

A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA A QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

Allan Batista Silva (1); Rafaela Raulino Nogueira(2); Caliandra Maria Bezerra Luna Lima (3)

1- Mestrando em Modelos de Decisão e Saúde pela Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil. E-mail: allandobu@gmail.com; 2- Mestranda em Modelos de Decisão e Saúde pela Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil. E-mail: rafaelanogueirajp@hotmail.com; 3- Professora Permanente do Programa de Pós-Graduação em Modelos de Decisão e Saúde pela Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, Paraíba, Brasil. E-mail: calilunalima@gmail.com

Resumo: O processo de envelhecimento está relacionado diretamente as alterações biológicas, psicológicas e sociais, provocando uma susceptibilidade maior dos idosos ao surgimento de determinadas doenças. Então é importante que esse processo venha acompanhado de uma boa qualidade de vida. Diante disso, este estudo tem como objetivo identificar as evidências científicas acerca da importância dos grupos de convivência para a qualidade de vida dos idosos. Trata-se de um estudo de revisão integrativa com o intuito de discutir sobre a seguinte questão norteadora: “Com base na literatura, qual a importância dos grupos de convivência para a qualidade de vida dos idosos participantes?”. A coleta dos dados foi realizada nas bases de dados Lilacs, SciELO e Medline. Onde utilizou-se os seguintes termos: “qualidade de vida”; “centros de convivência para idosos”; “centro de convivência e lazer”; “centros comunitários para idosos”; “*calidad de vida*”; “*centros para personas mayores*”; “*centros de ocio y convivencia*”. Foram incluídos pesquisas científicas disponíveis *on-line* na íntegra em formato de artigo, publicados no período de 2009 à 2018, nos idiomas português e espanhol. Foram excluídos as monografias, dissertações, teses, revisões bibliográficas textos duplicados e aqueles não relacionados ao tema. Com base nesses critérios, 7 artigos foram selecionados para fazer parte desta revisão integrativa. Diante do que foi encontrado na literatura, observa-se que ao participarem dos grupos de convivência, os idosos apresentam uma melhora na sua qualidade de vida. Desse modo, os grupos de convivência podem ser considerados com uma excelente estratégia para oferecer um viver mais saudável na terceira idade.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Centros de Convivência para Idosos, Envelhecimento Saudável.

INTRODUÇÃO

O crescimento populacional é uma realidade bastante significativa, considerada como um fenômeno mundial (FARIAS et al, 2017; MOURA; VERAS, 2017). Em relação aos demais grupos etários, o grupo acima de 60 anos foi o que apresentou o maior crescimento nas últimas décadas. Isto se deu devido às quedas das taxas de fecundidade e mortalidade, e ao aumento na expectativa de vida (TAHAN; CARVALHO, 2010; STORCH et al, 2016).

Atualmente contamos com cerca de 600 milhões de idosos em todo o mundo, no entanto esse número é aproximadamente três vezes menor em comparação ao que teremos em 2050 (MOURA; VERAS, 2017). No Brasil, em 1960, foram registrados em torno de três milhões de pessoas idosas, já em 2002 esse número cresceu para quatorze milhões e estima-se que poderá atingir cerca de trinta e dois milhões em

2020 (FARIAS et al, 2017). Desse modo, no período de 1960 a 2025, o Brasil deve passar da décima sexta para a sexta posição mundial em relação a esse grupo populacional (TAHAN; CARVALHO, 2010).

O envelhecimento da população é tido como um dos atuais grandes desafios para a saúde pública, pois viver mais tem implicações na saúde dos indivíduos e isto faz com que o orçamento destinado à prevenção, promoção e recuperação da saúde seja cada vez maior. Além disso, o processo de envelhecimento está relacionado diretamente as alterações biológicas, psicológicas e sociais, provocando uma susceptibilidade maior dos idosos ao surgimento de determinadas doenças. (DAGIOS; VASCONCELLOS; EVANGELISTA, 2015; OLIVEIRA et al, 2018). Desta forma, é importante que o processo de envelhecimento venha acompanhado de uma boa qualidade de vida (CAVALCANTE et al, 2014).

De acordo com Almeida, Gutierrez e Marques (2012, p.20), a Organização Mundial de Saúde define a qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Ela envolve a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e a relação com as características do meio ambiente (PEREIRA; TEIXEIRA; SANTOS, 2012).

Diante disso, este estudo tem como objetivo identificar as evidências científicas acerca da importância dos grupos de convivência para a qualidade de vida dos idosos.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa com o intuito de discutir sobre a seguinte questão norteadora: “Com base na literatura, qual a importância dos grupos de convivência para a qualidade de vida dos idosos participantes?”.

