

## COMPARAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA ENTRE IDOSOS PARTICIPANTES E NÃO PARTICIPANTES DE UMA UNIVERSIDADE ABERTA À PESSOA IDOSA

COMPARISON OF THE QUALITY OF LIFE BETWEEN ELDERLY PARTICIPANTS AND NON-PARTICIPANTS IN AN UNIVERSITY FOR THE ELDERLY PEOPLE

DOI: 10.16891/2317-434X.v12.e4.a2024.pp4862-4872

Recebido em: 19.07.2024 | Aceito em: 02.01.2025

**Jessica Alves da Silva<sup>a\*</sup>, Liliane Martins Furtado Oliveira Lehtonen Souza<sup>a</sup>, Renata Faleiro Lopes<sup>a</sup>, Fabio Ricardo Hilgenberg Gomes<sup>a</sup>, Gislaine Cristina Vagetti<sup>b</sup>, Valdomiro de Oliveira<sup>a</sup>**

**Universidade Federal do Paraná – UFPR, Curitiba – PR, Brasil<sup>a</sup>  
Universidade Estadual do Paraná – UNESPAR, Curitiba – PR, Brasil<sup>b</sup>  
\*E-mail: ajessicalvesdasilva5@gmail.com**

### RESUMO

A busca pela qualidade de vida da população idosa é uma preocupação cada vez mais debatida. Iniciativas e ações têm sido direcionadas para promover um envelhecimento mais saudável, um exemplo disso são as abordagens educacionais voltadas para a população idosa. Em vista disso, o objetivo deste estudo foi comparar a qualidade de vida entre pessoas idosas frequentadoras e não frequentadoras de uma Universidade Aberta da Pessoa Idosa. Este estudo caracteriza-se como quantitativo descritivo-comparativo do tipo longitudinal. Esta pesquisa envolveu 38 participantes divididos em dois grupos, o controle e intervenção. Todos os participantes faziam parte da população geral da cidade de Curitiba, Paraná, com idade igual ou superior a 60 anos. A qualidade de vida foi avaliada pelo questionário *WHOQOL BREF* e *WHOQOL-OLD*. Segundo a análise inferencial, a participação na Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UAPI) resultou em melhorias na percepção da qualidade de vida, com diferenças significativas observadas na maioria dos domínios avaliados. Dessa forma, o estudo revelou que a participação em programas como a UAPI está relacionada a melhorias significativas na autopercepção da qualidade de vida em pessoas idosas.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Pessoas idosas; Universidade aberta à pessoa idosa.

### ABSTRACT

The pursuit of a better quality of life for the elderly population is an increasingly debated concern. Initiatives and actions have been directed towards promoting healthier aging, and one example of this is educational approaches tailored for the elderly population. In light of this, the aim of this study was to compare the quality of life between elderly individuals who attend and those who do not attend an University for the Elderly People. This study is characterized as a quantitative descriptive-comparative longitudinal type. It involved 38 participants divided into two groups, control and intervention. All participants were part of the general population of the city of Curitiba, Paraná, aged 60 years or older. Quality of life was assessed using the *WHOQOL BREF* and *WHOQOL-OLD* questionnaires. According to inferential analysis, participation in the University for the Elderly People resulted in improvements in the perception of quality of life, with significant differences observed in most of the evaluated domains. Therefore, the study revealed that participation in programs such as UAPI is associated with significant improvements in the self-perception of the quality of life in older individuals.

**Keywords:** Quality of life; Elderly people; University for the elderly people.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial que acarreta uma série de alterações sociais, epidemiológicas, políticas e econômicas (ADAMO *et al.* 2017). O Brasil destaca-se neste aumento populacional, com crescimento da camada etária acima dos 60 anos. Segundo Toldrá *et al.* (2014), a estimativa para o ano de 2050 aponta que 19% da população brasileira pertencerá a este grupo etário. As autoras postulam que esse fenômeno tem conexão com as melhorias nas condições de vida da população idosa, aos avanços no que tange às práticas de saúde, dos métodos diagnósticos e tratamentos, além do aumento aos meios de acesso à informação e meios de comunicação.

O envelhecimento, muitas vezes, está associado às perdas que a maturidade pode trazer, ao declínio da capacidade funcional e da autonomia, além das perdas cognitivas (TOLDRÁ *et al.*; 2014). Entretanto, muitas iniciativas têm mudado esse cenário, com a oferta de atividades que possibilitem um envelhecimento mais saudável. A Organização das Nações Unidas – ONU, estabeleceu os anos de 2020-2030 como a década do envelhecimento saudável, motivando inúmeras atividades e ações em prol de uma velhice mais saudável. Essas iniciativas buscarão: mudar o pensamento, os sentimentos e ações das pessoas em relação à idade e ao envelhecimento; facilitar a participação de idosos na contribuição com suas comunidades e sociedade; ofertar atenção integrada e serviços de saúde primários que atendam às necessidades do indivíduo; e promover acesso a cuidados de longa duração para pessoas idosas que deles necessitem (ONU, 2020).

