

DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS ACERCA DA PERDA GRADATIVA DE AUTONOMIA: REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Regina Lacerda de Andrade¹
Francisco Akson Leite²
Jairo Porto Alves³
Ítalo Vinícius Albuquerque Diniz⁴
Manoel Freire de Oliveira Neto⁵

RESUMO

Introdução: O processo de envelhecimento humano caracteriza-se por um conjunto de mudanças ao longo da vida, nos contextos sociais, biológicos, psicológicos, econômicos e funcionais. Durante o envelhecer, observa-se um aumento nas perdas, tanto físicas quanto sociais, déficits cognitivos e motores, surgimento de doenças crônicas, fraqueza muscular, e o comprometimento da capacidade funcional da pessoa idosa. A priorização do autocuidado dar-se pela busca da realização de atividades comumente executadas no cotidiano, que dependendo do agravo há perda parcial ou total da função. **Objetivo:** avaliar a produção científica acerca dos desafios enfrentados pelos idosos na perda gradativa de autonomia relacionada ao processo de envelhecimento. **Métodos:** trata-se de uma revisão integrativa realizada por meio da coleta de dados a partir de fontes secundárias. Priorizou-se em selecionar os artigos por meio da relevância com o tema estudado e os filtros utilizados, nas bases de dados selecionadas. Na primeira busca obteve-se 388 artigos na BVS e 24 na SciELO. **Resultados:** após análise criteriosa obteve-se o total de 08 artigos como resultado final do estudo, classificados em três eixos temáticos que possibilitaram a discussão: perda da autonomia no contexto social; fatores que contribuem para a perda da autonomia; medidas para a manutenção da autonomia dos idosos. **Considerações Finais:** conclui-se que o processo de envelhecimento traz desafios a serem enfrentados, visto que com o passar dos anos a funcionalidade, dependência e autonomia do idoso sofrem declínio. Ressalta-se a importância das equipes multidisciplinares com enfoque na enfermagem desenvolverem ações para promoção a saúde da população idosa.

Palavras-chave: Autonomia, Envelhecimento, Idosos.

INTRODUÇÃO

A população idosa tem aumentado consideravelmente nos últimos anos em grande parte do mundo, principalmente em países desenvolvidos e em desenvolvimento, ocasionado pelo

¹Graduada pelo curso de Enfermagem na Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, maralacerdapb@hotmail.com;

² Graduada pelo curso de Enfermagem na Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, aksonleite123@gmail.com

³Mestrando do curso de Saúde Pública da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, jairosobreira@email.com;

⁴Mestrando do curso de Saúde Pública da Universidade Estadual da Paraíba- UEPB, italoviniiciusad@gmail.com;

⁵ Professor orientador: Doutor pela Universidad de Granada - UGR, Espanha, orientador@email.com.

aumento da expectativa de vida da população, melhores condições de vida, avanço da medicina e uma preocupação maior no que se refere a saúde pública (OLIVEIRA et al., 2016). Esse crescimento progressivo reflete na sociedade como um problema de saúde pública, evidenciando a necessidade de buscar estratégias que promovam a qualidade de vida dessa população (SILVA; PRÁ, 2014).

O processo de envelhecimento humano caracteriza-se por um conjunto de mudanças ao longo da vida, nos contextos sociais, biológicos, psicológicos, econômicos e funcionais. No que se refere ao envelhecimento físico observa-se um declínio das capacidades, sejam elas cognitivas ou físicas, que podem estar relacionadas ao estilo de vida ou a fatores genéticos (FERREIRA; TAVARES; RODRIGUES, 2011). Assim, com a longevidade da população e o perfil epidemiológico em constante mudança, surgiu a necessidade de uma política para esta população, sendo aprovada a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), por meio da portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006, cuja finalidade de recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, considerando a idade a partir de 60 anos (BRASIL, 2006).

