



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

O estudo teve objetivo analisar a influência do conhecimento em saúde na adesão à prática regular de atividade física, observando a percepção de mudança e importância da atividade física relatada pelos integrantes de Grupo de idosos na cidade de Esperança, Paraíba. O estudo se caracterizou do tipo descritivo. A amostra foi constituída por 45 idosos, participantes regulares do Grupo Lírio Verde da Melhor Idade em Esperança-PB. Foi utilizado o questionário de Baecke modificado para idosos, além de um questionário sobre a percepção dos idosos sobre o conteúdo educativo do programa implementado e a sua influência na mudança de comportamento. Na análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva. Como resultados os idosos atribuíram elevada importância às informações em saúde realizada pelo programa e, dentre as mudanças relatadas a maioria dos idosos (70,5%) percebeu melhora em relação aos aspectos preventivos à saúde, 25% relatou melhora no conhecimento após o Programa e 4,5% respondeu ter melhorado a autoestima. Quanto à motivação através das aulas e a mudança para um estilo de vida ativo cerca de 88,6% relatou que o programa o incentivou a colocar em prática os conhecimentos. Quanto à importância da atividade física na vida dos idosos 97,7% dos idosos classificaram entre bom, muito bom e excelente. A frequência da prática regular de atividade física após o Programa foi de 59%. Concluiu-se que a maioria dos idosos perceberam efeitos positivos do contexto educativo do Programa desenvolvido, sentindo-se motivados à mudança de comportamento, através da adesão à prática regular de atividades físicas.



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br