

Qualidade de Vida

Todo final de ano é costumeiro desejarmos uns aos outros, votos de um feliz ano novo, com muita paz, saúde e prosperidade, palavras que podem ser sintetizadas em uma boa *qualidade de vida*.

Estudiosos orientam que a expressão *qualidade de vida* foi empregada pela primeira vez pelo presidente dos Estados Unidos, Lyndon Johnson em 1964 ao declarar que: “os objetivos não podem ser medidos através do balanço dos bancos. Eles só podem ser medidos através da *qualidade de vida* que proporcionam às pessoas.”

A vida melhora em muitas partes do mundo, mas persistem as disparidades econômicas.

A felicidade depende de muita coisa.

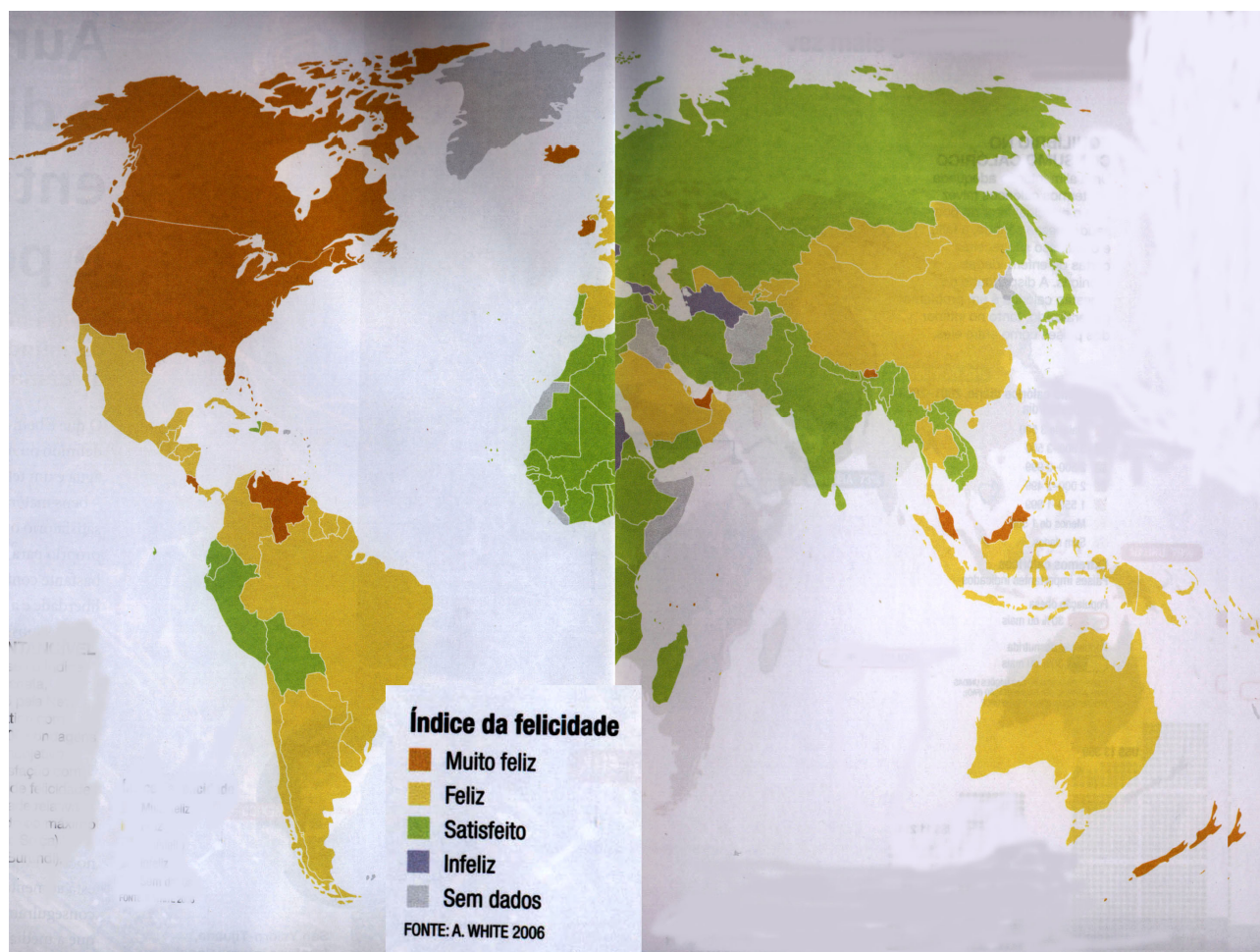
Ao avaliar a qualidade de vida, os cientistas sociais estão passando a incluir a *felicidade* ao lado de dados mais palpáveis sobre a *condição econômica e a saúde*.

