

QUALIDADE DE VIDA E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL MUNDIAL: PERSPECTIVAS PARA A SOBREVIVÊNCIA

LIFE QUALITY AND WORLD SUSTAINABLE DEVELOPMENT: PERSPECTIVES TO SURVIVAL

Aylton Figueira Júnior

Docente do curso de Educação Física da Universidade Municipal de São Caetano do Sul – IMES

Maria Beatriz Rocha Ferreira

Faculdade de Educação Física – Laboratório de Antropologia Bio-Cultural – Universidade Estadual de Campinas

RESUMO

O presente estudo estabeleceu a relação entre os indicadores de qualidade de vida e as características relacionadas ao desenvolvimento sustentável. Nas últimas décadas, organizações governamentais e não governamentais têm buscado implementar mecanismos que positivamente auxiliem na promoção da qualidade de vida populacional. Estratégias e campanhas educacionais; melhoria das condições e estilo de vida individual e coletivo; recuperação e/ou crescimento econômico da micro e/ou macroeconomia; reorganização da estrutura física das cidades; modificação dos conceitos relacionados às conscientização ecológica e do meio ambiente são fatores mais freqüentemente observados. A associação desses fatores pode, a longo e médio prazos, implementar a qualidade de vida dos indivíduos. Segundo, ARGYLE (1996), qualidade de vida está relacionada à percepção das condições individuais de saúde e de outros fatores da vida pessoal. Em 2000, MINAYO e cols. identificaram a qualidade de vida com o bem-estar pessoal, posse de bens materiais e participação em decisões coletivas. Por outro lado, para NAHAS (2004), qualidade de vida poderia ser conceituada como a condição humana representada pelos aspectos individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições em que o indivíduo vive. Mais recentemente, GONÇALVES e VILLARTA (2004) apresentaram que qualidade de vida significa como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano, envolvendo a saúde, educação, transporte, moradia e trabalho. Embora diferentes estudos tenham apontado que a qualidade de vida seja representada pela interação dos aspectos físicos, psicológicos, sociais, ambientais, religiosidade e independência, tendo importante associação com o estilo de vida e nível de saúde individual e coletivo, poucas informações relacionadas ao índice de sustentabilidade ambiental e desenvolvimento sustentável estão disponíveis. Desenvolvimento sustentável pode ser definido como a capacidade de atender às necessidades coletivas atuais, sem comprometimento das gerações futuras, considerando os pressupostos econômicos e ecológicos (ONU – Comissão on Sustainable Development – Information for decision-making and Earthwatch. IN: Report of the General Commission on Sustainable Development, April, 1995). Diferentes iniciativas foram implementadas para promover mecanismos para o desenvolvimento sustentável, destacando um sistema político que assegure e estimule a sustentabilidade econômica e comercial entre países; implementar um sistema de produção que garanta a preservação ecológica do desenvolvimento; observação do crescimento populacional; garantir a alimentação a longo prazo; preservação da biodiversidade e dos ecossistemas; diminuição do consumo de energia e desenvolvimento de tecnologias que admitem uso de fontes renováveis; aumento da produção industrial de países em desenvolvimento à base de tecnologias ecologicamente adaptadas; controle da urbanização. ALBAGLI (2005) apresenta que o rápido crescimento econômico globalizado e a ação sobre os recursos naturais não renováveis, geraram nova mentalidade geo-ecológica-econômica, buscando estimular ações governamentais de países em desenvolvimento para a sustentabilidade, pois poderia gerar o desenvolvimento de *know-how* que

RESUMO

promovesse o desenvolvimento sustentável. Nesse sentido, analisando a complexidade das temáticas e a forte associação entre a qualidade de vida e desenvolvimento sustentável, poderia formular a hipótese de que ações mundiais seriam necessárias para atender às necessidades imediatas e futuras das sociedades. Interessante mencionar que a qualidade de vida, é conceitualmente dependente das características do desenvolvimento sustentável, mas pode ser modificada com maior velocidade que o complexo geopolítico-econômico associado ao desenvolvimento internacional sustentável. Por outro lado, não acredito que haja pior qualidade de vida futura, pois historicamente, o padrão de desenvolvimento sempre foi proporcional ao padrão de qualidade e estilo de vida populacional.

Palavras-chave: qualidade de vida, desenvolvimento sustentável, fatores ambientais.