Durante o envelhecer, observa-se um aumento nas perdas, tanto físicas quanto sociais, déficits cognitivos e motores, surgimento de doenças crônicas, fraqueza muscular, e o comprometimento da capacidade funcional da pessoa idosa. Tal comprometimento interfere na saúde e no bem-estar do idoso, e, principalmente, na sua autonomia, tendo em vista que pode impedir ou dificultar a realização das atividades de vida diária, aumentando a responsabilidade da família e do sistema de saúde (REIS; TRAD, 2016).

Os indivíduos institucionalizados tendem a ter maiores prejuízos funcionais na porção cognitiva, em decorrência do cerceamento nos fatores relacionados a resoluções dos seus problemas. Para a mudança dessa realidade seria necessário delegar que cada indivíduo, em condição minimamente favorável, tivesse autonomia para gerir seus próprios problemas. No entanto devido aos custos, os idosos são sentenciados a viver da forma que os seus responsáveis preconizam (MARTEL; FLORA; LINI, 2018).

No Brasil, o processo de envelhecer, em sua grande maioria, é inerente ao acometimento de patologias possivelmente evitáveis (BRASIL, 2006). A Rede de Atenção à Saúde (RAS) é organizada para garantir a integralidade do cuidado, no entanto existem lacunas acerca do conhecimento da dinâmica da Atenção Primária à Saúde pela população e da efetividade das ações ofertadas pelos demais serviços (BRASIL, 2010).

Diante das questões suscitadas e do agravamento da condição de saúde dos idosos, os serviços de atenção de média e alta complexidade, são por vezes a principal porta de entrada para esse público. Um grande desafio da equipe de saúde é estabilizar e reabilitar a pessoa idosa para a volta da condição mais viável de autonomia, levando em consideração todos os seus agravos. O profissional de enfermagem tornou-se peça-chave, sobretudo na ampliação e reabilitação do autocuidado. A priorização do autocuidado dar-se pela busca da realização de atividades comumente executadas no cotidiano, que dependendo do agravo há perda parcial ou total da função (NICOLATO; COUTO; CASTRO, 2016).

Os agravos de saúde perpassam várias faixas etárias, no entanto as pessoas idosas são mais afetadas devido ao preconceito, a incipiência da prevenção/educação em saúde e a baixa adesão dos gestores ao atendimento as necessidades da pessoa idosa. O profissional de saúde tem papel fundamental na recuperação e reinserção do idoso em seu cotidiano por meio do fortalecimento de ações voltadas para esse público (BRASIL, 2006).

Diante do crescimento da população idosa e das suas possíveis incapacidades funcionais ocasionadas pelo processo de envelhecimento e a perda da autonomia gradativa, torna-se importante analisar as produções científicas em torno desta temática a fim de evidenciar os fatores determinantes para ampliação e melhoria do cuidado à pessoa idosa. Com isso, objetiva-se identificar a produção científica acerca dos desafios enfrentados pelos idosos na perda gradativa de autonomia relacionada ao processo de envelhecimento.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa realizada por meio da coleta de dados a partir de fontes secundárias, buscando artigos científicos, no período compreendido entre 2014 a 2018, que abordaram os desafios enfrentados por idosos acerca da perda gradativa de autonomia, indexados nas bases de dados bibliográficas: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), a pesquisa foi realizada entre fevereiro e maio de 2019.

Para Souza, Silva e Carvalho (2010) é essencial que percorra-se alguns passos sistematizados com intuito de fundamentar o estudo, portanto no primeiro passo elaborou-se a pergunta norteadora junto com o objetivo do estudo: quais são os desafios decorrente da perda gradativa da autonomia relacionados ao processo de envelhecimento?

O segundo caminho constituiu da coleta dos artigos nas bases de dados nacionais com os seguintes descritores, verificados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS): Autonomia, Envelhecimento e Idosos. Sequencialmente os descritores foram interligados através do operador Boleano “AND”, não havendo a necessidade de utilização dos demais operadores. Priorizou-se em selecionar os artigos devido a relevância com o tema estudado e os filtros utilizados, nas bases de dados selecionadas. Na primeira busca obteve-se 388 artigos na BVS e 24 na SciELO. Optou-se por alguns filtros como: artigo com acesso na íntegra, idioma em português, artigos de periódicos e publicações de 2014 a 2018. Após aplicação dos filtros resultaram 22 artigos na BVS e 7 artigos na SciELO para análise crítica e seleção final da amostra, onde obteve-se 7 artigos da BVS e 1 da SciELO (Tabela 1). Quanto aos critérios de inclusão adotou-se todos os itens supracitados dos filtros. No que tange ao processo de exclusão, os artigos que não tiveram os idosos como grupo do estudo ou amostra para análise, e artigos de revisão integrativa não integraram a seleção.

