



CONSIDERAÇÕES SOBRE O TEMA QUALIDADE DE VIDA

CYNTIA LEILA STIZ GESSNER

Introdução: qualidade de vida é um tema envolvente, sendo debatido e utilizado como algo a ser projetado e alcançado. A qualidade de vida tem instigado muitos profissionais de diversas áreas, pois ele é amplo e abrange diversos aspectos e momentos da vida. **Objetivo:** O presente trabalho teve como objetivo tecer considerações sobre o construto qualidade de vida. **Metodologia:** foi realizado uma revisão bibliográfica, que consiste na revisão da literatura relacionada à temática abordada. Para tanto, foram utilizados livros, periódicos, artigos, sites da Internet entre outras fontes, buscando-se elucidar os conceitos relacionados a qualidade de vida. **Resultados:** todos os resultados obtidos são apresentados e fundamentados em reflexões de estudos conforme a literatura. A qualidade de vida é definida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. A qualidade de vida do ser humano expressa a qualidade de sua saúde, suas possibilidades e limitações individuais e coletivas. Representa o processo de satisfação de suas necessidades primitivas e culturais de bem viver, de sobrevivência e de transcendência. Significa a humanização da realidade, entendida como ambiência ecológica, habitabilidade, meio ambiente, urbanização, saneamento básico e a humanização da vida através da participação democrática, do estado de direito, da redução das desigualdades sociais, da equalização das oportunidades e de serviços públicos dignos. Programas bem formatados e desenvolvidos a longo prazo visando à melhoria da qualidade de vida, com um foco bem definido na prevenção e controle do estresse psicossocial, são pedras fundamentais para o estímulo ao desenvolvimento das pessoas. **Conclusão:** Compreende-se que a qualidade de vida envolve vários saberes e de diferentes áreas do conhecimento e inclui todos os aspectos da vida, individuais ou coletivos. Conclui-se que, à partir do aprofundamento do tema qualidade de vida, pode-se ter um embasamento teórico e a maturidade para a elaboração de programas que foquem na promoção da qualidade de vida para a população. Esta promoção envolve ações direcionadas a alimentação, moradia, entretenimento, saúde, trabalho digno, educação, segurança e convívio social, com equilíbrio.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Saúde, Ser humano, Humanização, Bem viver.