

## ACÇÕES VOLTADAS À ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Daniele Cristina Alves Fernandes<sup>1</sup>  
Helder Matheus Alves Fernandes<sup>2</sup>  
Ingrid Michelly Justino de Souza<sup>3</sup>  
Elane da Silva Barbosa<sup>4</sup>

### RESUMO

A população mundial vem envelhecendo rapidamente, em função da diminuição da taxa de fecundidade e do aumento da expectativa de vida. Assim, o envelhecimento pode ser conceituado como um processo dinâmico, em que as alterações ocorrem progressivamente no organismo. Logo, surge a necessidade de estratégias de promoção da saúde no envelhecimento saudável, contexto no qual os profissionais de enfermagem relacionam-se à produção dessa assistência. Assim, objetiva-se, neste estudo, identificar a assistência de Enfermagem que pode ser realizada na promoção do envelhecimento saudável. Trata-se de revisão de literatura, realizada nas bases de dados LILACS e SciELO, a partir dos seguintes descritores: Saúde do Idoso, Promoção da Saúde, Envelhecimento e Enfermagem. O recorte temporal estabelecido foram os últimos dez anos. Compuseram o *corpus* desta investigação sete artigos. Pode-se identificar que os profissionais de enfermagem atuam na educação em saúde com o enfoque não somente no controle e tratamento de morbidades, mas em ações que busquem o autocuidado e, assim, a promoção da saúde por meio de palestras e grupos de apoio, a fim de promover mudanças nos estilos de vida, tais como: hábitos de vida saudáveis e práticas de atividades físicas, o que, conseqüentemente, permite um envelhecimento mais saudável e ativo. Por fim, existe a necessidade de implantação de mais estratégias direcionadas à comunidade, logo é essencial que a enfermagem não esteja focada somente na saúde do idoso em relação às patologias, mas que atue também na manutenção, na prevenção e na promoção da saúde nessa fase da vida.

**Palavras-chave:** Saúde do Idoso, Promoção da Saúde, Envelhecimento, Enfermagem.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento, antes considerado um fenômeno, hoje faz parte da realidade da maioria das sociedades no mundo. À medida que as taxas de fecundidade e mortalidade diminuem e o aumento da expectativa de vida aumentam, em 2050, a expectativa de vida nos países desenvolvidos será de 87,5 anos para os homens e 92,5 para as mulheres. Já nos

<sup>1</sup>Graduada do Curso de Enfermagem da Faculdade Nova Esperança de Mossoró – FACENE/RN, [Danielecristina10@hotmail.com](mailto:Danielecristina10@hotmail.com);

<sup>2</sup>Graduando do Curso de Nutrição da Faculdade Nova Esperança de Mossoró FACENE/RN, [heldermatheus10@hotmail.com](mailto:heldermatheus10@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduada do Curso de Enfermagem da Universidade Portuguesa – UNP, [ingrid\\_justino@hotmail.com](mailto:ingrid_justino@hotmail.com);

<sup>4</sup>Professora orientadora: Doutora em Educação, Universidade Estadual do Ceará – UECE, [elanesilvabarbosa@hotmail.com](mailto:elanesilvabarbosa@hotmail.com)

países em desenvolvimento, será de 82 anos para homens e 86 para mulheres. Inclusive, nesse panorama, estima-se que, para o ano de 2050, existirão cerca de dois bilhões de pessoas com sessenta anos ou mais no mundo, a maioria delas vivendo em países em desenvolvimento (GOUVEIA; RODRIGUES, 2019). O que demanda bastante atenção, não apenas pelo número em si, mas justamente por pensar que o processo saúde-doença de todos esses sujeitos e, por conseguinte, a qualidade de vida relaciona-se com os diversos condicionantes e determinantes do/no contexto em que se inserem.

De acordo com Santos et al (2014), o envelhecimento é considerado um processo dinâmico e progressivo, no qual ocorrem modificações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que determinam perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos que determinam por levá-lo à morte. Entretanto, o envelhecer não significa necessariamente adoecer. A menos que exista doença associada, o envelhecimento estar associado a um bom nível de saúde.

