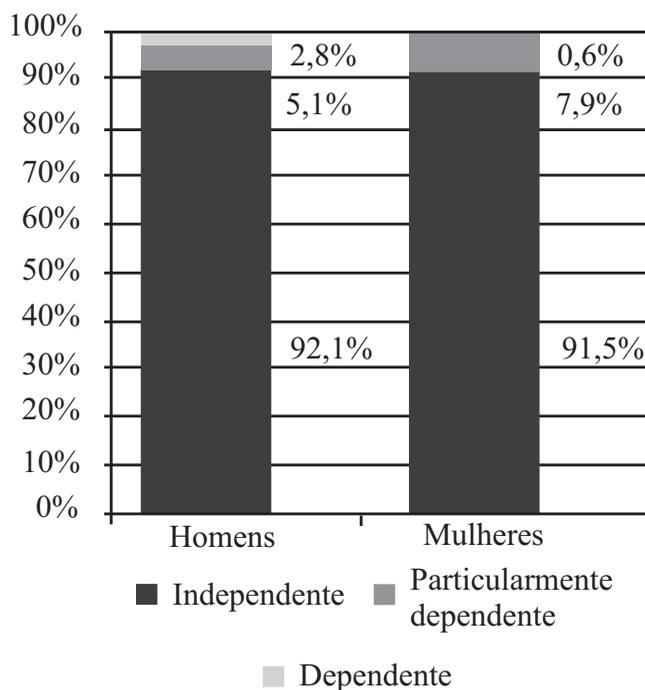


No uso do telefone contatamos que muitos idosos nunca fizeram uma ligação, dos que utilizam o telefone a maioria não consegue discar os números (porque não enxergam ou por não conseguirem olhar no papel e discar o número logo depois). Outros não conseguem ouvir o que as outras pessoas estão dizendo e por isso são incapazes de se comunicarem.

FRICKE e UNSWORTH (2001) contrapõem esses dados relatando que 81,8% de seus pesquisados conseguem fazer uso do telefone de forma independente. Podemos dizer que essas diferenças significativas podem ser explicadas pela diferença cultural e social dessas pessoas idosas.

Na divisão por gênero percebemos que nas Atividades de Vida Diária não encontramos diferenças estatisticamente significativas, sendo que a grande maioria dos homens e mulheres é independente na realização das atividades.

**Percentual total em AVD's por gênero**



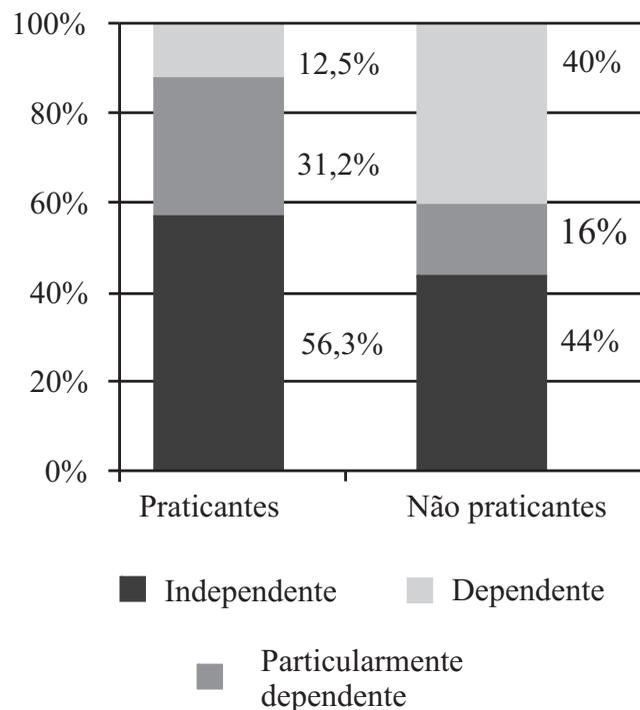
No entanto quando discutimos as Atividades Instrumentais de Vida Diária por gênero, os homens se mostraram mais independentes que as mulheres na maioria das atividades analisadas.

