

PROPOSTA DE ÍNDICE GERAL DE QUALIDADE DE VIDA A PARTIR DO INSTRUMENTO WHOQOL-BREVE EM ACADÊMICOS DE ENGENHARIA DA UTFPR

PAULO CESAR PAULINO

ANTONIO CARLOS DE FRANCISCO

Universidade Tecnológica Federal do Paraná Campus Ponta Grossa
Programa de Pós Graduação em Ensino de Ciência e Tecnologia – Stricto Sensu
Estado do Paraná, Brasil
paulino@utfpr.edu.br

INTRODUÇÃO

O avanço tecnológico permitiu ao homem confortos nunca antes vivenciados e, juntamente com a medicina, aumentou sua expectativa de vida. Apesar disso, o grande desafio atual é como aproveitar o conhecimento científico disponível ou a serem pesquisados em prol da melhoria da Qualidade de Vida mundial. O excesso de comodidade e alimentação modificada alteraram os comportamentos quanto à alimentação e atividade física, que são os dois dos principais componentes da qualidade de vida, aumentando drasticamente os casos de doenças crono-degenerativas de origem hipocinética ou de alimentação desequilibrada. Camadas da população antes protegidas, como as mulheres, em função da globalização equipararam-se em hábitos aos homens e hoje padecem dos mesmos males antes mais comumente encontrados nos homens.

A UTFPR, preocupada com a qualidade de vida do seu futuro profissional e no anseio de formar um engenheiro com visão diversificada nas várias áreas do conhecimento, incluiu na área de humanidades a disciplina optativa *Qualidade de vida*, procurando conscientizar o acadêmico da importância dos bons hábitos do estilo de vida. A disciplina é constituída de orientações teóricas e atividades práticas para que os alunos possam vivenciar os efeitos da atividade física em suas vidas.

Rosa (2002) propõe a reestruturação da oferta da disciplina de Educação Física no ensino superior para que além de proporcionar a oportunidade da prática regular de atividades físicas aliada a uma orientação conceitual mais acadêmica, auxilie na mudança de comportamentos dos acadêmicos no sentido de adotarem um estilo de vida mais ativo, melhorando assim sua qualidade de vida.

Os alunos dos Campi de Cornélio Procópio e Ponta Grossa, no estado do Paraná, foram avaliados por vários protocolos antropométricos, físicos e psicométricos, dentre esses o WHOQOL-BREVE.

O objetivo deste estudo é propor um Índice Geral de Qualidade de Vida (IGQV) derivado do WHOQOL-BREVE que represente significativamente a população de acadêmicos de engenharia da UTFPR.

REVISÃO DE LITERATURA

Atualmente, percebe-se uma abordagem um pouco diferenciada, apontando uma valorização de fatores inerentes ao ser humano como grau de satisfação, realização tanto profissional como pessoal, bom relacionamento com a sociedade e acesso a cultura e ao lazer como exemplos reais de bem estar. (TIMOSSI, 2009)

NAHAS (2006) após destacar que a qualidade de vida é de caráter individual, mutável no decorrer da vida e sofre a influência de múltiplos fatores e a define como a percepção de bem-estar resultante de um conjunto de parâmetros individuais e sócio-ambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano.

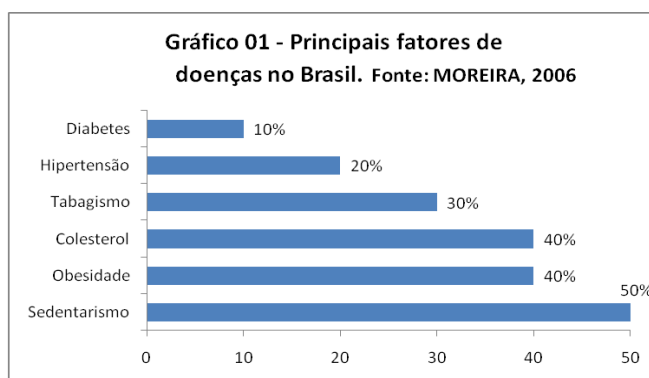
A Qualidade de Vida é influenciada pela saúde e essa pelo Estilo de Vida. Segundo NAHAS (2006), o Estilo de Vida é um dos fatores mais importantes e determinantes da

Qualidade de Vida. Para Paulino (2009), possuir uma boa qualidade de vida e saúde depende, excluindo os fatores não controláveis como a hereditariedade e o processo natural de envelhecimento, das escolhas tomadas dia após dia, ou seja, do estilo de vida praticado pelo sujeito.