Para o sistema de saúde, esse impacto do envelhecimento populacional traz importantes mudanças que necessitam dos serviços da saúde, como o aumento dos riscos das doenças crônico-degenerativas, à medida que os indivíduos envelhecem, conseqüentemente, poderá provocar enormes custos humanos e sociais para o controle e tratamento dessas doenças (GOUVEIA; RODRIGUES, 2019).

Logo, surge a necessidade de investir em medidas de educação e prevenção, especialmente, a promoção da saúde no processo do envelhecimento saudável que pode ser concebido, de maneira bem mais ampla que somente prevenção, pois se refere a medidas que não se dirigem a uma determinada doença ou desordem, mas servem para aumentar a saúde e o bem-estar geral (CIRILO; AFFONSO; HORTA, 2010). A partir disso, é necessária uma maior atenção ao público idoso, visto que há a demanda constante por aprimoramento e capacitação, para uma assistência qualificada por parte dos profissionais de saúde.

Brunner e Suddarth (2005) destacam, entretanto, que o cuidado e a preocupação com o idoso não podem limitar-se a uma categoria profissional. O cuidado adequado pode ser bem prestado através de uma equipe interdisciplinar, por meio de uma avaliação geriátrica abrangente, combinando experiência e recursos no sentido de focar todos os aspectos do envelhecimento.

Nesse contexto, sabendo que esse cuidado não pode limitar-se a uma categoria profissional, mas entendendo, ao mesmo tempo, a necessidade de pensar nas especificidades

inerentes à cada área, no presente estudo destaca-se o papel dos profissionais de Enfermagem, os quais exercem um papel indispensável na assistência da pessoa idosa, buscando as particularidades de cada indivíduo, oferecendo assim tratamento eficaz com garantia de qualidade de vida, que possa atender à necessidade de cada sujeito (SENA et al., 2016).

O interesse pela temática surgiu a partir da observação da dificuldade em encontrar estudos atualizados referentes a esse assunto. Diante o exposto, a presente investigação tem como objetivo identificar a assistência de Enfermagem que pode ser realizada na promoção do envelhecimento saudável.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de revisão de literatura, pois, segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), busca identificar as semelhanças e diferenças entre os estudos levantados nos documentos de referência com o objetivo de agregar conhecimentos sobre uma temática específica, ajudando na elaboração de um estudo significativo.

Desse modo, esta pesquisa realizou-se por meio do levantamento e análise de fontes bibliográficas, a fim de aprofundar e discutir o assunto abordado, utilizando como consulta na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), bem como a biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library Online (SciELO). Foram utilizados os seguintes descritores, padronizados e disponíveis nos descritores em ciências da saúde (DeCS): “Saúde do Idoso”, “Promoção da Saúde”, “Envelhecimento” e “Enfermagem”, como forma de subsidiar a construção do *corpus* desta investigação, utilizando os operadores booleanos “AND” e “OR” para combinação dos descritores nas bases de dados. A escolha dessas bases de dados ocorreu pelo fato de terem visibilidade científica e publicarem trabalhos nessa área.

Foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: artigos originais e de revisão de revisão de literatura, no idioma português e que estivessem disponíveis gratuitamente na íntegra para acesso. Como critérios de exclusão, foram delimitados os seguintes: publicações do tipo editorial, ensaio clínico ou artigos de reflexão que não abordassem a temática na perspectiva da assistência de enfermagem e sua contribuição na promoção do envelhecimento saudável ou estivessem disponíveis somente na língua estrangeira.

Em relação ao recorte temporal, reportou-se para os artigos produzidos nos últimos dez anos. Adotou-se essa perspectiva por entender que ainda há uma escassez em relação à

temática e, portanto, ampliar o tempo de publicação propiciaria mais produções bibliográficas.

O levantamento foi realizado no período de dois de abril de 2020 a 30 de junho de 2020. Após a seleção dos artigos que compõem o *corpus* desta investigação, realizou-se uma leitura atenta de cada produção, com a realização de fichamento para favorecer o destaque das ideias abordadas. Então, foi estabelecido um diálogo entre os teóricos estudados, com a finalidade de refletir sobre a questão aqui estudada. A partir de toda essa análise sistemática obedecendo os critérios de inclusão e exclusão, a amostra se constituiu por sete artigos científicos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Antes de debater sobre as ideias dos teóricos, considera-se pertinente apontar como se chegou à seleção dos artigos aqui analisados. Com a utilização dos descritores mencionados acima, na base de dados *LILACS*, obteve-se, inicialmente, um total de 114 artigos; já na *Scielo* foram identificadas 95 publicações, no período de 2010 a 2019. Após a análise, seleção, elegibilidade e leitura na íntegra dos artigos, foram identificados sete artigos que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos.

