

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM
ENVELHECIMENTO HUMANO

FELIPE AMENDE DE SOUZA LEAL

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E
FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS
DA COMUNIDADE DE UM MUNICÍPIO
DO INTERIOR DO RS

Passo Fundo

2023



UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO
INSTITUTO DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ENVELHECIMENTO HUMANO

FELIPE AMENDE DE SOUZA LEAL

NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS DA
COMUNIDADE DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR DO RS

Dissertação apresentada como requisito para
obtenção do título de Mestre em
Envelhecimento Humano, do Instituto da Saúde,
da Universidade de Passo Fundo.

Orientador(a): Profa. Dra. Ana Luisa Sant'Anna Alves
Coorientador(a): Prof. Dr. Cleiton Chiamonti Bona

Passo Fundo

2023

FICHA CATALOGRÁFICA

CIP – Catalogação na Publicação

L435n Leal, Felipe Amende de Souza
Nível de atividade física e fatores associados em idosos da comunidade de um município do interior do RS [recurso eletrônico] / Felipe Amende de Souza Leal. – 2023.
2.5 MB ; PDF.

Orientadora: Profª. Dra. Ana Luisa Sant'Anna Alves.
Coorientador: Prof. Dr. Cleiton Chiamonti Bona.
Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) –
Universidade de Passo Fundo, 2023.

1. Envelhecimento. 2. Exercícios físicos para idosos - Doenças - Prevenção. 3. Exercícios físicos - Aspectos da saúde. I. Alves, Ana Luisa Sant'Anna, orientadora. II. Bona, Cleiton Chiamonti, coorientador. III. Título.

CDU: 613.98

Catálogo: Bibliotecária Juliana Langaro Silveira – CRB 10/2427

FOLHA DE APROVAÇÃO



ATA DE DEFESA DE DISSERTAÇÃO

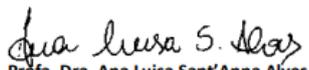
“NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E FATORES ASSOCIADOS EM IDOSOS DA COMUNIDADE DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR DO RS”

Elaborada por

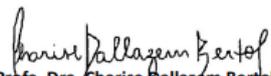
FELIPE AMENDE DE SOUZA LEAL

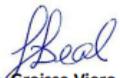
Como requisito parcial para a obtenção do grau de
“Mestre em Envelhecimento Humano”

Aprovada em: 16/03/2023
Pela Banca Examinadora


Profa. Dra. Ana Luisa Sant'Anna Alves
Universidade de Passo Fundo – UPF/PPGEH
Orientadora e Presidente da Banca Examinadora
Coordenadora do PPGEH


Prof. Dr. Cleiton Chiamonti Bona
Universidade de Passo Fundo – UPF/IS
Coorientador


Profa. Dra. Charise Dallagem Bertol
Universidade de Passo Fundo – UPF/PPGEH
Avaliadora Interna


Profa. Dra. Greisse Viero da Silva Leal
Universidade Federal de Santa Maria - UFSM
Avaliadora Externa

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à minha família por todo o incentivo para eu sempre buscar a evolução pelo conhecimento e pela lapidação do corpo e alma.

Dedico também à Prof.^a Dr.^a Ana Luisa Sant'Anna Alves por todo o empenho e auxílio ao me guiar durante toda a trajetória dentro do PPGEH.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Universidade de Passo Fundo (UPF) pelo auxílio na realização desse sonho em progredir na busca de conhecimento.

Agradeço a toda minha família por entender minha ausência em diversos momentos familiares, para a realização das coletas de dados e produção da dissertação.

Não posso deixar de agradecer aos meus pais, Raquel e José Maurício, que durante toda minha vida sempre me motivaram a continuar evoluindo como ser humano e me direcionaram para onde estou hoje.

À minha irmã Luiza, pessoa mais especial na minha vida, e a grande responsável por todo meu esforço e comprometimento.

Gratidão à minha noiva, Amanda, por sua paciência e compreensão nessa fase da minha vida. Obrigado por ter me incentivado em cada etapa da dissertação.

À minha orientadora, Prof.^a Dr.^a Ana Luisa Sant'Anna Alves, minha eterna professora, uma pessoa exemplar, que me acolheu durante toda a pesquisa auxiliando em momentos de dificuldade.

Ao meu coorientador, Prof. Dr. Cleiton Chiamonti Bona, por todas as instruções proporcionadas durante o desenvolvimento da dissertação.

ΕΠΙΓΡΑΦΕ

“Take care of your body. It’s the only place you have to live.”

Jim Rohn

RESUMO

LEAL, Felipe Amende de Souza. Nível de atividade física e fatores associados em idosos da comunidade de um município do interior do RS. [111] f. Dissertação (Mestrado em Envelhecimento Humano) – Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2023.

Cuidados durante toda a vida são indispensáveis para o envelhecimento bem-sucedido. A prática de atividade física é um dos fatores modificáveis capazes de garantir benefícios ao envelhecimento, principalmente no que diz respeito à prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Contudo, diversas barreiras são encontradas para a adesão desse hábito, entre elas: escolaridade, idade, presença de DCNT e zona de moradia. No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde, 54,7% dos óbitos registrados no país foram causados por DCNT, totalizando, no ano de 2019, um total de 1,8 milhão de internações no Sistema Único de Saúde (SUS) e 8,8 bilhões de reais em gastos com internações. O objetivo desta dissertação foi avaliar o nível de atividade física (AF) e fatores associados em idosos da comunidade de um município no interior do Rio Grande do Sul. Trata-se de um estudo de delineamento transversal, de base censitária, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob parecer nº 4.586.122. A amostra foi composta por 519 idosos com 60 anos ou mais, residentes no município de Coxilha, no estado do Rio Grande do Sul, Brasil. Os dados foram coletados no domicílio por meio de questionário padronizado e pré-codificado, aplicado por estudantes de graduação e pós-graduação previamente treinados. Para a análise, foi considerado o desfecho, nível de AF, que foi avaliado por meio da aplicação do International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), adaptado para o público idoso. As variáveis independentes foram: idade, sexo, zona de moradia, estado marital, escolaridade, trabalho no meio rural, presença de DCNT. Os dados foram digitados e analisados em software de estatística. As variáveis qualitativas foram apresentadas nas distribuições de frequências univariadas (absolutas e relativas). Após, foi realizada análise bivariada por meio do teste qui-quadrado e teste Exato de Fisher. Para a regressão de Poisson, foram incluídas no modelo todas as variáveis com p-valor $\leq 0,020$ na análise bivariada, foi calculada a razão de prevalência (RP) e respectivo intervalo de confiança de 95%. A prevalência dos idosos fisicamente ativos foi de 68,1%. 80,5% dos idosos possuíam alguma DCNT, sendo a hipertensão arterial a mais prevalente (62,5%). Na análise bivariada, a maior prevalência de 150 minutos ou mais de atividade física moderada e vigorosa foi associada à menor faixa etária (60 a 79 anos), zona de moradia (rural), maior escolaridade (12 anos ou mais de estudo) e não possuir DCNT. Na análise multivariada, a maior prevalência de atividade física se manteve associada às menores faixas etárias (60 a 79 anos), residir na zona rural e não apresentar nenhuma DCNT. Os resultados deste estudo permitem um maior entendimento sobre os fatores associados à prática de AF, fornecendo a prestadores de serviço em saúde o direcionamento a condutas para a promoção da saúde em idosos.

Palavras-chave: Dinâmica Populacional; Doenças Crônicas; Exercício Físico; Comportamento Sedentário.

ABSTRACT

LEAL, Felipe Amende de Souza. Level of physical activity and associated factors in elderly people from the community of a city in the interior of RS. [111] f. Dissertation (Masters in Human Aging) – University of Passo Fundo, Passo Fundo, 2023.

Care throughout life is essential for successful aging. The practice of physical activity is one of the modifiable factors capable of ensuring benefits to aging, especially with regard to the prevention of Non-Communicable Chronic Diseases (NCDs). However, various barriers are encountered for adherence to this habit, among them: education, age, presence of NCDs and place of residence. In Brazil, according to data from the Ministry of Health, 54.7% of deaths recorded in the country were caused by NCDs, totaling, in 2019, a total of 1.8 million hospitalizations in the Unified Health System (SUS) and 8.8 billion reais in hospitalization expenses. The objective of this dissertation was to evaluate the level of physical activity (PA) and associated factors in elderly people from the community of a municipality in the interior of Rio Grande do Sul. This is a cross-sectional, census-based study, approved by the Research Ethics Committee under opinion number 4.586.122. The sample consisted of 519 elderly people aged 60 or older, living in the municipality of Coxilha, in the state of Rio Grande do Sul, Brazil. The data were collected at home through a standardized and pre-coded questionnaire, applied by undergraduate and graduate students previously trained. For the analysis, the outcome, level of PA, was considered, which was evaluated through the application of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), adapted for the elderly population. The independent variables were: age, gender, place of residence, marital status, education, work in rural areas, presence of NCDs. The data were entered and analyzed in statistical software. The qualitative variables were presented in univariate frequency distributions (absolute and relative). The bivariate analysis was performed using the chi-square test and Fisher's exact test. For Poisson regression, all variables with a p-value $\leq 0,020$ in bivariate analysis were included in the model, and the prevalence ratio (PR) and respective 95% confidence interval were calculated. The prevalence of physically active elderly people was 68,1%. 80,5% of the elderly had some NCD, with arterial hypertension being the most prevalent (62,5%). In bivariate analysis, the highest prevalence of 150 minutes or more of moderate and vigorous physical activity was associated with younger age groups (60 to 79 years old), rural residence, higher education (12 or more years of study) and not having NCD. In multivariate analysis, the highest prevalence of physical activity remained associated with younger age groups (60 to 79 years old), living in rural areas, and not having any NCD. The results of this study provide greater understanding of the factors associated with PA, providing health service providers with guidance on promoting health in the elderly.

Keywords: Population Dynamics; Chronic Disease; Exercise; Sedentary Behavior.

LISTA DE SIGLAS

AF	Atividade Física
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
ESF	Estratégia de Saúde da Família
FAMURS	Federação das Associações de Municípios do Rio Grande do Sul
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IPAQ	International Physical Activity Questionnaire
PIB	Produto Interno Bruto
QV	Qualidade de Vida
RS	Rio Grande do Sul
SABE	Pesquisa Saúde, Bem-estar e Envelhecimento
SIAB	Sistema de Informações da Atenção Básica
SUS	Sistema Único de Saúde
UPF	Universidade de Passo Fundo
Vigitel	Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	12
1.1	OBJETIVOS	13
1.2	CONSIDERAÇÕES SOBRE O DESENVOLVIMENTO DO ESTUDO	13
1.3	ORGANIZAÇÃO DO TEXTO	14
2	REVISÃO DA LITERATURA	15
2.1	ENVELHECIMENTO POPULACIONAL	15
2.2	NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA (AF)	17
2.3	DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS (DCNT).....	21
3	PRODUÇÃO CIENTÍFICA I.....	25
4	CONSIDERAÇÕES FINAIS	26
	REFERÊNCIAS.....	27
	APÊNDICES.....	33
	Apêndice A. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	34
	Apêndice B. Instrumento de Coleta de Dados – Censo das condições de vida e saúde dos idosos no município de Coxilha-RS/2021	36
	ANEXOS	91
	Anexo A. Parecer do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade de Passo Fundo	92

1 INTRODUÇÃO

O processo de transição demográfica é caracterizado pela grande redução das taxas de natalidade e aumento significativo da expectativa de vida, tais mudanças são encontradas tanto em países desenvolvidos como em países em desenvolvimento. Globalmente, em 2020, aproximadamente 727 milhões de pessoas possuíam idade superior a 65 anos de idade e a expectativa é que esse número duplique, chegando a 1,5 bilhões de idosos em 2050 (UNITED NATIONS, 2020).

Contudo, cuidados durante toda a vida são indispensáveis para o envelhecimento bem-sucedido. A prática de AF é um dos fatores modificáveis capazes de garantir benefícios ao envelhecimento, principalmente no que diz respeito à prevenção das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) como, por exemplo, diabetes mellitus tipo 2, hipertensão arterial sistêmica, infarto agudo do miocárdio, osteoartrite, osteoporose, câncer, dentre outras (LIN et al., 2020).

Segundo a WHO (2018), 1 a cada 4 adultos é insuficientemente ativo, e o progresso global para aumentar o nível de AF está muito lento, em grande parte, devido à falta de conhecimento da população e dos gestores públicos em investir em ambientes que contribuam para sua realização, na contratação de profissionais e divulgação dos benefícios de sua prática. O ônus da inatividade física representa quase 500 milhões de novos casos evitáveis de DCNTs entre 2020 e 2030, gerando custos de tratamentos superiores a US\$ 300 bilhões (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

O Guia de Atividade para a População Brasileira recomenda que idosos realizem, no mínimo, 150 minutos de AF moderada ou 75 minutos de AF intensa por semana. Além disso, orienta que as pessoas idosas realizem atividades com gasto de energia acima do nível de repouso em seu tempo livre, deslocamento, trabalho e em tarefas domésticas (BRASIL et al., 2021).

Entretanto, diversos fatores influenciam e podem dificultar o hábito e forma de realização das atividades físicas, principalmente fatores sociodemográficos como: a classe econômica, a faixa etária, o nível de escolaridade e o sexo (SILVA; BOING, 2021; WENDT et al., 2022). Quando relacionamos a área de residência com a prática de AF é possível verificar que existem diferenças nas atividades laborais e de lazer entre habitantes do meio urbano e rural, levando a valores distintos quanto a cumprimento das recomendações de AF (MARTINS; SILVA; HALLAL, 2018).

O entendimento sobre os fatores associados à prática de atividade física em idosos é essencial para o desenvolvimento de estratégias que visem ao aumento do tempo ativo, garantindo promoção de saúde e qualidade de vida.

1.1 Objetivos

O objetivo geral deste estudo foi avaliar o nível de atividade física e fatores associados em idosos da comunidade de um município no interior do Rio Grande do Sul.

Como objetivos específicos, destacam-se:

- a) Descrever as características demográficas, da área de residência, socioeconômicas e de saúde.
- b) Verificar a presença de DCNTs autorreferidas.
- c) Avaliar o nível de atividade física.
- d) Analisar a associação entre nível de atividade física e presença de DCNT, características demográficas, da área de residência e socioeconômicas.

1.2 Considerações sobre o desenvolvimento do estudo

Este estudo faz parte do projeto “Censo das condições de vida e saúde de idosos no município de Coxilha-RS”, desenvolvido por pesquisadores do

Programa de Pós-Graduação em Envelhecimento Humano da Universidade de Passo Fundo e aprovado sob parecer nº 4.586.122.

Devido à pandemia da Covid-19, com base na Lei nº 13.979, de fevereiro de 2020, o estudo se adaptou aos protocolos de cuidado adotados pelo município de Coxilha, seguindo, assim, medidas de prevenção indicadas pelo Ministério da Saúde.

Para a realização do estudo, foram seguidas as orientações: utilização de máscara de proteção, higienização frequente das mãos com água e sabão ou álcool em gel (principalmente após o contato com os participantes); evitou-se o contato com mucosas de nariz, boca e olhos e, por fim, os equipamentos e mãos foram higienizados após o contato com cada participante (BRASIL, 2020). Todos os cuidados foram tomados para garantir a integralidade da saúde dos participantes, dos pesquisadores e demais envolvidos.

1.3 Organização do texto

A dissertação está organizada em 4 Capítulos. No Capítulo 1, encontra-se a Introdução. No Capítulo 2, é apresentada a revisão de literatura. No Capítulo 3, está descrita a produção científica I. As considerações finais do trabalho são apresentadas no Capítulo 4.

2 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 *Envelhecimento Populacional*

A população mundial vem passando por um aumento significativo da população de idosos. Segundo as perspectivas divulgadas pelas Nações Unidas (UNITED NATIONS, 2019), todos os 201 países ou áreas com noventa mil habitantes em 2019 estão projetados para ter um aumento na proporção de indivíduos acima dos 65 anos de idade entre os anos de 2019 e 2050. No ano de divulgação dos dados, aproximadamente 9% da população do mundo possuía mais de 65 anos de idade e, segundo a perspectiva fornecida através do relatório das nações unidas, esses valores chegarão a 13% em 2030, e a população idosa mundial será de, aproximadamente, 16% em 2050.

É visível o aumento contínuo na expectativa de vida da população; entre 1965 e 1970, a expectativa no mundo era de apenas 59 anos, e, no presente quinquênio, (2015-2020) passou para 76 anos, tendo um aumento de aproximadamente 17 anos. Em relação aos países pertencentes à América Latina e Caribe, o percentual de idosos subiu de 6% em 1964 para 11,8% em 2017 (HUENCHUAN, 2018). No Brasil, a região Sul é conhecida por apresentar a maior expectativa de vida; segundo dados divulgados pelo Departamento de Economia e Estatística do Estado do Rio Grande do Sul, a expectativa de vida ao nascer no estado chegou aos 77,45 anos em 2020 (RIO GRANDE DO SUL, 2022a).

Embora o processo de envelhecimento humano não se distribua de forma equitativa entre os países, visto que a progressão da idade sofre influência de fatores socioeconômicos, o aumento da expectativa de vida passou a ser observado também em países mais pobres (VERAS; OLIVEIRA, 2018). Associadamente ao aumento na expectativa de vida, é identificado que, desde o início do século XXI, as taxas de fecundidade e natalidade vêm caindo significativamente, gerando mudanças no perfil demográfico populacional (MONTES et al., 2020).

Fisiologicamente, o processo de envelhecimento é caracterizado por diversas características e alterações genéticas e bioquímicas como: dano genômico e redução de telômero, alterações epigenéticas, desregulação da protease e detecção de nutrientes, disfunção das mitocôndrias, colapso do pool de células-tronco, comunicação intracelular alterada e a senescência celular (SCHMEER et al., 2019).

Devido às alterações fisiológicas que ocorrem como consequência do processo de envelhecimento, o indivíduo idoso pode desenvolver diversas limitações funcionais, comprometendo a sua qualidade de vida (GALLOZA; CASTILLO; MICHEO, 2017) e aumentando o risco de desenvolvimento de resultados adversos, incluindo hospitalização, institucionalização permanente, utilização de recursos de saúde e sociais e a morte (ANGULO et al., 2020; MCPHEE et al., 2016).

