

## **EFEITOS DA ATUAÇÃO MULTIPROFISSIONAL NA GARANTIA DE UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: REVISÃO SISTEMÁTICA**

Maria Andrelly Matos de Lima<sup>(1)</sup>; Danielly Alves Mendes Barbosa<sup>(1)</sup>; Nayane Nayara do Nascimento Galdino<sup>(1)</sup>; Maria Izabel Siqueira de Andrade<sup>(2)</sup>

1. *Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal de Pernambuco. Centro Acadêmico de Vitória – UFPE/CAV. Email: [andrellymatos@gmail.com](mailto:andrellymatos@gmail.com)*
2. *Docente do Núcleo de Nutrição. Universidade Federal de Pernambuco. Centro Acadêmico de Vitória – UFPE/CAV.*

### **INTRODUÇÃO**

A população de idosos cresce aceleradamente no Brasil e tal evento pode ser considerado um dos desafios dos tempos atuais, ocasionando alterações na estrutura etária populacional do país. Ciente dessas mudanças destaca-se a necessidade de ações multiprofissionais que visam proporcionar um envelhecimento saudável à população, permitindo a condução de uma senescência com melhor qualidade de vida e a prevenção ao surgimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs)<sup>1</sup>.

Aumentar a qualidade e a expectativa de uma vida ativa é o objetivo do envelhecimento saudável. Os cuidados com a saúde podem diminuir consideravelmente os índices de mortalidade prematura em idosos, além disso, podem reduzir os casos de morbidade por doenças crônicas<sup>2</sup>.

Diante da realidade no Brasil e considerando a necessidade da garantia de uma melhor qualidade de vida à população idosa, o presente estudo objetivou avaliar os efeitos da atuação de equipes multiprofissionais na saúde do idoso, identificando as modificações nos hábitos de vida desses indivíduos a partir da implementação das equipes.

### **MÉTODOS**

Estudo de revisão sistemática conduzido na base de dados BIREME (Biblioteca Regional de Medicina) no período de Setembro a Outubro de 2017. Os critérios de inclusão dos artigos foram: artigos publicados nos últimos dez anos (2007-2017), nos idiomas português, inglês ou espanhol e contendo informações detalhadas sobre o tema em questão ou englobando relatos de experiências sobre intervenções.

Para a pesquisa foram utilizados os descritores “equipe multiprofissional”, “idoso” e “Brasil”, os quais foram localizados na lista dos Descritores em Ciências da Saúde, disponível no portal da BVS.

Os artigos identificados na base de dados foram selecionados a partir da leitura dos títulos, seguido da leitura dos resumos e dos textos completos, sendo extraídas informações referentes à atuação multiprofissional realizada e os benefícios proporcionados com a condução das ações.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Na busca inicial foram identificados 134 artigos. Após a aplicação das etapas do procedimento, foram selecionados 11 trabalhos para compor a revisão. Os dados referentes às principais características dos estudos incluídos na presente revisão estão apresentados na tabela 1.

Os artigos selecionados neste estudo, a partir da atuação multiprofissional, demonstraram os benefícios proporcionados aos idosos envolvidos, sendo possível observar uma melhor qualidade de vida e a implementação de um possível envelhecimento ativo, participativo e saudável (Tabela 1).

Com base nas pesquisas que se baseavam nas necessidades e dificuldades enfrentadas pelos idosos durante o período da senescência, é importante ressaltar a necessidade de prepará-los e orientá-los sobre os eventos previstos para essa fase, além de informar sobre os riscos elevados de desenvolvimento das DCNTs.

Na idade acima dos 60 anos, uma boa parte dos indivíduos buscam mudanças nos hábitos de vida, na tentativa de um envelhecimento mais saudável e uma maior expectativa de vida, porém algumas tentativas podem ser falhas se conduzidas de forma inadequada. Os profissionais de saúde que são capacitados para lidar com esse grupo devem ser os principais estimuladores para a adoção de hábitos saudáveis, a fim de que o envelhecimento ocorra da melhor forma possível, orientando os indivíduos idosos sobre a importância de procurar o serviço de saúde para tirar dúvidas, estar com a carteira de vacinação em dia, realizar os exames recomendados, adotar melhores hábitos de vida, participar dos encontros ofertados pela equipe de profissionais, além de outros serviços que podem ser ofertados à população.