A coleta dos dados foi realizada no mês de Junho e Julho de 2018 nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System OnLine* (Medline). Para o levantamento bibliográfico utilizou-se os seguintes DeCS – Descritores em Ciências da Saúde (<http://decs.bvs.br/>): “qualidade de vida”; “centros de convivência para idosos”; “centro de convivência e lazer”; “centros comunitários para idosos”; “*calidad de vida*”; “*centros para personas mayores*”; “*centros de ocio y convivencia*”. O operador

booleano *AND* foi utilizado para o cruzamento destes termos.

Foram incluídos no presente trabalho as pesquisas científicas disponíveis *on-line* na íntegra em formato de artigo, publicados no período de 2009 à 2018, nos idiomas português e espanhol. Foram excluídos as monografias, dissertações, teses, revisões bibliográficas textos duplicados e aqueles não relacionados ao tema.

Os artigos selecionados foram lidos na íntegra e, em seguida, as informações obtidas foram apresentadas na forma de quadro. Esses artigos também foram comparados entre si, buscando sempre os critérios de semelhança ou diferença, para responder a questão norteadora.

RESULTADOS

Inicialmente foram encontrados 1.398 trabalhos, onde 87 artigos estão dentro dos critérios de inclusão. Desses, 80 artigos foram excluídos por inadequação, de acordo com os critérios de exclusão. Desse modo, 7 artigos foram selecionados para fazer parte do presente estudo de revisão integrativa. No Quadro 1 está a relação dos artigos selecionados conforme a autoria, ano de publicação, título do manuscrito, objetivo e periódico onde foi publicado.

Quadro 1 – Relação dos artigos selecionados conforme a autoria, ano de publicação, título do manuscrito, objetivo e periódico onde foi publicado.

AUTORIA / ANO	TÍTULO	OBJETIVO	PERIÓDICO
Gutierrez, Auricchio e Medina (2011)	Mensuração da qualidade de vida de idosos em centros de convivência	Mensurar a qualidade de vida de idosos ingressantes em centros de convivência e identificar suas necessidades biopsicossociais	Journal of the Health Sciences Institute

Serbim e Figueiredo (2011)	Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência.	Descrever a qualidade de vida de idosos por meio dos questionários WHOQOL-OLD e WHOQOL-BREF em um grupo de convivência	Scientia Medica
Wichmann et al (2013)	Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde	Estudar a representação da população idosa em relação ao grau de satisfação, quanto aos benefícios obtidos na melhoria da saúde, com a convivência em grupos	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia
Andrade et al (2014)	Percepção de idosos sobre grupo de convivência: estudo na cidade de Cajazeiras-PB	Investigar a percepção de idosos acerca dos grupos de convivência	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia
Braz, Zaia e Brittar (2015)	Percepção da qualidade de vida de idosas participantes e não participantes de um grupo de convivência da terceira idade de Catanduva (SP)	Comparar a percepção de qualidade de vida de idosas participantes e não participantes de um grupo de convivência	Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento

Dagios, Vasconcellos e Evangelista (2015)	Avaliação da qualidade de vida: comparação entre idosos não institucionalizados participantes de um centro de convivência e idosos institucionalizados em Ji-Paraná/RO	Avaliar a qualidade de vida de idosos não institucionalizados, participantes de um centro de convivência e de idosos institucionalizados, comparando os resultados entre os dois grupos	Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento
Farias et al (2017)	Equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida em idosos participantes e não participantes de um centro de convivência	Comparar o equilíbrio, a mobilidade funcional e a qualidade de vida em idosos participantes e não participantes de um centro de convivência	Scientia Medica

DISCUSSÃO

O processo de envelhecimento acarreta alterações morfológicas, bioquímicas, psicológicas e funcionais do indivíduo. Esses fatores podem interferir na qualidade de vida dos idosos, uma vez que ela é determinada, em grande parte, pela capacidade do idoso permanecer autônomo e independente. E é devido a isso que muitas pessoas temem a velhice, pois é nessa fase que estão sujeitas a se tornarem dependentes por alguma doença ou não poderem realizar as atividades do dia-a-dia, em consequência da redução da capacidade funcional (ANDRADE et al, 2014; FARIAS et al, 2017).

Além do mais, as doenças crônicas e as incapacidades fazem com que os idosos estejam mais propensos para o desenvolvimento de doenças de cunho psicológico, como a depressão. E com o passar os anos, os fatores de risco para essa doença só aumentam, pois podem se fazerem presentes sentimentos de frustração perante os anseios de vida não realizados e a própria história do sujeito marcada de perdas progressivas – como o do companheiro, bem como o abandono pelos familiares, o isolamento social, a incapacidade de reengajamento na atividade produtiva, entre outros (GUTIERREZ; AURICCHIO; MEDINA, 2011; SEBIM; FIGUEIREDO, 2011).

