



FELICIDADE E SAÚDE: O QUE PENSAM AS PESSOAS SOBRE ESSE ASSUNTO?



Fernanda Garske Almansa*, Gehysa Guimarães Alves, André Vieira, Angela Silva, Dóris Gedrat, Maria Isabel Morgan- Martins
Programa de Pós-Graduação em Promoção da Saúde - Ulbra/Canoas-RS

ppgprosaúde
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PROMOÇÃO DA SAÚDE

Introdução - O conhecimento sobre a percepção de felicidade e sua relação com a saúde é um importante preditor de qualidade de vida, auxiliando na elaboração de políticas públicas promotoras da saúde.¹

Objetivo - Conhecer a percepção de pessoas de 19 anos ou mais sobre felicidade e saúde.

Metodologia - Este é um estudo descritivo, de série de casos, com abordagem híbrida. A amostra foi composta por 212 pessoas com 19 anos ou mais, moradoras da cidade de Porto Alegre/RS. O instrumento de coleta de dados teve questões fechadas, referentes à caracterização dos entrevistados, e questões abertas referentes à percepção de felicidade e saúde. Os dados quantitativos foram analisados a partir de sua inclusão em Planilha Excell, sendo realizada análise descritiva e apresentada a frequência em cada variável. Os dados qualitativos foram digitados em arquivo do Programa Word e analisados a partir da técnica de Análise de Conteúdo Temática.

Resultados

212 sujeitos

- 73,1% do sexo feminino
- 14,15% com idade entre 19 a 24 anos, 21,22% entre 25 e 39 anos, 33,97% entre 40 e 59 anos e 30,66% com 60 anos ou mais e 85,4% autodeclararam-se brancos
- 21,7% tinham ensino fundamental incompleto, 20,7% superior completo e 4,2% pós-graduação
- 16% estavam desempregados no momento da entrevista.

- **O que estão fazendo para ser feliz?**
- 12,3% responderam que estão estudando ou procurando emprego;
- 24,1 buscando relacionamentos saudáveis;
- 4,7% procurando ter hábitos saudáveis,
- 17,0% trabalhando.

- **Dificuldades para se fazerem felizes**
- 22,6% referiram que nada pode impedir sua felicidade já que ela deve ser construída pela própria pessoa;
- 22,3% relacionamentos ruins; 18,9% doenças; 16,5% falta de dinheiro, tempo, organização, iniciativa ou de fé; 14,2% referiram pensamentos ruins, distância ou morte na família, stress.

Relação entre a felicidade e a saúde - 42,9% responderam que sim, pois “sem saúde não dá para ter felicidade”, uma interfere na outra.

Considerações Finais

Os resultados mostram que a grande maioria das pessoas, ao se referirem à felicidade, referem questões que dependem de seu desejo viabilizá-las ou não, como estudar, trabalhar ou buscar relacionamentos saudáveis.

Referências

COMIN, F. S.; SANTOS, M. A. O estudo científico da felicidade e a promoção da saúde: revisão integrativa da literatura. Rev. Latino-Am. Enfermagem 18(3): mai-jun, 2010.