Tabela 1: Seleção dos artigos

Bases de Dados	Busca Inicial	Limite de Busca	Crítérios de Inclusão e Exclusão
BVS	388	22	7
SciELO	24	7	1
Total	412	29	8

Fonte: dados da pesquisa, 2019.

No terceiro momento, os artigos foram incluídos em 2 quadros, o primeiro quadro contempla: título, periódico, autor/ ano, tipo de estudo; o segundo quadro descreve: título, objetivos, resultados e discussões.

Na quarta etapa realizou-se um aprofundamento na temática dos artigos analisando a pertinência com a questão norteadora do estudo. Os artigos selecionados trouxeram especificidades a respeito do autocuidado e da perda da autonomia e/ou a dinâmica de enfrentamento vivência acerca do declínio das funções fisiológicas.

O quinto e sexto passos trataram de demonstrar os resultados e discussões sobre os artigos relacionados aos idosos com perda da autonomia, assim como as condições que favorecem a manutenção ou o resgate de condições minimamente mais autônomas de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que tange a seleção dos artigos pertinentes à pesquisa, foram encontrados o total de 412 artigos, após aplicação dos filtros, análise baseada no objetivo proposto para a pesquisa e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão restaram 08 artigos. Destes, 62,5% (5) dos artigos foram publicados em 2014, 25% (2) publicados em 2015 e 12,5% (1) em 2017. Destaca-se que não há publicações no ano de 2018 acerca do tema estudado. Podendo ser visto no Quadro 1.

QUADRO 1 – Caracterização dos artigos quanto ao título, o periódico publicado, autor/ ano de publicação e o tipo de estudo.

Título	Periódico	Autor/ Ano	Tipo de estudo
O autocuidado de idosas octogenárias: desafio à Psicologia	Revista Kairós Gerontologia	Bertoletti, 2014	Estudo exploratório descritivo Abordagem qualitativa
Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas	Revista Eletrônica de Enfermagem	Mozer, 2014	Estudo transversal de cunho populacional
Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos	Revista Kairós Gerontologia	Gonzalez, 2014	Estudo qualitativo descritivo, pesquisa em campo
Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos	Ciência & Saúde Coletiva	Chioffi, 2014	Estudo transversal
Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos	Revista Psico USF	Borges, 2014	Estudo qualitativo e quantitativo
A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento	Revista Kairós Gerontologia	Ribeiro, 2015	Abordagem qualitativa

Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias	Revista Kairós Gerontologia	Alfieri, 2015	Estudo transversal
“Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais	Revista Eletrônica de Comunicação Informação & Inovação em Saúde	Barbosa, 2017	Pesquisa qualitativa

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Após análise e leitura crítica qualitativa dos artigos selecionados, emergiram três eixos temáticos que possibilitaram a discussão: perda da autonomia no contexto social; fatores que contribuem para a perda da autonomia; medidas para a manutenção da autonomia dos idosos. Os resultados obtidos que possibilitaram o processo de análise estão demonstrados no Quadro 2, que caracteriza os estudos em relação ao objetivo, resultados e conclusão correspondentes.

QUADRO 2 – caracterização dos artigos selecionados em relação ao objetivo, resultados e conclusão.

