

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.

Nathaly Michelle da Silva¹

Daniele Viega Santiago²

Kleyson Stanley dantas marinho³

RESUMO: O envelhecimento é um processo natural, dinâmico, irreversível e gradativo no ciclo da vida que todo ser vivo passa **Objetivo:** deste estudo foi identificar e avaliar na literatura exposta a assistência de enfermagem prestada a população idosa. **Metodologia:** Para responder ao questionamento proposto e alcançar o objetivo do estudo, foi realizada uma revisão integrativa que consiste em analisar e sintetizar pesquisas relevantes que dão suporte para as tomadas de decisões, com base num material já existente sendo constituída principalmente por artigos científicos, livros e bases de dados. **Resultados e discussões:** A amostra foi formada por 10 artigos e baseou-se nos seguintes eixos temáticos: O envelhecimento como um processo natural, progressivo e irreversível; O papel do enfermeiro na educação do processo; Dos 10 artigos selecionados, 3 foram publicados em 2013, 2 em 2015, 2 em 2016, 2 em 2014 e 1 em 2018, obedecendo aos objetivos do estudo. As discussões foram subdivididas em duas categorias temáticas: 1- o envelhecimento processo natural, irreversível e gradativo; 2- Assistência de enfermagem a pessoa idosa no envelhecimento saudável. **Conclusão:** O envelhecimento é um processo natural e gradativo, onde o indivíduo sofre alterações orgânicas, físicas e funcionais que podem ser de forma natural sem nenhum problema, desde que busca envelhecer de forma ativa e saudável. **Palavras-chave:** Assistência de enfermagem; Envelhecimento, Saudável.

¹ Graduando do Curso de Enfermagem da Faculdade Uninassau - PB, nathallymichelle38@gmail.com;

² Graduado do Curso de Enfermagem da Faculdade Uninassau - PB, danieleviega@hotmail.com;

³ Graduado do curso de Enfermagem da Faculdade Unifacex – PB, marinho_ksdm@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural, dinâmico, irreversível e gradativo no ciclo da vida que todo ser vivo passa. O Brasil vem sofrendo com o envelhecimento populacional, dessa forma os serviços de saúde, os profissionais tem necessidade de se preparar para atender a demanda vigente (FARIAS et al., 2016; MANUAL, 2015).

No processo do envelhecimento o corpo sofre muitas alterações essas alterações são divididas em: alterações orgânicas, morfológicas e funcionais que denominamos (senescência) e modificações determinadas pelas afecções que mais acometi a pessoa idosa (senilidade), é fundamental que a enfermagem preste uma assistência de qualidade em todos os níveis de saúde promoção, proteção e recuperação da saúde

De acordo com a OMS (Organização Mundial de Saúde), é definido como idoso a pessoa que tem 60 anos ou nos países desenvolvidos 65 anos. No Brasil a população vem crescendo de forma rápida e em termos proporcionais (FARIAS et al., 2016; IBGE, 2010).

Esse crescimento populacional da pessoa idosa mudará completamente o atual quadro demográfico, trazendo efeitos significativos em todos os níveis da sociedade, principalmente na saúde pública, o que requer cada vez mais excelência e qualificação no atendimento dessa população (MANUAL, 2015).

O processo do envelhecimento traz alterações biológicas evidenciadas pelo déficit motor e sensorial o que facilita a instalação de agravos e doenças. O que impede a evolução da mobilidade, funcionalidade, dependência e autonomia. Além de todo o “desgaste” fisiológico e vivenciado por essa classe, por viverem em um processo de desenvolvimento pessoal, com muita carga de experiência tornam-se mais susceptíveis e vulneráveis às doenças (FARIAS et al., 2016; LOBO, 2014).

Devido a essas alterações físicas, psíquicas, emocionais, funcionais e mentais faz-se necessário um envelhecimento com qualidade e para isso estabelecemos metas que estimulem uma vida saudável, ativa e participativa na família e na sociedade (FARIAS et al., 2016; SOUSA, 2013).

Desta maneira, o estudo delimitou como questão norteadora: Qual o papel da assistência de enfermagem no envelhecimento e saudável? permitindo entender o quão importante é o processo de envelhecimento fisiológico, além de estabelecer condutas e permitir o entendimento do processo do envelhecimento saudável.

O objetivo deste estudo foi identificar e avaliar na literatura exposta a assistência de enfermagem prestada a população idosa.

METODOLOGIA

Para responder ao questionamento proposto e alcançar o objetivo do estudo, foi realizada uma revisão integrativa que consiste em analisar e sintetizar pesquisas relevantes que dão suporte para as tomadas de decisões, com base num material já existente sendo constituída principalmente por artigos científicos, livros e bases de dados. Além de apontar lacunas do conhecimento sobre determinado assunto (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Para guiar esta revisão integrativa seguimos as seguintes etapas: 1- Identificação do tema e questão de pesquisa; 2- critérios de inclusão e exclusão dos trabalhos; 3 categorização dos estudos; 4- Análise e avaliação dos estudos incluídos, 5- Interpretação dos resultados e discussão dos principais temas e 6- Síntese do conhecimento e apresentação dos estudos (GANONG, 1987).