ABSTRACT

This paper established the relationship between life quality issues and sustainable development factors. The last decades are known by governmental and non governmental initiatives on increasing/promoting life quality throughout different countries. This considers strategies as educational campaigns, public and individual health condition, economic growth for macro and micro economy, re-organization of cities' structural facilities, and changes on ecological concepts, among others. The association of these aspects may contribute in short or long term to the implementation of life quality. According to ARGYLE (1996), life quality is related to health questions and welfare perception. In 2000, MINAYO and cols presented that life quality is related to the capacity of personal decision as well as to personal belongings. On the other hand, NAHAS (2004) suggest that life quality should be considered as human being conditions, represented by personal, socio-cultural and environmental aspects where people live. Recently, GONÇALVES and VILARTA (2004) have presented that life quality means the way people live, feel and understand their daily routine, related to health, education, transportation, housing and work. However, different studies had presented that life quality is represented by physical, psychological, social, environmental, religious, and autonomy interaction, what establishes an important relationship to lifestyle and individual and population health level. Little information related to sustainable index development and environment is available. Thus sustainable development may be defined as the capacity of supplying today's people needs without damaging future generations' needs, considering economic and ecological concepts (UN- Commission on Sustainable Development - Information for decision-making and Earth watch. IN: Report of the General Commission on Sustainable Development, April, 1995). Different initiatives have been implemented to promote mechanisms for sustainable development. The emphasis is on political systems that ensures the stimulation to the economic and commercial sustainability among countries, the improvement of a production system which promotes ecological preservation, the focus on population growth, the guarantee of food availability in the long term, the preservation of biodiversity of all ecological systems, the decrease of energy consumption and technological development with renewed sources, the increase of industrial production in developing countries. All of that based on adapted ecological technology and urbanization control. ALBAGLI (2005) has presented that the fast global economy growth and the actions upon natural non renewed resources had created other concepts on geopolitical-economic, contributing to governmental actions towards sustainable development. These actions could create a know-how development, what will promote better sustainable development. It

RESUMO

means that the thematic complexity analysis between life quality and sustainable development could be considered as the most interesting topic that the world needs to provide for future sustainability. It is interesting to mention that life quality depends on sustainable development characteristics, but it should be modified with higher velocity on geo-political-economic complex. On the other hand, I believe that life quality for future generations will be almost the same from the one we live now.

Keywords: life quality, sustainable development, environmental factors.

INTRODUÇÃO

Novos paradigmas econômicos, políticos, sociais e ecológico-ambientais, foram observados após a última II Guerra Mundial, especialmente pela necessidade de reconstrução internacional. De modo geral, as guerras promoveram alterações na condição de sobrevivência humana e na qualidade de vida dos indivíduos em função do forte impacto degenerativo ambiental. Segundo KHORDAGUI (2005), os principais impactos para a sobrevivência humana durante e no período pós-guerra foram: o risco eminente da proliferação de doenças como a desnutrição materna e fetal, redução da taxa de natalidade, alteração dos núcleos familiares. Ainda ressaltamos o grave comprometimento das características físicas do solo, água dos rios e dos recursos naturais, promovido pela contaminação de diversas origens. Nesse sentido, o aumento da toxidade de humanos, animais e plantas foram potencializados pela destruição das instalações de saneamento básico e esgoto, destruição do ambiente marinho, dentre outros fatores, que levaram a nova perspectiva ecológica.

A busca da recuperação do desenvolvimento internacional e reestruturação geo-econômica-política, foram pontos primordiais para a organização regional e global na direção do desenvolvimento sustentável dos países. Países ou região de um país com baixo grau de desenvolvimento foram priorizados, em especial na transferência tecnológica e de informações, fazendo com que as diferenças econômicas e políticas entre povos fossem reduzidas, embora nas últimas décadas esse fenômeno não tenha ocorrido como esperado.

Segundo BUARQUE (1999), desenvolvimento sustentável é um processo abrangente de expansão do

exercício do direito de escolhas individuais nas áreas econômicas, política, social e cultural. Por outro lado, FRANCO (2000), apresenta que o desenvolvimento sustentável ocorrerá quando houver a implementação das condições de vida, do saneamento básico, da disponibilidade de emprego, da estrutura dos serviços de saúde, da oferta de meios que promovam a educação e o lazer, o que está relacionado com a qualidade de vida de uma população. Nesse sentido, o desenvolvimento sustentável está diretamente associado ao desenvolvimento humano.

