

## **A BUSCA DO BEM-ESTAR NA TERCEIRA IDADE**

Magnalva De Paula Mafra CARVALHO (Unileste); Davi Silva FERREIRA (Unileste); Isadora Baracho LOPES (Unileste); Ketely Kamilly Oliveira ELIAS (Unileste); Melyssa Mel Costa BRANDÃO (Unileste); Samuel Cordeiro SILVA (Unileste); Malu Egidio Da Silveira JABOUR (Unileste); Bruna Luiza Toledo De ALMEIDA (Unileste)

**Introdução:** A psicologia do desenvolvimento humano é o estudo da evolução cognitiva, emocional e comportamental ao longo da vida, desde a infância, idade adulta, até a velhice. A chegada da velhice, pode ser vista como uma grande conquista, hoje muitos deles alcançam uma velhice com boa saúde e vivem ativamente, não apenas viver mais, mas viver melhor. A imagem do velho que espera pelo fim da vida sentado na cadeira de balanço perdeu espaço para um novo imaginário: o idoso ativo e independente, que se exercita e vive com mais qualidade, a busca pelo bem-estar tem aumentado cada dia mais.

**Objetivo:** O objetivo geral da pesquisa é investigar os fatores que influenciam na qualidade de vida dos idosos. Ademais, os objetivos específicos são identificar as atividades realizadas para a melhoria do bem-estar, investigar como as atividades interferem na saúde física e mental e construir um documentário relatando a busca do bem-estar.

**Metodologia:** Para realização do trabalho, utilizou-se uma abordagem que incorporou métodos qualitativos como entrevistas relacionadas a busca do bem-estar, em que os entrevistados tiveram a liberdade para responder às perguntas da forma que desejaram. Foi selecionada uma instituição com o foco na terceira idade, onde se encontram mais de 150 idosos associados e participativos nas atividades. Foi realizada uma entrevista semiestruturada para investigar o bem-estar emocional, físico e social dos participantes.

**Resultados:** Observou-se o ambiente da associação, registrando aspectos relacionados à busca de uma qualidade de vida. Após a coleta de dados, as entrevistas em profundidade foram gravadas e transcritas para análise. Os resultados da avaliação do bem-estar dos idosos foram diversificados e revelaram que a maioria deles apresentava um bem-estar físico e emocional satisfatório. A análise qualitativa enfatizou a importância das relações sociais e das atividades oferecidas como um componente fundamental do bem-estar dos idosos.

**Conclusão:** Conclui-se que a necessidade de promover envolvimento social e a interação entre os idosos. Além disso, a pesquisa destaca a importância de criar ambientes sociais enriquecedores para os idosos, onde possam manter e fortalecer suas conexões interpessoais. Então se vê a necessidade de incluir atividades sociais e culturais na instituição.

**Palavras-chave:** Bem-estar. Idosos. Qualidade de vida.

**Agências de fomento:** Unileste