Os sete pilares da Qualidade de Vida para MOREIRA (2006) são as áreas que quando tem seus hábitos modificados positivamente são responsáveis pelo completo bem-estar físico, mental, psicológico e social, ou seja, a saúde conforme definição da Organização Mundial da Saúde. As áreas dos sete pilares da Qualidade de Vida são: alimentação, atividade física, sono, trabalho, afetividade, sexualidade e lazer.

O Estilo de Vida pode ser alterado em alguns de seus componentes, pois depende da mudança de hábitos, portanto, a Qualidade de Vida pode ser melhorada dependendo da decisão das pessoas. O diagnóstico dos pontos falhos nas variáveis que interferem na qualidade de vida tornam-se de suma importância por assumirem características preventivas, como, por exemplo, a atividade física que é o principal fator de doenças na população brasileira conforme demonstrado no gráfico 01

Segundo MOREIRA (2006), são inúmeros os fatores que interferem na Qualidade de Vida e na impossibilidade de provocarem-se mudanças em todos é necessário realizar uma escolha e essa pode ser determinada pela avaliação subjetiva da qualidade de vida por meio do diagnóstico das dimensões carentes por meio do WHOQOL-BREVE. Para TIMOSSI,(2009), a importância de avaliar a Qualidade de Vida de pessoas, grupos ou comunidades está em identificar os possíveis fatores que interferem na própria QV e na saúde, e se possível intervir para que ocorra uma mudança.



Para FLECK (2007), do departamento de saúde mental da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), a expressão *Qualidade de Vida* foi utilizada pela primeira vez pelo presidente dos Estados Unidos da América do Norte, Lindon Jhonson, em 1964 ao referir-se ao caráter social dos objetivos em detrimento dos financeiros, originando a importância de dar mais vida aos anos e não só anos a vida. O significado de qualidade de vida além de ser individual e subjetivo vai depender ainda do contexto onde é utilizado, ganhando diferentes conotações. Assim, na área de saúde, surge a necessidade da quantificação da qualidade de vida dos doentes com sobrevidas aumentadas com o avanço da ciência. Para solucionar esse problema, vários instrumentos de avaliação foram criados, mas pelas características de seus países de origem não mantinham as mesma consistência. Após serem traduzidos, a Organização Mundial da Saúde (OMS) criou um grupo para elaborar um instrumento de tendência globalizada, originando então o World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-100) um questionário com 100 questões (4 para cada uma das 24 facetas mais duas questões gerais, distribuídas em 6 domínios (físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religião/crenças pessoais).

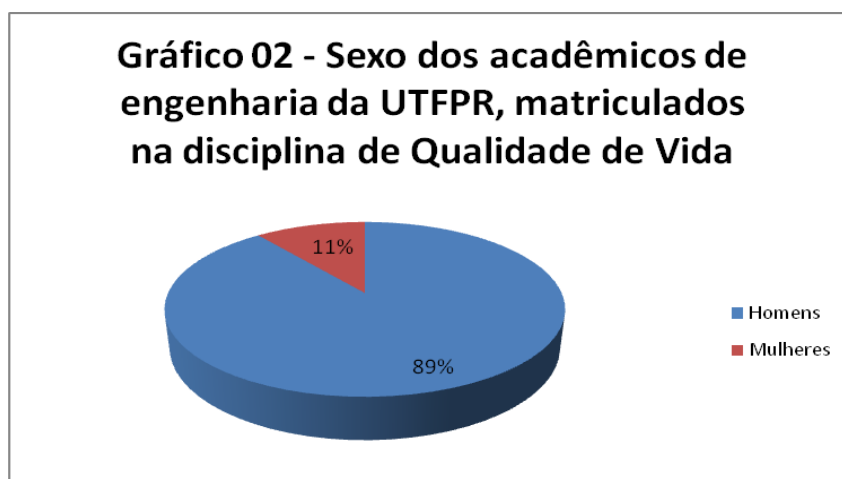
A aceitação e validação do instrumento criou a necessidade de uma versão mais curta que mantivesse as características do original, assim surgiu o WHOQOL-BREVE constando de 26 questões (24 representando as facetas originais) mais duas questões gerais distribuídas em

4 domínios (físico, psicológico, relação social e meio ambiente). No Brasil os instrumentos foram traduzidos e adaptados por FLEK (1998).

