



# Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

## UMA ANÁLISE DO BEM-ESTAR SUBJETIVO EM IDOSOS

Samara Pereira Cabral  
[samarapcj@hotmail.com](mailto:samarapcj@hotmail.com)

Graciara Alves dos Santos  
[gracijp@hotmail.com](mailto:gracijp@hotmail.com)

Jéssica Lúcia da Silva Bulhões - UFPB  
[jessyka\\_lucia@hotmail.com](mailto:jessyka_lucia@hotmail.com)

Juliete de Souza Figueiredo - UFPB  
[juliete\\_eu@hotmail.com](mailto:juliete_eu@hotmail.com)

Liliane Cunha da Silva - UFPB  
[liliane-lcs@hotmail.com](mailto:liliane-lcs@hotmail.com)

### 1. INTRODUÇÃO

Nos dias atuais o uso de termo como “envelhecimento ideal” ou “bem sucedido” tem estado em destaque com mais frequência nas literaturas teóricas e de pesquisa. No entanto, essas expressões entram em controvérsias por indicarem geralmente a existência de um modo certo ou melhor, para se envelhecer. Todavia, algumas pessoas na terceira idade conseguem desfrutar de maneira mais proveitosa essa fase do que outras. “Crescer ao envelhecer é possível; e muitas outras pessoas nessa idade que se sentem saudáveis, competentes e no controle de suas vidas, vivenciam este último estágio de vida como uma fase positiva” (PAPALIA; OLDS, FELDMAN, 2009 p.670).

Dessa forma, o envelhecimento pode ser visto sob uma ótica positiva, levando em consideração as experiências perpetuadas, os valores construídos, os objetivos e metas alcançadas e as oportunidades vividas. Partindo dessa premissa é possível avaliar esta fase da vida a partir de aspectos positivos e negativos, o que remete a



# Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

reflexão sobre o *Bem-Estar Subjetivo*, um campo de estudos no qual procura compreender as avaliações que as pessoas fazem de suas vidas (ALBUQUERQUE, TRÓCCOLI, 2004 p. 153).

Esse campo teve um crescimento acelerado na última década, revelando como seus principais tópicos de pesquisa satisfação e felicidade. Essas avaliações devem ser cognitivas (satisfações globais) e devem incluir também uma análise pessoal sobre a frequência com que se experimentam emoções positivas e negativas. Assim, o conceito de Bem Estar Subjetivo surgiu no final dos anos 50, quando se buscavam indicadores de qualidade de vida para monitorar as mudanças e implantação de políticas sociais (SIQUEIRA, PADOVAM, 2008 p. 202).

A composição emocional do conceito *Bem Estar Subjetivo* inclui um balanço entre duas dimensões emocionais: emoções positivas e emoções negativas. Para que represente uma dimensão válida, é necessário resultar em uma relação positiva entre as emoções vividas, ou seja, a vivência de mais emoções positivas do que negativas no decorrer da vida.

Deste modo, o presente estudo objetiva analisar o Bem Estar Subjetivo em uma população idosa na cidade de João Pessoa, tendo em vista analisar igualmente os aspectos envolvidos nesse construto.

## 2. MÉTODO

### 2.1. Participantes

Participaram desta pesquisa 20 idosos sendo 20% do sexo masculino e 80% do sexo feminino. A idade dos respondentes variou de 60 a 85 anos (M= 70; DP= 7,86) com a maioria de escolaridade analfabeta (40,0%). A maior parte da população foi composta de idosos aposentados (70,0%), os quais não executam outros tipos de atividades remuneradas (75,0%), assim como não exercem nenhuma atividade física (70%).

## **2.2. Instrumentos**

Utilizou-se como fonte de dados a escala de Bem Estar Subjetivo (Subjective Well-Being Scale - SWBS) de Lawrence e Liang (1988), composta por 15 itens relativos a quatro subdimensões: satisfação de vida, felicidade, afeto positivo e afeto negativo. Os itens de resposta do instrumento varia de 1 (discordo plenamente) a 5 (concordo completamente). Dessa forma, os participantes foram solicitados a marcar nos espaços correspondentes à pontuação que se relacionava as condições e julgamentos próprios de suas vidas.