De acordo com DEEG (1993) apud WARD, JAGGER e HARPER (1998) os homens possuem maior independência nas AIVDs devido ao fato de possuírem mais contatos sociais durante toda a vida. Desde cedo os homens são ensinados a saírem de casa para trabalharem, para venderem sua força muscular no mercado de trabalho Assim, as habilidades na AIVDs são mais desenvolvidas na maioria dos homens do que nas mulheres.

Analizamos ainda a relação entre a atividade física e manutenção da capacidade funcional. Vários estudos como de STESSMAN et al (2002) demonstraram que a atividade física exerce considerável influência sobre a capacidade funcional dos idosos, no sentido de manter a independência desses idosos nas várias atividades em que são solicitados ao longo de seu cotidiano.

Nossos estudos demonstraram que os idosos fisicamente ativos (56,3%) mantêm um maior grau de independência do que os que são sedentários (44%).

**Capacidade funcional para praticantes e não praticantes de Atividade Física**



De acordo com SPIRDUSO (1995, p. 45), “níveis adequados de potência e de resistência muscular capacitam o ser humano a desempenhar as atividades diárias por toda a vida”. ADAMS et al (2000) também afirmam que níveis adequados de potência, força e resistência muscular são importantes na manutenção da independência e da qualidade de vida das pessoas idosas.

Percebe-se ainda que o grau de dependência entre os não praticantes de atividade física é significativo em relação aos praticantes. CAMPELLO, NORDIN e WEISER (1996) relatam que a inatividade é prejudicial para os idosos, resultando em maior tempo de afastamento das atividades de vida diária, além de ter efeitos negativos nas funções fisiológicas e psicológicas.

Nesse sentido percebemos que a atividade física é essencial para a manutenção e preservação da capacidade funcional dos idosos, pois esta pode mantê-los independentes em suas tarefas cotidianas durante toda a vida.

## CONCLUSÃO

Nossa pesquisa traz indicativos de que a grande parte dos idosos pesquisados se mostrou independentes na maioria das atividades analisadas. No entanto, não pretendemos generalizar os dados obtidos a toda uma população de idosos porque a investigação foi realizada com pessoas idosas, porém saudáveis. Como vimos no terceiro capítulo, o grupo estudado é de certa forma uniformizado, tendo em vista que para a admissão no condomínio como moradores, os idosos não podem ser fisicamente ou mentalmente dependentes. Dessa forma, se fossemos realizar essa pesquisa em uma comunidade em que essa regra não existisse, os resultados poderiam ser completamente diferentes.

A velhice deve ser analisada num contexto heterogêneo. Isto quer dizer que devemos considerar as diferentes pessoas em razão de suas distintas histórias de vida. Assim, a heterogeneidade diz respeito a experiências individuais que são únicas e construídas durante toda a vida da pessoa e que, na velhice não deixam de existir, mas pelo contrário, se acentuam fazendo com que cada pessoa envelheça de forma diferente, além de vivenciar

diferentes experiências durante a velhice. Nesse sentido, não poderíamos, em nosso estudo, deixar de nos referirmos à heterogeneidade, pois pesquisamos um grupo de idosos com diferentes histórias de vida e variadas experiências pessoais. Precisamos compreender o envelhecimento como uma realidade heterogênea, já que pode ser influenciada de acordo com as variáveis de gênero, etnia, classe social, condições de saúde, dentre outras.

É importante ressaltar a importância da continuidade de estudos sobre o envelhecimento e a capacidade funcional, tendo em vista que este não é um estudo pronto e acabado. Essas são apenas algumas reflexões sobre essa temática que tem se tornado tão difundida ao longo dos anos. Sugerimos que estudos comparativos sobre a capacidade funcional sejam realizados, tentando estabelecer relações entre idosos saudáveis e doentes, pois alguns estudos demonstram que a capacidade funcional pode ser afetada de forma direta com a presença de doenças.