De acordo com a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNS) de 2019 (BRASIL, 2019a), 9,5% (ou 3,3 milhões) das pessoas com 60 anos ou mais no Brasil apresentam limitações funcionais para realizar suas atividades diárias, como comer, tomar banho, ir ao banheiro, vestir-se, andar dentro de casa e se deitar ou se levantar da cama sozinho. As grandes regiões do país apresentam resultados semelhantes à média nacional, e a proporção de mulheres (10,6%) com limitações é maior do que a dos homens (8,2%). A idade também afeta a proporção de pessoas com limitações, aumentando de 5,3% para pessoas com 60 a 64 anos para 18,5% para pessoas com 75 anos ou mais (BRASIL, 2021a).

Embora o aumento da expectativa de vida seja considerado um dos maiores feitos da humanidade, esse fato torna-se um grande desafio, assim, é necessário agregar saúde e qualidade de vida aos anos adicionais (VERAS; OLIVEIRA, 2018). A saúde é resultado da interação entre predisposição genética, influências sociocomportamentais-ambientais e acesso aos cuidados de saúde. Dessa forma, circunstâncias comportamentais e sociais possuem grande influência para a morte prematura (FRIEDMAN, 2020).

O processo de envelhecimento possui características heterogêneas, devido a grandes variações nas experiências vividas nos domínios do funcionamento físico, social e psicológico dos indivíduos, sendo necessário dedicação à promoção de saúde ao longo da vida nesses domínios (COSCO; HOWSE; BRAYNE, 2017). O conceito de envelhecimento bem-sucedido promoveu uma modificação no enfoque do envelhecimento, anteriormente visto como sinônimo de doença e atualmente como a possibilidade de um funcionamento satisfatório e sem incapacidades para essa população (RINALDI et al., 2018).

Vale ainda ressaltar que, para a garantia de uma experiência positiva no processo de envelhecimento bem-sucedido, é fundamental a adoção de ações e hábitos de forma precoce, ao longo do ciclo da vida, como participar ativamente na sociedade, ter relações interpessoais além do cuidado com a saúde física. Tais cuidados são fundamentais para a manutenção da saúde física, mental e funções cognitivas normais (CHI; WU; LIU, 2021).

Manter a capacidade física e cognitiva, prevenir o surgimento de doenças e reduzir o risco de quedas são desafios significativos para muitas pessoas na idade avançada. Ações de estímulo para a prática de AF possuem capacidade protetiva e são capazes de aumentar a expectativa de vida mantendo uma boa qualidade de vida (QV) (CUNNINGHAM et al., 2020). Os benefícios da AF começam imediatamente após sua prática, sendo eles, independentes do sexo, raça e etnia, e, quando realizada a longo prazo, trazem mais benefícios consistentes (PIERCY et al., 2018).

2.2 *Nível de atividade física (AF)*

Em relação à AF e ao exercício físico, é importante apresentar os conceitos: AF é determinada por qualquer movimento do corpo produzido pelo músculo que tenha dispêndio energético; e, o exercício é categorizado pela AF planejada, estruturada e repetitiva com objetivo de melhorar ou manter a capacidade física individual (BILLINGER et al., 2014).

A AF também pode ser considerada um comportamento conhecido pela execução de movimentos voluntários pelo corpo que possuem gasto energético superior aos níveis de repouso. Devido à ampla variedade de atividades incluídas nesse conceito, foram determinados domínios com a função de realizar uma melhor contextualização das mesmas. Dentre os domínios utilizados para a descrição das atividades físicas estão: “Domínio do tempo livre”, “Domínio do deslocamento”, “Domínio do trabalho ou estudo” e “Domínio das tarefas domésticas” (BENEDETTI et al., 2021).

Dessa forma, podemos incluir, no campo de AF, diversas atividades como: caminhada ou ciclismo, dança, jardinagem, trabalho doméstico, esporte ou exercício (DEPARTMENT OF HEALTH AND CHILDREN; HEALTH SERVICE EXECUTIVE, 2009). Podem-se considerar indivíduos fisicamente ativos aqueles que realizam AF por, pelo menos, 150 minutos semanais (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2018).

A prática de AF em idosos pode variar de acordo com características sociodemográficas e de saúde, além de possuir relação direta com o ambiente rural ou urbano em que o idoso habita (HERNÁNDEZ-CARRILLO; QUIROZ-MORA; BETANCOURT-PENA, 2021). Além disso, os dados também evidenciam a redução dessa prática de AF com o aumento da idade (BRASIL et al., 2021).

Sabe-se que tanto a AF quanto o exercício físico possuem grande capacidade de reduzir o risco de óbitos associados às DCNTs (REZENDE et al., 2019; TOEBES et al., 2020) e exercem medida de prevenção ao risco de quedas, oferecendo maior segurança e estabilidade postural, enriquecendo as funções físicas e mentais e aumentando a autonomia de vida (BILLOT et al., 2020; HERNÁNDEZ-CARRILLO; QUIROZ-MORA; BETANCOURT-PENA, 2021). Além disso, a nível multissistêmico, a AF é capaz de auxiliar na prevenção de atrofia muscular, na manutenção da independência funcional, na redução da pressão arterial e na melhora de diversas funções cardiovasculares, assim como, na melhora a função respiratória, na taxa metabólica, dentre outras (REBELO-MARQUES et al., 2018).

A avaliação e monitoramento do nível de AF é fundamental, uma vez que se observa o crescimento da população idosa no Brasil com elevada prevalência de hábitos sedentários e presença de doenças associadas a esse estilo de vida. Além disso, os dados nacionais também evidenciam a redução dessa prática de AF com o aumento da idade (BRASIL et al., 2021). O conhecimento do perfil de AF possibilita a elaboração de estratégias, ações e orientações aos idosos para que busquem atingir os critérios recomendáveis (MAZO; BENEDETTI, 2010).

Uma meta-análise com objetivo de avaliar a AF e o envelhecimento bem-sucedido entre adultos de meia-idade e idosos identificou que os benefícios avaliados foram maiores em indivíduos mais novos, demonstrando que ser fisicamente ativo na juventude traz benefícios para o envelhecimento. Além disso, o estudo também demonstrou a capacidade da AF na prevenção de DCNT e sarcopenia (REZENDE et al., 2019).

Embora a AF tenha capacidade de melhorar a qualidade de vida (QV) do idoso, apenas 16% das pessoas com idade maior que 65 anos atingem a recomendação de 2,5 horas de atividade moderada semanal (WEBSTER; ANTONUCCI; ALEXANDER, 2019). Além dessa baixa prevalência de AF, destaca-se que 33% a 50% dos indivíduos acima dos 65 anos possuem redução da mobilidade, gerando dificuldade de caminhar ou subir escadas. Esse quadro pode levar à perda de força muscular, conhecida como sarcopenia, um distúrbio muscular que aumenta a probabilidade de quedas, fraturas, deficiência física e mortalidade (BILLOT et al., 2020).

Em relação ao local de residência, estudo realizado no município de Palmas, no Paraná, avaliou o nível de AF de 497 habitantes de áreas urbanas (n=358) e rurais (n=139). Conforme o estudo, foi identificado que 66,9% dos idosos das áreas rurais eram fisicamente ativos, enquanto a maior parte dos indivíduos (51,7%) das áreas urbanas eram insuficientemente ativos ou sedentários (RIBEIRO; FERRETTI; SÁ, 2017).

Ainda sobre a área de residência, estudo realizado em Pelotas, no Rio Grande do Sul, investigou 1447 indivíduos de 24 setores censitários da zona

rural do município. A prevalência de indivíduos fisicamente ativos foi de 83,7%, sendo 74,9% no trabalho, 25,2% no deslocamento e 15,1% no lazer. Ainda, segundo os autores, a alta prevalência de AF encontrada pode estar relacionada às características das atividades rurais como o trabalho braçal e com movimentos mais intensos (MARTINS; SILVA; HALLAL, 2018).

Estudos em outras regiões do país também investigaram a prevalência de AF em áreas urbanas e rurais. Em Pernambuco, estudo com 6234 adolescentes entre 14 e 19 anos que viviam na área urbana (74,5%) e rural (25,5%) constatou que os residentes da área rural apresentavam maiores níveis de AF. Também, foi verificado que o nível aumentado de inatividade física entre os que habitavam a área rural estava entre os que não trabalhavam (REGIS et al., 2016). Dessa forma, sugere-se que a característica de maior prevalência de AF na zona rural é observada desde a adolescência.

No que diz respeito ao conceito de comportamento sedentário, trata-se de atividades realizadas quando o indivíduo está acordado sentado, reclinado ou deitado e com pouco gasto energético. Faz parte do comportamento sedentário, por exemplo, o indivíduo que se encontra em uma das posições citadas fazendo utilização de celular, computador, tablet, videogame, assistindo à televisão, jogando cartas, dentre outras (BENEDETTI et al., 2021).

Estudo realizado nos Estados Unidos, com objetivo de avaliar o sedentarismo (n=1687) em indivíduos com idade superior a 65 anos de idade, identificou que os avaliados passavam uma média de 50,8 horas semanais (h/s) em atividades consideradas sedentárias. Dentre as mais citadas estavam: assistir à televisão (16,2 h/s), conversar sentado (9,3 h/s) e exercendo hobbies (8,4 h/s) (RUSSELL; CHASE, 2019).

Um estudo transversal realizado com 200 idosos de ambos os sexos, divididos em dois grupos, em que o primeiro era envolvido em AF e o segundo não, identificou que o grupo ativo apresentou maior QV e teve como benefício a proteção contra ansiedade e depressão (DE OLIVEIRA et al., 2019). O resultado pode estar relacionado ao fato de que a prática regular de AF pode ter efeito

positivo no humor e no afeto, tendo efeitos benéficos sobre sintomas depressivos, promovendo suporte social ou resiliência (CARRIEDO et al., 2020).

Segundo Dallmeyer, Wicker e Breuer (2020), devido aos benefícios na QV, a AF poderia ajudar a reduzir os custos em saúde. Contudo, a prática de AF é desigual entre as classes econômicas e níveis de escolaridade, sendo menor entre indivíduos de baixa renda e de baixa escolaridade, o que contribui para o baixo conhecimento acerca dos benefícios da prática e sobre os equipamentos e as áreas para a realização dos exercícios (WEBSTER; ANTONUCCI; ALEXANDER, 2019). Uma pesquisa publicada por Russell e Chase (2019) menciona que comportamentos sedentários também possuem relação com a idade, etnia e educação.

Devido ao aumento da conscientização sobre a importância da AF para a saúde, recentemente foram implementados planos de ação globais, como o *Global Action Plan on Physical Activity (GAPPA)* da OMS (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022), com o objetivo de estimular a prática de AF em todo o mundo. No Brasil, o Programa Academia da Saúde foi criado em 2011 para promover hábitos de vida saudáveis, envolvendo profissionais de diversas áreas, como Educação Física, Fisioterapia, Nutrição e Psicologia (BRASIL, 2022).

2.3 Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT)

Segundo o Centers for Disease Control and Prevention (2022), doenças crônicas são condições que duram mais de 1(um) ano, requerendo atenção médica contínua, ou que possam limitar as atividades de vida diária, ou ambas. As DCNTs incluem doença cardiovascular, diabetes, câncer, doenças crônicas pulmonares entre outras e apresentam relação direta com o avanço da idade, gerando atenção substancial no campo da pesquisa (JIANG; ZHU; QIN, 2020; LICHER et al., 2019).

Fatores genéticos e outros Determinantes Sociais de Saúde (DSS), antes ignorados ou considerados como influências distantes ou secundárias, geralmente coexistem e interagem entre si e possuem a capacidade de promover

um aumento ou redução na prevalência de DCNT. Dentre os DSS, podemos destacar o estilo de vida, a renda, o trabalho e a ocupação, a região de habitação, a poluição ambiental, as políticas governamentais, o desemprego, a religião, dentre outros (AIRHIHENUWA et al., 2021; COCKERHAM; HAMBY; OATES, 2017).

Atualmente, as DCNTs representam as principais causas de enfermidades e óbitos no mundo. O crescimento do número de indivíduos portadores desse tipo de doença está relacionado a diversos fatores como: aumento da expectativa de vida, mudanças nos hábitos e estilo de vida como consequência da urbanização e industrialização, fatores socioeconômicos e acesso aos serviços de saúde (CARVALHO et al., 2021; SIMÕES et al., 2021).

No Brasil, segundo dados do Ministério da Saúde, 54,7% dos óbitos registrados no país foram causados por DCNT, totalizando, no ano de 2019, um total de 1,8 milhão de internações no Sistema Único de Saúde (SUS) e 8,8 bilhões de reais em gastos com internações. Os dados encontrados também demonstram que as doenças do aparelho circulatório são a principal causa de óbito por DCNT entre indivíduos acima dos 50 anos e a segunda maior em indivíduos de 30 a 49 anos. Dessa forma, atitudes que busquem impactar na redução da mortalidade por essas causas são fundamentais no processo de envelhecimento (BRASIL et al., 2021).

O custo para o tratamento das DCNTs é elevado a ponto de causar impacto fiscal ao país e deve ser amplamente discutido, principalmente pelo fato de que muitas dessas doenças, como por exemplo as doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral (AVC), diabetes tipo 2, obesidade, doença pulmonar crônica e muitos tipos de câncer serem evitáveis através da adoção de hábitos saudáveis (GREENBERG; PI-SUNYER, 2019).

A distribuição das DCNTs não é homogênea entre as diferentes regiões do país e áreas de residência, observando-se uma variação entre as taxas de mortalidade ajustada por idade. Essas alterações são decorrentes de hábitos de vida em cada região de habitação, onde, por exemplo, doenças cardíacas, AVC

e doenças respiratórias crônicas devido ao tabagismo são mais comumente encontradas em habitantes de zona rural (GARCIA et al., 2017).

A prevalência de DCNTs apresenta diferenças significativas entre habitantes de zonas urbanas e rurais em muitos países desenvolvidos. Fatores como a distância dos serviços de saúde e o acesso limitado a médicos de cuidados primários e especializados intuitivamente associam-se a essas desigualdades. No entanto, uma revisão integrativa realizada em habitantes de zonas urbanas e rurais nos Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, Nova Zelândia e Austrália revelou que a literatura sobre DCNT é predominantemente descritiva, com pouca ênfase na mortalidade e comparação entre populações urbanas e rurais. A falta de atenção a tais fatores é preocupante, pois eles são essenciais para o desenvolvimento de estratégias eficazes de controle e tratamento dessas doenças, especialmente considerando a importância do acesso à assistência médica na prevenção e gerenciamento de DCNT (DISLER; GLENISTER; WRIGHT, 2020).

Diante desse cenário, a WHO (2012) desenvolveu recomendações com objetivo de estimular a mudança do estilo de vida dos idosos melhorando a QV e reduzindo o número de internações (BIELEMANN; KNUTH; HALLAL, 2010).

Na Saúde Pública, a vigilância e monitoramento das DCNTs e seus fatores de risco são fundamentais para o enfrentamento dessas condições e possuem o objetivo de fornecer suporte ao planejamento, à execução e à avaliação das ações de prevenção e controle (BRASIL, 2019b). Vale salientar que hábitos de risco para o desenvolvimento das DCNTs podem surgir na juventude, por isso o monitoramento e a identificação de DCNT, assim como os fatores de risco nessa população, podem contribuir com a redução da taxa de mortalidade por meio da elaboração de planos estratégicos preventivos (SOUSA; PEREIRA, 2018).

Aproximadamente 40% das DCNTs possuem relação com comportamentos que podem ser modificados como-exemplo, o tabagismo, as dietas não saudáveis, o uso prejudicial de álcool e o sedentarismo (TOEBES et al., 2020), sendo a inatividade física responsável por 3,2 milhões de mortes e

pelo aumento de 20 a 30% de todas as causas de morte no mundo (SIMÕES et al., 2021).

Embora se saiba que a inatividade física aumenta o risco de desenvolvimento de DCNT (REZENDE et al., 2019), durante a pandemia de COVID-19 e suas medidas de distanciamento social, houve uma mudança significativa no estilo de vida das pessoas (BRASIL, 2021b).

Um estudo transversal com intuito de avaliar a presença de DCNT e a prática de AF identificou que houve uma redução de 60% e 58% na prática de AF entre os indivíduos sem DCNT e com DCNT, respectivamente, após o início da pandemia. Além da redução na prática de AF, percebeu-se, também, um aumento significativo de mais de 302% e 196,5% no uso de televisão por mais de 4 horas/dia entre os indivíduos sem DCNT e com DCNT, respectivamente (MALTA et al., 2021).

A prática regular de AF é de suma importância para prevenção e tratamento de DCNT. Nesse contexto, cabe aos municípios desenvolver estratégias de sensibilização da população, inclusive a idosa, para a prática regular de exercício físico com a finalidade de obter uma melhor QV para essa população e reduzir gastos em saúde pública.

3 PRODUÇÃO CIENTÍFICA I

Capítulo omitido por questões de originalidade de produção científica.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo avaliar o nível de AF e fatores associados em idosos da comunidade de um município do interior do RS. Apesar de a maior parte dos idosos conseguirem atender às recomendações de prática de AF, foi identificado que fatores como idade menor, habitação em zona rural e não possuir DCNT possuem influência na realização de atividades físicas.

Também foi demonstrado que a aplicação do IPAQ adaptado para idosos é um instrumento de baixo custo, não invasivo, para avaliar o nível de AF nessa população. No entanto, importa ressaltar que, devido à dificuldade de os idosos se recordarem das atividades semanais, é necessário que os entrevistadores sejam treinados para a aplicação da ferramenta.

Identificar os fatores associados à prática de AF é de extrema importância para a área nutrição esportiva, especialmente no atendimento a pessoas com mais de 60 anos. Tanto a alimentação quanto a AF são fatores modificáveis capazes de promover a saúde e QV, sendo pilares fundamentais para o bem-estar em todas as fases da vida. Compreender os fatores que limitam a prática de AF nessa faixa etária permite aos profissionais que atuam nessa área elaborarem condutas mais eficazes e encaminhamentos mais precisos, favorecendo a adesão à AF e contribuindo para a melhoria da QV e do bem-estar do paciente.

Os resultados deste estudo podem contribuir significativamente para o planejamento e a programação em saúde, especialmente em municípios com características semelhantes às de Coxilha. Além disso, os achados deste estudo podem subsidiar a atuação dos profissionais da saúde, como nutricionistas, médicos, profissionais da educação física e outros, no sentido de desenvolver ações e estratégias que promovam a AF na população idosa.