Para tanto, recorrem a levantamentos de “*bem-estar subjetivo*” - o grau de satisfação das pessoas em relação a sua vida.

O mapa-múndi de um “índice de felicidade” mostra a boa situação de muitos, mas não de todos, os países setentrionais desenvolvidos. Os habitantes da África subsaariana e da antiga União Soviética manifestam níveis baixos de contentamento.

“Já é hora de reconhecermos que o dinheiro não é tudo na vida”

David Cameron, líder da oposição no Reino Unido



Mapa-múndi de um índice de felicidade - fonte: A. WHITE 2006

Nações cujas pessoas são mais felizes

Os países do norte da Europa e da América, assim como vários outros, estão no topo da lista, mas ela também inclui muitas nações insulares menos prósperas.

1 Dinamarca - Suíça

2 Áustria – Islândia

3 Bahamas - Finlândia - Suécia

4 Butão- Brunei- Canadá – Irlanda – Luxemburgo

5 Costa Rica Malta – Países Baixos

6 Antígua e Barbuda - Malásia – Nova Zelândia – Noruega – Seicheles – São Cristóvão e Névis - Emirados Árabes Unidos – Estados Unidos – Vanuatu – Venezuela

A Medida do Intangível

Este mapa baseia-se no índice de Felicidade do Planeta, preparado em 2006 pela New Economics Foundation com base em mais de 100 sondagens sobre o bem-estar subjetivo. Sua "escala de satisfação com a vida" - um índice de felicidade - classifica a felicidade relativa das nações, variando do máximo de 273 (Dinamarca e Suíça) ao mínimo de 100 (Burundi).

Qualquer tentativa de medir a *felicidade* está condenada ao fracasso - **cada vida é um conjunto específico de alegrias, lutas e tristezas, e o nível de satisfação pode depender tanto do ponto de vista como das circunstâncias.**

As médias obscurecem tanto os momentos felizes nos países em desenvolvimento quanto, nos países mais ricos, aquelas pessoas que sofrem com a falta de saúde, a pobreza ou a discriminação.

“É evidente que quando se trabalha com média em termos estatísticos a média não traduz a realidade e os extremos não são observáveis. No mapa a **América do Sul** quase inteira é classificada como **feliz** o que não condiz com a realidade”. (com exclusão de Bolívia e Peru – classificados como **satisfeito** e Venezuela - **muito feliz**)

Mas os **índices de felicidade** podem ajudar os pesquisadores a ir além dos simples indicadores econômicos à medida que acompanham o **progresso - ou o retrocesso** - ao longo do tempo.

O interesse em conceitos como **“padrão de vida”** e **“qualidade de vida”** foi inicialmente partilhado por cientistas sociais, filósofos e políticos.

O crescente desenvolvimento tecnológico da Medicina e ciências afins trouxe como uma consequência negativa a sua progressiva desumanização.

Assim, a preocupação com o conceito de **“qualidade de vida”** refere-se a um movimento dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida.

A avaliação da **qualidade de vida** foi acrescentada nos ensaios clínicos randomizados como a terceira dimensão a ser avaliada, além da eficácia (modificação da doença pelo efeito da droga) e da segurança (reação adversa a drogas) (BECH, 1995).

A oncologia foi a especialidade que, por excelência, se viu confrontada com a necessidade de avaliar as condições de vida dos pacientes que tinham sua sobrevida aumentada com os tratamentos propostos (KATSCNIG, 1997), já que muitas vezes na busca de acrescentar **“anos à vida”** era deixado de lado a necessidade de acrescentar **“vida aos anos”**.

Assim, a **qualidade de vida** é um termo empregado para descrever a qualidade das condições de vida levando em consideração vários fatores como: a saúde, a educação, o bem-estar físico, psicológico, emocional e mental, expectativa de vida, etc.

A **qualidade de vida** envolve também elementos não relacionados, como a família, amigos, emprego ou outras circunstâncias da vida.

Entende-se por **qualidade de vida** a percepção do indivíduo tanto de sua posição na vida, no contexto da cultura e nos sistemas de valores nos quais se insere, como em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

É um amplo conceito de classificação, afetado de modo complexo pela saúde física do indivíduo, pelo seu estado psicológico, por suas relações sociais, por seu nível de independência e pelas suas relações com as características mais relevantes do seu meio ambiente.

É, portanto, um termo amplo que concentra as condições que são fornecidas ao indivíduo para viver como ele pretende.

O conceito de **qualidade de vida** não está limitado em si mesmo, ou seja, significa uma medida. Indivíduos podem ter **qualidade de vida boa ou ruim** (escala qualitativa), ou mesmo, mensurada em escalas quantitativas. Existem diversas formas de mensuração e avaliação.