O desenvolvimento sustentável está fundamentado em cinco dimensões de ordem: A) econômica, B) social, C) cultural, D) espacial e E) ecológico: A) os aspectos econômicos devem ser considerados na possibilidade de alocação e gestão eficiente de recursos financeiros, permitindo um fluxo de investimento em políticas públicas de educação, saneamento, emprego, moradia e empregabilidade; B) na perspectiva social, é fundamental observar e adaptar as experiências que apresentaram sucesso em diferentes regiões, fazendo com que possa haver transferência de conhecimento entre grupos populacionais, possibilitando uma igualdade entre os grupos; C) na dimensão espacial, estimula-se uma configuração equilibrada entre as áreas rural e urbana, melhor distribuição territorial de assentamentos humanos e atividade econômica que atenda as necessidades regionais e nacional. Interessante mencionar que há a necessidade buscar um desenvolvimento equilibrado pela implantação de políticas públicas econômicas e sociais para a permanência da população em sua região de origem; D) a quarta dimensão está relacionada aos aspectos culturais, que fundamenta-se na manutenção e no respeito das tradições culturais de cada região e ecossistema; E) a quinta dimensão considera os aspectos ecológicos no processo de

desenvolvimento sustentável (SACKS, 1996).

A necessidade mundial do desenvolvimento sustentável é intensificar o uso dos recursos naturais, diminuindo o dano sobre o meio ambiente; fazer com que o uso dos recursos tenha propósito social na melhoria da qualidade de vida de populações; redução do uso de combustíveis fósseis ou esgotáveis, estimulando formas alternativas e que produzam efeito menos degenerativo sobre o ambiente; implementar a reciclagem de materiais, com menor impacto na poluição e produção de resíduos; incrementar o investimento em pesquisas que garantam o desenvolvimento de tecnologias limpas com criação de regras para a proteção ambiental.

O sucesso no desenvolvimento da sustentabilidade de uma região ou entre regiões de um mesmo ou diferentes países, tem forte dependência da velocidade que a informação é conduzida.

Nesse sentido, ALBAGALI (2005) cita que dois são os princípios na promoção do desenvolvimento sustentável e pela informação. O primeiro é o princípio da eficácia e o segundo é o princípio da descentralização. O princípio da eficácia está relacionado ao uso da informação como recurso para o progresso da produção com menos matérias-primas e energia. O uso da informação relacionada aos aspectos geográficos, econômicos e ambientais poderá ser útil para o desenvolvimento sustentável regional e mundial, por permitir a integração das informações dessas áreas por diferentes grupos, em função do estímulo que

o desenvolvimento de novas tecnologias trará para a documentação e gerenciamento de dados e informações; pela possibilidade de avaliar cientificamente as informações, gerando análise para a decisão e por desenvolver novas redes eletrônicas de comunicação e transferência de informação. Por outro lado o princípio da descentralização visa assegurar a orientação de pessoas que atuam em equipes de trabalho, para que o desenvolvimento de conceitos ecológicos ocorra na perspectiva da responsabilidade individual e coletiva promovendo um impacto reduzido sobre o meio ambiente.

Historicamente, os recursos ambientais foram utilizados como recurso econômico, promovendo forte degradação ecológica (CAMARGO, 2004). Assim, passa a ser importante considerar que o desenvolvimento sustentável de uma região é dependente dos recursos ecológicos, mas a possibilidade de recuperar e/ou preservar o sistema ecológico poderá ser fundamental para a qualidade de vida e sobrevivência de gerações futuras. Portanto, o desafio atual para o desenvolvimento sustentável é entender a relação entre os aspectos econômico, ecológico, ambiental e cultural e sua aplicação com a melhor condição de vida de uma população.

Para GOLDIM (2001), a mudança recente do paradigma ecológico é fruto de diferentes encontros e reuniões internacionais, na perspectiva da redução do impacto ambiental (**Tabela I**).

Tabela I – Diferença entre paradigmas ecológicos do pós-guerra e contemporâneo.

Pós-Guerra	Contemporâneo
Domínio da natureza	Harmonia com a natureza
Ambiente natural com recursos para os seres humanos	Toda a natureza tem valor intrínseco
Seres humanos superiores aos demais seres	Igualdade entre as diferentes espécies
Crescimento econômico e material como base para o desenvolvimento humano	Objetivos materiais a serviço de objetivos maiores de auto-realização
Amplas reservas de recursos naturais	Consciência de recursos naturais limitados
Progresso e solução baseado na tecnologia	Tecnologia adequada e ciência não-dominante
Consumismo	Racionalidade, necessário e reciclagem
Comunidade nacional centralizada	Biorregiões e reconhecimento de tradições das minorias

Considerando que o desenvolvimento sustentável é um processo contínuo, com forte relação com a condição de vida de populações, o objetivo do presente ensaio é estabelecer a relação entre os indicadores de qualidade de vida e as características econômicas, ecológicas, traçando uma reflexão ao desenvolvimento sustentável regional.