Desse modo, a promoção de um envelhecimento ativo e saudável é necessário para melhorar a saúde e a qualidade de vida dos idosos. (DAGIOS; VASCONCELLOS; EVANGELISTA, 2015). A qualidade de vida nos idosos está atrelada à capacidade em se manter autônomo e funcionalmente capaz, onde as suas necessidades estão sendo atendidas com satisfação, além de haver o bem-estar físico, social e econômico (GUTIERREZ; AURICCHIO; MEDINA, 2011; BRAZ; ZAIA; BRITTAR, 2015; PEREIRA; FILIPE, 2016;).

Nesse contexto, os grupos de convivência de idosos estão atrelados à promoção do envelhecimento ativo e saudável, tendo como objetivo preservar as capacidades e o potencial de desenvolvimento do indivíduo idoso (FARIAS et al, 2017). Além disso, os grupos de convivência são tidos como uma forma de promover a inclusão social, por meio da interação entre os idosos, e possibilitar a reconquista da autonomia, do viver com dignidade e, de ser e estar saudável (WICHMANN et al, 2013; BRAZ; ZAIA; BITTAR, 2015).

Em sua grande maioria, inicialmente os idosos procuram esses grupos como uma alternativa para melhoria física e mental, por meio dos exercícios físicos. Mas com o tempo, as necessidades aumentam, e outras atividades de lazer ganham espaço na vida dos idosos (WICHMANN et al, 2013). Desse modo, os grupos de convivência possuem uma grande importância na socialização e entretenimento desse grupo etário (SEBIM; FIGUEIREDO, 2011; ANDRADE et al, 2014). E isto ficou claro na pesquisa desenvolvida por Andrade et al (2014), pois o principal motivo que levou os idosos entrevistados a procurarem os grupos de convivência foi a oportunidade de se socializarem com outras pessoas e pela necessidade de realizarem atividades de lazer. A participação nos grupos de convivência reduzem o isolamento e favorecem a socialização dos participantes.

Farias et al (2017), ao aplicarem em seu estudo o instrumento SF-36 para avaliar a qualidade de vida nos idosos, verificaram que houve uma melhor qualidade de vida entre os idosos participantes de um centro de convivência em comparação aos que não participam. Além do mais, esses autores também verificaram que essa melhor qualidade de vida prevaleceu em todos os domínios do instrumento, levando a crer o convívio, a interação social e a participação em atividades recreativas foram importantes para esses resultados. Dagios, Vasconcellos e Evangelista (2015), também observaram que os idosos que vivem em sociedade e participam de grupos de convivência, apresentaram uma avaliação da qualidade de vida, em todos os domínios, melhor do que aqueles idosos institucionalizados que não participam de grupos de convivência.

A inserção em grupos de convivência na terceira idade tornam as pessoas mais aptas fisicamente e isto está ligado diretamente aos melhores índices na capacidade funcional, desenvolvimento das atividades da vida diária, autonomia, mobilidade, energia, capacidade de trabalho, entre outras (BRAZ; ZAIA; BITTAR, 2015).

De acordo com Wichmann et al (2013), nos grupos de convivência os idosos também tem a oportunidade de compartilhar suas angústias, tristezas, amores, alegrias, afetos, saberes. Além disso, a participação nesses grupos também fazem com que sentimentos como o medo, insegurança e a depressão, sejam reduzidos.

Gutierrez, Auricchio e Medina (2011), encontraram em seu estudo que, de acordo com a aplicação do instrumento para avaliar a qualidade de vida – o WHOQOL-Breve e o WHOQOL-OLD, o domínio Psicológico foi o que predominou e apresentou o maior valor dentre os demais indicadores determinantes da qualidade de vida nos idosos.

Acredita-se que isso ocorre porque com a participação dos grupos de convivência, os idosos voltam a se sentirem valorizados e produtivos, pois na velhice muitos são vistos como pessoas incapazes e sofrem bastante preconceito por parte da sociedade. Desse modo, esses grupos de convivência funcionam como uma alternativa para reduzir os efeitos ocasionados pelo processo de envelhecimento humano e geram uma melhoria na qualidade de vida (ANDRADE et al, 2014).

Os grupos de convivência desenvolvem várias atividades recreativas, culturais, sociais, educativas e de promoção a saúde, promovendo atividades ocupacionais e lúdicas (WICHMANN et al, 2013). Farias et al (2017), perceberam que houve uma melhora do equilíbrio e da mobilidade funcional entre idosos participantes de um centro de convivência em comparação aos idosos não participantes. Isso se dá devido ao envolvimento dos idosos nas atividades, principalmente as físicas, promovidas pelos grupos de convivência.