Título	Objetivo	Resultados	Conclusão
O autocuidado de idosas octogenárias: desafio à Psicologia	Produzir conhecimento acerca da percepção das idosas octogenárias sobre o autocuidado.	Os idosos encontram dificuldades em exercer a sua cidadania, devido aos estereótipos culturais da velhice que os discriminam por suas limitações e incapacidades.	A compreensão do idoso sobre envelhecimento é a medida fundamental ao desenvolvimento do autocuidado.
Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas	Avaliar a necessidade de cuidado autorreferida e a funcionalidade entre idosas religiosas.	Quando relacionada à idade os indivíduos que afirmaram necessidade de cuidado apresentam média de 85 anos.	Constataram-se prevalências significantes nos relatos de necessidade de autocuidado relacionado ao desempenho das AVD.
Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos	Verificar suas estratégias pessoais e recursos sociais para uma velhice ativa.	Apesar de algumas limitações físicas, evidenciaram bons níveis de independência e de autonomia, com buscas diárias por serviços e resolução direta de problemas.	Conclui-se que homens idosos podem ser bons cuidadores da própria saúde.

Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos	Verificar a autopercepção de idosos ativos sobre o impacto de mudanças vocais e auditivas senescentes em sua vida diária, e a influência desta autopercepção na qualidade de vida.	A dificuldade auditiva influencia nas atividades cotidianas, e qualidade de vida do idoso.	Observa-se que, mesmo em idosos considerados ativos há um impacto das modificações comunicativas nas atividades diárias, principalmente no que se refere às questões auditivas.
Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos	Identificar a saúde autopercebida e a concepção de envelhecimento saudável em homens idosos, e avaliar suas percepções da própria qualidade de vida, em níveis globais e em domínios específicos, antes e após a participação em uma intervenção psicoeducativa em grupo.	Desafios enfrentados nos fatores físicos e fatores psicossociais. Ressalta-se a necessidade de bons hábitos para o alcance de um envelhecimento saudável.	Permitiu verificar como eles estão se engajando em espaços de promoção de saúde e forneceu uma compreensão de experiências de envelhecimento ativo entre idosos do sexo masculino.
A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento	Compreender os hábitos de vida que os idosos tiveram quando jovens e a influência destes em sua saúde e envelhecimento.	A juventude se desperdiça em prazeres prejudiciais à saúde, incluindo álcool e tabaco. A grande maioria não se prepara para o futuro, não busca o cuidado com a saúde.	A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida, se relacionam com seu processo de envelhecimento e sua saúde atual.
Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias	Verificar e comparar o equilíbrio postural de indivíduos de diferentes faixas etárias.	Os valores médios das variáveis de desempenho motor nas diferentes faixas etárias, onde os piores resultados foram apresentados pelos indivíduos pertencentes ao grupo dos que possuíam 60-69 anos.	Conclui-se que o equilíbrio postural vai diminuindo conforme vai aumentando a faixa etária.
“Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais	Objetiva apresentar uma análise dos sentimentos e comportamentos de idosos que residem sozinhos pós-queda em casa e as soluções dadas por eles para evitar novos acidentes.	Os dados foram classificados como alterações físicas do ambiente e alterações comportamentais.	Os idosos consideram a queda como um fenômeno inevitável e possuem conhecimentos sobre os riscos, a perda da autonomia e a possibilidade de não residir mais sozinhos foram citados como elementos de medo.

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

Perda da autonomia no contexto social

Os resultados evidenciaram as associações da perda de autonomia com as questões sociais de vulnerabilidade, bem como o preconceito existente na tomada de decisão de si mesmo. Assim, Bertoletti e Junges (2014), expuseram as dificuldades que os idosos encontram para exercerem sua cidadania, devido aos meios culturais do envelhecimento que os discriminam por suas limitações e incapacidades de realizar suas atividades de vida diária.

A família é a base fundamental para manutenção do reconhecimento social, sobretudo no enfrentamento de questões conflituosas vivenciadas pela a população idosa, no entanto paulatinamente com o passar da idade, os papéis tendem a se inverterem. Os pais passam de ser ativo para um ser passivo nas relações (MENDES et al., 2005).

O envelhecimento na sociedade está intimamente ligado com o ser que envelhece, para o enfrentamento das dificuldades encontradas, apresenta-se um suporte de apoio social definidos em redes de apoio, nas quais encontram o apoio formal nos centros de saúde através do cuidado integral dos profissionais multidisciplinares e em grupos de convivência fortalecendo a autonomia e inclusão social (ARAUJO et al., 2012).

