

relacionados com próprio ambiente e a organização laboral. O envelhecimento e as próprias condições de trabalho podem ocasionar danos físicos e psicológicos que podem favorecer o absenteísmo nesse segmento profissional. OBJETIVO: O presente estudo tem como finalidade analisar as doenças que mais contribuem para o absenteísmo na população idosa dos servidores do Instituto Federal do Maranhão (IFMA). METODOLOGIA: Trata-se de um estudo sobre absenteísmo-doença entre os servidores com mais de 60 anos do Instituto Federal do Maranhão (IFMA) que recorre a uma abordagem quantitativa, retrospectiva dos afastamentos por motivo de doença desses servidores, no ano 2017, registrados no Subsistema de Atenção à Saúde do Servidor Público Federal-via Unidade SIASS. RESULTADOS: A análise dos idosos servidores do IFMA, mostrou que a maior parte dos afastamentos ocorre por doenças do sistema osteomuscular e do tecido conjuntivo (29%), seguido das doenças do aparelho circulatório (17,9%) e das doenças do olho e ouvido (10,7%). CONCLUSÃO: O estudo do absenteísmo-doença, ao ser legitimado como problema social, permitiu criar estratégias anti-discriminatórias e projetá-las à realidade de cada órgão membro da Unidade, visando proporcionar um ambiente adequado ao bem-estar de todos e, principalmente, da parcela crescente da população idosa, conduzindo a avanços na execução das tarefas e o consequente aumento do nível de satisfação do servidor.

PALABRAS CLAVE

ABSENTISMO, CONDIÇÕES DE TRABALHO, DISCRIMINAÇÃO, ENVELHECIMENTO

A RELAÇÃO ENTRE A ALIMENTAÇÃO E O COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO NA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

**FLAVIANE FARIAS
EDUARDO DUQUE
FFCS-UCP**

O aumento da esperança média de vida tem sido uma realidade, porém, não se pode simplesmente viver, é preciso saber viver com qualidade. Para associar estas duas realidades, torna-se necessário atender ao estilo de vida individual e social, de forma a promover um envelhecimento saudável. Embora a maior parte dos adultos idosos apresente, com o passar do tempo, múltiplos problemas de saúde, a idade avançada não deve ser sinónimo de dependência, nem tão pouco motivo de exclusão social.

A sarcopenia atinge hoje mais de 10 milhões de pessoas idosas, com uma alta taxa de mortalidade, quando comparada com a população de idosos não sarcopénicos. A sua causalidade é multifatorial, nomeadamente, distúrbios da inervação muscular, redução na produção de hormônios, aumento de processos inflamatórios e alterações da função digestiva, piorando o padrão alimentar, como a redução na ingestão proteico-calórica. Em consequência, surgem prejuízos na degradação da saúde e, naturalmente, na redução da qualidade de vida e do bem-estar do idoso.

A questão alimentar, neste contexto, não é de somenos importância. Ela é determinante no processo de envelhecimento e quando não é bem cuidada favorece a perda progressiva da massa muscular com redução significativa da capacidade funcional, proporcionando um envelhecimento associado a um aumento de doenças crônicas, bem como a consequente dependência de tarefas essenciais, como o vestir, andar, viver sozinho, etc.

Posto isto, o principal objetivo deste estudo visa analisar a relação entre os fatores socio-demográficas, a atividade física e os hábitos alimentares na população idosa. Foram analisados os dados de 14 idosos portugueses não institucionalizados com idades compreendidas entre 65 e 84 anos, através do inquérito alimentar nacional e de atividade física (IAN-AF). Os resultados mostraram que entre os 21% de idosos que viviam sozinhos, 33% estavam acima do peso e 42% idosos eram inativos. Foram encontradas diferenças significativas, em termos de sedentarismo e nível de atividade física, entre as regiões do país, bem como uma relação significativa com o agregado familiar. Em relação aos hábitos alimentares, observou-se um baixo consumo de frutas, carnes, ovos, água e hidratos de carbono, e alto consumo de álcool. As variáveis sociodemográficas como a região do país, o sexo, o estado civil, o rendimento familiar e o número de elementos do agregado familiar revelaram estar significativamente relacionados com os hábitos alimentares. Para se promover um *envelhecimento saudável* torna-se, assim, necessário compreender melhor a relação entre os hábitos alimentares e o comportamento sedentário no processo do envelhecimento, sendo esta relação determinante na qualidade de vida do idoso, que se manifesta na sua capacidade funcional, bem como na sua integração social.

PALABRAS CLAVE

ENVELHECIMENTO, IDOSOS, NUTRIÇÃO, QUALIDADE DE VIDA, SEDENTARISMO

LAS REDES SOCIALES COMO REFLEJO DE ACTITUDES XENÓFOBAS TRAS UN ATENTADO TERRORISTA

NATALIA DEL PINO-BRUNET
RAFAEL ARREDONDO QUIJADA
Universidad de Málaga

El objetivo de esta comunicación es analizar el impacto del terrorismo en las actitudes de radicalización y xenofobia de la población. Se parte de la hipótesis de que en los momentos inmediatamente posteriores a estos sucesos la ciudadanía tiende a expresarse de forma emocional, exacerbándose las actitudes radicales y xenófobas y la polarización. Donde en la actualidad la utilización de las redes sociales se convierte en un medio muy utilizado como instrumento de comunicación.

En el contexto de un atentado terrorista que ocurre en Utrecht el día 1 de marzo de 2011 y a través de la descarga de información que se comparte en Twitter mediante el software Gephi versión 0.9.2, a través del hashtag #24oktoberplain, el cual vertebra la conversación y el intercambio de información en esta red, en torno al atentado sucedido. Se obtiene una muestra inicial de 10.000 tweets, exportados a la hoja de cálculo Excel, que tras una revisión pormenorizada se concretó en una muestra definitiva de 214, a la vez que se procedió a su traducción al castellano.