



UNILAB

**UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL
DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA
ESPECIALIZAÇÃO EM GESTÃO EM SAÚDE**

MÁRCIA SENTO SÉ MAGALHÃES PIMENTEL

**A PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO
E A ATUAÇÃO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM**

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2019

MÁRCIA SENTO SÉ MAGALHÃES PIMENTEL

**A PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO
E A ATUAÇÃO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM**

Monografia apresentada ao Curso de Pós-Graduação Lato Sensu em Gestão em Saúde da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Gestão em Saúde.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Fabiana Pinto de Almeida Bizarria.

SÃO FRANCISCO DO CONDE

2019

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Sistema de Bibliotecas da Unilab
Catalogação de Publicação na Fonte

P699p

Pimentel, Márcia Sento Sé Magalhães.

A promoção do envelhecimento ativo e a atuação da equipe de enfermagem /
Márcia Sento Sé Magalhães Pimentel. - 2019.

30 f. : il.

Monografia (especialização) - Instituto de Educação a Distância, Universidade da
Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, 2019.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Fabiana Pinto de Almeida Bizarria.

1. Enfermagem geriátrica - Brasil. 2. Envelhecimento - Brasil. 3. Idosos - Cuidado
e tratamento. I. Título.

BA/UF/SEBI

CDD 613.70565

MÁRCIA SENTO SÉ MAGALHÃES PIMENTEL

**A PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO
E A ATUAÇÃO DA EQUIPE DE ENFERMAGEM**

Monografia julgada e aprovada para obtenção do título de Especialista em da
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira.

Data de aprovação: 19/12/2019

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Fabiana Pinto de Almeida Bizarria (Orientadora)

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira - UNILAB

Prof.^a Dr.^a Pollyanna Martins

Faculdade Luciano Feijão - FLF

Prof.^a M.^a Carla Maria Holanda de Lima Façanha

Faculdade Gestão de Negócios - FGN

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus que têm cuidado da minha vida desde que comecei a existir, por minha família que ele mesmo escolheu, pelas inúmeras oportunidades de aprendizado no convívio com as pessoas que ele aproximou da minha vida, que são tão generosas em ensinar lições valiosas que me ajudam a amadurecer.

Aos meus irmãos, em especial a Mirthis que permaneceu comigo nesta trajetória e nos momentos de desafio.

A minha orientadora, pelo suporte no pouco tempo que lhe coube, pelas correções e incentivos.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

RESUMO

O envelhecimento ativo se define como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida ao envelhecer. Apesar de propiciar diversos efeitos benéficos na sua capacidade e bem-estar, a sua promoção ainda é considerada como um desafio para o sistema de saúde e seus profissionais, principalmente a equipe de enfermagem. Objetivo: investigar a atuação da equipe de enfermagem sobre aspectos do envelhecimento ativo. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada através de artigos originais, indexados em base de dados eletrônica disponíveis na LILACS, BDNF, MEDLINE através da BVS, publicados no período de 2008 a 2019, nos idiomas português, inglês e espanhol. Resultados: Após delimitação através dos critérios de inclusão e exclusão obteve-se o total de 12 publicações que se enquadraram aos objetivos desta pesquisa. Discussão: Foram analisadas duas categorias onde observou os aspectos físicos e sociais do envelhecimento x reabilitação da saúde e a atuação da equipe enfermagem na promoção do envelhecimento ativo, as categorias enfatizaram a importância da manutenção e promoção do envelhecimento ativo, tornando idosos mais saudáveis e com melhor qualidade de vida, através da realização de atividade física, estímulo a conversas, apoio emocional, reduzir o isolamento social, possibilitando bem estar físico, mental e social favorecendo a descoberta de suas potencialidades e habilidades, tendo uma nova releitura da própria vida. A equipe de enfermagem, com o intuito de incentivar o envelhecimento ativo, deve propor estratégias e ações que estimulem os idosos, ao mesmo tempo em que é prestado um atendimento holístico e integral, aprimorando a consulta de enfermagem e o plano de orientação na promoção de saúde, contribuindo assim para a manutenção de um envelhecimento ativo e participativo.