O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL: CONCEITOS E EVOLUÇÃO

A possibilidade de escolha é um dos fatores básicos desejáveis para a vida humana, considerando que as opções desejáveis devem ser favoráveis para promover uma vida longa e saudável. Nesse sentido, o desenvolvimento sustentável poderia ser conceituado como um processo abrangente, de expansão do exercício do direito de escolhas individuais, garantindo que as pessoas adquiram conhecimento ou um padrão mínimo aceitável de sobrevivência (BUARQUE, 1999).

Recentemente, CAMARGO (2004), apresentou que o desenvolvimento sustentável é um conjunto de fatores inter-relacionados ao processo de produção globalizada de bens e serviços fundamentados no desenvolvimento emergente da sociedade, principalmente pelo avanço científico e tecnológico.

Historicamente o desenvolvimento sustentável teve seus primeiros passos na década de 60, em função da larga degradação ambiental associada à necessidade de retomada do desenvolvimento econômico e industrial no período pós-guerra. A mudança de paradigma produtivo, passando de processos de manufatura manual para o mecanizado, conhecido por Fordismo, apresentava a produção em escala, com trabalho em linhas de produção. A evolução do Fordismo para o Toyotismo ocorreu pela necessidade de reconstrução japonesa no pós-guerra, que sugeria a produção em escala, com grupos de trabalhadores especializados e com o conceito "just in time", que eliminava a necessidade de estoque de matéria prima. As propostas do Toyotismo são a base da produção da indústria moderna, muito difundido no mundo na década de 60. Na década de 80 isso ocorreu no Brasil, promovendo o início da escalada do desemprego (CAMARGO, 2004).

Interessante mencionar que os primeiros passos do desenvolvimento sustentável estão ligados aos novos paradigmas da produção, mostrando forte relação entre aspectos econômicos e o desenvolvimento

mundial, ao mesmo tempo em que promove grande impacto ambiental. A produção de resíduos industriais, o escoamento da produção, a necessidade de matérias primas, a reorganização da estrutura urbana em função de parques industriais, êxodo rural relacionado a mudança na capacidade de abastecimento e aumento de combustíveis fósseis, como algumas mudanças observadas na degradação ambiental.

Nesse sentido, o desenvolvimento sustentável passa por uma ação multisetorial, associado à políticas públicas nacionais e internacionais que podem reduzir o risco para o meio ambiente. Diferentes iniciativas foram implementadas para promover mecanismos para o desenvolvimento sustentável, destacando um sistema político que assegure a sustentabilidade econômica, comercial e política entre os países; implementação de um sistema de produção que garanta a preservação ecológica do desenvolvimento; observação para o crescimento populacional; garantir a alimentação em longo prazo, preservação da biodiversidade e dos ecossistemas; diminuição do consumo de energia e desenvolvimento de tecnologias que admita o uso de fontes renováveis; aumento da produção industrial de países em desenvolvimento à base de tecnologias ecologicamente adaptadas; controle da urbanização.

Segundo o Report of Economics and Social Affairs (ONU, 2004), é necessário construir um pensamento globalizado, não somente para a transferência de bens e conhecimento, mas para a preservação ecológica. As políticas governamentais para o desenvolvimento sustentável se estendem por 157 áreas, passando pela necessidade de reforma agrária, desenvolvimento agrário, abastecimento da produção, transporte aéreo, marítimo e terrestre e seus impactos ambientais, mini-mização do setor econômico informal, políticas de urbanização, mudanças geográficas por efeito de construção, impacto da navegação marítima, uso de recursos energéticos não renováveis, impacto ambiental pela exploração de minério, em especial o carvão para a fabricação do aço industrial, abastecimento de água, pesca econômica, dentre outros fatores.

O mecanismo adotado para o processo do desenvolvimento sustentável baseia-se na perspectiva de preservação ambiental, apresentando-se que o "desenvolvimento sustentável é o desenvolvimento que satisfaz as necessidades mundiais atuais, sem comprometer a capacidade das futuras gerações satisfazerem suas próprias necessidades" (Report of Economics and Social Affairs da ONU, 2004).

Embora o crescimento sustentável venha a ser discutido há quase meio século, somente em 1972 é que as reuniões promovidas por organismos internacionais tiveram repercussão e sustentabilidade internacional. Ressalto que a 1ª Conferência do Meio Ambiente em Estocolmo (1972), concluiu que o desenvolvimento sustentável internacional passará obrigatoriamente pela escassez de alimentos no mundo e para minimizar o impacto positivo sobre a sobrevivência humana é necessário: reduzir a taxa da natalidade, reduzir a poluição industrial, automotiva e doméstica, fruto da produção, escoamento e consumo, além de estimular a preservação dos recursos ambientais, seja em áreas urbana ou rural. No ano seguinte (1973), surge o conceito de eco-desenvolvimento, que prevê seis pontos para a contenção das desigualdades entre países, refletindo diretamente na condição de vida de grupos menos favorecidos sendo: 1) satisfazer as necessidades básicas dos indivíduos; 2) criar o espírito de solidariedade entre as gerações; 3) envolver a população nas discussões associadas ao ambiente e sua importância; 4) buscar a preservação ambiental e dos recursos naturais em todos os seus aspectos; 5) organização do sistema econômico-produtivo que garanta o emprego e a segurança social; 6) respeito as diferentes culturas.