Segundo PEDROSO, (2008), o programa estatístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).é indicado pelo Grupo WHOQOL para a obtenção do resultado das avaliações, é difícil pelo software não ser de distribuição gratuita e também de difícil manipulação, exigindo algum conhecimento estatístico.

METODOLOGIA

A amostra do estudo foi composta por 75 acadêmicos dos campi de Cornélio Procópio e Ponta Grossa com idade média de 19,7 anos. A participação masculina foi de 89%, caracterizando assim o curso como de maioria masculina, conforme gráfico 02.



Os acadêmicos de engenharia dos matriculados na disciplina de Qualidade de Vida da Universidade Tecnológica Federal do Paraná nos campi de Cornélio Procópio e Ponta Grossa responderam ao questionário do instrumento WHOQOL-BREVE, individualmente sem ajuda do entrevistador, sendo orientados a responderem a todas as perguntas, pois os questionários que não estivessem completos seriam descartados. O questionário conforme tabela 02 constou de 24 separadas em grupos denominados de domínios conforme a tabela 1.

Domínio Físico - Sete Questões

1. Em que medida você acha que sua dor (física) impede você de fazer o que você precisa?
2. O quanto você precisa de algum tratamento médico para levar sua vida diária?
3. Você tem energia suficiente para seu dia-a-dia?
4. Quão bem você é capaz de se locomover?
5. Quão satisfeito(a) você está com o seu sono?
6. Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade de desempenhar as atividades do seu dia-a-dia?
7. Quão satisfeito(a) você está com sua capacidade para o trabalho?

Domínio Psicológico - Seis Questões

1. O quanto você aproveita a vida?
2. Em que medida você acha que a sua vida tem sentido?
3. O quanto você consegue se concentrar?
4. Você é capaz de aceitar sua aparência física?
5. Quão satisfeito(a) você está consigo mesmo?
6. Com que frequência você tem sentimentos negativos tais como mau humor, desespero, ansiedade, depressão?

Domínio Social - Três Questões

1. Quão satisfeito(a) você está com suas relações pessoais (amigos, parentes, conhecidos, colegas)?
2. Quão satisfeito(a) você está com sua vida sexual?
3. Quão satisfeito(a) você está com o apoio que você recebe de seus amigos?

Domínio Meio Ambiente - Oito Questões

1. Quão seguro(a) você se sente em sua vida diária?
2. Quão saudável é o seu ambiente físico (clima, barulho, poluição, atrativos)?
3. Você tem dinheiro suficiente para satisfazer suas necessidades?
4. Quão disponíveis para você estão as informações que precisa no seu dia-a-dia?
5. Em que medida você tem oportunidades de atividade de lazer?
6. Quão satisfeito(a) você está com as condições do local onde mora?
7. Quão satisfeito(a) você está com o seu acesso aos serviços de saúde?
- Quão satisfeito(a) você está com o seu meio de transporte?

Questões Gerais - Duas Questões

1. Como você avaliaria sua qualidade de vida?
2. Quão satisfeito(a) você está com a sua saúde?

Tabela 01 – Relação dos domínios e questões do WHOQOL-BREVE.

Fonte:FLECK (1998)

As respostas contemplavam as opções por avaliação, intensidade, freqüência e capacidade, conforme demonstrada na tabela 02.

0	25	50	75	100
muito ruim	ruim	nem ruim nem bom(a)	bom(a)	muito bom(a)
muito insatisfeito	insatisfeito	nem satisfeito nem insatisfeito	satisfeito	muito satisfeito
nada	muito pouco	mais ou menos	bastante	Extremamente
nada	muito pouco	médio	muito	Completamente
nunca	algumas vezes	freqüentemente	Muito freqüentemente	Sempre

Tabela 02 – Escalas de respostas utilizadas no WHOQOL-BREVE.