A Estratégia de Saúde na Família (ESF) e o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) são os principais programas envolvidos na atuação básica à família, e lidam frequentemente com os desafios de garantir um envelhecimento saudável à população, promovendo a integralidade, qualidade de vida e bem-estar. A equipe de profissionais pode ser constituída por enfermeiro,

nutricionista, médico, dentista, fisioterapeuta, psicólogo, técnicos de enfermagem, educador físico, agente comunitário de saúde, entre outros profissionais, que atuam de forma integrada com objetivos comuns, para incentivar e construir um ambiente melhor frente às necessidades da população.

Apesar do grande desafio enfrentado pela equipe de multiprofissionais, além das intervenções dessa equipe contribuir para evitar o surgimento de doenças, ela pode atuar no tratamento de doenças já existentes, como uma estratégia não medicamentosa que pode ser muito eficaz, dependendo do comprometimento do idoso em adotar as recomendações propostas. As principais intervenções realizadas nos estudos avaliados nesta revisão incluíram dinâmicas grupais, debate de estratégias, expressão dos idosos sobre suas experiências de vida e conhecimento sobre saúde, a fim de saber as necessidades de cada grupo e conscientizar sobre a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis.

## **CONCLUSÃO**

Com base no exposto, é possível notar os benefícios alcançados com intervenções multiprofissionais na saúde da população idosa no Brasil. Os resultados servem de incentivo para ampliação de estratégias voltadas para esse âmbito, sendo essencial a participação de profissionais envolvidos, que possam contribuir de forma integral no controle dos efeitos físicos, metabólicos e psicológicos do envelhecimento. A adoção de melhores hábitos de vida, com condução de uma alimentação saudável, atividades físicas e psicomotoras contribuem não só para diminuir os riscos de doenças, como também para auxiliar no tratamento de distúrbios já existentes. Dessa forma, as ações educativas desenvolvidas pelos profissionais de saúde na atenção primária resultam no processo de envelhecimento de forma harmoniosa e saudável.

**Tabela 1. Características e principais resultados dos artigos selecionados para inclusão na revisão sistemática.**

<b>Autor, Ano e Local do Estudo</b>	<b>Atuação Multiprofissional</b>	<b>Principais Benefícios/Resultados</b>
Cupertino et al. <sup>3</sup> (2007) Porto Alegre/RS.	Identificar a definição de envelhecimento saudável em uma amostra de idosos, buscando examinar as multidimensões percebidas pelos indivíduos.	Foram enfatizadas as várias dimensões para a obtenção de um processo saudável de envelhecimento, tais como as dimensões físicas, social, emocional, econômica, cognitiva, dentre outras.
Santos et al. <sup>4</sup> (2014) Londrina/PR.	Identificar os benefícios da adoção de programas de promoção da saúde voltados para o envelhecimento saudável, representando uma estratégia eficaz para a melhoria da qualidade de vida e da saúde dos idosos.	Conscientização de que o processo de amadurecimento torna-se sadio à medida que o indivíduo adota um estilo de vida saudável e entende que o fato de envelhecer não o priva de exercer suas atividades.
Romero et al. <sup>5</sup> (2015) Matias Olímpio/PI.	Realização de uma avaliação multidimensional na população-alvo da área de abrangência, com objetivo de melhorar a atenção à saúde dos idosos.	Sugestões de estratégias de intervenção para modificar modos e estilos de vida na velhice, que se traduzem na melhora da qualidade de vida e à promoção do envelhecimento saudável.
Wichmann et al. <sup>6</sup> (2011) Porto Alegre/RS.	Realização de atividades que permitiram uma visão não fragmentada do processo saúde e doença, a partir de uma avaliação mais detalhada da população.	Promoção de momentos ricos de trocas de experiências, conhecimentos, informações e intervenções para que o usuário seja percebido na sua integralidade e busque a responsabilidade frente a sua saúde.
Ferreira <sup>7</sup> (2016) Rubim/MG.	Elaboração de um plano de ação para enfrentamento do sedentarismo da população idosa da área da Equipe de Saúde da Família Bela Alvorada.	Conscientização da comunidade sobre a importância da prática regular de atividade física e da mudança de hábitos para uma vida saudável, além da importância de que cumpram seus objetivos com a prevenção.