Palavras-chave: Enfermagem geriátrica - Brasil. Envelhecimento - Brasil. Idosos - Cuidado e tratamento.

ABSTRACT

Active aging is defined as the process of optimizing health, participation and safety opportunities, with the aim of improving the quality of life as we age. Although it has several beneficial effects on its capacity and well-being, its promotion is still considered a challenge for the health system and its professionals, especially the nursing staff. Objective: To investigate the performance of the nursing staff on aspects of active aging. Methodology: This is an integrative literature review, conducted through original articles, indexed in electronic database available in LILACS, BDNF, MEDLINE through VHL, published from 2008 to 2019, in Portuguese, English and Spanish. Results: After delimitation through the inclusion and exclusion criteria, we obtained a total of 12 publications that fit the objectives of this research. Discussion: Two categories were analyzed where the physical and social aspects of aging x health rehabilitation and the nursing team's role in promoting active aging were observed. The categories emphasized the importance of maintaining and promoting active aging, making older people healthier and healthier. better quality of life through physical activity, stimulating conversation, emotional support, reducing social isolation, enabling physical, mental and social well-being favoring the discovery of their potential and skills, having a new rereading of life itself. The nursing team, in order to encourage active aging, should propose strategies and actions that stimulate the elderly, while providing holistic and comprehensive care, improving the nursing consultation and guidance plan to promote health care. thus contributing to the maintenance of active and participatory aging.

Keywords: Aging - Brazil. Elderly - Care and treatment. Geriatric nursing - Brazil.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1	Fluxograma para seleção dos estudos encontrados. Salvador-BA, Brasil. 2019	19
Tabela 1	Artigos originais selecionados para compor o estudo sobre envelhecimento ativo e o papel do enfermeiro. Salvador, Bahia, Brasil. 2019	19

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

BDENF	Base de dados de enfermagem
BVS	Biblioteca virtual em Saúde
DeCs	Descritores em Ciências da Saúde
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
Lilacs	Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
Medline	Medical Literature Analysis and Retrieval System on-line
OMS	Organização Mundial da Saúde
ONU	Organização das Nações Unidas
PNSI	Política Nacional de Saúde do Idoso
PNI	Política Nacional do Idoso
PS	Promoção da Saúde
SciELO	Scientific Electronic Library Online
SUS	Sistema Único de Saúde

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	13
3	METODOLOGIA	17
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	18
4.1	ASPECTOS FÍSICOS E SOCIAIS DO ENVELHECIMENTO VERSUS REABILITAÇÃO DA SAÚDE	22
4.2	A ATUAÇÃO DA EQUIPE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO	24
5	CONCLUSÃO	26
	REFERÊNCIAS	28

1 INTRODUÇÃO

A evolução da população brasileira vem sendo marcada por um crescente processo de transição demográfica, o qual tem contribuído para o aumento da população idosa em detrimento da população jovem. Com isso, o Brasil deixa de ser um país jovem e passa a ser caracterizado como um país em envelhecimento (STEIN, ARGIMON, 2005).

O processo de transição demográfica, bem como ao processo de urbanização tem acontecido graças aos grandes avanços tecnológicos e científicos. Concomitante a estes acontecimentos a população passou a ter acesso a vacinas, antibióticos, serviços de saúde, saneamento básico e exames complementares que colaboraram para a adoção de medidas de prevenção e cura de muitas doenças até então fatais (GARCIA, CARVALHO, 2003).

O Brasil no último século teve uma rápida e intensa evolução da população, gerando um desafio para o país, visto que durante os anos de 2001 a 2011, o número de idosos no Brasil cresceu de 15,5 milhões para 23,5 milhões, sendo que desse total, 03 milhões são formados por idosos acima de 80 anos (COSTA et al. 2016).