REFERÊNCIAS

AIRHIHENUWA, C. O. et al. Global Perspectives on Improving Chronic Disease Prevention and Management in Diverse Settings. **Preventing Chronic Disease**, v. 18, p. 210055, 8 abr. 2021.

ANGULO, J. et al. Physical activity and exercise: Strategies to manage frailty. **Redox Biology**, v. 35, p. 101513, ago. 2020.

BARBOSA, R. DA C.; SOUSA, A. L. L. Associação da autopercepção da qualidade de vida e saúde, prática de atividade física e desempenho funcional entre idosos no interior do Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 24, n. 4, p. 1–12, 2021.

BENEDETTI, T. R. B. et al. Validade e clareza dos conceitos e terminologias do Guia de Atividade Física para a População Brasileira. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 26, n. 1, p. 1–11, 21 jul. 2021.

BERTOLDO BENEDETTI, T. R. et al. Reprodutibilidade e validade do Questionário Internacional de Atividade Física (IPAQ) em homens idosos. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 13, n. 1, p. 11–16, 2007.

BIELEMANN, R. M.; KNUTH, A.; HALLAL, P. Physical activity and cost savings for chronic diseases to the Sistema Único de Saúde. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 15, n. 1, p. 9–14, 2010.

BILLINGER, S. A. et al. Physical Activity and Exercise Recommendations for Stroke Survivors. **Stroke**, v. 45, n. 8, p. 2532–2553, ago. 2014.

BILLOT, M. et al. Preserving Mobility in Older Adults with Physical Frailty and Sarcopenia: Opportunities, Challenges, and Recommendations for Physical Activity Interventions. **Clinical Interventions in Aging**, v. Volume 15, p. 1675–1690, set. 2020.

BRASIL. **A prática de esporte no Brasil**. Disponível em: <<http://arquivo.esporte.gov.br/diesporte/>>. Acesso em: 20 fev. 2023.

BRASIL. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: Características gerais dos domicílios e dos moradores 2019**. Brasília: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2019a.

BRASIL. Panorama da vigilância de doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2018. **Boletim Epidemiológico nº 50**, v. 50, n. 40, p. 1–9, 2019b.

BRASIL. **DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO. LEI Nº 13.979, DE 6 DE FEVEREIRO DE 2020.** Brasília: [s.n.]. Disponível em: <<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/lei-n-13.979-de-6-de-fevereiro-de-2020-242078735>>. Acesso em: 17 fev. 2023.

BRASIL et al. **Guia de Atividade Física para a População Brasileira.** Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. **Pesquisa Nacional de Saúde 2019: Ciclos de Vida.** Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2021a.

BRASIL. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030.** Brasília: Ministério da Saúde, 2021b. v. 1

BRASIL. **Monitoramento do Programa Academia da Saúde: Ciclo 2019.** Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

CARDOSO, L. S. DE M. et al. Premature mortality due to non-communicable diseases in Brazilian municipalities estimated for the three-year periods of 2010 to 2012 and 2015 to 2017. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, n. suppl 1, 2021.

CARRIEDO, A. et al. COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults During the Nationwide Lockdown in Spain. **The American Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 28, n. 11, p. 1146–1155, nov. 2020.

CARVALHO, Q. H. DE et al. Distribution of indicators for chronic non-communicable diseases in adult women beneficiaries and non-beneficiaries of the Bolsa Família Program — Vigitel 2016–2019. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, n. suppl 1, p. 1–15, 2021.

CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. **About Chronic Diseases.** Disponível em: <<https://www.cdc.gov/chronicdisease/about/index.htm>>. Acesso em: 17 fev. 2023.

CHI, Y.-C.; WU, C.-L.; LIU, H.-T. Effect of a multi-disciplinary active aging intervention among community elders. **Medicine**, v. 100, n. 51, p. e28314, 23 dez. 2021.

CLEVEN, L. et al. The association between physical activity with incident obesity, coronary heart disease, diabetes and hypertension in adults: a systematic review of longitudinal studies published after 2012. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, p. 726, 19 dez. 2020.

COCKERHAM, W. C.; HAMBY, B. W.; OATES, G. R. The Social Determinants of Chronic Disease. **American Journal of Preventive Medicine**, v. 52, n. 1, p. S5–S12, jan. 2017.

COSCO, T. D.; HOWSE, K.; BRAYNE, C. Healthy ageing, resilience and wellbeing. **Epidemiology and Psychiatric Sciences**, v. 26, n. 6, p. 579–583, 6 dez. 2017.

CUNNINGHAM, C. et al. Consequences of physical inactivity in older adults: A systematic review of reviews and meta-analyses. **Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports**, v. 30, n. 5, p. 816–827, maio 2020.

DALLMEYER, S.; WICKER, P.; BREUER, C. The relationship between physical activity and out-of-pocket health care costs of the elderly in Europe. **European Journal of Public Health**, v. 30, n. 4, p. 628–632, 1 ago. 2020.

DE OLIVEIRA, L. DA S. S. C. B. et al. The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, v. 41, n. 1, p. 36–42, mar. 2019.

DEPARTMENT OF HEALTH AND CHILDREN; HEALTH SERVICE EXECUTIVE. **The National Guidelines on Physical Activity for Ireland**. 1. ed. Ireland: Department of Health and Children, 2009.

DISLER, R.; GLENISTER, K.; WRIGHT, J. Rural chronic disease research patterns in the United Kingdom, United States, Canada, Australia and New Zealand: a systematic integrative review. **BMC Public Health**, v. 20, n. 1, p. 770, 24 dez. 2020.

FRIEDMAN, S. M. Lifestyle (Medicine) and Healthy Aging. **Clinics in Geriatric Medicine**, v. 36, n. 4, p. 645–653, nov. 2020.

GALLOZA, J.; CASTILLO, B.; MICHEO, W. Benefits of Exercise in the Older Population. **Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America**, v. 28, n. 4, p. 659–669, nov. 2017.

GARCIA, M. C. et al. Reducing Potentially Excess Deaths from the Five Leading Causes of Death in the Rural United States. **MMWR. Surveillance Summaries**, v. 66, n. 2, p. 1–7, 13 jan. 2017.

GREENBERG, H.; PI-SUNYER, F. X. Preventing preventable chronic disease: An essential goal. **Progress in Cardiovascular Diseases**, v. 62, n. 4, p. 303–305, jul. 2019.

HAYES, P. et al. Physical Activity and Hypertension. **Reviews in Cardiovascular Medicine**, v. 23, n. 9, p. 302, 5 set. 2022.

HERNÁNDEZ-CARRILLO, M.; QUIROZ-MORA, C. A.; BETANCOURT-PENA, J. Actividad física, aspectos sociodemográficos, familiares, hábitos saludables y atención en salud de adultos mayores. **Universidad y Salud**, v. 23, n. 3, p. 263–271, 31 ago. 2021.

HUENCHUAN, S. **Envejecimiento, personas mayores y Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible: Perspectiva regional y de derechos humanos**. Santiago: Naciones Unidas, 2018. v. 1

JIANG, C.; ZHU, F.; QIN, T. Relationships between Chronic Diseases and Depression among Middle-aged and Elderly People in China: A Prospective

Study from CHARLS. **Current Medical Science**, v. 40, n. 5, p. 858–870, 29 out. 2020.

LICHER, S. et al. Lifetime risk and multimorbidity of non-communicable diseases and disease-free life expectancy in the general population: A population-based cohort study. **PLOS Medicine**, v. 16, n. 2, p. e1002741, 4 fev. 2019.

LIMA, A. P. DE et al. Factors linked to the practice of physical activity among the elderly in the southern Brazil. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v. 25, n. 3, p. 216–219, jun. 2019.

LIN, Y.-H. et al. Physical activity and successful aging among middle-aged and older adults: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. **Aging**, v. 12, n. 9, p. 7704–7716, 29 abr. 2020.

MALTA, D. C. et al. Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 24, n. 1, p. 1–15, 2021.

MARTINS, R. C.; SILVA, I. C. M. DA; HALLAL, P. C. Physical activity in the rural population of Pelotas, Brazil: prevalence and associated factors. **Revista de Saúde Pública**, v. 52, p. 9s, 2018.

MAZO, G. Z.; BENEDETTI, T. R. B. Adaptação do questionário internacional de atividade física para idosos. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, v. 12, n. 6, p. 480–484, 2010.

MCPHEE, J. S. et al. Physical activity in older age: perspectives for healthy ageing and frailty. **Biogerontology**, v. 17, n. 3, p. 567–580, 2 jun. 2016.

MONTES, M. C. et al. Strength and multimorbidity among community-dwelling elderly from southern Brazil. **Nutrition**, v. 71, n. 1, p. 110636, 2020.

PELLETIER, C. et al. Physical activity promotion in rural health care settings: A rapid realist review. **Preventive Medicine Reports**, v. 29, p. 101905, out. 2022.

PIERCY, K. L. et al. The Physical Activity Guidelines for Americans. **JAMA**, v. 320, n. 19, p. 2020–2028, 20 nov. 2018.

REBELO-MARQUES, A. et al. Aging Hallmarks: The Benefits of Physical Exercise. **Frontiers in Endocrinology**, v. 9, n. 258, p. 1–15, 25 maio 2018.

REGIS, M. F. et al. Urban versus rural lifestyle in adolescents: associations between environment, physical activity levels and sedentary behavior. **Einstein (São Paulo)**, v. 14, n. 4, p. 461–467, dez. 2016.

REZENDE, L. F. M. DE et al. Physical activity and preventable premature deaths from non-communicable diseases in Brazil. **Journal of Public Health**, v. 41, n. 3, p. e253–e260, 30 set. 2019.

RIBEIRO, C. G.; FERRETTI, F.; SÁ, C. A. DE. Quality of life based on level of physical activity among elderly residents of urban and rural areas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 3, p. 330–339, maio 2017.

RINALDI, J. et al. Sixteen-year predictors of successful aging from a Southern Brazilian cohort The PALA study. **Dementia & Neuropsychologia**, v. 12, n. 3, p. 228–234, set. 2018.

RIO GRANDE DO SUL. **Nota Técnica nº 60. Indicadores de mortalidade para o Rio Grande do Sul e seus Conselhos Regionais de Desenvolvimento (Coredes) — 2010-20.** Disponível em: <<https://estado.rs.gov.br/upload/arquivos/nt-dee-60-indicadores-de-mortalidade-2022-07-26.pdf>>. Acesso em: 17 fev. 2023a.

RIO GRANDE DO SUL. **Expectativa de vida dos gaúchos chega a 77,45 anos.** Disponível em: <<https://estado.rs.gov.br/expectativa-de-vida-dos-gauchos-chega-a-77-45-anos>>. Acesso em: 17 fev. 2023b.

RUSSELL, D.; CHASE, J.-A. D. The Social Context of Sedentary Behaviors and Their Relationships With Health in Later Life. **Journal of Aging and Physical Activity**, v. 27, n. 6, p. 797–806, 1 dez. 2019.

SCHMEER, C. et al. Dissecting Aging and Senescence—Current Concepts and Open Lessons. **Cells**, v. 8, n. 11, p. 1446, 15 nov. 2019.

SILVA, P. S. C. DA; BOING, A. F. Fatores associados à prática de atividade física no lazer: análise dos brasileiros com doenças crônicas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 11, p. 5727–5738, 2021.

SIMÕES, T. C. et al. Prevalências de doenças crônicas e acesso aos serviços de saúde no Brasil: evidências de três inquéritos domiciliares. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 9, p. 3991–4006, set. 2021.

SOUSA, D. S. DE; PEREIRA, R. P. Perfil dos fatores de risco para doenças crônicas não-transmissíveis em escolares da zona urbana e rural. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, v. 12, n. 72, p. 38–45, 2018.

THOMAS, E. et al. Physical activity programs for balance and fall prevention in elderly. **Medicine**, v. 98, n. 27, p. e16218, jul. 2019.

TOEBES, B. et al. A renewed call for transdisciplinary action on NCDs. **BMC International Health and Human Rights**, v. 20, n. 1, p. 22, 28 dez. 2020.

UNITED NATIONS. **World Population Prospects 2019: Highlights.** Geneva: United Nations, 2019.

UNITED NATIONS. **World population ageing 2020 Highlights: living arrangements of older persons.** Geneva: United Nations, 2020.

VAN DER WARDT, V.; DI LORITO, C.; VINIOL, A. Promoting physical activity in primary care: a systematic review and meta-analysis. **British Journal of General Practice**, v. 71, n. 706, p. e399–e405, maio 2021.

VERAS, R. P.; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 6, p. 1929–1936, 2018.

WEBSTER, N. J.; ANTONUCCI, T. C.; ALEXANDER, N. B. Social Networks and Physical Activity in Senior Housing: A Pilot Feasibility Study. **Ethnicity & Disease**, v. 29, n. Suppl 1, p. 201–208, 21 fev. 2019.

WENDT, A. et al. Rural-urban differences in physical activity and TV-viewing in Brazil. **Rural and Remote Health**, v. 22, n. 1, p. 6937, 15 mar. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Good health adds life to years: Global brief for World Health Day 2012**. Geneva: World Health Organization, 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global action plan on physical activity 2018–2030: more active people for a healthier world**. Geneva: World Health Organization, 2018.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour**. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>>. Acesso em: 20 fev. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global status report on physical activity 2022**. Geneva: World Health Organization, 2022.

YUSUF, S. et al. Modifiable risk factors, cardiovascular disease, and mortality in 155 722 individuals from 21 high-income, middle-income, and low-income countries (PURE): a prospective cohort study. **The Lancet**, v. 395, n. 10226, p. 795–808, mar. 2020.

APÊNDICES

Apêndice A. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar da pesquisa "Censo das condições de vida e saúde dos idosos no município de Coxilha-RS", de responsabilidade da pesquisadora Profª Drª Ana Luisa Sant'Anna Alves, professora da Universidade de Passo Fundo. Também são autores desse estudo a Profª Drª Marlene Doring, Profª Drª Marilene Rodrigues Portella e a enfermeira Ms. Andréia Mascarelo.

Este estudo busca conhecer as condições de vida e da saúde dos idosos residentes no município de Coxilha no Rio Grande do Sul. Os resultados do estudo poderão contribuir para a organização e reorganização das equipes de Estratégia de Saúde da Família do município e do serviço de saúde como um todo.

A sua participação na pesquisa acontecerá em um único momento, com duração aproximada de uma hora. Será realizada entrevista com aplicação de questionário sobre dados demográficos, socioeconômicos, condições clínicas e autonomia. Ressalta-se que você não terá nenhum custo ao participar.

Se você se sentir desconfortável ao responder o questionário pode cancelar a sua participação ou interromper e continuar em outro momento. Se for identificado algum sinal de desconforto psicológico da sua participação na pesquisa, a pesquisadora compromete-se em orientá-lo (a) e encaminhá-lo (a) para os profissionais especializados na área. Os dados coletados não serão divulgados separadamente e sua identificação não será divulgada em nenhum momento. As suas informações coletadas serão digitadas e posteriormente serão destruídas.

Você terá a garantia de receber esclarecimentos sobre qualquer dúvida relacionada à pesquisa e poderá ter acesso aos seus dados em qualquer etapa do estudo. Sua participação nessa pesquisa não é obrigatória e você pode desistir a qualquer momento, retirando seu consentimento. Em relação ao direito a indenização, caso você sofra qualquer tipo de dano em virtude da pesquisa você tem a garantia de buscar indenização.

Caso você tenha dúvidas sobre o comportamento dos pesquisadores ou sobre as mudanças ocorridas na pesquisa que não constam no TCLE, e caso se considera prejudicado(a) na sua dignidade e autonomia, você pode entrar em contato com a pesquisadora responsável, Profª Drª Ana Luisa Sant'Anna Alves, pelo telefone (54) 99124-7005 ou pode consultar o Comitê de Ética em Pesquisa da UPF, pelo telefone (54) 3316-8157, no horário das 08h às 12h e das 13h30min às 17h30min, de segunda a sexta-feira.

Dessa forma, se você concorda em participar da pesquisa como consta nas explicações e orientações acima, assine no local indicado. Desde já, agradecemos a sua colaboração e solicitamos a sua disponibilidade em participar.

Passo Fundo, ____ de _____ de 2021.

Participante do Estudo

Profª Drª Ana Luisa Sant'Anna Alves
Responsável pelo estudo

Apêndice B. Instrumento de Coleta de Dados – Censo das condições de vida e saúde dos idosos no município de Coxilha-RS/2021



Conhecimento é a nossa natureza

► Mestrado e Doutorado em
**Envelhecimento
Humano**

Censo das condições de vida e saúde dos idosos no município de Coxilha-RS/2021

Instrumento de coleta de dados



PPGEH

Programa de Pós-Graduação
em Envelhecimento Humano

Faculdade de Educação Física e Fisioterapia - FEFF



Censo das condições de vida e saúde dos idosos no município de Coxilha-RS/2021

DECLARAÇÃO VOLUNTÁRIA

Antes de começar, gostaria de assegurar-lhe que esta entrevista é completamente voluntária e confidencial. Se houver alguma pergunta que o senhor (a) não deseja responder, simplesmente me avise e seguiremos para a próxima pergunta.

