

## AVALIAÇÃO DA PERCEPÇÃO DE FELICIDADE: UM ESTUDO COM IDOSOS DO DISTRITO FEDERAL

Patrícia Galdino de Andrade Wollmann<sup>1</sup>  
Gislane Ferreira de Melo<sup>2</sup>

### RESUMO

Com o aumento crescente da população idosa, verifica-se a necessidade de novas políticas públicas relacionadas ao bem-estar subjetivo desta população. A relação da concepção de felicidade e saúde dos idosos evidencia muitas vezes o comprometimento funcional que interfere diretamente na sua percepção de felicidade. Dessa forma, esse estudo tem por objetivo verificar o nível de felicidade em idosos no Distrito Federal-DF. Trata-se de uma pesquisa transversal que envolveu o estudo descritivo em que foi utilizado como técnica de coleta de dados o questionário sociodemográfico e questionário desenvolvido pelos os pesquisadores. Participaram da pesquisa 305 idosos, homens e mulheres que frequentam Centros de Convivência no Distrito Federal - DF, com média de idade de  $69,8 \pm 7,2$ . Conclusão: Foi observado que o sentimento mais frequente foi a confiança e a emoção mais presente foi a alegria, tendo os idosos desse estudo apresentam uma boa percepção do processo de envelhecimento.

**Palavras-chave:** felicidade, bem-estar subjetivo, envelhecimento, idoso.

### INTRODUÇÃO

O Brasil aponta um processo de envelhecimento mais rápido, o que diverge do que foi observado nos países mais envelhecidos, nos quais a reestruturação demográfica se iniciou bem antes e se deu em um intervalo de tempo maior (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

Por esse motivo, o envelhecimento da população é atualmente um dos indicadores demográficos mais preocupantes no mundo. Apesar de verificar que o envelhecimento é um processo multidimensional, que sofre influência de diversos fatores intrínsecos e extrínsecos, sendo composto por um conjunto de alterações morfológicas, fisiológicas, e psicológicas, é também considerado uma fase crítica do desenvolvimento humano, que engloba o declínio e perdas em vários domínios da vida (BARBOSA et al., 2017).

O modo como as pessoas percebem seu próprio envelhecimento pode modificar a funcionalidade do organismo, perceptíveis tanto no viés comportamental, isto é, implementando um estilo de vida mais saudável, quanto no viés biológico, por meio de uma

---

<sup>1</sup> Doutoranda do Programa Stricto Sensu de Gerontologia da Universidade Católica de Brasília - UCB, [patricia.wollmandf@gmail.com](mailto:patricia.wollmandf@gmail.com)

<sup>2</sup> Docente do Programa Stricto Sensu de Gerontologia da Universidade Católica de Brasília - UCB, [gmelo@ucb.br](mailto:gmelo@ucb.br)

melhor capacidade do organismo de produzir uma resposta imunológica eficiente contra substâncias estranhas, e, também, no viés psicológico, quando os idosos pensam e agem positivamente influenciando na sua capacidade funcional (KLEINSPEHN-AMMERLAHN; KOTTER-GRÜHN; SMITH, 2008).

A satisfação com a vida e a felicidade podem estar profundamente relacionadas com o envelhecer bem e evidenciam elementos da experiência subjetiva em que se valoriza o otimismo, a esperança, a religiosidade, o trabalho, a família, as amizades, a saúde, bem como o alcance dos objetivos individuais e a capacidade cognitiva do sujeito (PORTELLA et al., 2017). AmatuZZi e Luz, (2008) relatam que indivíduos mais felizes apresentam uma melhor adaptação das alterações decorrentes do processo de envelhecimento.

Sabendo que o envelhecimento requer adaptação e aceitação, este estudo tem o propósito de avaliar a percepção da felicidade em idosos do Distrito Federal diante dessa nova realidade vivida, e desta forma, contribuir para a implementação de políticas sociais e alternativas intervencionistas visando à melhora da qualidade de vida e promovendo um melhor nível de bem-estar deste grupo.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo transversal qualitativo descritivo. O estudo foi realizado no período de dezembro de 2019 a fevereiro de 2020, com idosos participantes com idade mínima de 60 anos e máxima de 92 anos do Distrito Federal- DF. A amostra foi aleatória e participaram da pesquisa 305 idosos com média de idade para ambos de  $69,8 \pm 7,2$  anos, sendo 75 homens e 230 mulheres.

