

PROMOVENDO O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: O PAPEL DO ENFERMEIRO NA IDENTIFICAÇÃO DE INDICADORES DE DEPENDÊNCIA

Rebeca Emanuelle Jeremias Vicente ¹
Élyman Patrícia da Silva Freitas ²

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno que vem ocorrendo em nível mundial. Com isso, a adaptação do sistema de saúde para atender as demandas desse público aumenta cada vez mais, sabendo que o envelhecimento se trata de uma fase biológica marcada por mudanças biopsicossociais que podem gerar a redução da capacidade funcional em alguns aspectos como corporais e cognitivos. Isto, de certa forma, torna-se um ponto que exige extrema atenção dos órgãos de saúde e das políticas públicas, cabendo à essas instâncias a responsabilidade de desenvolver estratégias e métodos que proporcionem uma assistência capacitada para prevenir e controlar as complicações predominantes da terceira idade e induzir o envelhecimento ativo e saudável (BRASIL, 2006).

No Brasil, a política Nacional de saúde da pessoa idosa (PNSPI) aprovada no ano de 2006 é um exemplo de meio governamental que visa assegurar uma assistência integral e melhor qualidade de vida à população idosa. Tendo como objetivo principal, através de medidas coletivas e individuais, promover, manter e recuperar a independência e autonomia da pessoa idosa, orientando aos serviços e profissionais de saúde quanto aos principais métodos assistenciais para oferecer o cuidado e o conhecimento adequado para melhor adaptação às alterações biológicas decorrentes do processo de senescência. (BRASIL, 2006).

A atenção à saúde do idoso deve conter técnicas que identifiquem precocemente alterações funcionais de impacto na realização das atividades de vida diária (AVD) da pessoa idosa, sabendo que a autonomia e independência funcional para realizar tais tarefas estão

¹Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, reby.emanuelle@outlook.com;

² Mestranda em Psicologia pela Universidade Estadual da Paraíba - UEPB, @elymanspi@gmail.com.

diretamente ligadas ao nível de autoestima e confiança, e influenciam na qualidade de vida e desempenho cognitivo do indivíduo (SANT'HELENA; SILVA; GONÇALVES, 2020).

A enfermagem exerce uma função que exige grande contato com o paciente. Portanto, o profissional enfermeiro ao possuir raciocínio clínico adequado, é capaz de detectar precocemente vulnerabilidades no paciente idoso enquanto realiza sua assistência. Sabendo disso, o desenvolvimento deste estudo tem como objetivo analisar à luz da literatura como o enfermeiro pode utilizar da identificação de indicadores de dependência para contribuir no processo de envelhecimento ativo.

METODOLOGIA

Este resumo expandido consiste em um estudo descritivo de abordagem qualitativa, do tipo revisão bibliográfica, no qual a busca se deu através das plataformas de pesquisa: Base de dados de enfermagem (BDENF), Brasil Scientific Electronic Library Online (SciELO), e Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), utilizando os seguintes descritores de pesquisa: “idoso independente” AND “enfermagem” AND “envelhecimento”. De um total de 42 trabalhos encontrados, foram selecionados 8. Os critérios de inclusão usados para a escolha dos trabalhos foram: artigos publicados no Brasil no período de 2010 a 2020. E os critérios de exclusão corresponderam à: teses e resumos; artigos de acesso privado; que fogem do tema proposto; e artigos repetidos. Após seleção adequada, foi realizada leitura minuciosa para analisar os principais pontos que respondiam à proposta do estudo, estes, que serviram de base para a construção do mesmo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Faz parte do processo de envelhecimento o surgimento de diversas alterações biológicas, dentre elas, a redução da capacidade funcional em alguns aspectos fisiológicos e corporais que, por vezes, pode comprometer a independência de pessoas idosas. A partir dos achados, foi possível destacar a idade avançada, a presença de comorbidades, sedentarismo, baixa qualidade de vida social e sexual como alguns dos fatores determinantes para o surgimento de dependências na terceira idade (SANT'HELENA; SILVA; GONÇALVES, 2020).