A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e no portal do Google Acadêmico, foram encontrados 43 artigos, sendo 09 excluídos por estarem repetidos, 11 por não estarem em língua portuguesa, 08 por não terem sido publicados entre os anos de 2013 a 2018 e 05 por não condizirem com o tema estudado.

No presente estudo, foram encontrados 10 artigos e seguiu-se as seguintes etapas para elaboração do projeto: Formulação do problema, seleção dos artigos, estabelecimento de base teórica e possíveis consequências do problema abordado.

A busca dos artigos ocorreu em maio de 2018 e utilizou-se a seguinte questão norteadora: Qual o papel da assistência de enfermagem no envelhecimento e saudável.

Foram utilizadas ainda informações colhidas no Caderno de Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa (2007).

Os artigos selecionados passaram por uma análise criteriosa, seguindo alguns critérios de inclusão: artigos, em língua portuguesa, publicados entre os anos de 2013 a 2018, que possibilitasse responder o objetivo do estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi formada por 10 artigos e baseou-se nos seguintes eixos temáticos:

- O envelhecimento como um processo natural, progressivo e irreversível;
- O papel do enfermeiro na educação do processo;

Dos 10 artigos selecionados, 3 foram publicados em 2013, 2 em 2015, 2 em 2016, 2 em 2014 e 1 em 2018, obedecendo aos objetivos do estudo.

As discussões foram subdivididas em duas categorias temáticas: 1- o envelhecimento processo natural, irreversível e gradativo; 2- Assistência de enfermagem a pessoa idosa no envelhecimento saudável.

O envelhecimento processo natural, irreversível e gradativo

O envelhecimento é entendido como uma mudança na estrutura etária da população, o que produz um relativo aumento do número das pessoas acima de determinada idade, sendo considerada o início da velhice (MANUAL, 2015).

Após início da velhice o indivíduo sofre um processo natural que gradativamente e progressivamente o leva a perder o poder funcional, que é um processo natural a senescência, o que não costuma provocar nenhuma disfunção (BRASIL, 2007; SOUSA, 2013).

O mesmo não podemos dizer sobre a senilidade, pois essa ocorre devido as condições de sobrecarga como doenças, acidentes e estresse emocional resultando em uma condição que necessita de assistência profissional (BRASIL, 2007; FUKUDA, 2014).

O isolamento social e os riscos a vulnerabilidade associado a pessoas idosas, fez com que a OMS reconhecesse que o apoio social em forma de rede é um importante fator de prevenção da exclusão social, além de ser uma medida necessária para promover o envelhecimento saudável (MAIA et al., 2016).

Suporte social é definido como um total de recursos que uma pessoa recebe de outra. Ele é considerado um dos mais importantes precedentes de saúde e bem estar, desde a infância até a velhice, resultante das relações sociais e da estabelecimento de vínculos entre pessoas. O suporte social formal é composto de profissionais dos setores públicos incluindo a saúde, já o informal inclui familiares, amigos e vizinhos (DOMINGUES et al., 2011; IBGE, 2013).

São incontáveis as formas de envelhecer e elas podem ou não, garantir um envelhecimento saudável e ativo. A velhice inclui também a relação que o sujeito tem com o mundo e com a sua própria história, tornando assim uma dimensão existencial, viver é envelhecer e envelhecer é viver (MANUAL, 2015).

Todavia as pessoas idosas, o envelhecimento e a velhice nos mostra as necessidades de discussões mais aprofundadas, o envelhecimento com dignidade é um direito fundamental do ser humano e é papel do estado e da sociedade reunir esforços para garantia desse direito (COSTA E LOPES, 2014; SOUSA et al., 2018).

O processo do envelhecimento saudável inclui atividade física, alimentação e nutrição adequada, sexualidade, imunização e hábitos de vida apropriados que melhoram a qualidade de vida da pessoa idosa.

A alimentação e nutrição saudável na pessoa idosa se faz necessário devidos a composição corporal que muda ocorrendo uma diminuição da massa magra e aumento da massa gorda, acarretando numa menor necessidade de calorias, o que pode causar um aumento no peso corporal (MANUAL, 2015).

No tocante a atividades físicas, estudos em gerontologia demonstram que ela atua minimizando a degeneração provocada pelo envelhecimento além da qualidade de vida (manual, 2015).

Assistência de enfermagem a pessoa idosa no envelhecimento saudável

Os profissionais de enfermagem norteiam seu trabalho e assistência por meio da resolução 358/09, que institui que todo e qualquer atuação do enfermeiro deve ser pautada no que preconiza essa resolução, sendo assim, com a pessoa idosa não seria diferente. O idoso diante do seu processo de envelhecimento necessita de um acompanhamento multiprofissional.

O profissional de enfermagem, atua na promoção, prevenção, recuperação da saúde e na busca ativa desse grupo.