Foi utilizado um questionário como técnica de coleta de dados e abordagem aos idosos explicando o objetivo da pesquisa e a forma como seria executada. A entrevista foi realizada individualmente e apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido aos envolvidos conforme a resolução nº466/12. Para o presente estudo foram utilizadas questões referentes ao conceito de felicidade, sentimentos e emoções como: “O que é felicidade para você? Qual o sentimento mais presente em você? Qual a emoção mais presente em você?”

Foram incluídos no estudo pessoas que concordaram em participar e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de exclusões foram: idosos que não tinham condições de responder aos questionários e com resultado do Mini Exame do Estado Mental (MEEM) menor do que os parâmetros apresentados.

Logo após a explicação, os idosos responderam a um questionário sócio demográfico, desenvolvido pelos pesquisadores que englobava idade, estado civil, e dados referentes à atividade econômica e outros, seguido de uma entrevista estruturada com as questões que envolvem felicidade, sentimentos e emoções.

Na primeira etapa de análise, foi realizada a transcrição das entrevistas. Após a transcrição, o texto foi preparado para avaliação por meio do software IRAMUTEQ (Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires) desenvolvido por Pierre Ratinaud em 2009.

Para caracterizar a amostra foi utilizado o programa estatístico Software Statistical Package for Social Science - SPSS 21.0 para Windows, onde foram realizadas as medidas descritivas representadas por média, desvio padrão e frequências.

Objetivando respeitar integralmente os dispositivos expostos junto à Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), o presente projeto foi submetido à análise Bioética junto ao Comitê de Ética e Pesquisa (UCB) da Universidade Católica de Brasília-DF, sendo o mesmo aprovado sob o Parecer nº 3.990.089 (ANEXO II).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A composição amostral foi de 305 idosos sendo 75,4% do sexo feminino e 24,6% do sexo masculino, com idade mínima de 60 anos e máxima 92 anos, média de idade para ambos  $69,8 \pm 7,2$  (Tabela 1).

Variáveis	Masculino		Feminino	
	N	%	N	%
<b>Faixa etária</b>				
60-69	32	42,6	137	59,6
70-79	23	30,6	72	31,3
+ 80	20	26,6	21	9,1
<b>Estado civil</b>	N	%	N	%
Casado	57	76	98	42,6
Solteiro	8	10,7	38	16,5
Divorciado	6	8,0	27	11,7
Viúvo	3	4,0	65	28,3
Outro	1	1,3	2	0,9
<b>Escolaridade</b>	N	%	N	%
Não Alfabetizado	13	17,3	44	13,5
Alfabetizado	7	9,3	61	23,5
Fundamental	24	32	111	37,8
Médio	28	37,3	74	20,0
Superior	3	4	15	5,2
<b>Religião</b>	N	%	N	%

Católica	42	56,0	143	62,2
Evangélica	22	29,3	64	27,8
Espírita	1	1,3	7	3,0
Outra	10	13,3	16	7,0
<b>Renda</b>				
1 salário mínimo	22	29,3	98	42,6
Mais de 1 a 3 salários mínimos	23	30,7	59	25,7
Mais de 3 a 6 salários mínimos	22	29,3	34	14,8
Mais de 6 a 10 salários mínimos	1	1,3	8	3,5
Mais de 10 salários mínimos	5	6,7	2	0,9
Nenhuma renda	2	2,7	29	12,6
Total de participantes	75		230	

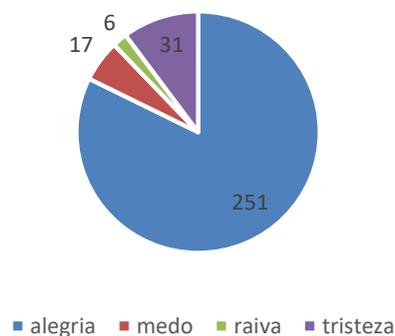
Fonte: Dados coletados pelos pesquisadores (2020).

Quanto a análise da pergunta, “Você se considera que é feliz?” verificou-se que 279 (91,5%) idosos(as) afirmaram que sim, 13(4,2%) às vezes e 13 (4,2%) afirmaram que não se consideram felizes. 72 (96%) homens afirmaram ser felizes, 1(1,3%) às vezes se consideram e 2 (2,6%) afirmam que não. Já as mulheres 207 (90%) afirmaram que sim, 12 (5,2%) às vezes e 11 (4,8%) afirmaram que não se consideram felizes.