Número do questionário:	
Horário do início:	
Micro-Área	
Endereço:	
Nome completo do (a) entrevistado (a):	
Data da entrevista: dia mês ano 2021	
Nome do (a) entrevistador(a):	
Situação:	
Resultado:	
Observações:	
Nome do(a) informante substituto(a) ou auxiliar:	
Parentesco com o(a) entrevistado(a):	

Tempo de conhecimento caso não seja familiar:	
<u>A.1</u> Em que dia, mês e ano o (a) senhor (a) nasceu? Dia Mês Ano	<u>A.1</u> _____
<u>A.2</u> Quantos anos completos o (a) senhor (a) tem? Idade anos	<u>A.2</u> _____
<u>A.3</u> Sexo: (1) Masculino (2) Feminino	<u>A.3</u> _____
<u>A.4</u> Qual destas opções o(a) descreve melhor? (1) Branco(a) (2) Pardo (a) (combinação de branco e preto) (3) Preto(a) (4) Indígena (5) Amarelo(a) (6) Outra (88) NS (99) NR	<u>A.4</u> _____
<u>A.5</u> Em que meio o (a) senhor (a) nasceu? (1) Urbano (2) Rural (88) NS (99) NR Cidade: Estado: País:	<u>A.5</u> _____
<u>A.6</u> Em que meio o(a) senhor(a) mora atualmente? (1) Urbano (2) Rural (88) NS (99) NR	<u>A.6</u> _____
<u>A.7</u> Há quanto tempo o(a) senhor(a) mora neste local (urbano ou rural) ? (1) Menos de um ano (2) Mais de um ano e menos de cinco anos	<u>A.7</u> _____

<p>(3) Mais de cinco anos (88) NS (99) NR</p>	
<p>A.8 Atualmente o(a) senhor(a) vive sozinho(a) ou acompanhado(a)? (1) Sozinho(a) (2) Acompanhado(a) (99) NR</p>	<p><u>A.8</u></p>
<p>A.9 Em geral o(a) senhor(a) gosta de morar na companhia das pessoas com quem mora hoje (ou sozinho se for o caso)? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.9</u></p>
<p>A.10 Se o(a) senhor(a) pudesse escolher, preferiria morar com: <i>Instrução: leia as opções e anote todas as afirmativas</i> (1) Só (2) Com esposo (a) ou companheiro (a) (3) Com um ou mais filho (a) (s) casado (a) (s) (4) Com um ou mais filho (a) (s) solteiro (a) (s) (5) Com neto (a) (6) Com outro familiar (7) Com outra pessoa não familiar remunerada que o ajudava (8) Com outra pessoa não familiar não remunerada (9) Com uma empregada doméstica (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.10</u></p>
<p>A.11 Qual a principal razão pela qual o (a) senhor (a) está morando aqui neste local? (1) Estar perto de ou com o (a) filho (a) (2) Estar perto de ou com familiares ou amigos (3) Estar perto dos serviços de saúde (4) Medo da violência (5) Falecimento do (a) esposo (a) ou companheiro (a) (6) Por separação conjugal (7) Por união conjugal (8) Custo da moradia (9) Pelas condições da moradia (barreiras arquitetônicas) (10) Outro (especifique) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.11</u></p>
<p>A.12 Por que o(a) senhor(a) está morando com ou perto dos filhos(a), outros familiares ou amigos(a)? (1) Por problemas de saúde (2) Por problemas econômicos</p>	<p><u>A.12</u></p>

<p>(3) Porque se sentia só (4) Para ajudar a cuidar dos netos ou outras crianças (5) Porque pensa que os idosos devem morar com a família ou parentes (6) Porque gosta/ prefere (7) Outro (especifique) (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	
<p>A.13 Qual o seu estado marital hoje? (1) Divorciado(a)/desquitado(a) (2) Separado(a) (3) Viúvo(a) (4) Casado(a) (5) Amasiado(a) (vivendo maritalmente) (6) Solteiro(a) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.13</u></p>
<p>A.14 Há quanto tempo é divorciado(a), separado(a) ou viúvo(a)? (1) Menos de um ano (2) Mais de um ano e menos de cinco anos (3) Mais de cinco anos (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.14</u></p>
<p>A.15 Quantos filhos e filhas nascidos vivos o(a) senhor(a) teve?</p> <p>Número de filhos: (88) NS (99) NR</p> <p>A.15a Próprios:</p> <p>A.15b Enteados:</p> <p>A.15c Adotivos:</p>	<p><u>A.15</u></p> <p><u>A.15a</u></p> <p><u>A.15b</u></p> <p><u>A.15c</u></p>
<p>A.16 Quantos filhos e filhas vivos o(a) senhor(a) tem hoje?</p> <p>Número de filhos: (88) NS (99) NR</p> <p>A.16a Próprios:</p> <p>A.16b Enteados:</p> <p>A.16c Adotivos:</p>	<p><u>A.16</u></p> <p><u>A.16a</u></p> <p><u>A.16b</u></p> <p><u>A.16c</u></p>

<p><u>A.17</u> Quantas pessoas moram na mesma casa que o(a) senhor (a)? Não incluir o idoso na contagem Número de pessoas</p>	<p><u>A.17</u></p>
<p><u>A.18</u> Quem são as pessoas que moram com o(a) senhor (a)?</p> <p>(1) Mora sozinho (2) Somente com cônjuge ou companheiro (3) Cônjuge e filhos (4) Somente com filhos (5) Cônjuge, filhos, genro e/ou nora (6) Netos (7) Filhos e netos (8) Cônjuge, filhos, genro e/ou nora e netos</p> <p>(9) Outros especifique: (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.18</u></p>
<p><u>A.19</u> O(a) senhor(a) é aposentado?</p> <p>(1) Não (2) Sim, por tempo de serviço (3) Sim, por invalidez (4) Sim, por idade (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.19</u></p>
<p><u>A.20</u> Qual é o valor que o(a) senhor(a) recebe da sua aposentadoria?</p> <p>(1) Até 1 salário mínimo (2) De 1 a 2 salários mínimos (3) De 3 a 5 salários mínimos (4) Acima de 5 salários mínimos (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.20</u></p>
<p><u>A.21</u> O(a) senhor(a) tem outra renda?</p> <p>(1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.21</u></p>
<p><u>A.22</u> Qual é sua renda mensal total?</p> <p>(1) Não possui renda (2) Até 1 salário mínimo (3) De 1 a 2 salários mínimos (4) De 3 a 5 salários mínimos (5) Acima de 5 salários mínimos (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.22</u></p>

<p>A.23 Qual é a renda total da sua família?</p> <p>(1) Não possui renda (2) Até 1 salário mínimo (3) De 1 a 2 salários mínimos (4) De 3 a 5 salários mínimos (5) Acima de 5 salários mínimos (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.23</u></p>
<p>A.24 Seus recursos financeiros atualmente são provenientes de: <i>Instrução: leia as opções e anote todas as afirmativas</i></p> <p>(1) Salário ou trabalho próprio (2) Aposentadoria e trabalho próprio (3) Pensão (4) Programas governamentais (5) Doação (familiares, amigos, instituições)</p> <p>(6) Outros (especifique) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.24</u></p>
<p>A.25 A Com relação a sua ocupação principal, o que o(a) senhor(a) fazia? Diga em 1 palavra</p>	<p><u>A.25</u></p>
<p>A.26 O(a) senhor(a) trabalha atualmente?</p> <p>(1) Sim (2) Não (88)NS (99)NR</p>	<p><u>A.26</u></p>
<p>A.27 Se trabalha atualmente, o que o(a) senhor(a) faz? Diga em 1 palavra</p> <p>(77) NSA</p>	<p><u>A.27</u></p>
<p>A.28 Diga com apenas uma palavra o motivo por que ainda trabalha:</p> <p>(77) NSA</p>	<p><u>A.28</u></p>
<p>A.29 Nos últimos seis meses, com que o(a) senhor(a) tem gasto a maioria de seu dinheiro?</p> <p>(1) Alimentação (2) Medicamentos (3) Moradia (4) Lazer (5) Outros (especifique) (88) NS</p>	<p><u>A.29</u></p>

(99) NR					
A.30 O (a) senhor (a) sabe ler ou escrever um recado? (1) Sim (2) Não (99) NR					A.30 _____
A.31 O (a) senhor (a) foi à escola? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR					A.31 _____
A.32 Quantos anos o (a) senhor (a) estudou? (1) analfabeto (2) de 1 a 3 anos (3) 4 a 7 anos (4) 8 a 11 anos (5) 12 ou mais anos (88) NS (99) NR					A.32 _____
A.33 Quais os meios de comunicação que o(a) senhor(a) utiliza?					
	Sim	Não	NS	NR	
A.33a Rádio	1	2	88	99	A.33a _____
A.33b Telefone	1	2	88	99	A.33b _____
A.33c Computador ou Internet	1	2	88	99	A.33c _____
A.33d Vizinhos	1	2	88	99	A.33d _____
A.33e Agentes de saúde	1	2	88	99	A.33e _____
A.33f Televisão	1	2	88	99	A.33f _____
A.33g Outros (especifique) _____	1	2	88	99	A.33g _____
A.34 Quais os meios de transporte que o(a) senhor(a) mais utiliza?					
	Sim	Não	NS	NR	
A.34a Automóvel	1	2	88	99	A.34a _____
A.34b Ônibus	1	2	88	99	A.34b _____
A.34c Carroça	1	2	88	99	A.34c _____
A.34d Bicicleta	1	2	88	99	A.34d _____
A.34e A pé	1	2	88	99	A.34e _____
A.34f Cavalos	1	2	88	99	A.34f _____
A.34g Caminhão	1	2	88	99	A.34g _____
A.34h Outros (especifique) _____	1	2	88	99	A.34h _____
A.35 Qual é sua religião? (1) Católica (2) Evangélica (3) Espírita					A.35 _____

<p>(4) Outra (especifique) (5) Nenhuma (88) NS (99) NR</p>	
<p>A.36 Qual a importância da religião em sua vida? (1) Importante (2) Regular (3) Nada importante (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.36</u></p>
<p>A.37 Quanto sua religião lhe dá forças para enfrentar dificuldades? (1) Completamente (2) Muito (3) Não muito (4) Nada (88) NS (99) NR</p>	<p><u>A.37</u></p>
<p>Neste estudo estamos investigando como o(a) senhor(a) se sente a respeito de alguns problemas de saúde. Gostaríamos de começar com algumas perguntas sobre sua memória.</p>	
<p>Orientação temporal (0 a 5 pontos) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B1 anote a soma de pontos.</i> B.1 O (A) senhor (a) pode me dizer em que _____ estamos? Ano: _____ (____) Semestre: _____ (____) Mês: _____ (____) Dia do mês: _____ (____) Dia da semana: _____ (____)</p>	<p><u>B.1</u></p>
<p>Orientação espacial (0 a 5 pontos) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B2 anote a soma de pontos.</i> B.2 O (A) senhor (a) pode me dizer em que _____ estamos? Estado: _____ (____) Cidade: _____ (____) Meio (urbano ou rural): _____ (____) Localidade ou rua (nome da localidade se interior ou da rua se sede): _____ (____) Local da casa (cozinha, sala, quarto) _____ (____)</p>	<p><u>B.2</u></p>
<p>Repetir as palavras (0 a 3 pontos)</p>	

<p><i>Instrução: peça ao idoso para repetir as palavras depois de dizê-las. Repita todos os objetos até que o entrevistado os aprenda (máximo de 5 repetições). Para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B3 anote a soma de pontos.</i></p> <p>B.3 Repita as palavras que eu disser e tente memorizá-las pois daqui a pouco vou pedir que as repita novamente.</p> <p>Árvore: _____(____)</p> <p>Mesa _____(____)</p> <p>Cachorro _____(____)</p>	<p>B.3 _____</p>
<p>Cálculo (0 a 5 pontos)</p> <p><i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B4 anote se será aplicado o teste a ou b. Ao lado do teste aplicado anote a soma de pontos.</i></p> <p>B.4 O senhor (a) faz cálculos?</p> <p>(1) Sim (vá para B.4a)</p> <p>(2) Não (vá para B.4b)</p>	<p>B.4 _____</p> <p>Não incluir na soma</p>
<p>B.4a Se de R\$100,00 fossem tirados R\$7,00 quanto restaria? E se tirarmos mais R\$7,00? (total de 5 subtrações)</p> <p>93 _____(____)</p> <p>86 _____(____)</p> <p>79 _____(____)</p> <p>72 _____(____)</p> <p>65 _____(____)</p>	<p>B.4a _____</p>
<p>B.4b Soletre (diga as letras) a palavra mundo de trás para frente:</p> <p>O _____(____)</p> <p>D _____(____)</p> <p>N _____(____)</p> <p>U _____(____)</p> <p>M _____(____)</p>	<p>B.4b _____</p>
<p>Memorização (0 a 3 pontos)</p> <p><i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B5 anote a soma de pontos.</i></p> <p>B.5 Repita as TRÊS palavras que lhe eu disse há pouco e pedi que guardasse na memória:</p> <p>Árvore _____(____)</p> <p>Mesa _____(____)</p> <p>Cachorro _____(____)</p>	<p>B.5 _____</p>
<p>Linguagem (0 a 2 pontos)</p> <p><i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B6 anote a soma de pontos.</i></p> <p>B.6 Mostre um relógio e uma caneta e peça ao idoso para nomeá-los</p>	<p>B.6 _____</p>

<p>Relógio _____ (___) Caneta _____ (___)</p>	
<p>Linguagem (0 a 1 ponto) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B7 anote a soma de pontos.</i> B.7 Repita a frase: NEM AQUI, NEM ALÍ, NEM LÁ _____ (___)</p>	<p><u>B.7</u></p>
<p>Linguagem (0 a 3 pontos) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B8 anote a soma de pontos.</i> B.8 Siga uma ordem de três estágios. Pegue o papel com a mão direita, dobre-o ao meio e ponha-o no chão. Pegue o papel com a mão direita _____ (___) Dobre-o ao meio _____ (___) Jogue-o no chão _____ (___)</p>	<p><u>B.8</u></p>
<p>Linguagem (0 a 1 ponto) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B9 anote a soma de pontos.</i> B.9 Peça ao idoso que leia a ordem e execute. (mostre-o a frase FECHÉ OS OLHOS) Feche os olhos _____ (___)</p>	<p><u>B.9</u></p>
<p>Linguagem (0 a 1 ponto) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B10 anote a soma de pontos.</i> B.10 Peça ao idoso para escrever uma frase completa Escrever uma frase _____ _____ _____ _____ _____ (___)</p>	<p><u>B.10</u></p>
<p>Linguagem (0 a 1 ponto) <i>Instrução: para cada acerto marque (1) ponto e para cada erro (0) zero ponto. Ao lado de B10 anote a soma de pontos.</i> B.11 Copie o desenho</p>	<p><u>B.11</u></p>

<p>Copiar o desenho</p> <p style="text-align: right;">()</p>	
<p>A pontuação total é 30 pontos. As notas de corte sugeridas são (de acordo com a escolaridade em anos): Analfabetos: 19 1 a 3 anos: 23 4 a 7 anos: 24 Mais de 7 anos: 28</p> <p><u>B.12</u> Soma total</p>	<p style="text-align: right;"><u>B.12</u></p>
<p><u>C.1</u> Local da moradia</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Vilarejo no interior (2) Campo (3) Fazenda (4) Chácara/sítio (5) Granja (6) Estrada (corredor) (7) Centro (8) Bairro (88) NS (99) NR 	<p style="text-align: right;"><u>C.1</u></p>
<p><u>C.2</u> Esta casa é</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Própria (2) Alugada (3) Cedida/emprestada (4) Outros (especifique) (88) NS (99) NR 	<p style="text-align: right;"><u>C.2</u></p>
<p><u>C.3</u> O tipo de construção é:</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Alvenaria (tijolo/material) (2) Madeira (3) Mista (4) Outros (especifique) (88) NS 	<p style="text-align: right;"><u>C.3</u></p>

(99) NR						
<p>C.4 Quantos cômodos (peças) tem na casa?</p> <p>Número de cômodos</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.4 _____					
<p>C.5 Quantos cômodos (peças) são utilizados como quartos de dormir?</p> <p>Número de cômodos utilizados como quartos de dormir</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.5 _____					
<p>C.6 Os moradores desta casa dispõe de água encanada?</p> <p>(1) Sim, dentro de casa</p> <p>(2) Sim, fora de casa, mas no terreno</p> <p>(3) Não dispõe de água encanada</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.6 _____					
<p>C.7 Qual é a fonte da água</p> <p>(1) Rede pública (caixa da prefeitura)</p> <p>(2) Poço</p> <p>(3) Vertente/nascente</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.7 _____					
<p>C.8 O destino do esgoto é</p> <p>(1) Fossa séptica (poço negro)</p> <p>(2) Céu aberto</p> <p>(3) Outros (especifique)</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.8 _____					
<p>C.9 Com relação ao banheiro</p> <p>(1) Não existe banheiro na casa ou fora de casa</p> <p>(2) Há banheiro dentro de casa com descarga</p> <p>(3) Há banheiro dentro de casa sem descarga</p> <p>(4) Há banheiro fora de casa sem descarga</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.9 _____					
<p>C.10 Tem energia elétrica em casa</p> <p>(1) Sim</p> <p>(2) Não</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	C.10 _____					
<p>C.11 Quanto ao destino do lixo:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; height: 20px;"></td> <td style="width: 10%; text-align: center;">Sim</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">Não</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">NS</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">NR</td> </tr> </table>		Sim	Não	NS	NR	
	Sim	Não	NS	NR		

C.11a Coletado ou recolhido pelo caminhão	1	2	88	99	C.11a
C.11b Queimado	1	2	88	99	C.11b
C.11c Depositado a céu aberto	1	2	88	99	C.11c
C.11d Enterrado	1	2	88	99	C.11d
C.11e Outros (especifique)_____	1	2	88	99	C.11e
C.12 O(a) senhor(a) possui em sua residência :					
	Sim	Não	NS	NR	
C.12a Televisão	1	2	88	99	C.12a
C.12b Geladeira	1	2	88	99	C.12b
C.12c Fogão a gás	1	2	88	99	C.12c
C.12d Fogão a lenha	1	2	88	99	C.12d
C.12e Rádio	1	2	88	99	C.12e
C.12f Automóvel	1	2	88	99	C.12f
C.12g Aquecedor	1	2	88	99	C.12g
C.12h Computador	1	2	88	99	C.12h
C.13 O(a) senhor(a) produz na sua propriedade frutas, verduras, criação de animais? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR					C.13
C.14 As frutas produzidas em sua propriedade são: (1) Para consumo próprio (2) Para vender (3) Para consumo próprio e para vender (77) NSA (88) NS (99) NR					C.14
C.15 As hortaliças produzidas em sua propriedade são: (1) Para consumo próprio (2) Para vender (3) Para consumo próprio e para vender (77) NSA (88) NS (99) NR					C.15
C.16 Os animais criados em sua propriedade são: (1) Para consumo próprio (2) Para vender (3) Para consumo próprio e para vender (77) NSA (88) NS (99) NR					C.16