Ao comparar o **índice de felicidade** com dados da **ONU, da CIA** e de **outras fontes**, um psicólogo britânico concluiu que boa saúde, acesso a tratamento médico, dinheiro suficiente para as necessidades fundamentais e educação básica são os fatores mais importantes para o bem-estar subjetivo. Os países europeus satisfazem todos esses requisitos.

Saúde

O **Japão** orgulha-se de ter a **maior expectativa de vida em todo o mundo** - um critério da saúde global. A **Suazilândia**, no outro extremo, é assolada por **pobreza, doenças e violência**.

As disparidades no acesso a cuidados médicos assinalam uma divisão crucial entre os países.



Guatemala

Saúde é um direito humano fundamental, reconhecido por todos os foros mundiais e em todas as sociedades. Como tal saúde se encontra em pé de igualdade com outros direitos garantidos pela **Declaração Universal dos Direitos Humanos, de 1948**:

liberdade, alimentação, educação, segurança, nacionalidade etc.

A **saúde** é amplamente reconhecida como o maior e o melhor recurso para o desenvolvimento social, econômico e pessoal, assim como uma das mais importantes dimensões da **qualidade de vida**.

Saúde e qualidade de vida são dois temas estreitamente relacionados, fato que podemos reconhecer no nosso cotidiano e com o qual pesquisadores e cientistas concordam inteiramente. Isto é, a saúde contribui para melhorar a **qualidade de vida** e esta é fundamental para que um indivíduo ou comunidade tenha **saúde**.

A **Carta de Ottawa** - um dos documentos mais importantes que se produziram no cenário mundial sobre o tema da **saúde e qualidade de vida** - afirma que são recursos indispensáveis para se ter saúde:

1. paz
2. renda
3. habitação
4. educação
5. alimentação adequada
6. ambiente saudável
7. recursos sustentáveis
8. equidade
9. justiça social

Isto implica no entendimento de que a saúde não é nem uma conquista, nem uma responsabilidade exclusiva do setor saúde. Ela é o resultado de um conjunto de **fatores sociais, econômicos, políticos e culturais, coletivos e individuais**, que se combinam, de forma particular, em cada sociedade e em conjunturas específicas, daí resultando sociedades mais ou menos saudáveis.

Na maior parte do tempo de suas vidas, a maioria das pessoas é saudável. Isto significa que, na maior parte do tempo, a maioria das pessoas não necessita de hospitais, CTI ou complexos procedimentos médicos, diagnósticos ou terapêuticos.

Mas durante toda a vida, todas as pessoas necessitam: **água e ar puros, ambiente saudável, alimentação adequada, situações social, econômica e cultural favoráveis, prevenção de problemas específicos de saúde, assim como educação e informação**.

Isto quer dizer que fatores políticos, econômicos, sociais, culturais, ambientais, comportamentais e biológicos podem tanto favorecer, como prejudicar a saúde.

Se cada pessoa se preocupar em desenvolver um padrão comportamental favorável à sua **saúde** e lutar para que as condições sociais e econômicas sejam favoráveis à **qualidade de vida e à saúde** de todos, certamente estará dando uma poderosa contribuição para que tenhamos uma **população mais saudável, com vida mais longa e prazerosa**.

Riqueza

As pessoas ricas são sempre as mais: contentes. Mesmo assim, o minúsculo Luxemburgo, que ocupa o primeiro lugar na lista do PIB per capita, também obteve pontuação de 253 no índice da felicidade. A pobreza efetiva equivale a descontentamento efetivo, destino de bilhões de pessoas.



Índia

Educação

Quem nasce na Austrália passa mais tempo na escola - uma média de 21 anos - que os cidadãos de qualquer outro país. Mas basta uma formação básica para que se registre um salto significativo na felicidade geral. O lamentável é que nem mesmo isso está ao alcance de centenas de milhões de pessoas.



Malawi

A **Organização Mundial da Saúde (OMS)** desenvolveu um questionário para aferir a qualidade de vida.

Trata-se do **WHOQOL (World Health Organization Quality of Life)** que possui duas versões validadas para o português, o **WHOQOL - 100** (composto por 100 questões) e o **WHOQOL - Breve**, composto por **26 questões**.

O WHOQOL - 100 é composto por seis domínios:

1. físico.
2. psicológico,
3. do nível de independência,
4. das relações sociais,
5. do meio ambiente e
6. dos aspectos religiosos.

O **WHOQOL - Breve** é composto por quatro domínios:

1. físico,
2. psicológico,
3. das relações sociais e
4. do meio ambiente.

Obs. - A cidade Portuguesa com melhor qualidade de vida é **Viseu**, sendo ainda a 17^a a nível mundial.

Cidades como **Lisboa Porto ou Setubal** são as cidades portuguesas com **pior qualidade de vida**.

