

Trabalho apresentado no 15º CBCENF

Título: DANÇA DE SALÃO COMO INSTRUMENTO INDUTOR DE QUALIDADE DE VIDA EM IDOSAS HIPERTENSAS

Relatoria: THAIS NAYARA DA CRUZ

Maria Cristiane Perecles Pereira

Autores: Jeysyca Ryanne de Sousa Santos

Thais da Silva Oliveira

Adenilson da Silva Gomes

Modalidade: Pôster

Área: Vulnerabilidade social

Tipo: Pesquisa

Resumo:

Introdução: A hipertensão arterial sistêmica é uma doença crônica na qual há uma maior incidência na população mais velha, uma vez que essa patologia está nitidamente relacionada com a idade. Aos 20 anos, 20% dos indivíduos têm pressão alta; aos 30 anos, 30% e, aos 80 anos, 80% têm hipertensão. Muitas das pessoas idosas que já possuem essa enfermidade sentem uma qualidade de vida diminuída, pois não se sentem bem com as restrições alimentares, com a fadiga e falta de força para dar continuidade ao seu tratamento, pois muitas vezes relatam incômodos. Contudo, idosos que praticam alguma atividade física como no caso da dança de salão relatam um aumento significativo na qualidade de vida, pois os testes físicos realizados numa pesquisa sinalizam para uma evolução na aptidão cardiorrespiratória, melhorando seu condicionamento físico. Objetivo: Avaliar através de relato verbal de idosas hipertensas que participam de um grupo de dança de salão na cidade de Vitória de Santo Antão - PE, como elas examinam sua qualidade de vida antes e depois de começarem a participar do grupo. Metodologia: Trata-se de um estudo quantitativo, transversal, exploratório que foi realizado entre 7 e 11 de maio de 2012 contando com a participação de 12 idosas participantes de um grupo de dança de salão onde foi indagada a todas elas a seguinte pergunta: Como você avalia a sua qualidade de vida antes e depois da entrada neste grupo? Resultado: Das 12 idosas participantes do estudo, 11 delas afirmaram que, depois da entrada no grupo de dança de salão, sua qualidade de vida aumentou consideravelmente se sentindo bem habilitadas fisicamente. Isso é evidenciado pelo fato de um controle rigoroso de suas pressões arteriais o qual melhorou seu condicionamento físico sentindo-se menos cansadas no dia a dia. Além disso, a convivência passiva com suas atividades diárias comuns e relação de amizade com outras pessoas portadoras da patologia influenciaram na aceitação do seu tratamento anti-hipertensivo. Conclusão: Concluímos que os idosos hipertensos que praticam alguma atividade física, neste caso a dança de salão, conseguem ter uma qualidade de vida aumentada e sentem melhoria no seu dia a dia mesmo convivendo com a patologia.