A fim de apresentar, de modo geral, o perfil dos artigos elaborou-se o quadro abaixo:

**Quadro 1:** Artigos que integram o *corpus* desta pesquisa, em relação ao ano de publicação, aos autores, ao título do artigo, ao periódico e ao objetivo, Mossoró/RN, 2020.

ANO	AUTORES	TÍTULO	PERIÓDICO	OBJETIVO
2010	CIRILO; AFFONSO; HORTA	A enfermagem na promoção do envelhecimento saudável: preparo do idoso e sua família	Investigação	É mostrar, em especial à enfermagem, que com profissionais qualificados, com conhecimento em geriatria e gerontologia, e através do preparo do idoso e sua família, é possível garantir a autonomia e a independência do mesmo, promovendo um envelhecer digno e saudável.
2011	CASAGRANDA et al.	Assistência de enfermagem na qualidade de vida do idoso: revisão integrativa.	Revista Saúde	Identificar e analisar a produção científica sobre a assistência de enfermagem, contribuindo com a qualidade de vida do idoso.

2013	RINALDI et al.	O papel da enfermagem e sua contribuição para a promoção do Envelhecimento saudável e ativo.	Revista Eletrônica Gestão & Saúde	Conhecer a atuação do enfermeiro na atenção básica que favoreça o envelhecimento saudável e ativo.
2014	SANTOS et al.,	O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável.	Revista Espaço para a Saúde	Analisar as publicações com enfoque para reflexão acerca do envelhecimento saudável, disponível em periódicos indexados na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e em periódicos na internet, no período de 2001 a 2010.
2015	LIMA; NASCIMENTO	Contribuições da enfermagem na promoção da saúde e envelhecimento saudável	Repositório São Lucas	Identificar o papel da Enfermagem na promoção da saúde e qualidade de vida do idoso institucionalizado.
2017	VIANA; JUNIOR	Qualidade de vida em idosos praticantes de atividades físicas.	Psicologia e Saúde em Debate	Apontar a importância prática de atividades físicas por idosos, devidamente elaboradas e acompanhadas por um profissional da Educação Física.
2019	GOUVEIA; RODRIGUES	Enfermagem e o envelhecer saudável.	Revista PróUniverSUS	Identificar o papel do enfermeiro no processo do envelhecimento saudável, a sua contribuição para a promoção e a prevenção de saúde da população e analisar as ações de promoção e prevenção à saúde desenvolvida pelos profissionais de enfermagem junto à população

Fonte: elaboração dos autores (2020).

Pode-se inferir que, apesar de ser considerado um tema atual, cujos debates vêm-se intensificando, pondera-se acerca da escassez de pesquisas em relação à essa temática, particularmente nos últimos cinco anos. Essa situação enfatiza a relevância de estudos como o aqui proposto.

Os artigos aqui analisados são unânimes em se reportar para a compreensão da velhice sob uma perspectiva ampliada, isto é, como resultante de uma construção ao longo da vida do indivíduo, influenciada por diversos aspectos: biológicos, culturais, econômicos, históricos, psicológicos e sociais. Nesse panorama, destacam-se Lima e Nascimento (2015), os quais argumentam que a velhice é uma etapa da vida que pode ser tão saudável quanto as outras, levando-se em conta que esse estágio do desenvolvimento humano tem potencialidades próprias e permite ao ser que a atinge uma relação peculiar do organismo com o meio, sempre que sejam feitas as exigências a esse ser, de acordo com seu nível de aptidão funcional.

