

CONCEPÇÕES DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA NA PERSPECTIVA DO IDOSO LONGEVO

Bianca Borsatto¹, Joel Morschbacher²

1. Discente do curso de graduação em Fisioterapia, Unoesc, São Miguel do Oeste, SC

2. Doutor em Ciências da Saúde e Docente do curso de graduação em Enfermagem, Unoesc, São Miguel do Oeste, SC

Autor correspondente: Bianca Borsatto, biancaborsatto2011@hotmail.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: O envelhecimento populacional tem avançado de forma acelerada e transformado tanto os sistemas de saúde quanto a organização social. Mais do que números, esse processo exige compreender como os idosos significam sua própria saúde e qualidade de vida. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo compreender essas concepções a partir da perspectiva de idosos longevos, considerando suas experiências subjetivas e trajetórias de vida. **Método:** Trata-se de uma pesquisa qualitativa e descritiva, realizada com oito idosos com 80 anos ou mais, residentes no município de Guaraciaba (SC). A coleta de dados ocorreu por meio de entrevistas semiestruturadas e analisadas conforme os procedimentos propostos por Minayo. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética sob parecer nº 7.675.846. **Resultados:** Os resultados revelaram três eixos principais: I) cuidado em saúde, alimentação e atividade física; II) dinâmica do cotidiano e experiências de lazer; III) valores humanos e convivência social. Os participantes atribuíram à saúde significados que ultrapassam a ausência de doenças, envolvendo autonomia, vínculos sociais e afetivos e práticas cotidianas. A alimentação adequada, a atividade física regular e a autonomia nas atividades diárias foram vistas como pilares para o bem-estar. Além disso, destacaram o convívio social e o respeito às individualidades como elementos essenciais à qualidade de vida. **Conclusão:** Os achados mostram que o envelhecimento saudável vai além da dimensão biológica, sendo caracterizado como multifatorial e influenciado por experiências subjetivas. A valorização dessas percepções é fundamental para o planejamento de políticas públicas e ações em saúde mais sensíveis às realidades dessa população. Promover um envelhecimento digno requer reconhecer a diversidade de trajetórias, respeitar os valores individuais e integrar estratégias que proporcionem bem-estar ao idoso.

Palavras-chave: Idoso longevo; Envelhecimento saudável; Qualidade de vida; Saúde.

Agradecimentos: A autora Bianca Borsatto agradece ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pela concessão de bolsa de iniciação científica (PIBIC).