<p>D.1 Agora gostaria de lhe fazer algumas perguntas sobre a sua saúde. O (a) senhor (a) diria que sua saúde é muito boa, boa, regular, ruim ou muito ruim?</p> <p>(1) Muito boa (2) Boa (3) Regular (4) Ruim (5) Muito ruim (77) NSA (sem condições de responder) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.1</u></p>																																				
<p>D.2 Comparando sua saúde de hoje com a de um ano atrás, o (a) senhor (a) diria que agora sua saúde é melhor, igual ou pior do que estava então?</p> <p>(1) Melhor (2) Igual (3) Pior (77) NSA (sem condições de responder) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.2</u></p>																																				
<p>D.3 Em comparação com outras pessoas de sua idade, o(a) senhor(a) diria que sua saúde é melhor, igual ou pior?</p> <p>(1) Melhor (2) Igual (3) Pior (77) NSA (sem condições de responder) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.3</u></p>																																				
<p>D.4 Nas duas últimas semanas, quantos dias o (a) senhor (a) deixou de realizar as suas atividades habituais por motivo de saúde?</p> <p>Número de dias (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.4</u></p>																																				
<p>D.5 O(a) senhor(a) tem alguma dor há mais de três meses, que dói continuamente ou que vai e vem pelo menos uma vez por mês?</p> <p>(1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.5</u></p>																																				
<p>D.6 Em que locais o(a) senhor(a) tem essas dores? <i>Instrução: Assinale todas as alternativas citadas pelo idoso.</i></p> <table border="1" data-bbox="256 1809 1198 2036"> <thead> <tr> <th></th> <th>Sim</th> <th>Não</th> <th>NSA</th> <th>NS</th> <th>NR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>D.6a Cabeça, face e/ou boca</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.6b Pescoço</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.6c Ombros e braços</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.6d Peito</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.6e Costas (acima da cintura)</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> </tbody> </table>		Sim	Não	NSA	NS	NR	D.6a Cabeça, face e/ou boca	1	2	77	88	99	D.6b Pescoço	1	2	77	88	99	D.6c Ombros e braços	1	2	77	88	99	D.6d Peito	1	2	77	88	99	D.6e Costas (acima da cintura)	1	2	77	88	99	<p><u>D.6a</u></p> <p><u>D.6b</u></p> <p><u>D.6c</u></p> <p><u>D.6d</u></p> <p><u>D.6e</u></p> <p><u>D.6f</u></p>
	Sim	Não	NSA	NS	NR																																
D.6a Cabeça, face e/ou boca	1	2	77	88	99																																
D.6b Pescoço	1	2	77	88	99																																
D.6c Ombros e braços	1	2	77	88	99																																
D.6d Peito	1	2	77	88	99																																
D.6e Costas (acima da cintura)	1	2	77	88	99																																

D.6f Costas (na cintura e abaixo – região lombar)	1	2	77	88	99	D.6g _____																																																																		
D.6g Abdome (barriga)	1	2	77	88	99	D.6h _____																																																																		
D.6h Pernas	1	2	77	88	99	D.6i _____																																																																		
D.6i Pelve (bacia)	1	2	77	88	99	D.6j _____																																																																		
D.6j Região anal e genital	1	2	77	88	99																																																																			
<p>D.7 Pense nessa dor (a que mais o (a) incomoda) e me diga em que ela o (a) prejudica mais</p> <p>(1) Sono</p> <p>(2) Humor</p> <p>(3) Andar</p> <p>(4) Apetite</p> <p>(5) Lazer</p> <p>(6) Trabalho</p> <p>(7) Atividade sexual</p> <p>(8) Relacionamento com as pessoas</p> <p>(9) Fazer compras/ir ao banco</p> <p>(10) Cuidar de si mesmo (tomar banho, vestir-se, alimentar-se, ir ao banheiro)</p> <p>(11) Não atrapalha em nada</p> <p>(77) NSA</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>						D.7 _____																																																																		
<p>D.8 Pense nessa dor, a que mais o (a) incomoda, e me diga o que o (a) senhor (a) faz para melhorá-la:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Sim</th> <th>Não</th> <th>NSA</th> <th>NS</th> <th>NR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>D.8a Tomo remédio(s) por conta própria</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8b Aplico calor e/ou frio no local da dor</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8c Faço massagem</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8d Pratico exercícios físicos</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8e Faço repouso</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8f Tomo chá(s)</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8g Aplico pomada(s)/emplastro(s)</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8h Procuo a benzedeira</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8i Tomo remédio(s) receitado(s) pelo médico</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.8j Outro (especifique) _____</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> </tbody> </table>							Sim	Não	NSA	NS	NR	D.8a Tomo remédio(s) por conta própria	1	2	77	88	99	D.8b Aplico calor e/ou frio no local da dor	1	2	77	88	99	D.8c Faço massagem	1	2	77	88	99	D.8d Pratico exercícios físicos	1	2	77	88	99	D.8e Faço repouso	1	2	77	88	99	D.8f Tomo chá(s)	1	2	77	88	99	D.8g Aplico pomada(s)/emplastro(s)	1	2	77	88	99	D.8h Procuo a benzedeira	1	2	77	88	99	D.8i Tomo remédio(s) receitado(s) pelo médico	1	2	77	88	99	D.8j Outro (especifique) _____	1	2	77	88	99	D.8a _____ D.8b _____ D.8c _____ D.8d _____ D.8e _____ D.8f _____ D.8g _____ D.8h _____ D.8i _____ D.8j _____
	Sim	Não	NSA	NS	NR																																																																			
D.8a Tomo remédio(s) por conta própria	1	2	77	88	99																																																																			
D.8b Aplico calor e/ou frio no local da dor	1	2	77	88	99																																																																			
D.8c Faço massagem	1	2	77	88	99																																																																			
D.8d Pratico exercícios físicos	1	2	77	88	99																																																																			
D.8e Faço repouso	1	2	77	88	99																																																																			
D.8f Tomo chá(s)	1	2	77	88	99																																																																			
D.8g Aplico pomada(s)/emplastro(s)	1	2	77	88	99																																																																			
D.8h Procuo a benzedeira	1	2	77	88	99																																																																			
D.8i Tomo remédio(s) receitado(s) pelo médico	1	2	77	88	99																																																																			
D.8j Outro (especifique) _____	1	2	77	88	99																																																																			
<p>Gostaria agora de lhe fazer algumas perguntas relacionadas à ocorrência de alguns acidentes, especialmente quedas</p> <p>D.9 Teve alguma queda no último ano?</p> <p>(1) Sim</p> <p>(2) Não</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>						D.9 _____																																																																		

<p>D.10 Quantas vezes caiu no último ano?</p> <p>(1) Uma vez (2) Duas vezes (3) Três vezes ou mais (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.10</u></p>																														
<p>D.11 Por causa dessa (s) queda (s) o (a) senhor (a) precisou de atendimento médico?</p> <p>(1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.11</u></p>																														
<p>D.12 Como consequência dessa (s) queda (s) o (a) senhor (a) fraturou (quebrou) o quadril (bacia) ou o fêmur (osso da coxa)?</p> <p><i>Instrução: relativo à queda no último ano</i></p> <p>(1) Sim, sem necessidade de cirurgia (2) Sim, com necessidade de cirurgia e sem colocação de prótese (3) Sim, com necessidade de cirurgia com colocação de prótese (4) Não (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.12</u></p>																														
<p>D.13 Como consequência dessa queda o (a) senhor (a) teve alguma outra fratura (quebradura)?</p> <p>(1) Sim Onde ? especifique: (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.13</u></p>																														
<p>D.14 Agora pense nas últimas duas semanas e diga como se sentiu na maior parte do tempo nesse período...</p> <p>Aplicar somente ao idoso(a)</p> <table border="1" data-bbox="256 1738 1214 2018"> <thead> <tr> <th></th> <th>Sim</th> <th>Não</th> <th>NSA</th> <th>NS</th> <th>NR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>D.14a O(a) senhor(a) está basicamente satisfeito(a) com a sua vida</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.14b Tem diminuído ou abandonado muitos dos seus interesses ou atividades anteriores</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.14c Sente que sua vida está vazia</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>D.14d Tem estado aborrecido(a) frequentemente</td> <td>1</td> <td>2</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> </tbody> </table>		Sim	Não	NSA	NS	NR	D.14a O(a) senhor(a) está basicamente satisfeito(a) com a sua vida	1	2	77	88	99	D.14b Tem diminuído ou abandonado muitos dos seus interesses ou atividades anteriores	1	2	77	88	99	D.14c Sente que sua vida está vazia	1	2	77	88	99	D.14d Tem estado aborrecido(a) frequentemente	1	2	77	88	99	<p style="text-align: center; vertical-align: top;"><u>D.14a</u></p> <p style="text-align: center; vertical-align: top;"><u>D.14b</u></p> <p style="text-align: center; vertical-align: top;"><u>D.14c</u></p> <p style="text-align: center; vertical-align: top;"><u>D.14d</u></p>
	Sim	Não	NSA	NS	NR																										
D.14a O(a) senhor(a) está basicamente satisfeito(a) com a sua vida	1	2	77	88	99																										
D.14b Tem diminuído ou abandonado muitos dos seus interesses ou atividades anteriores	1	2	77	88	99																										
D.14c Sente que sua vida está vazia	1	2	77	88	99																										
D.14d Tem estado aborrecido(a) frequentemente	1	2	77	88	99																										

D.14e Tem estado de bom humor a maior parte do tempo	1	2	77	88	99	D.14e
D.14f Tem estado preocupado(a) ou tem medo de que alguma coisa ruim vá lhe acontecer	1	2	77	88	99	D.14f
D.14g Sente-se feliz a maior parte do tempo	1	2	77	88	99	D.14g
D.14h Com frequência se sente desamparado(a) ou desvalido(a)	1	2	77	88	99	D.14h
D.14i Tem preferido ficar em casa em vez de sair e fazer coisas	1	2	77	88	99	D.14i
D.14j Tem sentido que tem mais problemas com a memória do que outras pessoas de sua idade	1	2	77	88	99	D.14j
D.14k O(a) senhor(a) acredita que é maravilhoso estar vivo(a)	1	2	77	88	99	D.14k
D.14l Sente-se (inútil ou) desvalorizado(a) em sua situação atual	1	2	77	88	99	D.14l
D.14m Sente-se cheio(a) de energia	1	2	77	88	99	D.14m
D.14n Se sente sem esperança diante da sua situação atual	1	2	77	88	99	D.14n
D.14o O(a) senhor(a) acredita que as outras pessoas estão em situação melhor	1	2	77	88	99	D.14o
<p>D.15 O(a) senhor(a) sente algum outro desconforto ou mal-estar que o(a) incomoda ou interfere no seu dia-a-dia e não foi citado até agora?</p> <p>Apêndice A - Sim. O que?</p> <p>(2) Não (88) NS (99) NR</p>						D.15
<p>Agora gostaria de saber alguns detalhes sobre a saúde dos seus olhos, ouvidos e boca.</p> <p>D.16 O(a) senhor(a) tem problemas para ouvir?</p> <p>(1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR</p>						D.16
<p>D.17 O(a) senhor(a) usa aparelho de audição</p> <p>(1) Sim, com melhora (2) Sim, sem melhora (3) Não, mas necessitaria (4) Não, não tem necessidade (5) É surdo (88) NS (99) NR</p>						D.17
<p>D.18 O(a) senhor(a) tem problemas de visão</p> <p>(1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR</p>						D.18

<p>D.19 O(a) senhor(a) usa óculos ou lentes de contato para enxergar?</p> <p>(1) Sim, com melhora (2) Sim, sem melhora (3) Não, mas necessitaria (4) Não, não tem necessidade (5) É cego(a) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.19</u></p>
<p>Agora vamos falar da boca e dos seus dentes</p> <p>D.20 Quando o(a) senhor(a) foi ao dentista pela última vez?</p> <p>(1) Menos de um ano (2) De um a dois anos (3) Três anos ou mais (4) Nunca foi ao dentista (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.20</u></p>
<p>D.21 O(a) senhor(a) diria que sua saúde bucal é muito boa, boa, regular, ruim ou muito ruim?</p> <p>(1) Muito boa (2) Boa (3) Regular (4) Ruim (5) Muito ruim (77) NSA (sem condições de responder) (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.21</u></p>
<p>D.22 O(a) senhor(a) sente dificuldade para falar?</p> <p>(1) Nunca (2) Raramente (3) Muito frequentemente (4) Sempre (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.22</u></p>
<p>D.23 O(a) senhor(a) possui os dentes naturais?</p> <p>(1) Nenhum (2) Todos (3) Sim, só em cima (4) Sim, só em baixo (5) Sim, alguns ou menos da metade (6) Sim, mais da metade (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.23</u></p>
<p>D.24 O(a) senhor(a) usa prótese dentária (dentadura, ponte)?</p> <p>(1) Não (2) Ausência de dentes</p>	<p><u>D.24</u></p>

<ul style="list-style-type: none"> (3) Sim, em cima (4) Sim, em baixo (5) Sim, em cima e em baixo (88) NS (99) NR 	
<p><u>D.25</u> O(a) senhor(a) tem dificuldade na mastigação?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Não (2) Dificilmente/raramente (3) Apenas para alimentos duros (4) Sempre, para qualquer tipo de alimento (88) NS (99) NR 	<u>D.25</u>
<p><u>D.26</u> O(a) senhor(a) tem dificuldade para engolir?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Não (2) Dificilmente/raramente (3) Apenas para alimentos duros (4) Apenas para alimentos líquidos (5) Sempre, para qualquer tipo de alimento (88) NS (99) NR 	<u>D.26</u>
<p><u>D.27</u> O (a) senhor(a) se engasga com frequência?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Sim (2) Não (3) Às vezes (88) NS (99) NR 	<u>D.27</u>
<p>As perguntas D.28 à D.33 devem ser feitas somente para os idosos do sexo feminino</p> <p><u>D.28</u> Nos últimos dois anos, a senhora examinou seus seios, regularmente (mensalmente), para ver se tinha “nódulos” (bolinhas ou tumores)?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>D.28</u>
<p><u>D.29</u> Nos dois últimos anos a senhora fez mamografia dos seios (mamas)?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>D.29</u>
<p><u>D.30</u> Porque a senhora não fez a mamografia?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) O médico não indicou (2) Não sentiu necessidade 	<u>D.30</u>

<ul style="list-style-type: none"> (3) Não foi ao médico (4) Não tinha como pagar (5) Não tinha quem a levasse (6) Falta de transporte (7) Porque teve medo (do exame/resultado) (8) Não tinha vaga (9) Não tinha serviço disponível funcionando (10) Outro (especifique) (77) NSA (88) NS (99) NR 	
<p><u>D.31</u> Nos dois últimos anos a senhora fez o preventivo do câncer de colo de útero (Papanicolau)?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>D.31</u>
<p><u>D.32</u> Porque a senhora não fez?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) O médico não indicou (2) Não sentiu necessidade (3) Não foi ao médico (4) Não tinha como pagar (5) Não tinha quem a levasse (6) Falta de transporte (7) Porque teve medo (do exame/resultado) (8) Não tinha vaga (9) Não tinha serviço disponível funcionando (10) Outro (especifique) (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>D.32</u>
<p><u>D.33</u> Que idade tinha quando menstruou pela última vez?</p> <p>Idade</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Ainda menstrua (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>D.33</u>
<p>As perguntas D.34 à D.36 devem ser feitas somente para os idosos do sexo masculino</p> <p><u>D.34</u> Nos últimos dois anos, alguma vez o senhor fez algum exame da próstata?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS 	<u>D.34</u>

(99) NR	
<p>D.35 Que tipo de exame o senhor fez (Nos últimos dois anos)?</p> <p>(1) Toque retal (2) Ultrassonografia (3) Exame de sangue (4) Toque retal e ultrassonografia (5) Toque retal e exame de sangue (6) Ultrassonografia e exame de sangue (7) Toque retal, ultrassonografia e exame de sangue (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.35</u></p>
<p>D.36 Porque o senhor não fez?</p> <p>(1) O médico não indicou (2) Não sentiu necessidade (3) Não foi ao médico (4) Não tinha como pagar (5) Não tinha quem o levasse (6) Falta de transporte (7) Porque teve medo (do exame/resultado) (8) Não tinha vaga (9) Não tinha serviço disponível funcionando (10) Outro (especifique) (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.36</u></p>
<p>Alguns estudos feitos mostram que a nutrição e o estilo de vida são fatores muito importantes para a saúde. Por isso gostaria de fazer algumas perguntas sobre a sua alimentação:</p> <p>D.37 Quantas refeições o(a) senhor(a) faz por dia? <i>Instrução: Considere o café da manhã e lanches como uma refeição</i></p> <p>(1) Uma (2) Duas (3) Três ou mais (88) NS (99) NR</p>	<p><u>D.37</u></p>
<p>D.38 Nos últimos três meses, em média, quantos dias por semana tomou bebidas alcoólicas? Por exemplo cerveja, vinho, cachaça ou outras bebidas que contenham álcool.</p> <p>(1) Nenhum (2) Um dia por semana (3) 2-3 dias por semana (4) 4-6 dias por semana (5) Todos os dias (88) NS</p>	<p><u>D.38</u></p>

(99) NR	
<p>D.39 Nos últimos três meses, nos dias em que tomou bebida alcoólica, quantos copos tomou em média por dia?</p> <p>D.39a Copos de vinho</p> <p>D.39b Copos de cerveja</p> <p>D.39c Copos de cachaça</p> <p>D.39d Copos de outra bebida</p> <p>(77) NSA (não consome)</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p>D.39a _____</p> <p>D.39b _____</p> <p>D.39c _____</p> <p>D.39d _____</p>
<p>D.40 O(a) senhor(a) tem ou teve o hábito de fumar?</p> <p>(2) Fuma atualmente</p> <p>(3) Já fumou mas não fuma mais</p> <p>(4) Nunca fumou</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p>D.40 _____</p>
<p>D.41 Quantos cigarros, charutos ou cachimbos fuma habitualmente por dia?</p> <p>Um maço=20 cigarros</p> <p>D.41a Cigarros por dia</p> <p>D.41b Cachimbos por dia</p> <p>D.41c Charutos por dia</p> <p>D.41d Palheiros por dia</p> <p>(77) NSA (não fuma)</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p>D.41a _____</p> <p>D.41b _____</p> <p>D.41c _____</p> <p>D.41d _____</p>
<p>D.42 No último ano, fez alguma atividade para se distrair, pelo menos uma vez por mês (trabalho manual, artesanato, atividade artística)?</p> <p>(1) Sim</p> <p>(2) Não</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p>D.42 _____</p>
<p>D.43 O(a) senhor(a) utiliza alguma medicação (remédio)?</p> <p>(1) Sim</p> <p>(2) Não</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p>D.43 _____</p>