Fonte:FLECK (1998)

Após a conclusão das respostas os dados foram tabulados na planilha eletrônica Excel do Microsoft Office 2007 da seguinte forma:

Primeira Fase: O valor de cada resposta será igual ao seu número (1,2,3,4 ou 5), ressaltando-se que as questões 3, 4 e 26 os valores das questões são invertidos (1=5, 2=4, 3=3, 4=2 e 5=1); calcula-se a média por domínio e multiplica-se por 4:

Média do Domínio 1 (q3, q4, q10, q15, q16, q17, q18) * 4.

Média do Domínio 2 (q5, q6, q7, q11, q19, q26) * 4

Média do Domínio 3 (q20,q21,q22) * 4

Média do Domínio 4 (q8, q9, q12, q13, q14, q23, q24, q25) * 4

Média das Questões Gerais (q1, q2) * 4

Segunda Fase: O Índice do Domínio (ID) em escores é obtido pelo resultado anterior subtraído de 4, multiplicado por 100 e dividido por 16:

$$ID1 = ((\text{Domínio 1} - 4) * 100) / 16$$

$$ID2 = ((\text{Domínio 2} - 4) * 100) / 16$$

$$ID3 = ((\text{Domínio 3} - 4) * 100) / 16$$

$$ID4 = ((\text{Domínio 4} - 4) * 100) / 16$$

$$IQG = ((\text{Questões Gerais} - 4) * 100) / 16$$

Terceira Fase: Após a obtenção das avaliações desejadas por escores, foi proposta a determinação do Índice Geral de Qualidade de Vida (IGQV) a partir de média entre os domínios e média ponderada desses com as questões abertas na proporção de 96% para os domínios e 4% para as questões abertas mantendo-se assim a razão do documento original WHOQOL-100: **IGQV = ((Média (ID1+ID2+ID3+ID4) * 96) + (Média QG * 4))/100**

O IGQV é proposto nesse estudo não estando presente na metodologia original do WHOQOL.

RESULTADOS

As respostas obtidas no questionário propiciaram a obtenção das seguintes médias por domínio QG e IGQV (Tabela 03):

	D 1	D 2	D 3	D 4	QG	IGQV
	Físico	Psicológico	Rel. Social	M. Ambiente		
Média	73,7	71,1	76,0	65,5	68,1	71,5
DP	11,5	13,7	15,1	12,7	14,9	10,0

Tabela 03 – Resultados da avaliação dos domínios e questões gerais em escores.

Os valores de mínimo e máximo obtidos estão na tabela 04

	D 1	D 2	D 3	D 4	QG	IGQV
	Físico	Psicológico	Rel. Social	M. Ambiente		
Mínimo	35,71	33,33	41,67	34,38	25,00	52,43
Máximo	100,00	95,83	100,00	93,75	100,00	96,50

Tabela 04 – Relação de mínimo e máximo dos valores obtidos.

ANÁLISE DOS DADOS

Utiliza-se a escala centesimal com partições em quintos, sendo que o primeiro corresponde a uma classificação correspondente a péssima, o segundo a ruim, o terceiro a média, o quarto a boa e o quinto a excelente definidos por meio de 5 medianas nos escores (10, 30, 50, 70 e 90), TIMOSSI (2009) comenta que o escore zero representa a pior qualidade de vida e o 100 a melhor de acordo com a tabela 05.

Classificação	Péssima	Ruim	Média	Boa	Excelente
Score	0 - 20	20 - 40	40 - 60	60 - 80	80 - 100

Tabela 05 – Escala das classificações.

A análise estatística para a correlação entre os dados obtidos foi realizada com a ferramenta de análise da planilha Excel do Microsoft Office e obteve altos índices de correlação entre as variáveis apresentadas. (Tabela 06)

	<i>Físico</i>	<i>Psicologia</i>	<i>Rel. Sociais</i>	<i>Meio Ambiente</i>	<i>QG</i>	<i>IGQV</i>
Físico	1					
Psicologia	0,973	1				
Rel Sociais	0,960	0,963	1			
Meio Ambiente	0,980	0,982	0,963	1		
QG	0,964	0,956	0,942	0,969	1	
IGQV	0,971	0,974	0,974	0,984	0,962	1

Tabela 06 – Análise de correlação entre os dados.