Ressalta-se ainda que o engajamento dos idosos nessas atividades propostas se torna desafiador e leva o indivíduo a vencer as suas próprias limitações. Como resultado tem-se também a melhoria da autoestima, o bom humor, o desejo em participar, além de estimular a interação entre eles (ANDRADE et al, 2014). Desse modo, acredita-se que os grupos de convivência auxiliam na rede de apoio em busca da autonomia, melhora da autoestima e da redução na vulnerabilidade dos idosos (FARIAS et al, 2017).

Neste contexto, os grupos de convivência vão de encontro à essa promoção do envelhecimento, com o objetivo de preservar as capacidades e o potencial de desenvolvimento do indivíduo idoso, melhorando assim a sua saúde e

qualidade de vida. Ressalta-se que esses grupos proporcionam atividades que contribuem para que os idosos sejam menos afetados por determinadas doenças, além de prevenir a incapacidade e recuperar a autonomia com programas de reabilitação (DAGIOS; VASCONCELLOS; EVANGELISTA, 2015; FARIAS ET AL, 2017; SERBIM, FIGUEIREDO, 2011).

CONCLUSÕES

Diante do que foi encontrado na literatura, observa-se que ao participarem dos grupos de convivência, os idosos apresentam uma melhora nas suas capacidades funcionais, mentais e sociais, pois a inserção nas atividades recreativas promovidas fazem com que o idoso se torne mais ativo e saudável, melhorando assim a sua qualidade de vida. Desse modo, os grupos de convivência são de grande importância para a qualidade de vida dos idosos participantes, sendo assim considerados com uma excelente estratégia para oferecer um viver mais saudável na terceira idade.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, M. A. B.; GUTIERREZ, G. L.; MARQUES, R. **Qualidade de vida: definição, conceito e interfaces com outras áreas de pesquisa**. São Paulo: Escola Escola de Artes, Ciência e Humanidade – EACH/USP, 2012.

ANDRADE, A. N. *et al.* Percepção de idosos sobre grupo de convivência: estudo na cidade de Cajazeiras-PB. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.17, n.1, p.39-48, 2014.

BRAZ, I. A.; ZAIA, J. E.; BITTAR, C. M. L. Percepção da qualidade de vida de idosas participantes e não participantes de um grupo de convivência da terceira idade de Catanduva(SP). **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 583-596, 2015.

CAVALCANTE, L. F. L. *et al.* Capacidade funcional dos idosos frequentadores do centro de referência da assistência social da cidade de Caririçu-CE. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, issue S1A/S1R, p.324-36, 2014.

DAGIOS, P.; VASCONCELLOS, C.;
EVANGELISTA, D. H. R. Avaliação da qualidade de

(83) 3322.3222
contato@cintedi.com.br
www.cintedi.com.br

vida: comparação entre idosos não institucionalizados participantes de um centro de convivência e idosos institucionalizados em Ji-Paraná/RO. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 469-484, 2015.

FARIAS, M. L. *et al.* Equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida em idosos participantes e não participantes de um centro de convivência. **Scientia Medica**, v.27, n.4, p.2-7, 2017.

GUTIERREZ, B. A. O.; AURICCHIO, A. M.; MEDINA, N. V. J. Mensuração da qualidade de vida de idosos em centros de convivência. **Journal of the Health Sciences Institute**, v.29, n.3, p.186-90, 2011.

MOURA, M. M. D.; VERAS, R. P. Acompanhamento do envelhecimento humano em centro de convivência. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v.27, n.1, p.19-39, 2017.

OLIVEIRA, L. M. *et al.* A esperança de vida dos idosos: avaliação pelo perfil e a Escala de Herth. **Journal of Research: Fundamental Care Online**, v.10, n.1, p.167-72, 2018.

PEREIRA, E. F.; TEIXEIRA, C. S.; SANTOS, A. Qualidade de vida: abordagens, conceitos e avaliação. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.26, n.2, p.241-50, abr./jun. 2012.

SERBIM, A. K.; FIGUEIREDO, A. E. P. L. Qualidade de vida de idosos em um grupo de convivência. **Scientia Medica**, Porto Alegre, v. 21, n.4, p.166-72, 2011.

STORCH, J. A. *et al.* Auto-estima e autoimagem em idosos com deficiência. **Journal of Research in Special Educational Needs**, v.16, n.1, p.251-4, 2016.

TAHAN, J.; CARVALHO, A. C. D.; Reflexões de idosos participantes de grupos de promoção de saúde acerca do envelhecimento e da qualidade de vida. **Saúde e Sociedade**, São Paulo, v.19, n.4, p.878-888, 2010.

WICHMANN, F. M. A. *et al.* Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.16, n.4, p.821-32, 2013.