--	--

						<u>D.44i1</u>
						<u>D.44i2</u>
						<u>D.44i3</u>
						<u>D.44i4</u>
<u>D.44m</u>						<u>D.44m0</u>
						<u>D.44m1</u>
						<u>D.44m2</u>
						<u>D.44m3</u>
						<u>D.44m4</u>
Nome do medicamento (substância ativa)	<u>D.44.0</u> Há quanto tempo faz uso? Indicar número e unidade de tempo (dias ou meses ou anos) (77) NSA	<u>D.44.1</u> Faz uso contínuo? (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR	<u>D.44.2</u> Frequência de uso em dias no mês (número de dias no mês em que usa o medicamento) (77) NSA	<u>D.44.3</u> Porque está tomando este medicamento? (1) Médico receitou (2) Sugestão de um conhecido (3) Propaganda no rádio ou TV (4) Conta própria (5) Sugestão Farmácia (77) NSA (88) NS (99) NR	<u>D.44.4</u> Como adquiriu este medicamento? (1) Comprou (2) SUS (especial, estratégico, judicial) (3) Seguro de saúde (4) Prefeitura/Posto de Saúde (5) Farmácia popular (6) Outras formas (77) NSA (88) NS (99) NR	
<u>D.44n</u>						<u>D.44n0</u>
						<u>D.44n1</u>
						<u>D.44n2</u>
						<u>D.44n3</u>
						<u>D.44n4</u>
<u>D.44o</u>						<u>D.44o0</u>
						<u>D.44o1</u>
						<u>D.44o2</u>
						<u>D.44o3</u>
						<u>D.44o4</u>
<u>D.44p</u>						<u>D.44p0</u>
						<u>D.44p1</u>
						<u>D.44p2</u>
						<u>D.44p3</u>
						<u>D.44p4</u>
<u>D.44q</u>						<u>D.44q0</u>
						<u>D.44q1</u>
						<u>D.44q2</u>
						<u>D.44q3</u>
						<u>D.44q4</u>
<u>D.44r</u>						<u>D.44r0</u>

						<u>D.44r1</u>
						<u>D.44r2</u>
						<u>D.44r3</u>
<u>D.44s</u>						<u>D.44r4</u>
						<u>D.44s0</u>
						<u>D.44s1</u>
						<u>D.44s2</u>
						<u>D.44s3</u>
						<u>D.44s4</u>
Nome do medicamento (substância ativa)	<u>D.44.0</u> Há quanto tempo faz uso? Indicar número e unidade de tempo (dias ou meses ou anos) (77) NSA	<u>D.44.1</u> Faz uso contínuo? (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR	<u>D.44.2</u> Frequência de uso em dias no mês (número de dias no mês em que usa o medicamento) (77) NSA	<u>D.44.3</u> Porque está tomando este medicamento? (1) Médico receitou (2) Sugestão de um conhecido (3) Propaganda no rádio ou TV (4) Conta própria (5) Sugestão Farmácia (77) NSA (88) NS (99) NR	<u>D.44.4</u> Como adquiriu este medicamento? (1) Comprou (2) SUS (especial, estratégico, judicial) (3) Seguro de saúde (4) Prefeitura/Posto de Saúde (5) Farmácia popular (6) Outras formas (77) NSA (88) NS (99) NR	
<u>D.44t</u>						<u>D.44t0</u>
						<u>D.44t1</u>
						<u>D.44t2</u>
						<u>D.44t3</u>
						<u>D.44t4</u>
<u>D.44u</u>						<u>D.44u0</u>
						<u>D.44u1</u>
						<u>D.44u2</u>
						<u>D.44u3</u>
						<u>D.44u4</u>
<u>D.44v</u>						<u>D.44v0</u>
						<u>D.44v1</u>
						<u>D.44v2</u>
						<u>D.44v3</u>
						<u>D.44v4</u>
<u>D.44x</u>						<u>D.44x0</u>
						<u>D.44x1</u>
						<u>D.44x2</u>
						<u>D.44x3</u>
						<u>D.44x4</u>
<u>D.44w</u>						<u>D.44w0</u>

<u>D.44.5g</u>			<u>D.44.5g1</u>
			<u>D.44.5g2</u>
<u>D.44.5h</u>			<u>D.44.5h1</u>
			<u>D.44.5h2</u>
<u>D.44.5i</u>			<u>D.44.5i1</u>
			<u>D.44.5i2</u>
<u>D.44.5j</u>			<u>D.44.5j1</u>
			<u>D.44.5j2</u>
<u>D.44.5k</u>			<u>D.44.5k1</u>
			<u>D.44.5k2</u>
<u>D.44.5l</u>			<u>D.44.5l1</u>
			<u>D.44.5l2</u>

D.45 O(a) senhor(a) costuma praticar atividades físicas? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR						D.45 _____
D.46 Se sim, quais?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
D.46a Caminhada	1	2	77	88	99	D.46a _____
D.46b Anda a cavalo	1	2	77	88	99	D.46b _____
D.46c Joga bocha	1	2	77	88	99	D.46c _____
D.46d Anda de bicicleta	1	2	77	88	99	D.46d _____
D.46e Joga futebol	1	2	77	88	99	D.46e _____
D.46f Outras (especifique)	1	2	77	88	99	D.46f _____
D.47 O que costuma fazer no tempo disponível?						
	Sim	Não	NS	NR		
D.47a Leitura	1	2	88	99		D.47a _____
D.47b Assiste à televisão	1	2	88	99		D.47b _____
D.47c Ouve rádio/música	1	2	88	99		D.47c _____
D.47d Passeio/visita	1	2	88	99		D.47d _____
D.47e Atividades manuais	1	2	88	99		D.47e _____
D.47f Dança	1	2	88	99		D.47f _____
D.47g Joga cartas	1	2	88	99		D.47g _____
D.47h Outros (especifique ex. caça, pesca) _____	1	2	88	99		D.47h _____
D.48 O(a) senhor (a) tem algum destes problemas de saúde que interferem ou não nas suas atividades diárias?						
	Não	Sim	Sim	NS	NR	
		Interfere na vida diária	Não interfere na vida diária			
D.48a Reumatismo	0	2	1	88	99	D.48a _____
D.48b Asma ou bronquite	0	2	1	88	99	D.48b _____
D.48c Enfisema pulmonar	0	2	1	88	99	D.48c _____
D.48d Pressão alta	0	2	1	88	99	D.48d _____
D.48e Má circulação	0	2	1	88	99	D.48e _____
D.48f Diabetes	0	2	1	88	99	D.48f _____
D.48g Obesidade	0	2	1	88	99	D.48g _____
D.48h Derrame/isquemia cerebral	0	2	1	88	99	D.48h _____
D.48i Incontinência urinária	0	2	1	88	99	D.48i _____
D.48j Prisão de ventre	0	2	1	88	99	D.48j _____
D.48k Problema para dormir	0	2	1	88	99	D.48k _____
D.48l Catarata	0	2	1	88	99	D.48l _____

D.48m Problemas de coluna	0	2	1	88	99	D.48m	
	Não	Sim	Sim	NS	NR		
		Interfere na vida diária	Não interfere na vida diária				
D.48n Artrite/artrose	0	2	1	88	99		D.48n
D.48o Osteoporose	0	2	1	88	99		D.48o
D.48p Problemas com nervosismo	0	2	1	88	99		D.48p
D.48q Problemas cardíacos (doença coronária, angina, doença congestiva e outros)	0	2	1	88	99		D.48q
D.48r Anemia	0	2	1	88	99		D.48r
D.48s Doença de Parkinson	0	2	1	88	99		D.48s
D.48t Incontinência fecal	0	2	1	88	99		D.48t
D.48u Câncer. Qual?	0	2	1	88	99	D.48u	
D.48v Alzheimer	0	2	1	88	99	D.48v	
D.48x Depressão	0	2	1	88	99	D.48x	

Agora gostaria de perguntar sobre algumas atividades do seu dia a dia. Estamos interessados em saber se o(a) senhor(a) consegue fazer estas atividades sem nenhuma necessidade de auxílio ou se precisa de alguma ajuda, ou, ainda, se não consegue fazer tais atividades de forma nenhuma.

	Sem dificuldade	Com pouca dificuldade	Com muita dificuldade	Só com ajuda	Não consegue	NS	NR
E.1a Alimentar-se	1	2	3	4	5	88	99
E.1b Banhar-se	1	2	3	4	5	88	99
E.1c Vestir-se	1	2	3	4	5	88	99
E.1d Cuidar da aparência	1	2	3	4	5	88	99
E.1e Deitar/levantar da cama	1	2	3	4	5	88	99
E.1f Ir ao banheiro a tempo	1	2	3	4	5	88	99
E.1g Locomover-se	1	2	3	4	5	88	99

E.1a**E.1b****E.1c****E.1d****E.1e****E.1f****E.1g**

	Sem dificuldade	Com pouca dificuldade	Com muita dificuldade	Só com ajuda	Não consegue	NS	NR	
E.2a Andar no plano	1	2	3	4	5	88	99	E.2a _____
E.2b Subir e descer escadas	1	2	3	4	5	88	99	E.2b _____
E.2c Transporte cadeira para cama e vice-versa	1	2	3	4	5	88	99	E.2c _____
E.2d Andar perto da casa	1	2	3	4	5	88	99	E.2d _____
E.2e Medigar-se na hora	1	2	3	4	5	88	99	E.2e _____
E.2f Preparar refeições	1	2	3	4	5	88	99	E.2f _____
E.2g Cortar unhas dos pés	1	2	3	4	5	88	99	E.2g _____
E.2h Uso de transporte público	1	2	3	4	5	88	99	E.2h _____
E.2i Fazer limpeza da casa	1	2	3	4	5	88	99	E.2i _____
E.2j Administrar finanças	1	2	3	4	5	88	99	E.2j _____
E.2k Sair de casa (dificuldade para)	1	2	3	4	5	88	99	E.2k _____
E.2l Realizar tarefas domésticas	1	2	3	4	5	88	99	E.2l _____
SEÇÃO F - USO E ACESSO AOS SERVIÇOS DE SAÚDE								
F.1 Durante o último ano, onde o(a) senhor(a) procurou ajuda quando se sentiu doente ou quando precisou consultar? (1) Não procurou atendimento, mesmo precisando (2) Não ficou doente, não precisou de nenhuma consulta (3) Consultório particular (4) Farmácia								F.1 _____

(5) Benzeadeira (6) Emergência do hospital (7) Posto de saúde (8) Outro (especifique) (88) NS (99) NR						
F.2 Se precisou e não foi, por que razão?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
F.2a Distância	1	2	77	88	99	F.2a
F.2b Falta de transporte	1	2	77	88	99	F.2b
F.2c Não tem tempo	1	2	77	88	99	F.2c
F.2d Não tem dinheiro	1	2	77	88	99	F.2d
F.2e O atendimento não é bom	1	2	77	88	99	F.2e
F.2f Não tem quem o leve/acompanhe	1	2	77	88	99	F.2f
F.2g Outro (especifique)_____	1	2	77	88	99	F.2g
F.3 O(a) senhor(a) tem o costume de resolver seus problemas de saúde na farmácia ou com a benzeadeira? (1) Não (2) Sim, às vezes (3) Sim, sempre (88) NS (99) NR						F.3 _____
F.4 Em relação à última vez que precisou de atenção em saúde, com quem realizou a consulta? (1) Médico (2) Procurou a farmácia (3) Enfermeiro (4) Outros (especifique) (88) NS (99) NR						F.4 _____
F.5 Quanto tempo o(a) senhor(a) esperou entre a marcação (agendamento) da consulta e o atendimento, na última vez que precisou? (1) Não precisou esperar (2) Minutos (3) Horas (4) Dias (5) Meses (88) NS (99) NR						F.5 _____
F.6 Na última vez em que o(a) senhor(a) foi consultar, quanto tempo esperou para ser atendido (após a chegada no serviço de saúde)? (1) Minutos (2) Horas (88) NS						F.6 _____

(99) NR																																											
G.1 O(a) senhor(a) tem alguém que lhe cuide quando está doente? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR	G.1																																										
G.2 Caso tenha, essa pessoa tem mais de 60 anos? (1) Sim (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR	G.2																																										
G.3 Qual é a idade dessa pessoa? Idade anos (777) NSA	G.3																																										
G.4 Qual é o sexo dessa pessoa? (1) Masculino (2) Feminino (77) NSA (88) NS (99) NR	G.4																																										
G.5 Esta pessoa é? (1) Esposo(a) ou companheiro(a) (2) Filho (3) Filha (4) Outro familiar (5) Amigo(a)/vizinho(a) (6) Profissional contratado (7) Agente comunitário(a) de saúde (8) Outros (especifique) (77) NSA (88) NS (99) NR	G.5																																										
G.6 Quais os cuidados que esta pessoa lhe oferece?																																											
	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Sim</th> <th>Não</th> <th>NSA</th> <th>NS</th> <th>NR</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>G.6a Nas atividades de higiene</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>G.6b Na alimentação</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>G.6c Na locomoção</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>G.6d Como companhia</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>G.6e Com as eliminações (urina, fezes)</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> <tr> <td>G.6f Com a medicação</td> <td>1</td> <td>0</td> <td>77</td> <td>88</td> <td>99</td> </tr> </tbody> </table>		Sim	Não	NSA	NS	NR	G.6a Nas atividades de higiene	1	0	77	88	99	G.6b Na alimentação	1	0	77	88	99	G.6c Na locomoção	1	0	77	88	99	G.6d Como companhia	1	0	77	88	99	G.6e Com as eliminações (urina, fezes)	1	0	77	88	99	G.6f Com a medicação	1	0	77	88	99
	Sim	Não	NSA	NS	NR																																						
G.6a Nas atividades de higiene	1	0	77	88	99																																						
G.6b Na alimentação	1	0	77	88	99																																						
G.6c Na locomoção	1	0	77	88	99																																						
G.6d Como companhia	1	0	77	88	99																																						
G.6e Com as eliminações (urina, fezes)	1	0	77	88	99																																						
G.6f Com a medicação	1	0	77	88	99																																						
	G.6a																																										
	G.6b																																										
	G.6c																																										
	G.6d																																										
	G.6e																																										
	G.6f																																										
	G.6g																																										

G.6g Outros(especifique)_____	1	0	77	88	99	
G.7 Além dessa pessoa, existem mais pessoas que lhe ajudem em caso de doença ou incapacidade? (1) Sim, quem? (2) Não (77) NSA (88) NS (99) NR						G.7 _____
G.8 Se sim, quais os tipos de ajuda que essas pessoas prestam?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
G.8a Dinheiro	1	0	77	88	99	G.8a _____
G.8b Comida	1	0	77	88	99	G.8b _____
G.8c Ajuda nas tarefas domésticas (ex. fazer comida)	1	0	77	88	99	G.8c _____
G.8d Ajuda com cuidados pessoais	1	0	77	88	99	G.8d _____
G.8e Transporte	1	0	77	88	99	G.8e _____
G.8f Lazer, diversão	1	0	77	88	99	G.8f _____
G.8g Companhia	1	0	77	88	99	G.8g _____
G.8h Outro (especifique)_____	1	0	77	88	99	G.8h _____
G.9 Durante o último ano , o(a) senhor(a) recebeu assistência de algum tipo de instituição (igreja, famílias, prefeitura, assistência social, grupo de oração, grupo de terceira idade) em sua comunidade? (1) Sim (2) Não (88) NS (99) NR						G.9 _____
G.10 Caso sim, a ajuda foi de que tipo?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
G.10a Dinheiro	1	2	77	88	99	G.10a _____
G.10b Comida	1	2	77	88	99	G.10b _____
G.10c Ajuda nas tarefas domésticas	1	2	77	88	99	G.10c _____
G.10d Ajuda com cuidados pessoais	1	2	77	88	99	G.10d _____
G.10e Transporte	1	2	77	88	99	G.10e _____
G.10f Lazer, diversão	1	2	77	88	99	G.10f _____
G.10g Companhia	1	2	77	88	99	G.10g _____
G.10h Outro (especifique)_____	1	2	77	88	99	G.10h _____
G.11 Com que frequência o(a) senhor(a) recebe ajuda de pessoas que não moram na mesma casa que o(a) senhor(a)? (1) Diariamente (2) Semanalmente						G.11 _____

<ul style="list-style-type: none"> (3) Mensalmente (4) Uma vez por ano (5) Nunca (88) NS (99) NR 	
<p>H.1 Quando faço pequenos lanches ao longo do dia, costumo comer frutas ou castanhas.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR 	<u>H.1</u>
<p>H.2 Quando escolho frutas, legumes e verduras, dou preferência para aqueles que são de produção local.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR 	<u>H.2</u>
<p>H.3 Quando escolho frutas, legumes e verduras, dou preferência para aqueles que são orgânicos.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR 	<u>H.3</u>
<p>H.4 Costumo levar algum alimento comigo em caso de sentir fome ao longo do dia.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR 	<u>H.4</u>
<p>H.5 Costumo planejar as refeições que farei no dia.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR 	<u>H.5</u>
<p>H.6 Costumo variar o consumo de feijão por ervilha, lentilha ou grão de bico.</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Discordo fortemente 	<u>H.6</u>

<p>(2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	
<p>H.7 Na minha casa é comum usarmos farinha de trigo integral.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.7</u>
<p>H.8 Costumo comer fruta no café da manhã.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.8</u>
<p>H.9 Costumo fazer minhas refeições sentado(a) à mesa.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.9</u>
<p>H.10 Procuro realizar as refeições com calma.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.10</u>
<p>H.11 Costumo participar do preparo dos alimentos na minha casa.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.11</u>
<p>H.12 Na minha casa, compartilhamos as tarefas que envolvem o preparo e consumo das refeições.</p> <p>(1) Discordo fortemente (2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<u>H.12</u>
<p>H.13 Costumo comprar alimentos em feiras livres ou feiras de rua.</p> <p>(1) Discordo fortemente</p>	<u>H.13</u>

<p>(2) Discordo (3) Concordo (4) Concordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	
<p>H.14 Aproveito o horário das refeições para resolver outras coisas e acabo deixando de comer. (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<p><u>H.14</u></p>
<p>H.15 Costumo fazer as refeições à minha mesa de trabalho ou estudo. (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<p><u>H.15</u></p>
<p>H.16 Costumo fazer minhas refeições sentado(a) no sofá da sala ou na cama. (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<p><u>H.16</u></p>
<p>H.17 Costumo pular pelo menos uma das refeições principais (almoço e/ou jantar). (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<p><u>H.17</u></p>
<p>H.18 Costumo comer balas, chocolates e outras guloseimas. (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	<p><u>H.18</u></p>
<p>H.19 Costumo beber sucos industrializados, como os de caixinha, em pó, garrafa ou lata. (1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS</p>	<p><u>H.19</u></p>