No entanto, não se pode desconsiderar que o envelhecimento retarda o dinamismo das atividades e do funcionamento do corpo com o surgimento da senescência, resultante do envelhecimento das estruturas mentais e da perda de funcionalidade do corpo, mas que podem ser atenuados com um ritmo de vida mais ativo por meio de atividades físicas e alimentação saudável. Isso porque promove uma melhor qualidade de vida do idoso e diminui as alterações patológicas e influencia no aprimoramento da capacidade funcional (CASAGRANDA et al., 2011).

Desse modo, para o idoso, a qualidade de vida está associada ao processo de envelhecimento bem-sucedido relacionado à saúde física e mental, independência na vida diária, ou seja, na realização das atividades do cotidiano, somando-se à autonomia no que concerne aos aspectos econômicos, assim como nos fatores psicossociais que se referem à relação que o indivíduo estabelece com si mesmo e com os outros no contexto societário. Além disso, está voltada a aspectos como a autoestima, estado de saúde e o estilo de vida para manutenção da saúde de forma integral (VIANA; JUNIOR, 2017).

No que concerne à assistência de enfermagem na relação com a qualidade de vida do idoso, a prática do autocuidado é necessária ao indivíduo, já que promove o bem-estar, manutenção da vida e saúde. Desse modo, o idoso, com o suporte, as orientações e o incentivo do profissional de enfermagem, torna-se coparticipante e comprometido com o processo de identificação das suas dificuldades, realização dos próprios cuidados e resolução de suas necessidades básicas de saúde (CASAGRANDA et al., 2011).

Nesse sentido, os profissionais de enfermagem atuam com os idosos no campo da educação em saúde com o enfoque não somente no controle e tratamento de morbidades, mas em ações que busquem a promoção da saúde. Para isso, é preciso que sejam realizados planejamento e monitoramento dessas ações a serem implantadas na comunidade que o profissional se encontra inserido, pensando em ações em âmbito individual e coletivo, as

quais também envolvam não só o idoso, mas também a família e/ou cuidadores nesse processo de cuidado, voltado para a cura e, principalmente, para a prevenção de doenças e a potencialização da qualidade de vida (CIRILO; AFFONSO; HORTA, 2010).

É neste ambiente que o enfermeiro deve direcionar suas ações, com competência, aprimorando e mobilizando seus conhecimentos e despertando seu talento criativo para inovar no que se referem às mudanças de atitudes de seus clientes em relação à sua forma de viver e à sua própria maneira de entender que o envelhecimento é parte do ciclo da vida de todo ser humano (RINALDI et al., 2013).

Como exemplos de ações que podem ser realizadas pela Enfermagem, tendo o enfermeiro como líder da equipe, mas também envolvendo o trabalho dos técnicos e auxiliares de Enfermagem, citam-se: o atendimento às necessidades da população idosa, voltado à transformação dos comportamentos dos indivíduos, focando na mudança dos estilos de vida, com hábitos de vida saudáveis, estímulos a práticas nutricionais, prática corporal/atividade física; além da prevenção e controle do tabagismo; ações para detecção precoce de hipertensão e diabetes (GOUVEIA; RODRIGUES, 2019).

Essas atividades, por sua vez, podem ser realizadas nos equipamentos sociais, tais como: as escolas, associações comunitárias, dentre outros, em que os indivíduos se situam, por meio de palestras, grupos de apoio, levando orientações em relação aos benefícios que essas ações podem promover uma melhor qualidade de vida, a fim de interagir com a comunidade motivando a participação e integração dos indivíduos. Somando-se a isso, há também como possibilidade o desenvolvimento de conhecimento de maneira rápida e de fácil entendimento, para que assim haja conscientização da população sobre a importância da realização do auto cuidado (SANTOS et al., 2014).

Faz-se imprescindível que não somente a assistência de enfermagem, mas como de todos os profissionais da saúde, de forma interdisciplinar, possam abordar o cuidado em saúde ao idoso, considerando todas as especificidades decorrentes do envelhecimento. É preciso, então, que os profissionais estejam devidamente preparados para prestar cuidados ao idoso, pois esta faixa etária pode apresentar uma instalação muito rápida dos processos patológicos, podendo facilmente mudá-lo de independente para dependente, além de existir um pouco de resistência por parte desse público em procurar assistência ao serviço de saúde (CIRILO; AFFONSO; HORTA, 2010).