Todos os valores médios dos dados obtidos encontram-se na faixa de classificação denominada de boa, já os valores máximos estão inseridos na classificação excelente e os valores de mínimo entre a faixa ruim e média.

CONCLUSÃO

Qualidade de vida é a condição de sobrevivência das pessoas ou grupo de pessoas, implica no respeito às variantes culturais, históricas, religiosas e opções pessoais, é determinada pela satisfação das necessidades básica do ser humano, possibilitando uma auto-estima elevada, a projeção e concretização de seus objetivos.

Quem não se beneficia de hábitos antigos saudáveis pode optar agora por mudanças, melhorando a qualidade de vida e garantindo um envelhecimento acima do limiar de incapacidades.

As propostas de avaliação de subjetiva de qualidade de vida em sua maioria não contemplam escores de índices gerais visando a valorização dos domínios ou dimensões da qualidade de vida, com a proposição do IGQV não pretende-se abandonar as análises setoriais, pois essas são de suma importância para as mudanças dos hábitos de vida, os índices gerais não identificam em que áreas as dimensões que devem ser melhoradas.

A tabela de percentil e o IGQV derivados do WHOQOL-BREVE, serão de grande utilidade na atuação dos docentes da disciplina de Qualidade de Vida nos cursos de engenharia da UTFPR, situando o acadêmico em relação à sua população de referência e não a dados de populações externa de seu contexto.

A forte correlação do IGQV com os domínios e questões abertas infere que o mesmo pode ser utilizado como instrumento de predição subjetiva dos níveis gerais de Qualidade de Vida dos acadêmicos de engenharia da UTFPR.

O modelo da planilha utilizada no presente estudo está disponível no endereço www.cp.utfpr.edu.br/pafe/avaliacao ou por intermédio de requisição via email e o teste poderá ser realizado on line no endereço www.cp.utfpr.edu.br/pafe/whoqol-breve-igqv.

REFERÊNCIAS

- FLECK, Marcelo Pio de Almeida. **Versão em português dos instrumentos de avaliação de qualidade de vida (WHOQOL)**, 1998. Disponível em <<http://www.ufrgs.br/Psiq/whoqol84.html>> arquivo capturado em 10/02/2009.
- FLECK, Marcelo Pio de Almeida. **A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais de saúde**. Porto Alegre: Atmed 2007
- MOREIRA, Ramon Luiz Braga Dias; ARAÚJO, Marcos Goursand de. **Os Sete Pilares da Qualidade de Vida**. Belo Horizonte: Editora Leitura, 2005

NAHAS, Marcus Vinicius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo.** 4. ed. Londrina: Midiograf, 2006.

PAULINO, P.aulo C.esar; MASCHIO, Marcelina Teruko Fujii; TIMOSSI, Luciana da Silva; FRANCISCO, Antonio Carlos de. **Condições do estilo de vida dos acadêmicos dos cursos de engenharia da UTFPR utilizando PEVI.** V Seminário Internacional/II Ibero-Americano de Educação Física, Saúde e Lazer. Açores, Portugal, 2009

PEDROSO, Bruno. **Qualidade de Vida: uma ferramenta para o cálculo dos escores e estatística descritiva do whoqol-100.** XXVIII Encontro Nacional de Engenharia de Produção. Rio de Janeiro 2008.

ROSA, Antonio José da. **Educação física curricular no 3º grau: proposta de reestruturação com base na avaliação do estilo de vida dos estudantes da UNIVILLE.** 2002. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, 2002.

TIMOSSI, Luciana da Silva. **Correlações entre a qualidade de vida e a qualidade de vida no trabalho em colaboradores das indústrias de laticínios.** 2009. Dissertação (Mestrado em Engenharia De Produção) – Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Tecnológica Federal do Paraná Campus Ponta Grossa, 2009.