Segundo o Relatório de Dag-Hammarskjöd em 1975, um dos passos fundamentais para o desenvolvimento sustentável é promover a distribuição de terras não produtivas para grupos que podem criar na agricultura um meio de sobrevivência sustentável, promover o desenvolvimento regional e econômico. Entretanto, há uma tendência mundial de uma grande quantidade de terras estarem na posse de um número pequeno de pessoas, resultando na ampliação das diferenças.

Como o desenvolvimento sustentável é um processo contínuo, com participação multisetorial governamental e não-governamental, chegou-se a conclusão na 2ª Conferência Mundial do Meio Ambiente no Rio de Janeiro que a humanidade necessita definir qual o caminho a ser seguido nos próximos anos, ou seja: “manter o modelo político e econômico atual fará com que as diferenças entre os países aumente promovendo o incremento das desigualdades sociais e econômicas. Portanto, para melhorar a qualidade de vida dos pobres e promover a proteção ambiental, é necessário que políticas que transcendam as fronteiras locais e nacionais sejam implementadas para a promoção de igualdade (FRANCO,2000). Surgem

quatro pontos importantes sendo: Declaração do Rio de Janeiro para o Meio Ambiente e Desenvolvimento; Convenção das mudanças climáticas (que será base para a criação do Protocolo de Kioto em 1997); Declaração dos princípios sobre as florestas e Agenda 21. Todos esses protocolos e declarações estão vinculados à necessidade de um desenvolvimento igualitário entre os povos, apresentando um plano de ação para uma economia e condição social mais permissiva para o acesso às necessidades básicas e manutenção da natureza, economia e comunidade. Atenção especial às pessoas e comunidade que tenham indicadores de saúde e qualidade de vida como a taxa de natalidade, sobrevivência infantil, expectativa de vida, educação e igualdade de oportunidades abaixo das possibilidades da dignidade para a sobrevivência.

Portanto, a adoção de um estilo de vida saudável pode estar relacionado a melhoria na qualidade de vida de uma população, embora fatores ambientais, culturais, econômicos possam interferir no grau de satisfação com a vida, em especial se as necessidades biológicas, aspectos de segurança, aspectos sociais, aspectos psicológicos foram minimamente atingidos (DICKMAN,1994).

QUALIDADE DE VIDA E CRESCIMENTO SUSTENTÁVEL

Como o crescimento sustentável está ligado aos fatores bio-econômicos-regionais, resalto que pelas sociedades humanas serem amplamente diferentes entre si em termos culturais, qualidade e condições de vida, aspectos ambientais e as percepções das entre as sociedades (GROSS,2003). Por outro lado, a qualidade de vida é uma busca crescente em vários países do mundo, em especial na melhoria da condição de vida de populações. Considerando que a qualidade de vida tem forte relação com o desenvolvimento sustentável, vale ressaltar que indicadores de desenvolvimento como o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) leva em consideração a expectativa de vida ao nascer; alfabetização de adultos; esperando pelo menos 15 anos de escolaridade; matrícula nos três níveis de ensino e PIB per capita. Atualmente o Brasil ocupa a 69 posição nos critérios do IDH – ONU. Embora a realidade nacional seja promissora, atualmente outros países da América Latina (Argentina, Colômbia e Venezuela) se encontram em uma posição melhor que o Brasil para o IDH. Por outro lado, dados recentes mostram que no Brasil há uma urbanização mais acelerada que os outros

países da América Latina com 81,7% da população vivendo em áreas urbanas, enquanto que a média para a região é de 76,5%. Interessante mencionar a variação do PIB do México em 2002 era de 0,7% e a projeção para 2005 é de 3,8%. No mesmo período a Argentina saiu de - 10,6% para 6,6 % (2005). A projeção do Brasil para 2005 é de 4,0%, sendo que em 2004 foi de 5,2%, 2003 (0,6%) e 2002 (1,5%). Esses dados apontam para mudanças político-econômicas, em especial na capacidade de recuperação apresentada pela Argentina e México. Nessa direção o México foi um dos países que mais evoluiu na região, com PIB US\$ 626 bilhões, enquanto que o Brasil ficou em 2005 na faixa de US\$ 492 bilhões. Por outro lado à desigualdade no Brasil é considerada uma das maiores do mundo, ficando atrás de Honduras, Guatemala e Nicarágua.

