

**Perfil del estilo de vida individual de adultos mayores, con base en el
Pentáculo del Bienestar**

Perfil do estilo de vida de idosos, com base no Pentáculo do Bem-estar

**Profile of the individual lifestyle of the elderly, based on the well-being
Pentacle**

Lima, Wilma Resende¹

Santos, Vanei Pimentel²

Braga, Antonia dos Reis³

Ciosak, Suely Itsuko⁴

Introdução: O Estilo de vida caracteriza-se por padrões de comportamento identificáveis e está relacionado a aspectos que refletem atitudes, valores e oportunidades na vida. Nossos hábitos dizem quem somos, como costumamos trabalhar e as expectativas que temos em relação ao mundo e as pessoas.

Objetivo: conhecer o estilo de vida individual ou de grupos na perspectiva de bem-estar de idosos com 80 anos e mais.

Metodologia: estudo descritivo, quantitativo, realizado em julho de 2012, que contabilizou 4037 idosos muito velhos cadastrados nas Regiões de Saúde do município de Aracaju -SE, Brasil, que preencheram os requisitos de inclusão e concordaram participar da pesquisa. A entrevista foi realizada no domicílio dos idosos através de dois formulários. Um de identificação sociodemográficos, econômicos e de saúde, e o formulário do Estilo de Vida Individual (PEVI)-Pentáculo do Bem Estar.

Resultado: participaram 524 idosos, 70,4% do sexo feminino, faixa etária variou de 80 a 108 anos, constituído de 26,0% de analfabetos e 41,0% um a três anos de estudo; predomínio da viuvez 54,6% nas mulheres. 43,7% vive com os filhos e a renda familiar com 53% de um a três salários mínimos. Os componentes para uma vida saudável onde o ideal é 3 obtiveram o seguinte: nutrição- 2,69; atividade física- 1,2; comportamento preventivo- 2,10; relacionamento social- 2,44 e controle de estresse- 2,71.

Conclusão: os dados indicaram que os idosos muito velhos apresentam bons indicadores sociodemográficos e de acordo com o Pentáculo do Bem Estar uma qualidade de vida para um envelhecimento saudável.

Palavras Chaves: Estilo de Vida, Pentáculo do Bem- Estar, Idoso.

¹ Pós doutoranda da Escola de Enfermagem da USP, Professora Associada da Universidade Federal de Sergipe. E-mail: viilmaresende@yahoo.com.br

² Enfermeiro do Hospital Universitário de Campina Grande-PB.

³ Docente da Escola Técnica de Enfermagem de Feira de Santana-BA.

⁴ Doutora, Livre-docente, Professora Associada-3 do Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva da Escola de Enfermagem da USP. E-mail: siciosak@usp.br