Outras iniciativas educacionais para a população idosa têm evidenciado resultados positivos em torno da qualidade de vida. E, ao encontro das ações sugeridas pelo ONU, a Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UAPI/UNESPAR) trabalha para oferecer uma melhor qualidade de vida às pessoas idosas. O projeto de extensão foi ofertado pela Universidade Estadual do Paraná, Campus de Curitiba II – FAP e “foi idealizado com o objetivo de desenvolver um trabalho interdisciplinar voltado ao processo de resgate da cidadania na velhice, visando enfatizar a pessoa idosa em suas experiências, vivências e conhecimentos” (FLORES-GOMES *et al.*; p. 3; 2022).

Diante deste panorama, a busca pela qualidade de vida é um objetivo pertinente para o prolongamento de uma vida saudável. Minayo, Hartz e Buss (2000), refletem

sobre o conceito polissêmico de qualidade de vida, sendo este conceito uma noção eminentemente humana, com aproximações do grau de satisfação pessoal, familiar, social e ambiental. Segundo Beggiato *et al.* (2020), a qualidade de vida não possui um único conceito, entretanto uma das mais utilizadas é a conceituação do Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL Group – World Health Organization Quality of Life Group) e assim é descrita: a qualidade de vida pode ser definida como “a percepção do indivíduo, sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (WHOQOL GROUP, 2023; BEGGIATO *et al.*, 2020).

Estudos já realizados, como os de Adamo *et al.* (2017), Castro *et al.* (2007), Irigaray e Schneider (2008) com a variável qualidade de vida, apresentaram resultados positivos para a população idosa participante de projetos como o da UAPI. Entretanto, essa realidade não se aplica na sua totalidade, evidenciado por estudos que não revelaram uma diferença significativa na qualidade de vida entre as pessoas participantes de universidades abertas para pessoas idosas. Silva *et al.* (2020) concluíram que o estudo que avaliou a qualidade de vida de participantes de uma Universidade Aberta à Terceira Idade não foi satisfatório, ainda que tal grupo tenha sido considerado ativo.

Neste sentido, torna-se necessário avaliar as condições e qualidade de vida de pessoas idosas para o desenvolvimento de alternativas de intervenções em programas de saúde, políticas públicas e sociais (TOLDRÁ *et al.*; 2014).

Uma questão pertinente de reflexão para este estudo é: Será que a qualidade de vida dos participantes da UAPI difere da qualidade de vida de pessoas idosas não participantes? Diante destas perspectivas, o objetivo deste estudo é comparar a qualidade de vida entre idosos frequentadores e não frequentadores de uma Universidade Aberta à Pessoa Idosa.

## MÉTODOS

Este estudo caracteriza-se como quantitativo descritivo-comparativo do tipo longitudinal, com teste e re-teste (THOMAS, NELSON; SILVERMAN, 2012).

## *Lócus e participantes*

Participaram deste estudo 38 idosos divididos em dois grupos. O primeiro grupo, o grupo caso, foi composto por 19 pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UAPI) localizada na UNESPAR (Universidade Estadual do Paraná – Campus II), rua dos Funcionários, 1357 – Cabral, Curitiba, PR. Esses participantes foram triados quanto ao interesse em participar da pesquisa, assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os dados sociodemográficos e culturais desses participantes foram coletados por meio de um questionário, utilizado anteriormente na instituição. A grande maioria relatou de forma escrita que não participou anteriormente a esse projeto de canto coral, assim como outros dados coletados e demonstrados na tabela 1. O segundo grupo, o grupo controle, foi composto por 19 indivíduos, também com idade igual ou maior que 60 anos da população geral, na cidade de Curitiba - Paraná, não participantes das oficinas propostas pela UAPI. Também para esse grupo foi utilizado o mesmo questionário sociodemográfico e cultural, e segundo o relato escrito dessas pessoas muitas já haviam participado de grupos de canto coral na cidade, ao longo da vida, principalmente em comunidades religiosas. Todos os 38 indivíduos foram pareados por sexo, idade e escolaridade (ver Tabela 1).

## *Procedimentos de Coleta de dados*

Quanto aos critérios de inclusão, considerou-se para o estudo pessoas idosas com idade igual ou superior a 60 anos de idade, disponíveis para responder aos formulários dos instrumentos de coleta de dados e residentes na cidade de Curitiba. Os critérios de exclusão foram pessoas com idade igual ou inferior a 60 anos de idade, bem como residentes em outras localidades.

Os dados obtidos para essa pesquisa foram coletados no segundo semestre de 2022. Os participantes responderam o instrumento de avaliação da qualidade de vida em dois momentos, um antes de iniciar a oficina de canto coral e outro após por um período de 3 meses, totalizando 12 encontros.