Idosos mais ativos socialmente possuem maior funcionalidade quanto a realização de atividades físicas, mentais, além de apresentarem maior tempo de função cognitiva preservada e de independência. Portanto, manter a realização regular das atividades instrumentais de vida diária (AIVD) e as atividades básicas de vida diária (ABVD) é essencial para preservar a autonomia desse indivíduo. Sendo assim, cabe ao profissional enfermeiro investigar indicadores de dependências que possam limitar essas atividades a fim de combatê-los (SANT'HELENA; SILVA; GONÇALVES, 2020).

Vale ressaltar que com o avançar da idade da pessoa idosa, a presença de um suporte adequado se faz necessária. Um estudo multicêntrico associado a Rede de Pesquisa sobre Fragilidade em Idosos Brasileiros (Rede FIBRA), demonstrou que os idosos que moram sozinhos ou possuem uma percepção ruim de sua própria saúde, apresentam maiores riscos de não ter com quem contar quando preciso, destacando que a ausência de suporte quando necessário aumenta o nível de vulnerabilidade desses indivíduos. Assim, participação ativa da família ou cuidadores, corresponde a um importante fator de apoio desde quando realizado adequadamente (OLIVEIRA; NERI; D'ELBOUX, 2016).

Porém, a classificação de idoso independente ainda é algo incompreendido pela família. Um estudo de abordagem qualitativa realizado em Jandaia do Sul – PR no ano de 2012, revelou que a falta de conhecimento associada à crença de que todo idoso é vulnerável, contribui para inibição do processo de envelhecimento ativo, podendo até mesmo favorecer o estado de dependência do idoso, uma vez que, na intenção de prestar cuidado e atenção ao parente, os familiares acabam por tomar atitudes de controle como métodos de segurança, por acreditar na fragilidade iminente ao idoso, resultando em imposição de limites e, conseqüentemente, desenvolvendo impasses na relação. (SANCHES et al., 2018).

Desta forma, é necessário que o enfermeiro avalie o contexto familiar do idoso, analisando as possíveis necessidades do mesmo e prestando uma atenção especial para sua relação familiar. Realizando educação em saúde para os parentes a fim de torná-los contribuintes ativos na busca pelo envelhecimento de qualidade (SANCHES et al., 2018).

A capacitação dos profissionais de saúde para atuar no âmbito de envelhecimento e saúde da pessoa idosa, seguindo os princípios das políticas de saúde relativas ao público, é um dos principais pontos determinantes para o oferecimento de uma assistência preparada dentro do sistema de saúde. A educação continuada é um exemplo de método eficaz capaz de aprimorar o conhecimento e ações dos profissionais já formados (BRASIL, 2006). Associado

Assim, vale ressaltar sobre um estudo do tipo revisão integrativa realizado em 2012 com 29 referências de teses e dissertações publicadas entre 2006 e 2010, que buscou avaliar acerca das produções científicas de pós-graduação em enfermagem no Brasil referentes ao envelhecimento da pessoa idosa, e no qual foi identificado, através das produções analisadas, grande interesse na geração de investimentos científicos e na disseminação do assunto (VALCARENGHI et al., 2015).

São diversas as temáticas e produções científicas voltadas para o processo de envelhecimento abordando vários aspectos presentes no processo de senescência e como o enfermeiro deve atuar na promoção da saúde em cada um deles. Em seus resultados, a revisão dessas produções apresentou a enfermagem como instrumento fundamental na educação em saúde e busca do envelhecimento ativo e saudável, sendo capaz de identificar indicadores de dependências, promover a saúde e capacitar a pessoa idosa a adaptações em casos de senilidade (VALCARENGHI et al., 2015).

Com relação ao atendimento hospitalar, de acordo com um estudo feito no ano de 2013 em uma unidade de São Paulo identificou a dor crônica, longas hospitalizações e a incidência de quedas como fatores de risco da redução da autonomia e qualidade de vida, capazes de estimular a dependência da pessoa idosa (LAGE et al., 2014). Uma outra pesquisa corroborou com estes resultados identificando os mesmos indicadores de dependência como foco de atenção para a enfermagem. Neste, a independência funcional da pessoa idosa foi associada de maneira diretamente proporcional à qualidade de vida (COSTA et al, 2020).