Além disso, gostaríamos de evidenciar a necessidade da multidisciplinariedade nos estudos sobre o envelhecimento, pois esta é uma das áreas de investigação que não pode ser abrangida por uma única disciplina, já que as questões biológicas estão entrelaçadas com as relações sociais e com expressões emocionais, valores culturais e recursos ambientais. Nesse sentido as investigações sobre o envelhecimento devem ser feitas de maneira integrada, buscando-se trabalhos em equipe. Esta deverá ser constituída por pessoas das mais diferentes áreas profissionais com fisioterapeutas, psicólogos, etc., incluindo ainda o profissional de Educação Física, que pode influenciar de forma muito positiva na preservação da capacidade funcional em idosos. Assim, desenvolver estudos contando com equipes multidisciplinares é de fundamental importância para uma melhor compreensão do envelhecimento e da capacidade funcional.

## Referências Bibliográficas

- ADAMS, Kent; SWANK, Ann; BARNARD, Kerry; BERNING, Joe; SEVENE-ADAMS, Patricia. Safety of maximal power, strength, and endurance testing in older African American women. **Journal Strength and Conditioning Research**. V. 14, n. 03, p. 254-260, 2000.
- ANDREOTTI, Rosana Aparecida; OKUMA, Silene Sumire. Validação de uma bateria de testes de atividades da vida diária para idosos fisicamente independentes. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, n. 13, p. 46-66, jan./jun, 1999.
- CAMPELLO, M.; NORDIN, M.; WEISER, S. Physical exercise and low back pain. **Scand J Med Sci Sports**, v. 06, p. 63-72, 1996.
- COSTA, V. L. L. *Gerontomotricidade no mundo da vida: uma linguagem historicamente emergente*. Campinas, 2000. Disponível em: <http://www.unicamp.com.br/fef>. Acesso em: 20 de setembro de 2004.
- FRICKE, Janet; UNSWORTH, Carolyn. Time use and importance of instrumental activities of daily living. **Australian Occupational Therapy Journal**, p. 118-131, 2001.
- GORDILHO, Adriano; JOÃO Sérgio; SILVESTRE, Jorge; RAMOS, Luiz Roberto; FREIRE, Margarida P. A. ESPINDOLA, Neidil; VERAS, Renato Peixoto; KARSCH, Úrsula. Desafios a serem enfrentados no terceiro milênio pelo setor saúde na atenção integral ao idoso. **Envelhecimento humano**, UNATI, Rio de Janeiro: UERJ, 2000.
- OKUMA, Silene Sumire. Velhice bem-sucedida: atualizando o conceito de velhice. *Temas em Educação Física Adaptada – Revista SOBAMA*, Curitiba, p. 64-73, 2001.
- SANCHEZ, Maria Angélica. A dependência e suas implicações para a perda de autonomia: estudo das representações para idosos de uma unidade ambulatorial geriátrica. **Textos sobre envelhecimento**, Rio de Janeiro, v. 03, n. 03, p. 01-17, 2000.
- SPECTOR, W. D.; KATZ S. ; MURPHY, J. B.; FULTON, J. P. The hierarchical relationship between ADL and IADL. **J Chron Dis**, p. 481-89, 1987.
- SPIRDUSO, Waneen. **Physical dimensions of aging**. Champaign: Human Kinetics, 1995.
- STESSMAN, Jochanan; ROZENBERG, Robert Hammerman; MAARAVI, Yoram; COHEN, Aaron. Effect of exercise on ease in performing activities of daily living and instrumental activities of daily living from age 70 to 77: the Jerusalem longitudinal study. **American Geriatrics Society**, p. 1934-38, 2002.
- WARD, Gilliam; JAGGER, Carol; HARPER, William. A review of instrumental ADL assessments for use with elderly people. **Reviews in Clinical Gerontology**, p. 65-71, 1998.

### Endereço

Rua. Sebastião Rocha Cintra, 301 -Centro  
CEP 75800-039 Jataí-GO  
e-mail [mineiarc@bol.com.br](mailto:mineiarc@bol.com.br)  
[saudade.anjo@bol.com.br](mailto:saudade.anjo@bol.com.br)