## *Instrumentos de Coleta*

Foram coletadas informações com o uso de uma entrevista semiestruturada e um questionário sociodemográfico (VIEIRA, 2009) com perguntas tais

como: idade, sexo, escolaridade, local de habitação, com quem mora e, foram incluídas para este estudo, perguntas relacionadas a música, se participa de algum coral, se já participou de algum coral. A qualidade de vida da pessoa idosa foi avaliada pelo teste *WHOQOL BREF* e *WHOQOL-OLD* aplicado antes e depois da intervenção.

O *World Health Organization Quality of Life Group – Elderly Module (WHOQOL-OLD)* escrito pelo Professor Mick Power e pela Dra. Silke Schmidt em nome do *WHOQOL-OLD Group* e sua tradução e adaptação para o português autorizada pelos autores. A adaptação para o português foi realizada sob a supervisão do Dr. Eduardo Chachamovich e Dr. Marcelo Pio de Almeida Fleck. O *WHOQOL-OLD* ao ser elaborado teve a pretensão de testar e avaliar a qualidade de vida de pessoas mais velhas. Ele teve início em 1999, como uma cooperação científica de diversos centros. O módulo *WHOQOL-OLD* consiste em 24 itens da escala de *Likert* atribuídos a seis domínios “Funcionamento do Sensorio” (FS), “Autonomia” (AUT), “Atividades Passadas, Presentes e Futuras” (PPF), “Participação Social” (PSO), “Morte e Morrer” (MEM) e “Intimidade” (INT). Cada uma das facetas possui 4 itens; portanto, para todos os domínios o escore dos valores possíveis pode oscilar de 4 a 20, desde que todos os itens de um domínio tenham sido preenchidos. Os escores destes seis domínios ou os valores dos 24 itens do módulo *WHOQOL-OLD* podem ser combinados para produzir um escore geral (“global”) para a qualidade de vida em adultos idosos, denotado como o “escore total” do módulo *WHOQOL-OLD* (FLECK *et al.*, 2000).

## *Aspectos éticos*

A presente pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual do Paraná, sob número 52948021.6.0000.9247, com o parecer: 126540/2021. Portanto, este estudo seguiu as Resoluções nº 466/2012 e nº 510/2016 do CNS, as quais apresentam as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Durante o processo, foram obedecidos os referenciais básicos da bioética no que diz respeito à autonomia, não maleficência, beneficência e justiça, visando assegurar com isso os direitos e deveres do pesquisador e dos sujeitos pesquisados.

## *Análise estatística*

Os dados foram tabulados em planilhas Excel e analisados no software JAMOVI versão 2.3. Inicialmente

foram realizadas as análises descritivas das variáveis envolvidas. Para verificar se houve a melhora ou não nos escores de qualidade de vida e domínios entre o teste e reteste foi calculado o  $\Delta$  (delta) de cada variável, em seguida calculada a média do  $\Delta$ . No teste inferencial foi utilizado o Teste-t de Student com intervalo de confiança de 95% e significância para  $p \leq 0,05$ .

## RESULTADOS

A caracterização da amostra pode ser vista na tabela 1. Nessa tabela vemos que a maior incidência de participantes da UAPI nesse período foi do sexo feminino, em que o grupo caso teve 94,74% de participantes do sexo feminino, bem como 78,95% de participantes para o grupo controle. As participações masculinas foram de apenas 5,26% para o grupo caso e 21,05% para o grupo controle. Também se verificou que a maioria é casada, (36,84% grupo caso e 42,11% – grupo controle) aposentada (78,95% para o grupo caso e 73,68% para o grupo controle), com escolaridade até o ensino fundamental (apresentando 42,11% para o grupo caso e 36,84% para o grupo controle), pratica atividade física, (com 73,68% para o grupo caso e 42,11% para o grupo controle).

Outro resultado interessante é que a maioria das pessoas participantes, de ambos os grupos, não ficam sozinhas, apresentando um percentual de 36,84% para o grupo caso e 52,63% para o grupo controle.

Nenhum participante (de ambos os grupos) indicou necessidade de auxílio nas atividades da vida

diária e a grande maioria não participou de coral (78,95% do grupo caso e 36,84% do grupo controle) anteriormente às atividades ofertadas pela Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UAPI). Percebe-se aqui, que a maioria das pessoas participantes do grupo controle já haviam participado anteriormente de atividade de canto coral em diferentes momentos da vida, como indica o percentual mais elevado para este grupo, de 57,89%, em relação ao grupo caso, que apresentou um percentual de 15,79%.

Percebe-se também que a maior diferença entre os grupos caso e controle ocorreu na prática de atividade física, onde o grupo caso apresentou maior adesão às atividades físicas, com 14 participantes, enquanto o grupo controle revelou 8 participações.