Em 2000, MINAYO et alli, identificam a qualidade de vida com o bem-estar pessoal, posse de bens materiais e participação em decisões coletivas. Mais recentemente, qualidade de vida foi definida como o grau de satisfação e realização alcançado por um indivíduo em seu processo de vida (GROSS, 2004). No mesmo ano, NAHAS (2004) apresentou que a qualidade de vida reflete um conjunto de aspectos individuais, sócio-culturais e ambientais que explicam as condições que o indivíduo vive. ARGYLE (1986) apresenta que qualidade de vida é a percepção individual das condições de saúde e outros fatores da vida pessoal. Em estudo recente, GONÇALVES e VILARTA (2004) apresentam que a qualidade de vida está relacionada à forma que as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano, envolvendo a saúde, educação, transporte, moradia e trabalho.

Dados recentes apontam que a qualidade de vida, por ser um conceito complexo e multidimensional, tem em sua interação, fatores da ordem pessoal em especial as relacionadas ao trabalho, família, lazer, amigos, nível de saúde física e mental, moradia, suas condições de sobrevivência material e estrutural, e os fatores de ordem coletiva (ambiental) como as condições dos serviços de saúde, educação, transporte coletivo ou vias de acesso, saneamento básico, disponibilidade de empregos, dentre outros. A associação dos aspectos individuais e coletivos caracteriza o estilo de vida do indivíduo ou de uma população, refletindo em maior ou menor grau de saúde e qualidade de vida. Como o estilo de vida pode sofrer interferências diversas, seja pela decisão dos indivíduos frente às demandas cotidianas, observa-se aumento da prevalência de casos relacionados às doenças crônico degenerativas em espe-

cial o diabetes, a hipertensão e câncer. Dados recentes apontam que 30% dos brasileiros são acometidos por alguma doença crônica degenerativa (BUSS, 2000). Interessante mencionar que as mulheres são acometidas em 33,9% dos casos e os homens com 25,7% e que 77,6% dos casos a prevalência ocorre na faixa etária de 65 anos ou mais. Pensando na qualidade de vida dessa população, no atendimento dos serviços de saúde e na diminuição média de renda nessa faixa etária, em função da idade para a aposentadoria, poderíamos hipotetizar uma maior dificuldade na manutenção da qualidade de vida ao longo da vida. Seria interessante mencionar que a renda média do brasileiro em 2004 (IBGE, 2003) é de dois salários mínimos e portanto, a combinação dos fatores pessoais e ambientais poderia implicar na redução da qualidade de vida populacional. Outro indicador alarmante relacionado a desigualdade é que 23,8% dos brasileiros sentiram necessidade de buscarem atendimento no serviço de saúde, mas não fizeram em função da falta de dinheiro para locomoção; 12,7% não forma pelo serviço ser demorado e portanto tratamento paralelos forma adotados. Por outro lado, 24,6% da população brasileira pagam plano de saúde privado, citando em 85,8% dos casos, que acham os serviços públicos de saúde ruins e com baixa qualificação, demora no atendimento e descaso com a pessoa.

Fazendo uma associação dos indicadores de saúde, qualidade de vida e desenvolvimento sustentável no Brasil, encontramos aspectos paradoxais, em função da necessidade de crescimento econômico não promover a melhoria desejada pela população dos serviços públicos, na condição de saneamento básico e oferta de trabalho (Tabela 2).

Tabela 2 - Modelo de desenvolvimento sustentável e qualidade de vida em países em desenvolvimento.



Em estudo recente o IBGE (2002), encontrou na cidade de São Paulo indicadores de qualidade de vida da população, evidenciando que dentre as variáveis apresentadas a necessidade de trabalho com 25%, moradia (18%), segurança (17%), saúde (16,5%), dinheiro (9,5%), estudo (7,5%), qualidade do ar (3,5%), lazer (1,5%) e trânsitos (1,5%) foram os mais citados. Interessante mencionar que embora haja um senso comum das questões relacionadas ao problema com o trânsito, as variáveis mais significativas encontradas foram a necessidade de trabalho e moradia. Por outro lado, a importância do lazer foi citada por 1,5% dos entrevistados, demonstrando que a disponibilidade dos equipamentos e tempo de lazer não é prioridade para essa população.