O apoio informal se dar através da família, amigos, vizinhos e comunidade em geral, pois são importantes para a manutenção da qualidade de vida e é a base de apoio emocional, social e cultural. Contribuindo para um envelhecimento pautado em apoio a todas as mudanças corporais, físicas e mentais que vem com o processo gradativo do envelhecimento (ARAUJO et al., 2012).

Fatores que contribuem para a perda da autonomia

O tema sobre os fatores que contribuem para a perda da autonomia foi abordado na maioria dos artigos selecionados, correspondendo a quatro artigos.

Um dos estudos selecionados relacionou a perda da autonomia e a necessidade do cuidado com a idade dos indivíduos, geralmente acima dos 85 anos, com o desempenho das Atividades de Vida Diárias (AVD). Fernandes (2015) avaliou idosos longevos com idade a partir de 80 anos nas condições epidemiológicas, saúde e avaliação cognitiva, analisando o grau de independência e dependência de acordo com as informações adquiridas, em que dá maior ênfase a dependência do idoso relacionada a fatores associados ao risco de quedas, tendo em vista que a mobilidade da maioria necessita de supervisão, pois quanto maior for a idade, há o aumento da dependência e conseqüentemente o declínio funcional.

Os demais estudos que apresentaram resultados para esta temática apontam a dificuldade auditiva, a falha no desempenho motor e equilíbrio postural, as dificuldades em guardar e recuperar informações e as alterações físicas do ambiente e comportamentais, como fatores predisponentes para a perda de autonomia do idoso, de acordo com Chiossi et al. (2014) e Alfieri et al. (2015). Gerando ainda mais a dependência do serviço de terceiros, assim como a impossibilidade de residirem sozinhos concomitantemente com o sentimento de medo decorrente de todo o processo de envelhecimento e dependência.

De acordo com o processo de envelhecimento ocorrem mudanças significativas com o sistema musculoesquelético, começam a perceber o declínio da marcha e flexibilidade que estão ligados com a perda de autonomia, em que os fatores correlacionados são a dependência, incapacidade e sedentarismo (SCHENATTO et al., 2009).

Medidas para manutenção da autonomia dos idosos

Foram encontrados dois estudos com essa abordagem, que apontam alguns aspectos relevantes para a melhoria e manutenção da autonomia e conseqüentemente da qualidade de vida, Gonzalez e Seidl (2014), Borges e Seidl (2014). Entre esses achados, destacam-se a prevenção e o acompanhamento do autocuidado do idoso, promoção da saúde em diversos meios sociais e a promoção da saúde associada à assistência de Enfermagem.

Destaca-se a importância de avaliar a capacidade funcional dos idosos, tendo em vista o aumento da expectativa de vida nos próximos anos. Assis et al. (2014) e Barbosa et al. (2014), ambos os estudos avaliaram o nível da capacidade funcional de idosos em Estratégia Saúde da Família (ESF) por meio de escalas e questionários sobre Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD) e Atividades Básicas de Vida Diária (ABVD), destacaram a importância dos profissionais da ESF traçar ações, visando intervenções terapêuticas para melhorar a qualidade de vida e para que tenham um envelhecimento saudável com autonomia, assim minimizando os fatores que interferem na capacidade funcional dos idosos.

Já Souza e Azevedo (2014) mostram a importância da atividade física para os idosos desenvolverem força muscular e equilíbrio, e que os exercícios sejam adaptados por meio de um profissional, para assim minimizar os riscos de tornar-se dependente funcional, assim viver com qualidade de vida e aproveitar a melhor idade com independência.

Na mesma abordagem Antonelli et al. (2017) fazem um apanhado utilizando o índice de Katz que aborda a independência e autonomia dos indivíduos, incluindo atividades básicas de vida diária. Pois, destaca-se a importância do envelhecer saudável para se preservar a capacidade funcional, possibilitando que os cuidadores ofereçam aos idosos a independência e autonomia de acordo com seu limite, compreendendo a importância do prolongamento da funcionalidade na terceira idade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de envelhecimento traz desafios a serem enfrentados, visto que com o passar dos anos a funcionalidade, dependência e autonomia do idoso vai sofrendo declínio.