Costa <sup>8</sup> (2016) Natal/RN.	Proporcionar conhecimento e melhoria da qualidade da atenção prestada à população idosa assistida na UBS, através de ações estratégicas visando promoção, prevenção e recuperação de saúde.	A equipe de saúde possibilitou maior integração da população idosa, melhorando e facilitando o acesso as estratégias de saúde e família, priorizando-os no atendimento.
Piexak et al. <sup>9</sup> (2012) Rio de Janeiro/RJ.	Análise do significado que os profissionais de saúde atribuem ao cuidado de pessoas idosas institucionalizadas.	Ênfase à importância do trabalho multidisciplinar para um cuidado mais específico à pessoa idosa que se encontra em instituições de longa permanência.
Ferreira <sup>10</sup> (2011) Carmo da Mata/MG.	Realização da implementação de uma proposta para orientação à pessoa idosa sobre os hábitos alimentares saudáveis.	Reflexão sobre as ações realizadas e melhor conhecimento da realidade dos problemas de saúde enfrentados pelos idosos, contribuindo para promoção da alimentação saudável.
Carvalho <sup>11</sup> (2012) Patos de Minas/MG.	Desenvolvimento de um plano de enfrentamento para o problema do sedentarismo e apresentação da relevância do combate ao sedentarismo.	Diminuição da porcentagem de sedentários através do estímulo à prática de atividades físicas, que está diretamente ligada a qualidade de vida e manutenção da saúde biopsicossocial.
Gutiérrez <sup>12</sup> (2015) Ubá/MG.	Realização de intervenções com vista na modificação de hábitos e estilos de vida inadequados e sensibilização de idosos sobre a importância de hábitos saudáveis.	Minimização das possíveis complicações causadas pela hipertensão arterial em idosos, melhorando os hábitos e estilo de vida desses indivíduos e lhes permitindo melhor qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

1. Oliveira CS. A importância de uma vida saudável frente ao envelhecimento populacional. [Monografia]. Lagoa Santa (MG): Universidade Federal de Minas Gerais, 2011.
2. Organização Pan Americana da Saúde - Opas. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília; 2005.
3. Cupertino APFBC, Rosa FHM, Ribeiro PCC. Definição de Envelhecimento Saudável na Perspectiva de Indivíduos Idosos. *Psicol Reflex Crit.* 2007;20(1):81-86.
4. Santos AAP, Monteiro EKR, Póvoas FTX, Lima LPM, Silva, FCL. O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável. *Espaç saúde.* 2014;15(2):21-28.

5. Romero IA. Melhoria da atenção à saúde dos idosos na UBS Caiçara, Matias Olimpio-PI. [Monografia]. Pelotas (RS): Universidade Federal de Pelotas, 2015.
6. Wichmann FMA, Aerosa SVC, Roos NP. Promoção do envelhecimento saudável: adoção de uma prática multidisciplinar na atenção à saúde do idoso. *Estud Interdiscipl Envelhec.* 2011;16(2):307-318.
7. Ferreira G. Proposta de intervenção para redução do sedentarismo dos idosos da equipe saúde da família bela alvorada no município de Rubim-MG. [Monografia]. Rubim (MG): Universidade Federal de Minas Gerais, 2016.
8. Costa RCR. Ações estratégicas para melhoria da atenção à saúde do idoso na unidade de saúde Guarapes, Natal/RN. [Monografia]. São Luís (MA): Universidade Federal do Maranhão/UNASUS, 2016.
9. Piexak DR, Freitas PH, Backes DS, Moreschi C, Ferreira CLL, Souza MHT. Percepção de profissionais de saúde em relação ao cuidado a pessoas idosas institucionalizadas. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2012;15(2):201-208.
10. Ferreira RT. Orientação da equipe de saúde da família a pessoa idosa sobre a alimentação saudável – Relato de Experiência. [Monografia]. Formiga (MG): Universidade Federal de Minas Gerais, 2011.
11. Carvalho TCC. Sedentarismo na terceira idade [Trabalho de Conclusão de Curso]. Belo Horizonte (MG): Universidade Federal de Minas Gerais; 2012.
12. Gutiérrez E JL. Proposta de intervenção para melhorar o tratamento não medicamentoso dos idosos portadores de hipertensão arterial da equipe saúde da família Colônia, município Ubá, Minas Gerais. [Monografia]. Ubá (MG): Universidade Federal de Minas Gerais, 2015.