

O que é qualidade de vida?

Já divagamos sobre o [sucesso](#) e [felicidade](#), e aqui pensaremos sobre **qualidade de vida**. Assim como os tópicos anteriores, trata-se de um tema que é em parte **abstrato** e **relativo** quando visto sob uma ótica **pessoal**.

Por outro lado, quando analisada sob um âmbito **macro**, na esfera **política** e **social**, torna-se um assunto **factual**, embasado com **dados** e **pesquisas**.

Ótica pessoal

Quando analisada sob uma ótica pessoal, **só você** pode responder o que é qualidade de vida.

A concepção **muda** de acordo com as prioridades, ideologias, realidades e desejos de cada um. Para alguns, pode ser conseguir **trabalhar** com o que ama até ser bem velhinho. Para outros, se **aposentar** o quanto antes e aproveitar o ócio.

Refleta sobre o que é **importante** e o que faz **sentido** para você.

Na sociedade

Decisões entre campo ou cidade, viajar o mundo ou construir raízes **variam** de pessoa a pessoa. Entretanto, existe um **senso comum** do que é qualidade de vida que **independe** de **opinião**.

A qualidade de vida é calculada pelo **Índice de Desenvolvimento Humano (IDH)**. Exatamente por se tratar de um conceito abrangente, a pesquisa definiu três **pilares** para serem os **indicadores** para chegar na resposta final: **renda**, **educação** e **saúde**.

Em um país de tamanha **desigualdade** social como o Brasil, seria impossível e desonesto tratar de qualidade de vida como algo apenas pessoal. Sim, cada um tem suas **virtudes**. Mas elas têm menos **peso** do que viver com uma renda confortável e acesso à boa educação e saúde.

Por mais interiormente **feliz** que alguém seja, não há qualidade de vida se há **medo** de não conseguir colocar o pão na mesa para a família no dia seguinte.

Saúde como peça chave

Os três pólos estabelecidos pelo IDH são igualmente muito **importantes**. Mas como a Conexa Saúde é uma plataforma de **telemedicina**, aqui vamos focar na **saúde** como **peça chave** para qualidade de vida.

Apesar do 'ser saudável' também ser um conceito relativo, é **unânime** que todos devem prezar pelo bem estar **físico e mental**. Você com certeza já ouviu dos mais velhos as frases: "Quem tem saúde, tem **tudo**" e "Saúde não se **compra**".

É interessante observar nestes dizeres o contraponto com a renda, como se a saúde fosse algo a parte do ambiente externo.

"Quem tem saúde, tem tudo" - mas para ter saúde em primeiro lugar, é preciso viver em um local com **saneamento** básico, sem **violência** e com atendimento qualificado.

"Saúde não se compra" - mas quando ela falha, se tratar em um hospital **privado**, com médicos e equipamento de ponta e sem filas imensas, custa **dinheiro**.

O que é, afinal, qualidade de vida?

Conclui-se, portanto, que o conceito de qualidade de vida **permeia** por definições **práticas** e mais **lúdicas**.

Entretanto, enquanto a sociedade for marcada por um **abismo social**, torna-se impossível pensar em qualidade de vida como algo **apenas** pessoal.

Qualidade de vida é ter uma **estrutura** de renda, educação e saúde tão boa que a sua preocupação será só a de **divagar** sobre as belezas da vida.

Texto: [Manoela Caldas](#).