Para verificar as emoções mais presentes nos idosos, foi utilizada como método a questão: Qual emoção mais presente em você? (Gráfico 1)

Gráfico 1 - Dados das emoções mais presentes de 305 idosos do Distrito Federal-DF, 2020

#### Emoção mais presente



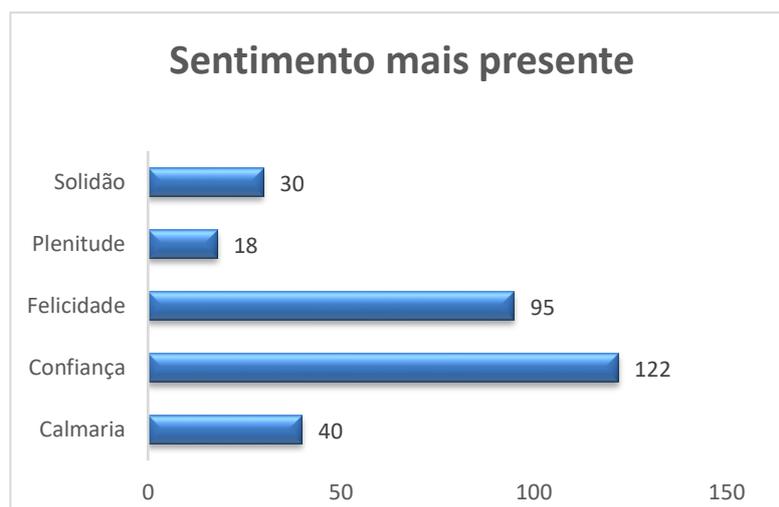
Fonte: Dados coletados pelos pesquisadores (2020)

Avaliar as emoções durante o processo de envelhecimento é também considerar suas repercussões para a saúde e qualidade de vida. A felicidade está intimamente associada a emoções mais positivas que são a base dos sentimentos subjetivos. Seligman (2010) descreve que as emoções podem ser orientadas para o passado, presente e futuro. As emoções positivas

referentes ao passado são os sentimentos de realização e satisfação, enquanto as emoções do presente referem-se aos prazeres e gratificações. Neste estudo o sentimento mais frequente foi a confiança, retratada por Seligman (2010) como uma das emoções positivas do futuro. Enquanto a emoção mais frequente foi a alegria, uma das formas pelas quais a felicidade pode ser exteriorizada, contudo é uma emoção momentânea, enquanto a felicidade é um estado de espírito (BETTO; BOFF; CORTELLA, 2016; VEENHOVEN, 2008).

Da análise das respostas dos idosos sobre: Qual sentimento presente em você? Verificou-se que homens e mulheres relataram apresentar maior sentimento de confiança (Gráfico 2). Nos homens os sentimentos mais frequentes foram: confiança 34 (45,3%) seguido de felicidade 22 (29,3%), calma 13 (17,3%), plenitude 5 (6,7%) e solidão 1 (1,3%). E nas mulheres os sentimentos mais descritos foram: confiança 88 (38,2%) também seguido de felicidade 73 (30,9%), solidão 29 (12,6%), calma 27 (11,7%) e plenitude 13 (5,7%).

Gráfico 2 - Dados dos sentimentos mais presentes de 305 idosos do Distrito Federal-DF, 2020



Fonte: Dados coletados pelos pesquisadores (2020)

A análise das respostas dos idosos, por meio do software IRAMUTEC, sobre “O que é felicidade para você?” resultou as seguintes palavras de maior incidência: família, ter saúde e estar em paz (Figura 1).

Figura 1- Dados de pesquisa. Nuvem de palavras sobre Felicidade para idosos do Distrito Federal, 2020



Fonte: Dados coletados pelos pesquisadores (2020). (Iramutec 7.2)

O conceito de felicidade descrito pelos os idosos, com maior frequência na nuvem de palavras, está relacionado a ter saúde. É amplamente reconhecido que o bem-estar e a felicidade podem influenciar no funcionamento do organismo, pois comportamentos positivos podem contribuir para a prevenção e promoção da saúde, além de colaborar com os mecanismos de enfrentamento das doenças (CAMALIONTE; BOCCALANDRO, 2017; CINTRA, 2017; VEENHOVEN, 2008). Segundo Kaur, Kaur (2016), Seligman (2010) e Tov, Diener (2007), indivíduos com níveis mais altos de felicidade são mais precavidos com a saúde pois apresentam melhores hábitos, imunidade mais ativa, pressão arterial dentro dos padrões normais, além do aumento da longevidade.