## **2.3. Procedimentos**

A coleta dos dados foi realizada aleatoriamente com idosos em suas próprias residências. Os aplicadores foram estudantes universitários treinados previamente para tal procedimento. Inicialmente se fornecia informações ao possível participante sobre o objetivo do estudo, deixando claro que o mesmo não estava vinculado a nenhuma instituição política. Informava sobre a inexistência de respostas certas ou erradas, e o direito de optar por responder ou não o questionário, sendo garantido o seu anonimato. Após a comunicação dessas questões, caso o sujeito concordasse em participar, dava-se inicio a aplicação do questionário.

Durante todo o processo da pesquisa foram obedecidos os princípios éticos utilizados em pesquisas com seres humanos estabelecidos na Portaria 196/96 e 251/97 do Conselho Nacional de Saúde que garantem ao participante o sigilo das informações fornecidas, a manutenção de sua privacidade, do seu anonimato, o direito de interromper a entrevista em qualquer momento de sua realização.

## **2.4. Análise de dados**

O programa SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) foi utilizado para realizar as análises estatísticas necessárias, tais como, média, frequência e análises descritivas.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

De acordo com os dados obtidos observou-se na população foco do estudo que apresentou maior satisfação quanto a vida no tocante a vida no presente e no passado, porém no futuro apresentaram-se divididos quanto a melhores condições de vida, pontuando no item “*minha vida poderia estar melhor*” um escore de 40%. Em contrapartida 100% da amostra afirmou se considerar uma pessoa feliz, quando pontuaram no item 15 do instrumento valores positivos.

Assim, nos oito itens da escala que se relacionam a situações, estados e posturas positivas em relação à vida, os participantes demarcaram respostas correspondentes a tais, observando assim que a condição de ser idoso não interfere na percepção que os sujeitos têm com relação suas vidas, ainda que tenham problemas e dificuldades.

Um possível fator que justifique o exposto, seja o fato da população em foco ter algum tipo de religião, o qual influencia diretamente na maneira de observar a vida e se posicionar quanto as situações que a cercam. Dessa forma, pode-se dizer que no tocante a avaliação do bem estar subjetivo da amostra encontra-se em estado positivo, valorizando a vida e suas experiências de forma satisfatória.

### **4. CONCLUSÃO**

Assim, frete ao exposto confirma-se a ideia de que a idade tardia ou velhice pode ser observada sob a óptica positiva levando em consideração experiências vivenciadas, a maturidade e sabedoria adquirida e o aprendizado construído. Dessa forma, quando se remete a refletir sobre a vida associa-se diretamente aos efeitos

positivos e negativos que a mesma proporciona e as situações ocorridas durante ela, delimitando assim uma percepção particular, pessoal, própria do indivíduo, que baseia-se em suas experiências e externa através de ações e percepções. Logo, tal avaliação cognitiva se faz extremamente pertinente na fase idosa, que é demarcada pelos aspectos citados anteriormente. Portanto, é imprescindível ressaltar a limitação do estudo sendo necessário pesquisas mais amplas para apreender dados suficientes para uma melhor verificabilidade do estudo. Além disso, percebe-se necessário expandir esse tipo de estudo para outros contextos ainda pouco explorados, com vista à dinamização acadêmica.

#### **REFERÊNCIAS**

Albuquerque AS, Tróccoli BT. Desenvolvimento de uma Escala Bem-estar de Subjetivo. Rev. Psicologia: Teoria e Pesquisa. 2004 mai-ago: 20(2); 153-64.

Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. Desenvolvimento Humano. 10.ed. Porto Alegre: AMGH; 2010.

Siqueira MMM, Padovam VAR. Bases teóricas de Bem-Estar Subjetivo, Bem-Estar Psicológico e Bem-Estar no Trabalho. Rev. Psicologia: Teoria e Pesquisa. 2008: 24(2); 201-09.