Outra informação relevante para este estudo foi a percepção de saúde das pessoas participantes. A maioria revelou ter uma saúde boa, como apontam os dados: 57,89% para o grupo caso e 68,42% para o grupo controle. A maioria do grupo caso revelou não ter problemas de saúde (57,89%) enquanto que no grupo controle a maioria revelou ter problemas de saúde (52,63%). A maioria apontou que não tiveram quedas, em ambos os grupos, como mostram os percentuais: (84,21% - grupo caso e 78,95% - grupo controle). E a questão da contaminação por COVID-19 foi diferente para os grupos: para o grupo caso, 57,89% não tiveram COVID-19, enquanto que o mesmo percentual, 57,89% já tiveram a doença no grupo controle.

Tabela 1. Caracterização da amostra.

Grupos	Característica	Caso		Controle	
		nr	%	nr	%
Sexo	Feminino	18	94,74	15	78,95
	Masculino	1	5,26	4	21,05
Estado Civil	Casado(a)	7	36,84	8	42,11
	Divorciado(a)	1	5,26	1	5,26
	Viúvo(a)	3	15,79	3	15,79
	Separado(a)	2	10,53	1	5,26
	Solteiro(a)	4	21,05	1	5,26
	Outros	2	10,53	5	26,32
Aposentado	Sim	15	78,95	14	73,68
	Não	3	15,79	5	26,32
	não respondeu	1	5,26	0	0
Escolaridade	até 8 anos	8	42,11	7	36,84

	Graduação	5	26,32	5	26,32
	Especialização	6	31,58	4	21,05
	Mestrado	0	0	1	5,26
	Doutorado	0	0	1	5,26
	não respondeu	0	0	1	5,26
Fica sozinho	Sim	6	31,58	7	36,84
	Não	7	36,84	10	52,63
	às vezes	6	31,58	2	10,53
Necessita de ajuda nas atividades diárias	Sim	0	0	0	0
	Não	19	100	19	100
Pratica atividade física	Sim	14	73,68	8	42,11
	Não	1	5,26	2	10,53
	Raramente	4	21,05	5	26,32
	Parou de fazer	0	0	4	21,05
Saúde é	Regular	2	10,53	1	5,26
	Boa	11	57,89	13	68,42
	Muito boa	6	31,58	5	26,32
Tem problemas de saúde	Sim	8	42,11	10	52,63
	Não	11	57,89	9	47,37
Teve quedas	Sim	3	15,79	4	21,05
	Não	16	84,21	15	78,95
Teve COVID-19	Sim	8	42,11	11	57,89
	Não	11	57,89	8	42,11
Já participou de coral	Sim	3	15,79	11	57,89
	Não	15	78,95	7	36,84
	não respondeu	1	5,26	1	5,26

Na tabela 2 a análise descritiva do  $\Delta$  (delta) da qualidade de vida geral, específica e seus domínios foi possível identificar que o grupo de idosos da UAPI obtiveram melhora na percepção da qualidade de vida geral, específica e em todos os domínios. Na qualidade de vida geral a melhora da percepção foi de 11,2 pontos ( $\pm 9,47$ ), e o domínio com maior melhora foi o social, com 15,9 pontos ( $\pm 20,72$ ). Na qualidade de vida específica, a melhora no escore geral foi 12,5 pontos ( $\pm 8,60$ ), têm os

domínios Morte/Morrer e intimidade com maior melhora [20 pontos (17,82) e 20,2 ( $\pm 25,00$ ) respectivamente].

Já o grupo controle teve redução na percepção da qualidade de vida geral em todos os domínios. Na qualidade de vida específica, apenas o domínio autonomia mostrou leve melhora [3,68 pontos ( $\pm 14,89$ ) ], bem como a estabilidade do domínio morte/morrer, no entanto, todos os demais domínios da qualidade de vida específica tiveram piora na percepção para o grupo controle. Demais informações encontram-se na tabela 2 abaixo.

**Tabela 2.** Análise descritiva dos escores  $\Delta$  da percepção da Qualidade de vida geral, específica e domínios em idosos participantes e não participantes da UAPI.

$\Delta$	Grupo	Média	Mediana	Desvio-padrão	Mínimo	Máximo
Bref	1	11.239	8.46	9.47	-0.769	36.15
	2	-4.615	-3.85	6.83	-16.154	5.38
Físico	1	11.905	8.57	11.81	-5.714	40.00
	2	-6.617	-5.71	9.85	-22.857	11.43
Ambiental	1	9.028	5.00	9.74	-5.000	27.50
	2	-5.263	-2.50	11.27	-27.500	15.00
Psico	1	11.111	10.00	9.50	-3.333	30.00
	2	-3.158	-3.33	7.24	-16.667	10.00
Social	1	15.926	10.00	20.72	-13.333	73.33
	2	-8.070	-6.67	15.96	-53.333	20.00
Old	1	12.546	10.42	8.60	-2.500	29.17
	2	-0.877	-1.67	6.18	-11.667	9.17
Sensorial	1	12.500	10.00	11.66	-5	35
	2	-2.895	0	16.27	-40	15
Autonomia	1	7.778	5.00	7.32	0	25
	2	3.684	5	14.89	-35	35
PPF	1	7.222	5.00	9.58	-10	35
	2	-0.789	0	13.05	-20	30
P. social	1	7.500	5.00	11.28	-5	35
	2	-2.368	-5	9.63	-20	20
M. morrer	1	20.000	20.00	17.82	-10	55
	2	0.000	0	14.34	-40	20
Intimidade	1	20.278	12.50	25.00	-10	70
	2	-2.895	0	18.36	-35	30

Legenda: 1 = Grupo UAPI; 2 = Grupo Controle;  $\Delta$  = delta.