Em 2025 à estimativa para idosos no país é de 32 milhões, tornando-se o sexto país do mundo em número de idosos. Ampliando a isso, sabe-se que a maioria desses idosos pode compreender uma parcela da população com baixo nível socioeconômico e educacional aliado a uma elevada prevalência de doenças crônicas (DIAS, BARA, SALIMENA, 2012).

Este contexto vivenciado pelo Brasil no qual a população idosa tem crescido acentuadamente foi sucedido também por uma modificação nas causas de morte por doenças infectocontagiosas, sendo agora representadas por doenças crônico- degenerativas (IGLESIAS, SOUZA, 2002).

O processo de envelhecer é considerado complexo e requer diversos estudos para a obtenção da sua compreensão, visto que pode acarretar diversas mudanças no cenário demográfico. O envelhecimento ocorre com maior frequência na sociedade contemporânea, acometendo cada indivíduo de uma forma única, de acordo com o seu estilo de vida, o envelhecimento Saudável dentro de uma nova ótica, passa a ser a resultante da interação multidimensional entre saúde física e mental, independência na vida diária, integração social, suporte familiar e

independência econômica (FARIAS, SANTOS, 2012).

De modo geral, o envelhecimento é definido como processo dinâmico e progressivo, que carrega em alterações morfológicas, bioquímicas e psíquicas. Essas mudanças influenciam na capacidade de adaptação do indivíduo ao ambiente, o que provoca em sua maior vulnerabilidade e, em alguns casos, um elemento dificultador para a sua vida (SOUSA, OLIVEIRA, 2015).

Para OPAS (2005), além do crescimento populacional de idosos, foi observado simultaneamente um aumento da estimativa de vida desses indivíduos. Nota-se que com o aumento dos anos de vida, deve-se priorizar a manutenção da saúde e da qualidade de vida, com o propósito de reduzir os agravos e fragilidades decorrentes da idade.

O envelhecimento não é um problema, mas um processo do ciclo vital que deve ser vivido de uma forma saudável e autônoma o maior tempo possível. Para isso, é necessário que as pessoas idosas se envolvam na vida social, econômica, cultural, espiritual e civil, para que envelheçam de uma forma ativa.

A qualidade de vida deve estar presente nessa fase da vida, criando formas para a melhora da saúde da população, assim, foi elaborado o termo envelhecimento ativo. Esse termo foi inserido na década de 90, pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e consiste no objetivo de melhorar as oportunidades de saúde à medida que ocorre o envelhecimento, bem como a melhoria na participação e segurança, com o intuito de promover a qualidade de vida e proteger o indivíduo idoso (SOUSA, OLIVEIRA, 2015).

Segundo Azevedo (2015), apesar de o envelhecimento ativo propiciar diversos efeitos benéficos na sua capacidade e bem-estar, a sua promoção ainda é considerada como um desafio para o sistema de saúde e seus profissionais, principalmente a equipe de enfermagem, visto que as atuais políticas sociais de saúde, do mercado de trabalho, emprego e outros, não auxiliam o estabelecimento e alcance desses efeitos.

No que se refere ao papel da equipe de enfermagem na promoção da saúde da pessoa idosa, essa contribui para construção da autonomia do idoso, bem como na apreensão de conhecimentos relacionados a esta população, diferenciando as alterações fisiológicas e patológicas no processo de envelhecimento. Ao desenvolver ações que considerem as limitações e a presença das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) possibilita a manutenção da sua autonomia e

independência; capacitando as pessoas idosas, família, comunidade, estudantes, professores e trabalhadores acerca do processo de envelhecimento (BRASIL, 1998).

Assim, justifica-se esse estudo, ao qual a equipe de enfermagem pode trabalhar em conjunto e buscar estratégias para a inserção de medidas e comportamentos que sejam favoráveis para a manutenção da qualidade de vida. Por isso, o estudo acerca dessa temática é importante para a difusão de conhecimentos, capaz de auxiliar na atuação profissional da equipe de enfermagem e na aquisição de habilidades para a prestação de uma assistência de qualidade, incentivando medidas que favoreçam uma longevidade saudável para a população idosa.