A palavra família tem posição de destaque na nuvem de palavras sobre o conceito de felicidade. Foi descrita pelos idosos, que a felicidade é estar com a família, filhos, mãe, pai e irmãos. Segundo estudiosos a família que caminha em harmonia promove estabilidade e proteção durante a velhice e, dessa forma, é vital para o bem-estar do idoso (AMATUZZI; LUZ, 2008). A família é um instituição positiva presente no envelhecimento, sendo responsável, entre outros elementos, pelo cuidado (COLUSSI; PICHLER; GROCHOT, 2019; SELIGMAN, 2010). A família e as relações sociais são fatores preditivos importantes de felicidade e para um envelhecimento saudável (FREIRE et al., 2013).

Para um envelhecimento saudável alguns aspectos são importantes como, satisfação com vida, relacionamento social e familiar, satisfação das necessidades básicas, adaptação as mudanças relacionadas a idade, autoaceitação, estilo de vida, equilíbrio da capacidade funcional e da função cognitiva, autonomia entre outros (MANTOVANI; LUCCA; NERI, 2016).

Outro termo muito frequente na nuvem de palavras foi “estar em paz”. Frase relacionada a espiritualidade/religiosidade que está associada com nível de felicidade, satisfação com a vida e bem-estar (VALDIVIA, 2017). A espiritualidade, considerada uma força que promove prevenção e recuperação da saúde integral, e o autoconhecimento são fatores essenciais para o desenvolvimento pessoal durante o processo de envelhecimento (AMATUZZI; LUZ, 2008).

Sobre percepção do processo do envelhecimento 14 (18,7%) homens consideram excelente, 38 (50,7%) bom, 18 (24%) razoável e 5 (6,7%) ruim. Já as mulheres 31 (13,5%) consideraram sua saúde excelente, 121 (52,6%) bom, 51 (22,2) razoável, 17 (7,4) ruim e 10 (4,3%) péssimo.

O modo como as pessoas percebem seu próprio envelhecimento pode modificar a funcionalidade do organismo, perceptíveis tanto no viés comportamental, isto é, implementando um estilo de vida mais saudável, quanto no viés biológico, por meio de uma melhor capacidade do organismo de produzir uma resposta imunológica eficiente contra substâncias estranhas, e, também, no viés psicológico, quando os idosos pensam e agem positivamente influenciando na sua capacidade funcional (KLEINSPEHN-AMMERLAHN; KOTTER-GRÜHN; SMITH, 2008).

A satisfação com a vida e a felicidade podem estar profundamente relacionadas com o envelhecer bem e evidenciam elementos da experiência subjetiva em que se valoriza o otimismo, a esperança, a religiosidade, o trabalho, a família, as amizades, a saúde, bem como o alcance dos objetivos individuais e a capacidade cognitiva do sujeito (PORTELLA et al., 2017). AmatuZZi e Luz, (2008) relatam que indivíduos mais felizes apresentam uma melhor adaptação das alterações decorrentes do processo de envelhecimento.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos achados no presente estudo e em conformidade com diversos pesquisadores referidos, observa-se que a fonte da felicidade para os idosos situa-se no ter saúde, estar bem com a família e ter paz.

A maioria dos idosos entrevistados nesse estudo mantém uma boa percepção da própria saúde e está satisfeita em suas percepções no processo de envelhecimento. Para o idoso ter saúde está relacionada aos aspectos de preocupação com o bem-estar físico próprio, de familiares e/ou amigos, tanto no aspecto de melhora ou de possuir saúde.

Diante do exposto nesse estudo, chega-se à conclusão de que a família e a saúde são pilares para a felicidade do idoso. O relacionamento afetivo positivo com a família, contribui para um envelhecimento saudável.