Alguns fatores contribuem para a perda de autonomia, como o declínio funcional natural do envelhecimento que é significativo e perceptível a mudança no equilíbrio postural, movimentos e flexibilidade, limitados de acordo com a idade. A preservação da autonomia no contexto social está associada a dois apoios fundamentais, apoio formal dos grupos de convivências e equipes multidisciplinares, e o apoio informal que se dar através da rede de amizades e familiares, pois o idoso com estas bases fortificadas encontram-se dispostos a enfrentamentos da autonomia e independência diante da sociedade. Entretanto, algumas medidas podem ser tomadas para favorecer a manutenção da autonomia do idoso, como a prevenção e promoção para a saúde, relacionada ao autocuidado do idoso para melhor qualidade de vida.

Esse estudo apresentou algumas limitações como: poucos artigos disponíveis na íntegra, nos últimos cinco anos e de acordo com os critérios de inclusão, o que dificultou para realização da seleção dos artigos. No entanto, essas limitações não comprometeram a qualidade metodológica, desenvolvimento e à escrita do estudo.

Ressalta-se a importância deste estudo para os profissionais de saúde, enfatizando os enfermeiros, pois mostra-se a necessidade de profissionais ativos que foquem na população idosa e tracem ações de promoção a saúde e apoio nas ESF, para contribuir com a autonomia do idoso.

REFERÊNCIAS

ALFIERI, F. M.; Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias. **Revista Kairós, Gerontologia**, São Paulo, v.18, n.4, p. 151-163, out.- dez., 2015.

ASSIS, V. G.; et al. Prevalência e fatores associados à capacidade funcional de idosos na Estratégia Saúde da Família em Montes Claros, Minas Gerais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 17, n. 1, p. 153-163, jan. /mar., 2014.

ARAUJO, C. K.; et al. Vínculos familiares e sociais nas relações dos idosos. **Revista Jovens Pesquisadores**. Santa Cruz do Sul-RS, n. 1, p. 97-107, 2012.

ANTONELLI, G.; et al. Avaliação da capacidade funcional de idosos em uma instituição de longa permanência de Guarapuava- Paraná. **Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc**. Santa Cruz do Sul-RS, v. 18, n. 3, p. 160-63, Jul./Set., 2017.

BARBOSA, B. R. et al. Avaliação da capacidade funcional dos idosos e fatores associados à incapacidade. **Revista Ciência & saúde coletiva**. [s.l.], v.19, n.8, p.3317-25, Jan./ Ago., 2014.

BARBOSA, M. D.; LUCENA, T. F. R.; MACUCH, R. S. “Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais. Reciiis – **Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde**. Maringá – PR, v. 11, n.3, p. 1-16, jul.- set. 2017.

BRASIL. **MINISTÉRIO DA SAÚDE**. PORTARIA Nº 2.528 DE 19 DE OUTUBRO DE 2006, Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília-DF Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. Acesso em: 18 Jun. 2019.

BRASIL. **MINISTÉRIO DA SAÚDE**. PORTARIA Nº 4.279, DE 30 DE DEZEMBRO DE 2010, Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília-DF Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt4279_30_12_2010.html. Acesso em: 18 Jun. 2019.

BORGES, L. M.; SEIDL, E. M.F.; Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos. **Psico-usf**. [S.l.], v. 19, n. 3, p.421-31, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO).<http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712014019003005>

BERTOLETTI, E.; JUNGES, J. R., O autocuidado de idosas octogenárias: desafios à Psicologia. **Revista Kairós; Gerontologia**. São Paulo SP, v. 17, n. 3, p. 285-303, set. 2014, FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

CASEMIRO, F. G. et al., Impacto da estimulação cognitiva sobre depressão, ansiedade, cognição e capacidade funcional em adultos e idosos de uma universidade aberta da terceira idade. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. Rio de Janeiro, v.19, n.4 p.683-94, 2016.