Ademais, a pesquisa visa responder a seguinte pergunta: Como as equipes de enfermagem contribuem com o processo envelhecimento ativo? Para tanto, objetiva-se investigar a atuação da equipe de enfermagem sobre aspectos do envelhecimento ativo.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O envelhecimento ativo teve início das discussões políticas direcionadas aos idosos a partir da primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento, da Organização das Nações Unidas (ONU). Neste fórum foi estabelecido um Plano de Ação para o Envelhecimento, considerado um importante documento de estratégias e recomendações prioritárias nos aspectos econômicos, sociais e culturais do processo de envelhecimento de uma população, e deveria ser baseado na Declaração Universal dos Direitos Humanos (ONU, 1982).

Assim, o Envelhecimento ativo se define como o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas. Entretanto, aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais. Permitindo que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, e que os idosos participem da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades; ao mesmo tempo, propicia proteção, segurança e cuidados adequados, quando necessários (OMS, 2002).

No Brasil, em 1994, através da Lei Nº 8.842/94 regulamentada pelo Decreto Nº 1.948/96 determina a Política Nacional do Idoso - PNI (BRASIL, 1994),

afirmando os direitos da pessoa idosa e favorecendo sua competência para gerir sua própria vida, integrando e estimulando sua participação ativa na sociedade, reiterando o direito à saúde nos diversos níveis de atendimento do Sistema Único de Saúde (SUS). Tem como fim assegurar direitos sociais que garantam a promoção da autonomia, integração e participação efetiva do idoso na sociedade, de modo a exercer sua cidadania.

A Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI) em 1999, afirma que os órgãos e instituições do Ministério da Saúde promovam a formação ou a readequação de projetos e atividades em acordo com as normas e diretrizes nela estabelecidas.

Destacando-se: promoção do envelhecimento ativo e saudável; atenção integral, integrada à saúde da pessoa idosa; estímulo às ações intersetoriais, visando à integralidade da atenção; provimento de recursos capazes de assegurar qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa; divulgação e informação sobre a Política para profissionais de saúde, gestores e usuários do SUS (BRASIL, 1999).

A promoção do envelhecimento ativo constitui um desafio para a sociedade, sistema de saúde e profissionais de saúde, nomeadamente, os enfermeiros (ILHA, 2016). Segundo a OMS quando as políticas sociais de saúde, do mercado de trabalho, de emprego e de educação ajudarem o envelhecimento ativo teremos provavelmente: menos mortes prematuras; menos deficiências ligadas a doenças crônicas nas pessoas idosas; maior número de pessoas com qualidade de vida ao longo do envelhecimento; mais pessoas idosas ativas, em atividades remuneradas ou não e menos gastos com tratamentos médicos (OMS, 2002).

Para reafirmar os direitos das pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, foi criado o Estatuto do Idoso (BRASIL, 2003), decretado pela Lei no 10.741, de 1º de outubro de 2003, onde procura garantir aos idosos direitos fundamentais inerentes à pessoa (preservação de sua saúde física e mental e seu aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social, em condições de liberdade e dignidade) sendo obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar esses direitos ao idoso.

Nesta sequência, surge a Política de Envelhecimento Ativo que envolve o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem. Tal política permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar

físico, social e mental ao longo do curso da vida, e que essas pessoas participem da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades; ao mesmo tempo, propicia proteção, segurança e cuidados adequados, quando necessários (OPAS, 2005).

Nesse aspecto, a OMS argumenta que os países podem custear o envelhecimento se os governos, as organizações internacionais e a sociedade civil implementarem políticas e programas de “envelhecimento ativo” que melhorem a saúde, a participação e a segurança dos cidadãos mais velhos. É papel das políticas de saúde contribuir para que mais pessoas alcancem as idades avançadas com o melhor estado de saúde físico, mental e social possível (FERREIRA, 2017).