Segundo a análise Inferencial, participar da UAPI melhora a percepção da qualidade de vida, pois existiam diferenças significativas ( $p \leq 0,05$ ) em quase todas as variáveis da qualidade de vida e domínios, tendo apenas o domínio autonomia não apresentou diferença significativa ( $p = 0,300$ ) quando comparado com o grupo controle. Estes resultados estão detalhados na tabela 2.

Pode-se notar na tabela 3 os resultados da comparação do delta no instrumento usado para avaliar a qualidade de vida *Whoqol Bref e Old* com pessoas idosas participantes e não participantes da Universidade Aberta da Pessoa Idosa.

**Tabela 3.** Comparação do  $\Delta$  da Qualidade de Vida geral, específica e domínios de idosos participantes e não participantes da UAPI.

Estatística	gl	p	Diferença média	Erro-padrão da Diferença	Lim. Inferior	Superior	
Bref	5.86	35.0	<.001	15.85	2.70	10.365	21.345
Físico	5.19	35.0	<.001	18.52	3.57	11.277	25.765
Ambiental	4.12	35.0	<.001	14.29	3.47	7.242	21.340
Psicológico	5.16	35.0	<.001	14.27	2.77	8.651	19.887
Social	3.96	35.0	<.001	24.00	6.06	11.691	36.301
Old	5.48	35.0	<.001	13.42	2.45	8.448	18.399
sensorial	3.29	35.0	0.002	15.39	4.68	5.899	24.891
Autonomia	1.05	35.0	0.300	4.09	3.89	-3.810	11.997
PPF	2.12	35.0	0.041	8.01	3.78	0.336	15.687
Psocial	2.87	35.0	0.007	9.87	3.44	2.882	16.854
Mmorrer	3.77	35.0	<.001	20.00	5.30	9.233	30.767
Intimidade	3.23	35.0	0.003	23.17	7.18	8.591	37.754

Legenda:  $\Delta$  = delta.

## DISCUSSÃO

Este estudo analisou a percepção da qualidade de vida de pessoas idosas participantes da Universidade Aberta da Pessoa Idosa (UAPI) em comparação com um grupo controle. Ambientes educacionais como a UAPI promovem ganhos significativos nessa etapa da vida, valorizando a interação social e abordando diversos aspectos, como o lazer e o bem-estar, que desempenham um papel crucial na maturidade (FLORES-GOMES, *et al.*; 2022). A importância desse estudo está em avaliar os efeitos dessa participação ou a não participação e seus desdobramentos na qualidade de vida da pessoa idosa e destacar o papel positivo que a UAPI vem desempenhando na promoção de um envelhecimento saudável.

De acordo com Ordonez e Cachioni (2011) esses programas de ensino destinados à população idosa não se resumem apenas a fornecer dados que os auxiliem a lidar com os efeitos do envelhecimento, mas é crucial que disponibilizem conhecimento e atividades que promovam a participação ativa, a expressão criativa, e acima de tudo, ações que melhorem sua qualidade de vida.

A grande maioria dos participantes deste estudo são mulheres, uma justificativa para esse resultado é a expectativa de vida da população feminina. Em um relatório intitulado "Estatísticas Mundiais de Saúde" publicado em 2022 pela Organização Mundial da Saúde (OMS), foi constatado que as mulheres vivem, em média, 5,1 anos a mais do que os homens. Adicionalmente, esse

resultado está em consonância com as descobertas de Gomes *et al.* (2020) em uma revisão sistemática envolvendo UNATIs. Os autores constataram que há uma disparidade na participação entre idosos do sexo masculino e feminino, com uma menor adesão dos homens às atividades oferecidas.

Os resultados revelaram que o grupo de pessoas idosas da UAPI apresentou melhorias significativas na percepção da qualidade de vida geral, específica e na grande maioria dos domínios analisados, em comparação com o grupo controle. Destaca-se que o domínio social foi o que apresentou a maior melhora para o grupo da UAPI. Colaborando com o estudo de Gomes *et al.* (2021) que evidencia que o principal benefício de participar da Universidade Aberta da Terceira Idade (UATI) está na melhoria da percepção de qualidade de vida relacionada às interações sociais.