As ações de enfermagem voltadas para pessoa idosa são atividades de educação permanente, consultas de enfermagem com implementação do Processo de Enfermagem (PE), além de supervisionar o trabalho dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) entre outras.

No ano de 2006, foi instituída a Política Nacional de Atenção à Pessoa Idosa (PNAPI), cujo o foco em ações preventivas e promocionais referentes a pessoa idosa, com o objetivo de classifica-los em Independentes e Dependentes. A política busca uma atuação diferenciada e individual para cada um. Aos com maiores dependência seriam destinados a reabilitação, prevenção secundária e atenção domiciliar. Com base nesta política a enfermagem assume a função de abordagem do cuidar, em aspectos do processo do envelhecimento (BRASIL, 2006).

Além de todas as funções do enfermeiro, ele junto aos ACS fazem uma busca ativa de idosos que precisam de acompanhamento, portadores de Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNTs), portadores de algum tipo de deficiência para que seja realizado seu acompanhamento e prestado a assistência devida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O envelhecimento é um processo natural e gradativo, onde o indivíduo sofre alterações orgânicas, físicas e funcionais que podem ser de forma natural sem nenhum problema, desde que busca envelhecer de forma ativa e saudável.

Conclui-se que a atuação do enfermeiro frente aos cuidados da pessoa idosa e do envelhecimento saudável, é de suma importância. Compreender e entender o processo do envelhecimento traz percas para o indivíduo torna o cuidado mais holístico, sistemático e humanizado em prol da pessoa idosa.

Contudas como alimentação saudável, atividades físicas, imunização além da sexualidade estimulam e incentivam o envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Política Nacional de Atenção à Saúde da Pessoa Idosa, portaria 2528/GM de 19 de outubro de 2006**. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/folder/politica_nacional_pessoa_idosa_2009.pdf>. Acesso em: 26 de maio. 2019.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília, Ministério da Saúde, 2007.

COSTA AMMR, LOPES RGC. Rede de Suporte Social na Velhice: para além da família e dos amigos. **Revista Portal de Divulgação** [Internet]. 2014 Jan [citado 2019 Maio 26]; v.4, n.40, p.19-110. Available from: <http://www.portaldoenvelhecimento.com/revistanova/index.php/revistaportal/article/viewFile/451/451>

DOMINGUES MAR, ORDONEZ TN, da SILVA TBL, de BARROS TC, CACHIONI M. Mapa Mínimo de Relações do Idoso: análise de reprodutibilidade. **Revista Kairós Gerontologia** [Internet]. 2011 Dec [cited 2019 Maio 26]; v.14, n.6, p.153-166. Available from: <http://revistas.pucsp.br/kairós>

FARIAS AJA, FERNANDES SET, MONTEIRO RL, SANTOS QRF, SILVA BSBM. Assistência de enfermagem na busca por um envelhecimento ativo. 2016.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. **Síntese de indicadores sociais: Uma análise das condições de vida da população brasileira**. Rio de Janeiro, 2013.

LOBO, Alexandrina de Jesus Serra; SANTOS, Luísa; GOMES, Sônia. Nível de dependência e qualidade de vida da população idosa. **Rev. bras. enferm.** Brasília, v. 67, n. 6, p. 913-919, Dec. 2014 .

MAIA CML, CASTRO FV, FONSECA AMG, FERNÁNDEZ MIR. Redes de apoio social e suporte social e envelhecimento ativo. **International Journal of Developmental and Educational Psychology-INFAD** [Internet]. 2016. [citado 2019 Maio 26]; v.1, n.1, p.293-304. Available from: <http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/279>

MANUAL DE ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM A SAÚDE DA PESSOA IDOSA – SMS/SP - 2ª ed. Enfermagem – Atenção Básica SMS-SP, 2015.

MENDES KDS; SILVEIRA RCCP; GALVÃO CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **enferm. (online)** v.17, n.4, p.758-64, 2008.

Ministério do Planejamento Orçamento e Gestão (BR), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Síntese dos indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira [Internet]. Brasília: **Ministério do Planejamento Orçamento e Gestão** [Internet]. 2013 [citado 2019 Maio 26]. Available from:<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98965.pdf>

PAIVA EP, LOURES FBL, GARCIA W, MONTEIRO GOFA. Assistência dos enfermeiros ao idoso: um estudo transversal. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 42, n. 4, p. 259-265, nov./dez. 2016.

SOARES GRS, SALL SPC, SILVA RMCRA, SOUZA IEO, PENNA LHG, ZVEITER M. O conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento. **Rev enferm UERJ**, Rio de Janeiro, v.26, n.32, p.588, 2018.

SOUSA L, RIBEIRO AP. Prestar cuidados de enfermagem a pessoas idosas: experiências e impactos. **Saúde Soc**. São Paulo, v.22, n.3, p.866-877, 2013.

SOUSA FJD, GONÇALVES LHT, PASKULIN LGLM, GAMBÁ MA. Perfil sociodemográfico e suporte social de idosos na atenção primária. **Rev enferm UFPE on line**, Recife, v.12, n.4, p.31-824, abr., 2018.