A fim de assegurar as políticas públicas, o SUS, no início do ano de 2006, aprovou o Pacto pela Saúde, um movimento de mudança que não é uma norma operacional, mas um acordo interfederativo articulado em três dimensões: o Pacto pela Vida, o Pacto em Defesa do SUS e o Pacto de Gestão. Onde foram definidas seis prioridades do Pacto pela Vida, para o desenvolvimento de ações pelos gestores, considerando o seu impacto sobre a situação de saúde da população brasileira, sendo a saúde do Idoso compreendida como primeiro tópico (BRASIL, 2011).

A Saúde do Idoso compreendida como uma das prioridades pelo Pacto pela Vida segue as seguintes diretrizes: Promoção do envelhecimento ativo e saudável; Atenção integral à saúde da pessoa idosa; A implantação de serviços de atenção domiciliar; Provimento de recursos capazes de assegurar qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa; Fortalecimento da participação social; Formação e educação permanente dos profissionais de saúde do SUS na área de saúde da pessoa idosa; Divulgação e informação sobre a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa para profissionais de saúde, gestores e usuários do SUS (BRASIL, 2006).

Para associar a política de envelhecimento ativo a aplicabilidade na rede de atenção à saúde, a Atenção Básica deve estar comprometida com o desenvolvimento da atenção integral, individual e coletiva, a partir da realização de ações de promoção e proteção da saúde, prevenção de agravos, diagnóstico, tratamento, reabilitação, redução de danos e a manutenção da saúde que impacte na situação de saúde e autonomia das pessoas e nos determinantes e condicionantes de saúde das coletividades (BRASIL, 2012).

Pode-se inferir que a Atenção Básica possui a responsabilidade de promover a integralidade da assistência por meio de suas ações e estratégias que visam à recuperação e promoção de saúde para todas as faixas etárias da população, e, conseqüentemente, estimula à inserção de hábitos de vida saudáveis na infância, fase adulta e na velhice.

Com isso, a Promoção da Saúde (PS) desenvolve ações voltadas ao envelhecimento saudável, com enfoque ao bom funcionamento físico, mental e social, assim como à prevenção das enfermidades e incapacidades (FREITAS, 2010). Proposto na PNI, que dispõe sobre: promover o envelhecimento saudável; manter e melhorar, a capacidade funcional dos idosos; prevenir as doenças; recuperar a saúde dos que adoecem; e reabilitar aqueles que venham a ter a sua capacidade funcional restringida, de modo a garantir-lhe a permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na sociedade (LUNARDI et al.; 2009).

Os profissionais qualificados podem ajudar mais efetivamente as pessoas idosas a vivenciar um envelhecimento ativo devido ao melhor grau de instrução. Contudo, podem surgir doenças que afetem as pessoas idosas, sendo as mais comuns: Doenças Cardiovasculares; Hipertensão; Derrame; Diabetes; Doença pulmonar obstrutiva crônica; Doenças musculoesqueléticas; Doenças mentais (demência e depressão); Cegueira e diminuição da visão (OMS, 2005). Com o aparecimento destas doenças crônicas, as pessoas idosas perdem um pouco da sua autonomia e são obrigadas a viver o envelhecimento de uma forma mais regrada.

Com isso, a equipe de saúde, principalmente a de enfermagem que atua na atenção primária, tem relevante importância na detecção precoce de agravos, manejo de situações de risco e possível adoecimento das pessoas idosas (ABREU, 2013). Um fato possível pela maior acessibilidade aos serviços da atenção primária à saúde, pautados no acolhimento e na integralidade da assistência à população idosa. É importante ressaltar que o envelhecimento ativo, se refere à participação contínua da pessoa idosa nas questões socioeconômicas, culturais, e não apenas à capacidade de estar fisicamente ativo ou contribuir com a força de trabalho (OPAS, 2005).