Além disso, esse resultado vai ao encontro com os achados de Baldin e Magnabosco-Martins (2015) que apresentam em sua pesquisa os benefícios sociais experimentados pelos idosos envolvidos em oficinas artísticas, e enfatizam que a velhice é uma fase da vida em que é possível exercer uma participação ativa e contínua no desenvolvimento social. Segundo os autores, os idosos que participaram das oficinas estão gradualmente modificando o contexto em que vivem, assumindo o papel de protagonistas em suas próprias construções.

Dessa forma, segundo Flores-Gomes *et al.* (2022) a Universidade Aberta da Pessoa Idosa desempenha um

papel fundamental ao promover interações sociais, bem-estar e desenvolvimento contínuo para as pessoas idosas, especialmente em uma fase da vida em que conquistas podem se tornar mais desafiadoras.

Na qualidade de vida específica, a melhora no escore geral foi de 12,5 pontos em média, com um desvio-padrão de 8,60. Os domínios que apresentaram maior melhora foram "Morte/Morrer" e "Intimidade", com médias de 20 pontos (desvio-padrão de 17,82) e 20,2 pontos (desvio-padrão de 25,00), respectivamente. Com base nas teorias e nas descobertas da pesquisa de Cachioni e Batistoni (2012), para as pessoas idosas, os encontros sociais são impulsionados por acontecimentos que proporcionam bem-estar e interações sociais significativas, as quais fornecem suporte emocional. Esse suporte emocional pode ter auxiliado na melhora desses domínios.

O domínio físico também mostrou diferenças significativas entre os grupos, com o grupo da UAPI apresentando pontuações médias superiores em comparação ao grupo controle. De acordo com Vagetti *et al.* (2020), a capacidade funcional adequada está correlacionada positivamente com uma percepção melhorada da qualidade de vida nas pessoas idosas. Além disso, dados semelhantes foram encontrados por Carvalho *et al.* (2019) que afirmam que idosos que mantêm sua independência funcional geralmente têm níveis mais altos de qualidade de vida, e a participação ativa em grupos sociais pode ser um fator contribuinte para resultados positivos em termos de funcionalidade, incluindo as interações sociais.

No domínio autonomia, não houve diferenças significativas entre os grupos participantes desse estudo, porém Camboim *et al.* (2017) encontrou diferentes resultados, e destacou que a prática regular de atividade física oferece para as pessoas idosas um estilo de vida saudável, preservando sua autonomia e liberdade para realizar tarefas do dia a dia, resultando em uma maior independência ao longo do tempo. Esse hábito é especialmente importante diante dos efeitos negativos do envelhecimento nos processos fisiológicos e psicológicos, reduzindo os riscos de estresse, depressão e perda da capacidade funcional.

Também, ao examinar a amostra, observa-se que tanto os participantes do grupo de caso quanto do grupo controle relataram não precisar de assistência nas atividades diárias. Isso sugere que os idosos participantes já possuíam um bom nível de autonomia, o que pode

explicar por que não foram encontradas diferenças entre os grupos nesse domínio em particular.

Entende-se que esses projetos têm impactos significativos na qualidade de vida das pessoas idosas participantes, contribuindo para o fortalecimento da autoconfiança ao enfrentar e superar os desafios, além de melhorar a sua autoimagem. Essa iniciativa oferece um espaço de aprendizado e crescimento, permitindo que as pessoas idosas se sintam valorizadas, proporcionando um ambiente propício para o desenvolvimento pessoal e a promoção da qualidade de vida (FLORES-GOMES *et al.* 2022).

Serra e Furtado (2016) destacam a necessidade de mudanças de paradigmas em relação ao envelhecimento, reconhecendo-o como um processo natural que requer cuidados específicos. Segundo os autores, a educação é vista como o ponto de partida e chegada para garantir a dignidade e qualidade de vida da população idosa. A escola voltada para os idosos visa estimular o repensar, criar espaços de união e fortalecer a identidade e os vínculos.

Portanto, a batalha pela garantia de uma educação inclusiva e de excelência deve persistir, ocupando os espaços públicos, para fortalecer as iniciativas propostas em relação ao acesso, permanência e conclusão da educação de pessoas idosas, e principalmente, para assegurar o direito contínuo de aprender ao longo da vida. (SERRA; FURTADO, 2016)

Ainda, Oliveira, Scortegagna e Oliveira (2016) destacam que as iniciativas de extensão voltadas para a população idosa devem adotar uma abordagem abrangente, visando o crescimento e o empoderamento das pessoas idosas, a fim de promover sua inclusão e participação ativa na sociedade como cidadãos. Além do atendimento direto aos idosos, as ações extensionistas oferecidas pelas Instituições de Ensino Superior também têm um papel importante na conscientização da sociedade em geral sobre o processo de envelhecimento da população. Ao promoverem atividades que envolvem a comunidade acadêmica e a sociedade em geral, as universidades contribuem para a disseminação de informações corretas e atualizadas sobre o envelhecimento, combatendo estereótipos e preconceitos relacionados à população idosa (OLIVEIRA; SCORTEGAGNA; OLIVEIRA, 2016).