QUALIDADE DE VIDA E ATIVIDADE FÍSICA

Nas últimas duas décadas, a qualidade de vida tem sido associada a diferentes variáveis da vida cotidiana, sendo que a prática regular de atividade física parece ser um importante fator para a manutenção, recuperação e melhoria do nível de saúde (MATSUDO, 2005). Embora essa relação seja bastante ampla, (MATSUDO, 2005; MONTEIRO, 2003) tem mostrado a importância da atividade física como mecanismo modulador no cotidiano.

A atividade física pode ser conceituada como qualquer movimento corporal que resulte no aumento do gasto calórico muscular em relação ao repouso, realizado em intensidade moderada, por pelo menos 30 minutos, em uma única sessão ou em três sessões de dez minutos ($10 \times 3 = 30$) e/ou duas sessões de 15 minutos ($2 \times 15 = 30$), na maioria dos dias da semana (MATSUDO, 2005 et alli). Por outro lado, Rocha Ferreira (XXXX) apresenta que atividade física é um fenômeno complexo dependente de fatores culturais, educacionais, ambientais e biológicos, sendo que o resultado dessa interação pode ser favorável para o envolvimento em atividades físicas.

A busca da associação entre a qualidade de vida e saúde denota do século XVIII (BUSS, 2000), com estudos observacionais que mostraram a baixa expectativa de vida em função de enfermidades em populações. Após a segunda guerra mundial, novas perspectivas relacionadas a prevenção passaram a ser implementados em diferentes países, em especial pelo aumento das doenças contagiosas e epidemias. Mais recentemente, observa-se um declínio na prevalência

das doenças contagiosas e aumento na prevalência de doenças crônico-degenerativas como diabetes, obesidade, hipercolesterolemia, hipertensão, dentre outras. (BANCO MUNDIAL, 2005). Esse fenômeno tem sido relacionado com as novas dinâmicas populacionais, como efeito da globalização e aquisição de novos hábitos em diferentes populações em todo o mundo.

Alguns estudos demonstram que indivíduos fisicamente ativos apresentem uma série de benefícios fisiológicos e psicológicos comparados com indivíduos irregularmente ativos. Os benefícios fisiológicos são o controle do peso corporal, aumento da força e manutenção da massa muscular, resultando em menor probabilidade de quedas, mais equilíbrio, além de controle da pressão arterial, hipercolesterolemia dentre outros. Por outro lado, os benefícios psicológicos mais citados são o aumento da auto-estima, auto-imagem, auto-conceito, auto-eficácia, redução dos níveis de estresse, socialização e bem estar. Estudos demonstram que a percepção de mudança do estado psicológico é um dos principais fatores que contribuem para a aderência em atividades físicas (MONTEIRO *et alli*, 2003). Como efeito a médio e longo prazos, encontra-se menor prevalência de obesidade, diabetes, osteoporose comparando indivíduos regularmente ativos com pessoas com baixo nível de atividade física. Ainda encontramos que o nível de atividade está associado a diferentes fatores como local de residência, nível de escolaridade, nível sócio-econômico, aspectos da estrutura familiar e suporte social, dentre outros (NAHAS, 2004).

Como o nível de atividade física de uma população sobre influencia de fatores ambientais e pessoais, esforços são observados do poder público e de setores da iniciativa privada na promoção da qualidade de vida e saúde através do aumento da prática regular de atividade física (WICKRAMA, 2006). Nesse sentido, a promoção de um estilo de vida saudável através de um cotidiano fisicamente ativo, deve considerar as atividades laborais e no local de trabalho, tarefas da vida diária, a caminhada como forma de deslocamento ou no tempo livre, bem como a prática regular de exercícios. Os indicadores de duração, frequência e intensidade das atividades, devem ser considerados (**Tabela 3**), sendo que a associação desses indicadores deve resultar em um acúmulo de 1200 Kcal em atividades físicas por semana, promovendo autonomia e manutenção do nível de saúde.

Tabela 3 - Classificação do nível de atividade física.

Muito ativo: aquele que cumpre a recomendação:

a) Vigorosa: = 5 dias na semana e = 30 minutos por sessão e/ou

b) Vigorosa: = 3 dias na semana e = 20 minutos por sessão + Moderada e/ou Caminhada = 5 dias na semana e = 30 minutos por sessão.

Ativo: aquele que cumpre a recomendação:

a) Vigorosa: ≥ 3 dias na semana e ≥ 20 minutos por sessão e/ou

b) Moderada ou Caminhada: ≥ 5 dias na semana e ≥ 30 minutos por sessão e/ou

A soma de qualquer atividade: = 5 dias na semana e = 150 minutos por semana (vigorosa + moderada + caminhada).

Irregularmente ativo: aquele que pratica atividade física, mas insuficiente para ser classificado como ativo por não cumprir as recomendações quanto à frequência e duração.