Autonomia, independência, expectativa de vida saudável e qualidade de vida são termos essenciais quando se trata de envelhecimento ativo. Desta forma, os órgãos que compõem o sistema de saúde necessitam de adequação através de pesquisas, modificações e avaliações de métodos que envolvam uma atenção capacitada para atender as particularidades desta população e contribuam para a obtenção do envelhecimento ativo, tendo consciência de que não basta ter longevidade sem qualidade de vida (DAVIM et al, 2010).

Portanto, vale ressaltar que a identificação de indicadores de dependência pela enfermagem possibilita o planejamento de planos de cuidados específicos a cada caso, em busca do controle desses riscos e dependências. Tendo em vista que o objetivo do enfermeiro e demais atuantes da saúde no cuidado a pessoa idosa é contornar as possíveis limitações e promovendo a autonomia e independência desta população, concedendo um envelhecimento saudável e melhor qualidade de vida (MOTA et al., 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se então, que a identificação dos indicadores de dependência pelo profissional enfermeiro corresponde a uma tarefa de relevância no controle de fatores redutores da capacidade funcional da pessoa idosa. Sendo indicado o uso de instrumentos como a caderneta do idoso, testes de vulnerabilidade e capacidade cognitiva durante o processo de assistência para auxiliar no rastreio. O enfermeiro deve manter um olhar multidimensional para o idoso e sua família, incentivando as relações interpessoais, e realizando educação em saúde. Além disso, incentivar a participação de grupos de convívios e a adesão de práticas integrativas a fim de promover saúde e o bem estar da pessoa idosa, propiciando a recuperação e desenvolvimento da autonomia e independência, estimulando o envelhecimento saudável atendendo à particularidade de cada caso.

Palavras-chave: Envelhecimento saudável; Enfermagem; Idoso independente; Qualidade de Vida.

REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. **Cadernos de atenção básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 192p. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/avelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf. acesso em 07 maio 2021.
2. Brasil. Ministério de Saúde. Portaria n. 2528/GM, de 19 de outubro de 2006. **Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa** [Internet]. Brasília; 2006. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. Acesso em: 07 maio 2021.
3. COSTA, A.F., et al. Capacidade funcional e qualidade de vida de pessoas idosas internadas no serviço de emergência. **Rev Esc Enferm USP**. 2020; 54:e 03651. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/scielo2020.pdf>
4. DAVIM, R. M. B., et al. Aspectos relacionados ao envelhecimento humano saudável. **Rev enferm. UFPE**. 4(4, n.esp): 1961-1967, nov.-dez. 2010. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/BDENF2010.pdf>

5. LAGE, J. S., et al. Capacidade funcional e perfil do idoso internado no serviço de emergência. **Rev Min Enferm.** 2014 out/dez; 18(4): 855-860. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/lilacs2014.pdf>
6. MOTA, T. A., et al. Fatores associados à capacidade funcional de idosos com hipertensão e / ou diabetes mellitus. **Escola Anna Nery.** 24(1) 2020. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/2scielo2020.pdf>
7. OLIVEIRA, D. C.; NERI, A.L. D'ELBOUX, M.J. Ausência de expectativa de suporte para o cuidado aos idosos da comunidade. **Rev Bras Enferm.** 2016;69(3):530-7. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/lilacs2016.pdf>
8. SANCHES, R. C. et al. O cuidado cotidiano na perspectiva de idosos independentes e de seus familiares mais próximos. **av.enferm.** 2018, vol.36, n.1, pp.50-58. ISSN 0121-4500. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/lilacs2018.pdf>
9. SANT'HELENA, D.P; SILVA, P.C; GONÇALVES, A. K. Capacidade funcional e atividades da vida diária no envelhecimento. **Editora Científica Digital.** Envelhecimento Humano: Desafios Contemporâneos - Volume 1. no 16. p, 206- 218. 2020. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/2BDENF2010.pdf>
10. VALCARENGHI, R.V., et al. Produção científica da Enfermagem sobre promoção de saúde, condição crônica e envelhecimento. **Rev Bras Enferm.** 2015;68(4):705-12. Acesso em 07 maio 2021. Disponível em: <file:///home/chronos/u-6cbb73dde62e3330c5d4f850ba3606a489ce8e56/MyFiles/Downloads/lilacs2015.pdf>