## REFERÊNCIAS

- AMATUZZI, M. M.; LUZ, M. M. C. Vivências de felicidade de pessoas idosas. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 25, n. 2, p. 303–307, 2008.
- BARBOSA, K. T. F. et al. Envelhecimento e Vulnerabilidade Individual : Um Panorama dos idosos vinculados à estratégia saúde da família. **Texto e Contexto - Enfermagem**, v. 26, n. 2, p. 1–10, 2017.
- BETTO, F.; BOFF, L.; CORTELLA, M. S. **Felicidade foi-se embora?** Petrópolis- RJ: Vozes Nobilis, 2016.
- CAMALIONTE, L. G.; BOCCALANDRO, M. P. R. Felicidade e bem-estar na visão da psicologia positiva. **Bol. Acad. Paulista de Psicologia**, v. 37, n. 93, p. 206–227, 2017.
- CINTRA, C. L. Educação Positiva : A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. **Psicologia escolar e educacional**, v. 21, n. 3, p. 505–514, 2017.
- COLUSSI, E. L.; PICHLER, N. A.; GROCHOT, L. Percepções de idosos e familiares acerca do envelhecimento. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 22, n. 1, 2019.
- FREIRE, T. et al. Felicidade Hedônica e Eudaimônica: Um estudo com adolescentes portugueses. **Análise Psicológica**, v. 31, n. 4, p. 329–342, 2013.
- KAUR, H.; KAUR, R. Effects of materialism on work-related personal well-being. **The International Journal of Indian Psychology**, v. 3, n. 4, p. 38–52, 2016.
- KLEINSPEHN-AMMERLAHN, A.; KOTTER-GRÜHN, D.; SMITH, J. Self-perceptions of aging: Do subjective age and satisfaction with aging change during old age? **Journals of Gerontology - Series B Psychological Sciences and Social Sciences**, v. 63, n. 6, p. 377–385, 2008.
- MANTOVANI, E. P.; LUCCA, S. R. DE; NERI, A. L. Associações entre significados de velhice e bem-estar subjetivo. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 203–222, 2016.
- PORTELLA, M. R. et al. Felicidade e satisfação com a vida: voz de mulheres adultas e idosas. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, v. 14, n. 1, p. 93–101, 2017.
- SELIGMAN, M. E. P. **Felicidade autêntica: Usando a Nova Psicologia Positiva para a realização permanente**. Tradução N ed. Rio de Janeiro: Editora Objetiva, 2010.
- TOV, W.; DIENER, E. Culture and Subjective Well-Being. **Culture and subjective**



VALDIVIA, L. J. **Associação entre felicidade e espiritualidade em crianças e adolescentes saudáveis de escolas de porto alegre.** [s.l.] Universidade Federal do Rio Grande do Sul, 2017.

VEENHOVEN, R. Healthy happiness : effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. **Journal of Happiness Studies**, v. 9, p. 449–469, 2008.

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.



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** ESCALA DE FELICIDADE A PROPOSTA DE UM NOVO INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO PARA IDOSOS

**Pesquisador:** Patrícia Galdino de Andrade Wollmann

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 29434020.8.0000.0029

**Instituição Proponente:** Universidade Católica de Brasília - UCB

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

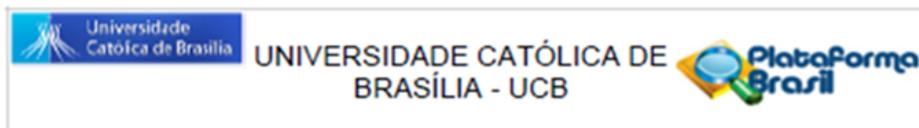
**Número do Parecer:** 3.990.089

**Apresentação do Projeto:**

Trata-se de projeto de pesquisa de doutorado intitulado "ESCALA DE FELICIDADE A PROPOSTA DE UM NOVO INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO PARA IDOSOS" do Programa de Pós-graduação em Gerontologia da Universidade Católica de Brasília, de autoria de Patrícia Galdino de Andrade Wollmann, sob orientação do Profa. Dra. Gislane Ferreira de Melo.

**RESUMO:**

Esta proposta de tese destaca o estudo da felicidade fundamentado em teorias da psicologia positiva, que acompanharam a evolução das pesquisas científicas. O estudo sobre felicidade e bem-estar subjetivo tem recebido cada vez mais atenção em diversas áreas de pesquisa, que enfocam sua conceituação como uma medida do constructo. O objetivo desta pesquisa é integrar e analisar o desenvolvimento e validação de uma nova medida, adaptado à realidade e especificidades socioculturais da população idosa do Brasil. O primeiro estudo desenvolvido aborda uma revisão sistemática dos instrumentos desenvolvidos para a avaliação de Felicidade e Bem-estar subjetivo. Foram analisados 30 instrumentos que avaliam felicidade e bem-estar subjetivo. Os itens analisados foram o objetivo do instrumento, amostras utilizadas para validação, fatores e domínios verificados pelos instrumentos, o índice de confiabilidade interna e o ano de desenvolvimento do instrumento. O segundo estudo visa avaliar a percepção do conceito de Felicidade e Bem-Estar por idosos de



Continuação do Parecer: 3.990.089

Cronograma	DE.pdf	14:01:37	Andrade Wollmann	Aceito
------------	--------	----------	------------------	--------

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

Assinado por:  
Adriana Cardoso Furtado  
(Coordenador(a))