

## RESUMO

**Introdução:** O mundo está vivenciando uma mudança no perfil demográfico, e a população está alcançando idades mais avançadas. Nesse novo contexto, criam-se novas perspectivas e necessidades. Diante dessa realidade, é cada vez mais presente a procura por exercícios físicos para manter uma vida saudável. Assim, os estudos que investigam a qualidade de vida e o bem-estar subjetivo, especialmente em idosos com idade avançada, podem contribuir para uma velhice bem-sucedida. **Objetivo:** Avaliar os determinantes de qualidade de vida e do bem-estar subjetivo de idosos fisicamente ativos entre 75 e 85 anos. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal, descritivo, de natureza quantitativa. Esta pesquisa foi desenvolvida com 375 idosos, com idades entre 75 e 85 anos, residentes da cidade de Juiz de Fora, MG. Como instrumento de coleta de dados, foi utilizado um questionário sociodemográfico, um questionário de avaliação da qualidade de vida (*36-Item Short Form Survey – SF-36*) e uma medida de avaliação do bem-estar subjetivo (*Life Satisfaction Index for the Third Age – LSITA*). Para análise dos dados, foram realizadas: análises descritivas, análises de correspondência múltipla (associação) e regressão linear múltipla (estimar variáveis determinantes). **Resultados:** Entre as variáveis investigadas verificou-se que a qualidade de vida e a satisfação com a vida de idosos velhos fisicamente se associam com diversas variáveis (sociodemográficas, de saúde, de exercícios físicos e de limitação e dor). Entre estas variáveis, as determinantes para qualidade de vida desta população são: quantidade de doença, quantidade de dores, quantidade de tarefas com dificuldades de execução e exercício aeróbico. Já para satisfação com a vida os determinantes são a quantidade de doenças e quantidade de tarefas com dificuldades de execução. **Considerações Finais:** Espera-se que este estudo contribua de forma a ampliar o conhecimento da temática do envelhecimento para os diversos profissionais que lidam, diretamente, com o público idoso. Além disso, acredita-se que novas Políticas Públicas e ações possam surgir com intuito de beneficiar a qualidade de vida dessa população, objetivando uma velhice bem-sucedida.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida. Bem-estar subjetivo. Exercício físico. Idoso.

## ABSTRACT

**Introduction:** The world is experiencing a change in the demographic profile and the population is reaching more advanced ages. In this new context, new perspectives and needs are created. Faced with this reality, the search for physical exercise to maintain a healthy life is increasingly present. Therefore, studies that investigate quality of life and subjective well-being, especially in the elderly, can contribute to a successful old age. **Objective:** To evaluate the determinants of quality of life and subjective well-being of physically active elderly between 75 and 85 years old. **Methods:** This is a cross-sectional, descriptive, quantitative study. This research was developed with 375 elderly people aged 75 to 85 years, resident of the city of Juiz de Fora, MG. As a data collection instrument, a sociodemographic questionnaire was used, a questionnaire to evaluate the quality of life (36 Item Short Form Survey - SF-36) and a measure of subjective well-being (Life Satisfaction Index for the Third Age - LSITA). To analyze the data, descriptive analyzes, multiple correspondence (association) and multiple linear regression analysis were performed (estimating determinant variables). **Results:** Among the variables investigated, the quality of life and satisfaction with the life of the elderly were physically associated with several variables (sociodemographic, health, physical exercise and limitation and pain). Among these variables, the determinants for quality of life of this population are: amount of disease, amount of pain, quantity of tasks with difficulties of execution and aerobic exercise. For life satisfaction, the determinants are the quantity of diseases and the number of tasks with difficulties of execution. **Final considerations:** It is hoped that this study contributes in a way to broaden the knowledge of the thematic of the aging for the several professionals that deal, directly, with the elderly public. In addition, it is believed that new policies and actions may arise with the intuition of benefiting the quality of life of this population, aiming at a successful old age.

**Keywords:** Quality of life. Subjective well-being. Exercise. Elderly.