Sob essa perspectiva, torna-se fundamental que a enfermagem não esteja focada somente na assistência ao idoso no que tange às patologias, mas que atue também na promoção, manutenção e recuperação da saúde desse sujeito.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste estudo, constatou-se que a Enfermagem pode contribuir sobremaneira para a promoção da saúde do indivíduo idoso, conduzindo-o sempre que possível para um processo de envelhecimento saudável. Isso porque, à medida que compreende as alterações biopsicossociais que ocorrem ao longo do envelhecimento, o habilita e o capacita em sua atuação enquanto profissional de saúde, amenizando dificuldades de cognição e de autonomia do idoso, colaborando assim para que ele se adapte melhor à sua realidade e não deixe de exercer suas atividades diárias.

A partir da análise dos artigos que compõem o *corpus* desta investigação foi possível identificar que uma das principais formas de intervenção da Enfermagem para a promoção do envelhecimento saudável diz respeito autocuidado, isto é, às orientações para que o idoso possa cuidar de si mesmo dentro das suas condições, valorizando suas especificidades e incentivando sempre sua autonomia.

Assim sendo, espera-se que esta investigação possa colaborar na sensibilização acerca da necessidade de pesquisas atuais referentes à temática, posto que foi perceptível escassez de artigos. Desse modo, entende-se que os estudos futuros podem contribuir na ampliação da compreensão dos profissionais, dos estudantes, assim como dos usuários sobre a importância da assistência de enfermagem e sua contribuição na promoção do envelhecimento saudável com a finalidade de atender os idosos com o enfoque não somente no controle e tratamento de morbidades, mas também em ações de educação em saúde voltadas à população idosa, em um todo direcionadas para a promoção da saúde, propiciando, assim, uma assistência à saúde de qualidade.

## REFERÊNCIAS

BRUNNER, L. S.; SUDDARTH D. S. **Tratado de enfermagem medicocirúrgica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

CASAGRANDA, L. P. et al. Assistência de enfermagem na qualidade de vida do idoso: revisão integrativa. **Revista Saúde.Com**, Pelotas, v. 11, n. 04, p. 408-417, 2015. Disponível em: <http://periodicos2.uesb.br/index.php/rsc/article/download/384/312/>. Acesso em: 15. jun. 2020.

CIRILO, A. C.; AFFONSO, B. D.; HORTA, H. H. L. A enfermagem na promoção do envelhecimento saudável: preparo do idoso e sua família. **Investigação**, Franca, v. 10, n. 1, p. 19-25, 2010. Disponível em: <http://publicacoes.unifran.br/index.php/investigacao/article/view/149>. Acesso em: 15. jun. 2020.

GOUVEIA, D. C.; RODRIGUES, L. M. S. Enfermagem e o envelhecer saudável. **Revista PróUniverSUS**. Vassouras, v. 10, n. 01, p. 97-101, jan./jun., 2019. Disponível em: <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/1624/1198>. Acesso em: 15. jun. 2020.

LIMA, A. S.; NASCIMENTO, R. M. **Contribuições da enfermagem na promoção da saúde e envelhecimento saudável**: revisão de literatura. 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Faculdade São Lucas, Porto Velho/RO - 2016. Disponível em: <https://cutt.ly/0azMbRj>. Acesso em: 14 jun. 2020.

RINALDI, F. C. et al. O papel da enfermagem e sua contribuição para a promoção do Envelhecimento saudável e ativo. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**, Cáceres, v. 04, n. 02, p. 2326-2238, 2013. Disponível em: <https://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/262/250>. Acesso em: 15 jun. 2020.

SANTOS, A. A. P. et al. O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável. **Revista Espaço para a Saúde**, Londrina, v. 15, n. 2, p. 21-28, jun., 2014. Disponível em: <http://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/526>. Acesso em: 01 ago. 2019.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 08, n. 01, p. 102-106, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102](http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102). Acesso em: 18. Jul. 2020.

VIANA, A. M.; JUNIOR, G. A. Qualidade de vida em idosos praticantes de atividades físicas. **Psicologia e Saúde em Debate**, Patos de Minas, v. 03, n. 01, p. 87-98, 2017. Disponível em: <http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/92/76>. Acesso em: 18. Jul. 2020.