Os resultados deste estudo indicam a importância de investir em programas educacionais e de promoção do envelhecimento ativo para a população idosa. Futuras pesquisas podem explorar os processos pelos quais a

participação em Programas de ensino influencia a qualidade de vida dessa população, bem como identificar estratégias para ampliar o acesso a programas similares em outras comunidades. Também, estudos longitudinais podem fornecer informações sobre os efeitos a longo prazo da participação nesses programas na qualidade de vida da população idosa.

Os resultados positivos obtidos após a oficina de canto coral com o grupo da UAPI mostram que é fundamental o contínuo desenvolvimento das capacidades para a qualidade de vida das pessoas idosas, pois segundo a OPAS (2020), o conceito de envelhecimento saudável se baseia em “desenvolver e manter a habilidade funcional que permite o bem-estar na idade avançada” (OPAS, 2020, p.3). Em outras palavras, é fundamental incentivar e manter as habilidades funcionais das pessoas idosas para assegurar uma melhor qualidade de vida e dessa forma mais vitalidade ao longo dos anos.

Existem algumas limitações a serem consideradas neste estudo. Primeiramente, a amostra utilizada pode não ser totalmente representativa da população idosa em geral, uma vez que se limita aos participantes da UAPI e a um grupo controle específico. Outra limitação é o tamanho limitado da amostra e a ausência de um ambiente adequado para a coleta dos dados. Além disso, o estudo se baseia na autopercepção da qualidade de vida, o que pode estar sujeito a viés de resposta.

Para replicar esse estudo em programas similares, é essencial criar um ambiente acolhedor e inclusivo, adaptar as atividades ao nível de habilidade dos participantes e garantir que os encontros sejam regulares. Além disso, pode-se coletar dados qualitativos para avaliar os impactos da atividade, como percepções dos participantes sobre seu bem-estar, mudanças no humor, na socialização e na qualidade de vida, permitindo a análise

dos efeitos emocionais e sociais dessa prática coletiva através dos relatos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das reflexões aqui evidenciadas, este estudo respondeu ao objetivo da pesquisa, comparando a qualidade de vida de pessoas idosas frequentadoras e não frequentadoras da Universidade Aberta da Pessoa Idosa.

O presente estudo, desse modo, demonstrou que a participação na UAPI está associada a melhorias significativas na autopercepção da qualidade de vida das pessoas idosas. A Universidade Aberta da Pessoa Idosa desempenha um papel importante ao promover interações sociais, bem-estar e desenvolvimento pessoal, contribuindo para o envelhecimento saudável e a promoção da qualidade de vida. Dessa forma os resultados obtidos ressaltam a importância das instituições voltadas para a terceira idade na promoção do bem-estar e na criação de oportunidades enriquecedoras para os idosos, potencialmente contribuindo para uma vida mais saudável e satisfatória na idade avançada.

As limitações deste estudo residem na baixa adesão das pessoas idosas para um estudo quantitativo, o que não comprometeu o propósito desta pesquisa.

Apesar de muitos estudos evidenciarem melhorias na qualidade de vida de pessoas participantes de Universidades Abertas, ainda se faz necessário mais pesquisas explorando práticas e experiências educativas que proporcionem o aumento da qualidade de vida durante o processo de envelhecimento. Sugere-se que futuras pesquisas avaliem também o impacto de longo prazo da participação na UAPI, ampliando a aplicabilidade dos achados e aprofundando o entendimento sobre seus benefícios ao longo do tempo.

## REFERÊNCIAS

ADAMO, C. E.; ESPER, M. T.; BASTOS, G. C. F. C.; SOUSA, I. F.; ALMEIDA, R. J. Universidade aberta para a terceira idade: o impacto da educação continuada na qualidade de vida dos idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, p. 545-555, 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562017020.160192>.

BALDIN, T.; MAGNABOSCO-MARTINS, C. R. Oficinas artísticas na universidade aberta para a terceira idade: contribuições para a qualidade de vida de idosos. **Revista Conexão - UEPG**, v. 11, n. 1, 2015. Disponível

em: <https://revistas.uepg.br/index.php/conexao/article/view/6410> Acessado em: 19 jul. 2023.

BEGGIATO, S.; BICHELS, A.; VAGETTI, G. C.; OLIVEIRA, V.; ESMERALDINO, A. Reflexões acerca do conceito de qualidade de vida no contexto educacional. In: MISSIAS-MOREIRA, V. O. S.; LARANJEIRA, C. A.; PINHO, L. G. (Orgs.). **Qualidade de vida e saúde em uma perspectiva interdisciplinar** – volume 7. Curitiba: CRV, 2020.

CACHIONI, M.; BATISTONI, S. S. T. Bem-estar subjetivo e psicológico na velhice sob a perspectiva do conviver e do aprender. **Revista Temática Kairós Gerontologia**, v. 15, n. 7, p. 09-22, 2012. São Paulo (SP), Brasil.