CHIOSSI, J. S. C. et al. Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos. *Ciência & Saúde Coletiva*, [s.l.], v. 19, n. 8, p.3335-42, ago. 2014.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão Integrativa versus Revisão Sistemática. **Rev Min Enferm.** [s.l.], v.18, n.1: p. 9-11, jan./mar., 2014.

FERREIRA, P. C. S.; TAVARES, D. M. S.; RODRIGUES, R. A. P. Características sociodemográficas, capacidade funcional e morbidades entre idosos com e sem declínio cognitivo. **Acta Paul Enferm.** [s.l.], v.24, n.1, p. 29-35, 2011.

FERNANDES, D. S. Avaliação da capacidade funcional de idosos longevos amazônidas. **Dissertação (Mestrado em Enfermagem)** - Universidade do Estado do Pará, Belém, 92 f., 2015.

GONZALEZ, L. M. B.; SEIDL, E. M. F. Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo-SP, v.17, n. 4, p.119-39, dez. 2014, FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

MARTEL, M. R. F; FLORA, G. D.; LINI, E. V. Avaliação da Capacidade Funcional de Idosos Institucionalizados em um Município de Pequeno Porte do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. **Revista Contexto & Saúde**, [s.l.] v. 18, n. 35, p.13-18, jul./dez. 2018.

MENDES, M. R. S. S. B.; et al. A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo - SP v. 18, n. 4, p.422-26, dez. 2005.

MOZER, N. M. S.; PASQUALOTTI, A.; PORTELLA, M. R. Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. Universidade Federal de Goiás. Passos Fundo - RS, v. 16, n. 3, p.619-624, 30 set. 2014. <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v16i3.21589>.

NICOLATO, F. V.; COUTO, A. M.; CASTRO, E. A. B.; Capacidade de autocuidado de idosos atendidos pela consulta de enfermagem na atenção secundária à saúde. **Revista de Enfermagem do Centro-oeste Mineiro**, [s.l.] v. 6, n. 2, p.2199-2211, 29 jun. 2016. <http://dx.doi.org/10.19175/recom.v6i2.1016>.

OLIVEIRA, L. P. B. A. D.; MENEZES, R. M. P. D. Representações de fragilidade para idosos no contexto da estratégia saúde da família. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 301-309, 2011.

OLIVEIRA, D. V. et al. Capacidade Funcional e Percepção do Bem-Estar de Idosas das Academias da Terceira Idade. **Estud. interdiscipl. envelhec.** Porto Alegre-RS, v. 21, n. 1, p. 91-106, 2016.

REIS, L. A.; TRAD, L. A. B., Percepção de idosos com comprometimento da capacidade funcional acerca do suporte familiar. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo-SP, v.19, n. 22, p. 175-189, 2016.

RIBEIRO, M. S.; CENDOROGLIO, M. S.; LEMOS, N. F. D. A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento. **Revista Kairós, Gerontologia**, São Paulo-SP, v.18, n.2, p. 81-101, abril-jun. 2015.

SILVA, A.; PRÁ, K. R. D. Envelhecimento populacional no Brasil: o lugar das famílias na proteção aos idosos. **Argumentum**. Vitória-ES, v. 6, n. 1, p. 99-115, jan./jun. 2014.

SOUZA, C. A. B.; AZEVEDO, M. V. G. T. Avaliação de capacidade funcional de idosos praticantes de atividade física de uma unidade básica de saúde de santos-sp. **Revista UNILUS Ensino e Pesquisa**, [s.l.], v. 12, n. 26, jan./mar. 2015.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é isso? Como fazer isso? **Einstein-São Paulo**, [s.l.], v. 8, n. 1, p.102-106, mar. 2010. FapUNIFESP (SciELO), <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

SCHENATTO, P. et al. Relação da aptidão muscular e amplitude articular, por faixa etária, na marcha do idoso. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s.l.] v. 12, n. 3, p.377-89, dez. 2009.