(99) NR	
<p>H.20 Costumo frequentar restaurantes <i>fast-food</i> ou lanchonetes.</p> <p>(1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	H.20
<p>H.21 Tenho o hábito de “beliscar” no intervalo entre as refeições.</p> <p>(1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	H.21
<p>H.22 Costumo beber refrigerante.</p> <p>(1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	H.22
<p>H.23 Costumo trocar a comida do almoço ou jantar por sanduíches, salgados ou pizza.</p> <p>(1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	H.23
<p>H.24 Quando bebo café ou chá, costumo colocar açúcar.</p> <p>(1) Concordo fortemente (2) Concordo (3) Discordo (4) Discordo fortemente (88) NS (99) NR</p>	H.24
MAN TRIAGEM	
<p>H.25 Nos últimos três meses houve diminuição da ingesta alimentar devido à perda de apetite, problemas digestivos ou dificuldade para mastigar ou deglutir?</p> <p>(0) Diminuição severa da ingesta [= 0] (1) Diminuição moderada da ingesta [= 1] (2) Sem diminuição da ingesta [= 2] (88) NS (99) NR</p>	H.25
<p>H.26 Perda de peso nos últimos 3 meses</p> <p>(0) Superior a três quilos [= 0] (1) Não sabe informar [= 1]</p>	H.26

H.36.1 Medida 1 (777) NSA Centímetros	H.36.2 Medida 2 (777) NSA Centímetros	<u>H.36.2</u>
H.37 Força de preensão palmar H.37.1 Medida 1 , Kg	H.37.2 Medida 2 , Kg	<u>H.37.1</u> <u>H.37.2</u>
Instruções: Para cada uma das seguintes afirmações ou perguntas, faça, por favor, um círculo em torno do número da escala que você pensa ser o mais apropriado para descrevê-lo. Você pode escolher qualquer número de 1 a 7		
I.1 Em geral eu me considero: 1 2 3 4 5 6 7 <hr/> (77) NSA (incapaz de responder) (88) NS (99) NR	<u>I.1</u>	
I.2 Comparado à maioria dos meus colegas/amigos, eu me considero: 1 2 3 4 5 6 7 <hr/> (77) NSA (incapaz de responder) (88) NS (99) NR	<u>I.2</u>	
I.3 Algumas pessoas, de maneira geral, são muito felizes. Elas aproveitam a vida independentemente do que esteja acontecendo, conseguindo o máximo de cada situação. Em que medida essa caracterização descreve você? 1 2 3 4 5 6 7 <hr/> (77) NSA (incapaz de responder) (88) NS (99) NR	<u>I.3</u>	
I.4 Algumas pessoas, de maneira geral, não são muito felizes. Embora não estejam deprimidas, elas nunca parecem tão felizes quanto poderiam ser. Em que medida essa caracterização descreve você? 1 2 3 4 5 6 7 <hr/>	<u>I.4</u>	

(77) NSA (incapaz de responder) (88) NS (99) NR	
I.5 Escore total	<u>I.5</u>
<p>I.6 Autopercepção de Felicidade</p> <p>Agora vou lhe mostrar algumas faces que expressam vários sentimentos, desde uma pessoa que se sente muito feliz (apontar a primeira face) até uma pessoa que se sente muito infeliz (apontar para a última face passando por todas as demais faces intermediárias). Qual dessas faces mostra melhor o jeito como o(a) senhor(a) se sente, pensando em sua vida como um todo?</p>  <p style="text-align: center;">1 2 3 4 5 6 7</p> <p>(77) NSA (incapaz de responder) (88) NS (99) NR</p>	<u>I.6</u>
<p>Para responder às questões lembre que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Atividades físicas vigorosas são aquelas que precisam de um grande esforço físico e que fazem respirar muito mais forte que o normal. - Atividades físicas moderadas são aquelas que precisam de algum esforço físico e que fazem respirar um pouco mais forte que o normal. - Atividades físicas leves são aquelas em que o esforço físico é normal, fazendo com que a respiração seja normal. 	
<p>DOMÍNIO 1 – ATIVIDADE FÍSICA NO TRABALHO: Este domínio inclui as atividades que você faz no seu trabalho remunerado ou voluntário, e as atividades na universidade, faculdade ou escola (trabalho intelectual). <u>Não incluir as tarefas domésticas, cuidar do jardim e da casa ou tomar conta da sua família.</u> Estas serão incluídas no Domínio 3.</p>	
<p>J.1 Atualmente você tem ocupação remunerada ou faz trabalho voluntário fora de sua casa?</p> <p>(1) Sim</p> <p>(2) Não</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<u>J.1</u>
<p>As próximas questões relacionam-se com toda a atividade física que você faz em uma semana normal/habitual, como parte do seu trabalho remunerado ou voluntário. Não inclui o transporte para o trabalho. Pense apenas naquelas atividades que durem pelo menos 10 minutos contínuos dentro de seu trabalho:</p>	
<p>J.2 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você realiza atividades VIGOROSAS como: trabalho de construção pesada, levantar e transportar objetos pesados, cortar lenha, serrar madeira, cortar grama, pintar casa, cavar valas ou buracos, subir escadas como parte do seu trabalho remunerado ou voluntário, por pelo menos 10 MINUTOS CONTÍNUOS?</p>	

<u>J.2.1</u> Número de horas	<u>J.2.1</u> _____
<u>J.2.2</u> Número de minutos	<u>J.2.2</u> _____
<u>J.2.3</u> Dias por semana	<u>J.2.3</u> _____
J.3 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você realiza atividades MODERADAS , como: levantar e transportar pequenos objetos, lavar roupas com as mãos, limpar vidros, varrer ou limpar o chão, carregar crianças no colo, como parte do seu trabalho remunerado ou voluntário, por pelo menos 10 MINUTOS CONTÍNUOS?	
<u>J.3.1</u> Número de horas	<u>J.3.1</u> _____
<u>J.3.2</u> Número de minutos	<u>J.3.2</u> _____
<u>J.3.3</u> Dias por semana	<u>J.3.3</u> _____
J.4 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você CAMINHA, NO SEU TRABALHO remunerado ou voluntário por pelo menos 10 MINUTOS CONTÍNUOS? Por favor, não inclui o caminhar como forma de transporte para ir ou voltar do trabalho ou do local que você é voluntário.	
<u>J.4.1</u> Número de horas	<u>J.4.1</u> _____
<u>J.4.2</u> Número de minutos	<u>J.4.2</u> _____
<u>J.4.3</u> Dias por semana	<u>J.4.3</u> _____
DOMÍNIO 2 – ATIVIDADE FÍSICA COMO MEIO DE TRANSPORTE	
Estas questões se referem à forma normal como você se desloca de um lugar para outro, incluindo seu grupo de convivência para idosos, igreja, supermercado, trabalho, cinema, lojas e outros.	
J.5 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você ANDA DE ÔNIBUS E CARRO/MOTO?	
<u>J.5.1</u> Número de horas	<u>J.5.1</u> _____
<u>J.5.2</u> Número de minutos	<u>J.5.2</u> _____
<u>J.5.3</u> Dias por semana	<u>J.5.3</u> _____
Agora pense somente em relação a caminhar ou pedalar para ir de um lugar a outro em uma semana normal.	
J.6 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você ANDA DE BICICLETA para ir de um lugar para outro por pelo menos 10 minutos contínuos? (Não inclui o pedalar por lazer ou exercício)	

<p>J.6.1 Número de horas</p> <p>J.6.2 Número de minutos</p> <p>J.6.3 Dias por semana</p>	<p>J.6.1 _____</p> <p>J.6.2 _____</p> <p>J.6.3 _____</p>
<p>J.7 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você CAMINHA para ir de um lugar para outro, como: ir ao grupo de convivência para idosos, igreja, supermercado, médico, banco, visita a amigo, vizinho e parentes por pelo menos 10 minutos contínuos? (NÃO INCLUA as Caminhadas por Lazer ou Exercício Físico)</p> <p>J.7.1 Número de horas</p> <p>J.7.2 Número de minutos</p> <p>J.7.3 Dias por semana</p>	<p>J.7.1 _____</p> <p>J.7.2 _____</p> <p>J.7.3 _____</p>
<p>DOMÍNIO 3 – ATIVIDADE FÍSICA EM CASA OU APARTAMENTO: TRABALHO, TAREFAS DOMÉSTICAS E CUIDAR DA FAMÍLIA</p> <p>Esta parte inclui as atividades físicas que você faz em uma semana normal/habitual dentro e ao redor da sua casa ou apartamento. Por exemplo: trabalho doméstico, cuidar do jardim, cuidar do quintal, trabalho de manutenção da casa e para cuidar da sua família. Novamente pense somente naquelas atividades físicas com duração por pelo menos 10 minutos contínuos.</p>	
<p>J.8 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você faz Atividades Físicas VIGOROSAS AO REDOR DE SUA CASA OU APARTAMENTO (QUINTAL OU JARDIM) como: carpir, cortar lenha, serrar madeira, pintar casa, levantar e transportar objetos pesados, cortar grama, por pelo menos 10 MINUTOS CONTÍNUOS?</p> <p>J.8.1 Número de horas</p> <p>J.8.2 Número de minutos</p> <p>J.8.3 Dias por semana</p>	<p>J.8.1 _____</p> <p>J.8.2 _____</p> <p>J.8.3 _____</p>
<p>J.9 Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você faz atividades MODERADAS AO REDOR de sua casa ou apartamento (jardim ou quintal) como: levantar e carregar pequenos objetos, limpar a garagem, serviço de jardinagem em geral, por pelo menos 10 minutos contínuos?</p> <p>J.9.1 Número de horas</p> <p>J.9.2 Número de minutos</p>	<p>J.9.1 _____</p> <p>J.9.2 _____</p>

<u>J.9.3</u> Dias por semana	<u>J.9.3</u>
<p><u>J.10</u> Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal você faz atividades MODERADAS DENTRO da sua casa ou apartamento como: carregar pesos leves, limpar vidros e/ ou janelas, lavar roupas a mão, limpar banheiro e o chão, por pelo menos 10 minutos contínuos?</p> <p><u>J.10.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.10.2</u> Número de minutos</p> <p><u>J.10.3</u> Dias por semana</p>	<p><u>J.10.1</u></p> <p><u>J.10.2</u></p> <p><u>J.10.3</u></p>
<p>DOMÍNIO 4 – ATIVIDADES FÍSICAS DE RECREAÇÃO, ESPORTE, EXERCÍCIO E DE LAZER</p> <p>Este domínio se refere às atividades físicas que você faz em uma semana normal/habitual unicamente por recreação, esporte, exercício ou lazer. Novamente pense somente nas atividades físicas que você faz por pelo menos 10 minutos contínuos. Por favor não inclua atividades que você já tenha citado.</p>	
<p><u>J.11</u> Sem contar qualquer caminhada que você tenha citado anteriormente, quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, você CAMINHA (exercício físico) no seu tempo livre por PELO MENOS 10 MINUTOS CONTÍNUOS?</p> <p><u>J.11.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.11.2</u> Número de minutos</p> <p><u>J.11.3</u> Dias por semana</p>	<p><u>J.11.1</u></p> <p><u>J.11.2</u></p> <p><u>J.11.3</u></p>
<p><u>J.12</u> Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, você faz atividades VIGOROSAS no seu tempo livre como: correr, nadar rápido, musculação, canoagem, remo, enfim, esportes em geral por pelo menos 10 minutos contínuos?</p> <p><u>J.12.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.12.2</u> Número de minutos</p> <p><u>J.12.3</u> Dias por semana</p>	<p><u>J.12.1</u></p> <p><u>J.12.2</u></p> <p><u>J.12.3</u></p>
<p><u>J.13</u> Quantos dias e qual o tempo (horas e minutos) durante uma semana normal, você faz atividades MODERADAS no seu tempo livre como: pedalar em ritmo moderado, jogar voleibol recreativo, fazer hidroginástica, ginástica para a terceira idade, dançar... pelo menos 10 minutos contínuos?</p>	

<p><u>J.13.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.13.2</u> Número de minutos</p> <p><u>J.13.3</u> Dias por semana</p>	<p><u>J.13.1</u> _____</p> <p><u>J.13.2</u> _____</p> <p><u>J.13.3</u> _____</p>
<p>DOMÍNIO 5 – TEMPO GASTO SENTADO</p> <p>Estas últimas questões são sobre o tempo que você permanece sentado em diferentes locais como por exemplo: em casa, no grupo de convivência para idosos, no consultório médico e outros. Isso inclui o tempo sentado, enquanto descansa, assiste a televisão, faz trabalhos manuais, visita amigos e parentes, faz leituras, telefonemas e realiza as refeições. Não inclua o tempo gasto sentado durante o transporte em ônibus, carro, trem e metrô.</p>	
<p><u>J.14</u> Quanto tempo, no total, você gasta sentado durante UM DIA de semana normal?</p> <p><u>J.14.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.14.2</u> Número de minutos</p>	<p><u>J.14.1</u> _____</p> <p><u>J.14.2</u> _____</p>
<p><u>J.15</u> Quanto tempo, no total, você gasta sentado durante UM DIA de final de semana normal?</p> <p><u>J.15.1</u> Número de horas</p> <p><u>J.15.2</u> Número de minutos</p>	<p><u>J.15.1</u> _____</p> <p><u>J.15.2</u> _____</p>
<p>I-PSS (ESCORE INTERNACIONAL DE SINTOMAS PROSTÁTICOS): 0-35</p>	
<p><u>K.1</u> No último mês, quantas vezes, em média, você teve a sensação de não esvaziar completamente a bexiga depois de terminar de urinar?</p> <p>(0) Nenhuma vez</p> <p>(1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes</p> <p>(2) Menos que a metade das vezes</p> <p>(3) Cerca de metade das vezes</p> <p>(4) Mais que a metade das vezes</p> <p>(5) Quase sempre</p> <p>(77) NSA</p> <p>(88) NS</p> <p>(99) NR</p>	<p><u>K.1</u> _____</p>
<p><u>K.2</u> No último mês, quantas vezes, em média, você teve que urinar de novo menos de 2 horas depois de terminar de urinar?</p> <p>(0) Nenhuma vez</p> <p>(1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes</p> <p>(2) Menos que a metade das vezes</p> <p>(3) Cerca de metade das vezes</p> <p>(4) Mais que a metade das vezes</p>	<p><u>K.2</u> _____</p>

<p>(5) Quase sempre (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	
<p><u>K.3</u> No último mês, quantas vezes, em média, você notou que parava e começava várias vezes quando urinava?</p> <p>(0) Nenhuma vez (1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes (2) Menos que a metade das vezes (3) Cerca de metade das vezes (4) Mais que a metade das vezes (5) Quase sempre (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.3</u></p>
<p><u>K.4</u> No último mês, quantas vezes, em média, você notou que foi difícil conter a vontade de urinar?</p> <p>(0) Nenhuma vez (1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes (2) Menos que a metade das vezes (3) Cerca de metade das vezes (4) Mais que a metade das vezes (5) Quase sempre (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.4</u></p>
<p><u>K.5</u> No último mês, quantas vezes, em média, você notou que o jato urinário estava fraco?</p> <p>(0) Nenhuma vez (1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes (2) Menos que a metade das vezes (3) Cerca de metade das vezes (4) Mais que a metade das vezes (5) Quase sempre (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.5</u></p>
<p><u>K.6</u> No último mês, quantas vezes, em média, você teve que fazer força para começar a urinar?</p> <p>(0) Nenhuma vez (1) Menos de 1 vez em cada 5 vezes (2) Menos que a metade das vezes (3) Cerca de metade das vezes (4) Mais que a metade das vezes (5) Quase sempre (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.6</u></p>
<p><u>K.7</u> No último mês, quantas vezes, em média, você teve que se levantar em cada noite para urinar?</p>	<p><u>K.7</u></p>

<ul style="list-style-type: none"> (0) Nenhuma vez (1) 1 vez (2) 2 vezes (3) 3 vezes (4) 4 vezes (5) 5 vezes ou mais (77) NSA (88) NS (99) NR 	
K.8 Escore	<u>K.8</u>
Escore QL (Qualidade de Vida para Homens): 0-6	
<p>K.9 Se você tivesse que passar o resto da vida urinando como está agora, como é que você se sentiria?</p> <ul style="list-style-type: none"> (0) Ótimo (1) Muito bem (2) Satisfeito (3) Mais ou menos (4) Insatisfeito (5) Mal (6) Péssimo (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>K.9</u>
<p>Índice Internacional de Função Erétil (IIFE) Resultado: 26-30: normal; 22-25: leve; 17-21: leve a moderada; 11-16: moderada; 1-10: grave</p>	
<p>K.10 Com que frequência você consegue uma ereção durante a atividade sexual?</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) Quase nunca/nunca (2) Poucas vezes (muito menos que a metade das vezes) (3) Algumas vezes (aproximadamente metade das vezes) (4) Na maioria das vezes (muito mais que a metade das vezes) (5) Quase sempre/sempre (77) NSA (88) NS (99) NR 	<u>K.10</u>
<p>K.11 Quando você tem ereções após estímulo sexual, com que frequência suas ereções são suficientemente rígidas para penetração?</p> <ul style="list-style-type: none"> (0) Nenhuma atividade sexual (1) Quase nunca/nunca (2) Poucas vezes (muito menos que a metade das vezes) (3) Algumas vezes (aproximadamente metade das vezes) (4) Na maioria das vezes (muito mais que a metade das vezes) 	<u>K.11</u>