O **Índice de Desenvolvimento Humano (IDH)** é uma medida comparativa de riqueza, alfabetização, educação, esperança média de vida, natalidade e outros fatores.

É uma maneira padronizada de avaliação e medida do bem-estar de uma população, especialmente o bem-estar infantil.

Aumenta a distância entre ricos e pobres

O que é bem-estar?

Esse conceito crucial é difícil de ser definido ou medido. Antes de tudo, vem o básico: **comida, água e um teto**.

A maioria de nós sabe o que nos faz felizes - **bens materiais, convivência com parentes e amigos, trabalho satisfatório ou seja lá o que for** -, mas o êxito tem significado próprio para cada um, e os relacionamentos sociais variam bastante conforme a região do planeta.

Muitas vezes, a **liberdade e a segurança** são consideradas corriqueiras por quem as possui; no entanto, para quem almeja essas duas coisas, não há nada mais importante.

Os pesquisadores recorrem a vários critérios para avaliar a **qualidade de vida**, desde o mero cálculo dos ganhos monetários e do consumo alimentício até sondagens com base em aspectos mais subjetivos.

Em muitos estudos, a “**felicidade**” parece depender mais diretamente da **boa saúde, de uma relativa riqueza material e do acesso à educação**.

Qualquer critério que seja adotado e na maior parte do mundo, nota-se uma tendência geral: a distância entre **ricos e pobres está aumentando**.

As duas pessoas mais ricas do mundo tinham mais dinheiro que a soma do PIB dos 45 países mais pobres.

Nos Estados Unidos, os 20% mais ricos conseguiram ampliar sua riqueza numa proporção 50% maior que a média nacional desde os anos 1960.

Com o aquecimento econômico na Ásia, milhões de pessoas passaram a desfrutar de maior conforto material, mas outras centenas de milhões ainda continuam a viver na pobreza.

A desigualdade está presente em muitos aspectos do nosso mundo - entre países e, no interior destes, entre indivíduos, grupos, sexos e até gerações -, mas nada a torna tão evidente quanto uma única medida desse crescente distanciamento: em 2007. As linhas que dividem ricos e pobres reaparecem nitidamente em várias escalas mundo afora.

Uma consequência disso é a migração internacional, impulsionada pela busca de trabalho nos países mais ricos.

A fronteira entre os Estados Unidos e o México é uma das mais movimentadas do mundo, com 250 milhões de travessias legais por terra a cada ano. Mais de 40 milhões desses cruzamentos de um país a outro ocorre no posto aduaneiro de San Ysidro.



fonte - National Geographic Brasil- Dossiê Terra – Por uma vida sustentável no século XXI.

Certa vez, lemos uma história que nos levou a refletir em quê consiste a verdadeira **felicidade**.

Foi narrada por uma moça que se sentia momentaneamente infeliz e, andando pela rua viu um homem puxando uma carroça.

Ao observar a cena, pensou: pobre homem! Fazendo o trabalho de um animal irracional...

Isso é que deve ser infelicidade!

Pensando em ouvir de seus lábios lamentações e queixas, aproximou-se e lhe perguntou:

- O senhor é muito infeliz, não é? Afinal fazendo um trabalho desses...

Confessa ela que o homem fê-la mudar a paisagem íntima, ao responder entusiasmado:

- Não senhora! Sou uma pessoa muito **feliz**.
- Tenho saúde que nem mesmo preciso de um animal para puxar minha carroça.
- Tenho força, consigo o meu sustento passeando pela cidade e ainda ganho saudações de pessoas bonitas como à senhora.
- Só não sou mais **feliz**, porque não vejo todas as pessoas do mundo sorrindo...

Como podemos perceber, a **felicidade** consiste em cada um contentar-se com o que tem e fazer da sua **felicidade** a alegria dos outros.

Quando Jesus afirmou que a **felicidade** não é deste mundo, referiu-se à **felicidade** sem mescla, à **felicidade** plena.

Todavia, podemos viver com alegria valorizando as coisas que temos e as conquistas morais que já logramos, sem infelicitar-nos com o que não possuímos e não está ao nosso alcance.

Algumas frases para reflexão:

- A felicidade não está em viver, mas em saber viver. Não vive mais o que mais vive, mas o que melhor vive, porque a vida não mede o tempo, mas o emprego que dele fazemos.
- “Entendemos a Felicidade, como sendo um subproduto da realização, um estado de espírito que resulta de perceber o seu próprio valor” - Rocha.
- É possível a Felicidade ser adquirida, desde que tenhamos muito amor para dar em contrapartida.

Pense nisso!

Luiz Antonio Batista da Rocha - Engenheiro Civil
Consultor em Recursos Hídricos – Auditor Ambiental
rocha@outorga.com.br www.outorga.com.br