CAMBOIM, F. E. F., *et al.* Benefícios da atividade física na terceira idade para a qualidade de vida. *Revista Enfermagem UFPE online*, v. 11, n. 6, p. 2415-2422, 2017.

CARVALHO, C. J. G., *et al.* Relação entre independência funcional e qualidade de vida de idosos participantes de grupos de convivência. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 2, p. 589-605, 2019. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i2p589-605>.

CASTRO, P. C., *et al.* Influência da Universidade Aberta da Terceira Idade (UATI) e do programa de revitalização (REVT) sobre a qualidade de vida de adultos de meia-idade e idosos. **Rev. bras. fisioter.**, v. 11, n. 6, p. 461-467, 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-35552007000600007>.

FLECK, M. P., *et al.* Aplicação da versão em português do instrumento abreviado de avaliação da qualidade de vida "WHOQOL-bref". **Revista De Saúde Pública**, v. 34, p. 178-183, 2000.

FLORES-GOMES, G.; LOPES, R. F.; VAGETTI, G. C. Universidade Aberta da Pessoa Idosa: Ganhos e Desafios. II Congresso Internacional de Educação. Londrina: Galoá, p. 1-6, 2022.

GOMES, F. R. H.; PAULA, A. C.; PASTRE, T. G. F. L.; OLIVEIRA, V.; VAGETTI, G. C. Atividade física relacionada à percepção de qualidade de vida em participantes de uma Universidade Aberta à Terceira Idade: Uma revisão sistemática. **Revista Conexão UEPG**, Ponta Grossa, Paraná - Brasil, v. 16, p. 20, 2020.

GOMES, F. R. H., *et al.* Qualidade de vida de idosos Unatianos: percepção de praticantes e não praticantes de atividade física. **Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento**, v. 26, n. 3, p. 185-210, 2022. DOI: <https://doi.org/10.22456/2316-2171.107522>.

GROUP WHOQOL. WHOQOL: Measuring Quality of Life. Disponível em:

<https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref>. Acesso em: 09 jun. 2023.

IRIGARAY, T. Q.; SCHNEIDER, R. H. Impacto na qualidade de vida e no estado depressivo de idosas participantes de uma universidade da terceira idade. **Estudos de Psicologia, Campinas**, v. 25, n. 4, p. 517-525, 2008.

MINAYO, M. C. S.; HARTZ, Z. M. A.; BUSS, P. M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 5, n. 1, p. 7-18, 2000.

ORDONEZ, T. N.; CACHIONI, M. Motivos para frequentar um programa de educação permanente: relato dos alunos da universidade aberta à terceira idade da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia [online]**, v. 14, n. 3, p. 461-474, 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232011000300007>.

OLIVEIRA, R. S.; SCORTEGAGNA, P. A.; OLIVEIRA, F. S. Universidade Abertas a Terceira Idade: delineando um novo espaço educacional para o idoso. **Revista HISTEDBR On-line**, v. 15, n. 64, p. 343-358, 2016. DOI: <https://doi.org/10.20396/rho.v15i64.8641945>.

OPAS. Década do Envelhecimento Saudável (2020-2030). OPAS, Nº: OPAS-W/BRA/FPL/20-120, 2020. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/52902>. [consult. 02 de jun. 2023].

ONU. Década do Envelhecimento Saudável (2020-2030). Nações Unidas Brasil, 15 dezembro 2020. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/105264-assembleia-geral-da-onu-declara-2021-2030-como-d%C3%A9cada-do-envelhecimento-saud%C3%A1vel>. [consult. 09 de jun. 2023].

SERRA, D. C.; FURTADO, E. Os idosos na EJA uma política de educação inclusiva. **Olhar de Professor**, v. 19, n. 2, 2016. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68459741003>. [consult. 05 de jun. 2023].

SILVA, M. B., *et al.* Qualidade de vida dos idosos inseridos em uma universidade aberta à terceira idade. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, e5150, 2020. DOI: <https://doi.org/10.25248/reas.e5150.2020>.

TOLDRÁ, R. C., *et al.* Promoção da saúde e da qualidade de vida com idosos por meio de práticas corporais. **O Mundo da Saúde**, v. 38, 2014. DOI: <https://doi.org/10.15343/0104-7809.20143802159168>.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. Introdução à pesquisa em atividade física. In: THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de Pesquisa em Atividade Física**. v. 6, p. 23-44, 2012.

VAGETTI, G. C., *et al.* Associação entre aptidão funcional e qualidade de vida de idosos participantes de um programa de atividade física de Curitiba, Brasil. **Journal Of Physical Education**, v. 31, e3115, 2020. DOI: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v31i1.3115>.

VIEIRA, S. **Como elaborar questionários**. São Paulo: Ed. Atlas, 2009.

WHO. World health statistics 2022: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals. Geneva: World Health Organization, 2022. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.