<p>(5) Quase sempre/sempr (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	
<p><u>K.12</u> Quando você tentou ter uma relação sexual, com que frequência você conseguiu penetrar sua companheira?</p> <p>(1) Quase nunca/nunca (2) Poucas vezes (muito menos que a metade das vezes) (3) Algumas vezes (aproximadamente metade das vezes) (4) Na maioria das vezes (muito mais que a metade das vezes) (5) Quase sempre/sempr (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.12</u></p>
<p><u>K.13</u> Durante a relação sexual, com que frequência você consegue manter a ereção depois de ter penetrado sua companheira?</p> <p>(0) Não tentei ter relação sexual (1) Quase nunca/nunca (2) Poucas vezes (muito menos que a metade das vezes) (3) Algumas vezes (aproximadamente metade das vezes) (4) Na maioria das vezes (muito mais que a metade das vezes) (5) Quase sempre/sempr (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.13</u></p>
<p><u>K.14</u> Durante a relação sexual, qual seu grau de dificuldade para manter a ereção até completar a relação sexual?</p> <p>(0) Não tentei ter relação sexual (1) Extremamente difícil (2) Muito difícil (3) Difícil (4) Um pouco difícil (5) Não é difícil (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.14</u></p>
<p><u>K.15</u> Qual seu grau de confiança de que você pode conseguir manter uma relação?</p> <p>(1) Muito baixo (2) Baixo (3) Moderado (4) Alto (5) Muito alto (77) NSA (88) NS (99) NR</p>	<p><u>K.15</u></p>
<p><u>K.16</u> Escore</p>	<p><u>K.16</u></p>

L.1 Quão preocupado(a) você está com a pandemia covid-19?						L.1	
(1) Nem um pouco							
(2) Um pouco preocupado							
(3) Muito preocupado							
(77) NSA (incapaz de responder)							
(88) NS							
(99) NR							
L.2 Você foi diagnosticado com covid-19?						L.2	
(0) Não							
(1) Sim							
(88) NS							
(99) NR							
L.2.1 Se foi diagnosticado com covid-19 você foi hospitalizado?						L.2.1	
(0) Não							
(1) Sim Quantos dias?							
(77) NSA							
(88) NS							
(99) NR							
L.2.2 Se foi diagnosticado com covid-19 que sintomas você teve?							
	Sim	Não	NSA	NS	NR		
L.2.2a Febre	1	0	77	88	99		L.2.2a
L.2.2b Tosse	1	0	77	88	99		L.2.2b
L.2.2c Falta de ar	1	0	77	88	99		L.2.2c
L.2.2d Diarreia	1	0	77	88	99		L.2.2d
L.2.2e Vômitos	1	0	77	88	99		L.2.2e
L.2.2f Perda temporária de olfato	1	0	77	88	99		L.2.2f
L.2.2g Não teve sintomas	1	0	77	88	99		L.2.2g
L.2.3 Se não foi diagnosticado com covid-19 você teve algum dos seguintes sintomas desde o início de 2020?							
	Sim	Não	NSA	NS	NR		
L.2.3a Febre	1	0	77	88	99		L.2.3a
L.2.3b Tosse	1	0	77	88	99		L.2.3b
L.2.3c Falta de ar	1	0	77	88	99		L.2.3c
L.2.3d Diarreia	1	0	77	88	99		L.2.3d
L.2.3e Vômitos	1	0	77	88	99		L.2.3e
L.2.3f Perda temporária de olfato	1	0	77	88	99		L.2.3f
L.2.3g Não teve sintomas	1	0	77	88	99		L.2.3g
L.3 Um amigo próximo ou membro da família foi diagnosticado com covid-19?						L.3	
(0) Não							
(1) Sim							
(88) NS							
(99) NR							
L.4 Quais medidas você adotou para se proteger do coronavírus?						L.4a	
	Sim	Não	NSA	NS	NR		

L.4a Cancelei uma visita a um serviço de saúde	1	0	77	88	99	
L.4b Visitei um serviço de saúde	1	0	77	88	99	L.4b
L.4c Recebi uma visita de profissional de saúde	1	0	77	88	99	L.4c
L.4d Usei máscara facial	1	0	77	88	99	L.4d
L.4e Lavei/higienizei as mãos	1	0	77	88	99	L.4e
L.4f Trabalhei ou estudei em casa	1	0	77	88	99	L.4f
L.4g Cancelei ou adiei atividades	1	0	77	88	99	L.4g
L.4h Estoquei água ou alimentos	1	0	77	88	99	L.4h
L.4i Orei	1	0	77	88	99	L.4i
L.4j Evitei lugares públicos/multidões	1	0	77	88	99	L.4j
L.4k Evitei o contato pessoal com pessoas de alto risco	1	0	77	88	99	L.4k
L.4l Evitei o contato pessoal com amigos ou família	1	0	77	88	99	L.4l
L.4m Me isolei de outra(s) pessoa(s) que vive(m) comigo	1	0	77	88	99	L.4m
L.4n Adiei ou cancelei viagem	1	0	77	88	99	L.4n
L.4o Não realizei nenhuma dessas etapas	1	0	77	88	99	L.4o
L.4p Outras (especifique)	1	0	77	88	99	L.4p
L.5 Quais das seguintes ações você está realizando para ajudar sua família, amigos ou sua comunidade a responder à pandemia covid-19 e às regras de distanciamento social?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
L.5a Conseguindo comida ou remédios para os vizinhos	1	0	77	88	99	L.5a
L.5b Doando sangue	1	0	77	88	99	L.5b
L.5c Doando dinheiro	1	0	77	88	99	L.5c
L.5d Contatando amigos ou família	1	0	77	88	99	L.5d
L.5e Prestando cuidados a crianças	1	0	77	88	99	L.5e
L.5f Não estou realizando nenhuma ação nova	1	0	77	88	99	L.5f
L.5g Outras (especifique)	1	0	77	88	99	L.5g
L.6 Em comparação com os meses anteriores ao início da pandemia, como mudou a frequência de sua comunicação com amigos íntimos e familiares? (0) Eu me comunico com eles com mais frequência do que antes (1) Eu me comunico com eles da mesma forma que antes (2) Eu me comunico com eles com menos frequência do que antes						
L.7 Como você continua mantendo contato com outras pessoas?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
L.7a Fala pessoalmente	1	0	77	88	99	L.7a
L.7b Pelas redes sociais	1	0	77	88	99	L.7b
L.7c Com ligações telefônicas	1	0	77	88	99	L.7c

L.7d Pelo correio	1	0	77	88	99	L.7d _____
L.7e Com videochamadas	1	0	77	88	99	L.7e _____
L.7f Por mensagens de texto	1	0	77	88	99	L.7f _____
L.7g Por e-mail	1	0	77	88	99	L.7g _____
L.7h Nenhuma das anteriores	1	0	77	88	99	L.7h _____
L.7i Outro (especifique)	1	0	77	88	99	L.7i _____
L.8 Com que frequência você se comunica com outras pessoas? (1) Diariamente (2) Várias vezes por semana (3) Uma vez por semana (4) 1-2 vezes por mês (5) Raramente ou nunca (77) NSA (88) NS (99) NR						L.8 _____
L.9 Antes de quaisquer regras de distanciamento social entrarem em vigor, você mantinha contato regular com crianças pequenas (em idade escolar ou menores)? (0) Não (1) Sim (77) NSA (88) NS (99) NR						L.9 _____
L.9.1 Se sim, com que frequência você via crianças pequenas? (0) Diariamente (1) Várias vezes por semana (2) Uma vez por semana (3) 1-2 vezes por mês (77) NSA (88) NS (99) NR						L.9.1 _____
L.10 Quanto seu sono foi interrompido ou perturbado por causa da preocupação com a pandemia? (1) Nem um pouco (2) Um pouco (3) Muito (77) NSA (88) NS (99) NR						L.10 _____
L.11 Quem está lhe fornecendo apoio social durante a pandemia?						
	Sim	Não	NSA	NS	NR	
L.11a Alguém com quem moro	1	0	77	88	99	L.11a _____
L.11b Amigo ou familiar que passa por minha casa	1	0	77	88	99	L.11b _____
L.11c Amigo ou familiar com quem falo ao telefone (ou chat de vídeo)	1	0	77	88	99	L.11c _____
L.11d Não tenho apoio	1	0	77	88	99	L.11d _____
L.11e Outro (especifique)	1	0	77	88	99	L.11e _____

<p><u>L.12</u> Quanta dificuldade você tem para obter os alimentos de que precisa por causa da pandemia da covid-19 ou regras de distanciamento social?</p> <p>(0) Nenhuma (1) Alguma (2) Muita (3) Incapaz ou muita dificuldade (77) NSA (88) NS (99) NR</p>						<u>L.12</u>
<p><u>L.13</u> Quanta dificuldade você tem para obter o medicamento de que precisa por causa da pandemia da covid-19 ou regras de distanciamento social?</p> <p>(0) Nenhuma (1) Alguma (2) Muita (3) Incapaz ou muita dificuldade (77) NSA (88) NS (99) NR</p>						<u>L.13</u>
<p><u>L.14</u> Quanta dificuldade você tem em obter cuidados médicos de rotina de que precisa por causa da pandemia da covid-19 ou regras de distanciamento social?</p> <p>(0) Nenhuma (1) Alguma (2) Muita (3) Incapaz ou muita dificuldade (77) NSA (88) NS (99) NR</p>						<u>L.14</u>
<p><u>L.15</u> Você sente/sentiu ansiedade devido à pandemia?</p> <p>(0) Quase nunca (1) Algumas vezes (2) Frequentemente (77) NSA (88) NS (99) NR</p>						<u>L.15</u>
<p><u>L.16</u> Você se sente/sentiu deprimido devido à pandemia?</p> <p>(0) Quase nunca (1) Algumas vezes (2) Frequentemente (77) NSA (88) NS (99) NR</p>						<u>L.16</u>
Horário de término:						

ANEXOS

Anexo A. Parecer do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade de Passo
Fundo

PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DA EMENDA

Título da Pesquisa: CENSO DAS CONDIÇÕES DE VIDA E SAÚDE DOS IDOSOS NO MUNICÍPIO DE COXILHA-RS

Pesquisador: Ana Luisa Sant Anna Alves

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 70279617.9.0000.5342

Instituição Proponente: FUNDACAO UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 4.586.122

Apresentação do Projeto:

O envelhecimento populacional é uma realidade em todo o mundo, embora tenha acontecido em momentos e de formas distintas nas diferentes regiões. Será realizado um censo com idosos residentes no município de Coxilha. O estudo tem delineamento transversal de base populacional. Será realizado um estudo com todos os idosos residentes na zona urbana e rural do município de Coxilha-RS. O município é de pequeno porte, situado no planalto médio do Rio Grande do Sul. De acordo com o último censo (2010), a população total é de 2.826 pessoas, sendo que 12,5% são idosos (N=353). Para localizar os 353 idosos será realizado contato com as equipes de Estratégia Saúde da Família, uma vez que, o município tem 100% de cobertura. Assim, serão identificados os domicílios cadastrados com moradores idosos. A coleta de dados será realizada através de inquérito domiciliar utilizando-se um questionário estruturado, uma adaptação do questionário da Pesquisa Saúde, Bem-estar e Envelhecimento – SABE, preservando ajustes realizados por Morais (2007). A entrevista inclui sete Seções, sendo elas: A) Informações pessoais e familiares, B) Avaliação cognitiva, C) Condições de moradia, D) Condições de saúde e hábitos de vida, E) Avaliação funcional, F) Uso e acesso aos serviços de saúde e G) Apoio familiar e social. As entrevistas serão realizadas por entrevistadores treinados pelos autores do estudo. Os entrevistadores serão em número de quatro, escolhidos intencionalmente para esse fim, voluntários, tendo como critério único possuir formação universitária na área da saúde. Os dados

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo/Reitoria 4 andar

Bairro: São José

CEP: 99.052-900

UF: RS

Município: PASSO FUNDO

Telefone: (54)3316-8157

E-mail: cep@upf.br

Continuação do Parecer: 4.586.122

serão digitados e analisados em software de estatística. Para as variáveis quantitativas será testada a normalidade através do teste de Kolmogorov-Smirnov e após serão calculadas as medidas de tendência central e dispersão. Para as variáveis qualitativas serão apresentadas as frequências absolutas e relativas simples. Para as análises bivariadas será aplicado o teste Qui-quadrado e para as análises multivariadas será aplicada a Regressão de Poisson.

Objetivo da Pesquisa:

Objetivo Primário:

Conhecer as condições de vida e da saúde dos idosos residentes em um município do interior do Rio Grande do Sul.

Objetivo Secundário:

Descrever as características demográficas e socioeconômicas dos idosos residentes no município de Coxilha-RS. Identificar as condições de saúde e hábitos de vida dos idosos residentes nesse município. Analisar dados relativos ao uso e acesso ao serviço de saúde e a rede de apoio social e familiar para o cuidado dos idosos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Riscos:

Por tratar-se de estudo observacional os riscos são mínimos, mas há possibilidade de constrangimento e cansaço durante os questionamentos, caso o participante do estudo queira interromper ou retirar o seu consentimento os autores se comprometem em atender a vontade do idoso.

Benefícios:

Quanto aos benefícios, os idosos receberão informações sobre promoção da saúde e prevenção de doenças. Como benefício indireto, os resultados irão contribuir para a organização e reorganização das equipes de Estratégia Saúde da Família do município. Assim como, avaliar a possibilidade de implementação do Núcleo de Apoio à Estratégia Saúde da Família (NASF).

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

Tipo de estudo: Será realizado um censo com idosos residentes no município de Coxilha. O estudo tem delineamento transversal de base populacional.

Período de realização: o estudo será conduzido de dezembro de 2017 a dezembro de 2019.

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo/Reitoria 4 andar
Bairro: São José **CEP:** 99.052-900
UF: RS **Município:** PASSO FUNDO
Telefone: (54)3316-8157 **E-mail:** cep@upf.br

UNIVERSIDADE DE PASSO
FUNDO/ VICE-REITORIA DE
PESQUISA E PÓS-
GRADUAÇÃO - VRPPG/ UPF



Continuação do Parecer: 4.586.122

Local, população e amostra: será realizado um estudo com todos os idosos residentes na zona urbana e rural do município de Coxilha-RS. O município é de pequeno porte, situado no planalto médio do Rio Grande do Sul. De acordo com o último censo (2010), a população total é de 2.826 pessoas, sendo que 12,5% são idosos (N=353).

Critérios de inclusão: são incluídos idosos (idade maior ou igual a 60 anos), de ambos os sexos; possuir no ato da aplicação do questionário condições cognitivas para responder os questionamentos e/ou a presença de um familiar ou cuidador para auxiliar ou efetuar as respostas; moradores das zona urbana e rural de Coxilha-RS.

Seleção dos participantes: para localizar os 353 idosos será realizado contato com as equipes de Estratégia Saúde da Família, uma vez que, o município tem 100% de cobertura. Assim, serão identificados os domicílios cadastrados com moradores idosos.

Procedimentos, variáveis e instrumentos: A coleta de dados será realizada através de inquérito domiciliar utilizando-se um questionário estruturado, uma adaptação do questionário da Pesquisa Saúde, Bem-estar e Envelhecimento – SABE, preservando ajustes realizados por Morais (2007). A entrevista inclui sete Seções, sendo elas: A) Informações pessoais e familiares, B) Avaliação cognitiva, C) Condições de moradia, D) Condições de saúde e hábitos de vida, E) Avaliação funcional, F) Uso e acesso aos serviços de saúde e G) Apoio familiar e social.

As entrevistas serão realizadas por entrevistadores treinados pelos autores do estudo. Os entrevistadores serão em número de quatro, escolhidos intencionalmente para esse fim, voluntários, tendo como critério único possuir formação universitária na área da saúde.

Aspectos éticos: O projeto foi enviado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Passo Fundo para apreciação e aprovação. Além disso, os indivíduos serão preservados através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Por tratar-se de estudo observacional os riscos são mínimos, mas há possibilidade de constrangimento e cansaço durante os questionamentos, caso o participante do estudo queira interromper ou retirar o seu consentimento os autores se comprometem em atender a vontade do idoso. Quanto aos benefícios, os idosos receberão informações sobre promoção da saúde e prevenção de doenças. Como benefício indireto, os resultados irão contribuir para a organização e reorganização das equipes de Estratégia Saúde da Família do município. Assim como, avaliar a possibilidade de implementação do Núcleo de Apoio à Estratégia Saúde da Família (NASF).

Processamento e análise dos dados: os dados serão digitados e analisados em software de estatística. Para as variáveis quantitativas será testada a normalidade através do teste de Kolmogorov-Smirnov e após serão calculadas as medidas de tendência central e dispersão. Para

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo/Reitoria 4 andar

Bairro: São José

CEP: 99.052-900

UF: RS

Município: PASSO FUNDO

Telefone: (54)3316-8157

E-mail: cep@upf.br

UNIVERSIDADE DE PASSO
FUNDO/ VICE-REITORIA DE
PESQUISA E PÓS-
GRADUAÇÃO - VRPPG/ UPF



Continuação do Parecer: 4.586.122

as variáveis qualitativas serão apresentadas as frequência absolutas e relativas simples. Para as análises bivariadas será aplicado o teste Qui-quadrado e para as análises multivariadas será aplicada a Regressão de Poisson.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Vide Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Emenda recebida e aprovada

Considerações Finais a critério do CEP:

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_171326_1_E1.pdf	05/03/2021 15:43:01		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	05/03/2021 15:42:19	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito
Outros	NOTA_DE_ESCLARECIMENTO.pdf	05/03/2021 15:41:38	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_de_Pesquisa.pdf	27/06/2017 09:04:49	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto_assinada.pdf	27/06/2017 09:03:49	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Declaracao_ao_CEP.pdf	23/06/2017 09:36:03	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito
Outros	QUESTIONARIO.pdf	23/06/2017 09:33:49	Ana Luisa Sant Anna Alves	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo/Reitoria 4 andar
Bairro: São José **CEP:** 99.052-900
UF: RS **Município:** PASSO FUNDO
Telefone: (54)3316-8157 **E-mail:** cep@upf.br

UNIVERSIDADE DE PASSO
FUNDO/ VICE-REITORIA DE
PESQUISA E PÓS-
GRADUAÇÃO - VRPPG/ UPF



Continuação do Parecer: 4.586.122

PASSO FUNDO, 11 de Março de 2021

Assinado por:
Felipe Cittolin Abal
(Coordenador(a))

Endereço: BR 285- Km 292 Campus I - Centro Administrativo/Reitoria 4 andar
Bairro: São José **CEP:** 99.052-900
UF: RS **Município:** PASSO FUNDO
Telefone: (54)3316-8157 **E-mail:** cep@upf.br



UPF

UNIVERSIDADE
DE PASSO FUNDO

UPF Campus I - BR 285, São José
Passo Fundo - RS - CEP: 99052-900
(54) 3316 7000 - www.upf.br