Sedentário: aquele que não referiu praticar nenhuma atividade física por pelo menos 10 minutos contínuos durante a semana.

Portanto, a prática regular em atividades físicas tem sido considerada um importante aspecto que deve ser incorporado a outros hábitos saudáveis durante toda a vida. Relevante ressaltar que os hábitos estabelecidos na infância são mantidos durante a vida, mesmo que em determinado momento tenham sido reduzidos. Porém, aumentar o nível de atividade física não é uma tarefa fácil, embora resultados significativos sejam apresentados na literatura.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos fatores históricos para o desenvolvimento sustentável no permite concluir a necessidade de implementar políticas econômicas e ecológicas na preservação ambiental. Os resultados apontam para uma maior velocidade de degradação ambiental que recuperação e/ou preservação do meio ambiente, apontando para modificações geo-econômicas como as causas principais. Os resultados desse estudo sugerem a necessidade de aplicação das leis proteção ambiental, na perspectiva da manutenção das características ecológicas, estímulo para o desenvolvimento da qualidade de vida sustentável, criação de mecanismos educacionais para a conscientização ecológica, não somente de população, mas também de empresários e políticos. Assim poderíamos concluir que poderá haver a manutenção e/ou melhoria da qualidade de vida atual, pois em todas as épocas a qualidade de vida tendeu a ter uma relação com as condições ambientais. Entretanto, a presença tecnológica passou a ser um fator concorrente no estilo de vida, trazendo alteração momentânea no estilo de vida dos indivíduos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Albaglis, S. Informação de desenvolvimento sustentável: novas questões para o século XXI. *Ciência da Informação*, 34(1): 97-105, 2005
- Argyle, V. Organization of people lifestyle. *Health Report*, 21(7): 31-35, 1996.
- Buarque, S. Desenvolvimento humano e condições de vida. *Indicadores Brasileiros*, 23(5): 23-28, 1999.
- Buss, P.M. Qualidade de vida e qualidade de vida. *Cadernos de Saúde Pública*, 5(11): 163-177, 2000.
- Camargo, A. Desenvolvimento sustentável: Dimensões e desafios. *Papirus*, 1 ed. 2004
- Dickman, H. Determining health behavior. In: Dishman, R. Adherence to physical activity, *Human Kinetics*, 1994.
- Franco, M.A.R. Planejamento ambiental para a cidade sustentável. *Annablume*, São Paulo, 2000.
- Goldim, J.R. *Ecologia profunda*. Pioneiras, 1 ed, 2001.
- Gonçalves, A. e Vilarta, R. Qualidade de vida e atividade física: explorando teoria e prática. Ed. Manole, 1 ed, São Paulo, 2004
- Gross, W. Physical activity and lifestyle in elderly people. *Clinical Nutrition*, 34(5): 87-93, 2003.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. *Censo Demográfico*, 2000
- Khordagui, H. Environmental and water issues. *Sustainable Development and Productivity*. Columbus, 1st edition, 2005,
- Minayo M.C.S.; Hartz, Z.M.A. e Buss, P.M. Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciência e Saúde*, 5(1): 7-18, 2000.
- Nahas, M.V. *Atividade física, saúde e qualidade de vida*. 2 ed. Midiograf, Londrina, 2004.
- Sacks, I. *Ecodesenvolvimento: crescer sem destruir*. Revista dos Tribunais, São Paulo, 1996.
- United Nations. *Report of economics and social Affairs*, 2004.
- Matsudo, V.K.R. Exercícios acumulados funcionam? *Diagnóstico e Tratamento*, 10(3): 163-165, 2005.
- Matsudo, V.K.R. Como diagnosticar e combater a epidemia. *Diagnóstico e Tratamento*, 10(2): 109-110, 2005.
- Monteiro, C.A.; Conde, W.L.; Matsudo, S.M.; Matsudo, V.R.; Bonseñor, I.M. e Lotufo, P.A. A descriptive epidemiology of leisure-time physical activity in Brazil, 1996-1997. *Revista Panamericana de Salud Publica*, 14(4): 246-254, 2003.
- Matsudo, V.R.; Guedes S. J.; Matsudo, S.; Andrade, D.; Araújo, T.; Oliveira, L.; Andrade, E.; Ribeiro, M. Policy intervention: the experience of Agita São Paulo in using "mobile management" of the ecological model to promote physical activity. *Policy Intervention*: 427-444, 2005.
- Wickrama T. K. A.; Wickrama, K. A. S.; Bryant, C. M. Community influence on adolescent obesity: race/ethnic differences. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(4): 647-657, 2006.
- Enfrentando o desafio das doenças não transmissíveis no Brasil. In: Banco Mundial, relatório 32576-BR, nov, 2005.