Ademais, o envelhecimento ativo fortalece as políticas e promove uma sociedade inclusiva e coesa para todas as idades, sendo assim, o reconhecimento do direito à vida, à dignidade e à longevidade deve ser objeto da agenda oficial e

prioritária de um governo (SOUSA, OLIVEIRA, 2015). Porém, para que seja vivenciado com autonomia e independência, são necessárias mudanças nos comportamentos e atitudes da população, adaptação dos serviços de saúde e de apoio social, bem como na formação dos profissionais de saúde e com isso, devemos enfrentar o processo de envelhecimento como um processo natural e não como um problema.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de abordagem qualitativa e caráter exploratório.

A Revisão integrativa é um método de pesquisa utilizado que envolve a sistematização e publicação dos resultados de uma pesquisa bibliográfica em saúde para que possam ser úteis na assistência à saúde, acentuando a importância da pesquisa acadêmica na prática clínica. O principal objetivo da revisão integrativa é a integração entre a pesquisa científica e a prática profissional no âmbito da atuação profissional (GALVÃO, PEREIRA, 2014).

A revisão integrativa foi desenvolvida em seis etapas: identificação do tema e ou questão norteadora para a elaboração da revisão, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudos, definição de informações a serem extraídas dos estudos selecionados, avaliação dos estudos incluídos na revisão, interpretação dos resultados e apresentação da revisão (MENDES *et al.*, 2008).

Já a pesquisa exploratória estabelece critérios, métodos e técnicas para a elaboração de uma pesquisa e visa oferecer informações sobre o objeto desta e orientar a formulação de hipóteses (GONZALEZ, SEIDL, 2014).

Na primeira etapa, ocorreu a formulação da questão de pesquisa: Como as equipes de enfermagem contribuem com o processo envelhecimento ativo? Para tanto, objetiva-se investigar a atuação da equipe de enfermagem sobre aspectos do envelhecimento ativo.

O levantamento bibliográfico foi realizado no período de 01/08/2019 a 10/11/2019 nas bases de dados: Lilacs (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde); Medline (Medical Literature Analysis and Retrieval System online), BDEF (Base de dados de enfermagem), SciELO (Scientific Eletronic Library

Online) através da Biblioteca virtual em Saúde (BVS). Em virtude das características específicas para o acesso das bases de dados selecionadas, as estratégias utilizadas para localizar os artigos foram adaptadas, tendo como eixo norteador a pergunta e os critérios de inclusão do estudo.

Os critérios de inclusão dos artigos definidos foram: artigos disponíveis eletronicamente publicados no período entre 2008 a 2019; nos idiomas português, inglês e espanhol; que tinham o texto completo disponível e gratuitamente e que abordam ações promotoras de saúde em Enfermagem voltada para o Envelhecimento ativo. Foram excluídos durante a busca: produção duplicada, editoriais, cartas ao editor e boletins epidemiológicos. Os descritores foram selecionados a partir da terminologia em saúde consultada nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). A busca nas referidas bases de dados foram realizadas a partir dos seguintes descritores: Enfermagem, Envelhecimento e Promoção da Saúde nos idiomas delimitados nos critérios de inclusão.

A estratégia de busca que foi utilizada inclui os descritores com as seguintes combinações: envelhecimento ativo AND saúde do idoso AND qualidade de vida.

Na busca na BVS com os descritores acima foram achados 121, porém apenas 105 disponíveis, realizado o filtro dentro do tempo entre 2008 a 2019, sendo artigos e nos idiomas: português, inglês e espanhol, restaram apenas 57 artigos.

Foram excluídos: 21 após leitura dos resumos e visto que estavam fora do tema, 12 não estavam disponíveis e 12 estavam duplicados, restando apenas 12. Ao final restaram-se 12 artigos para amostra final da presente revisão.

Os dados foram analisados comparando-se os resultados obtidos pelos diversos autores em seus estudos, buscando similaridades e possíveis divergências entre si no que tange a promoção do envelhecimento ativo e o papel do enfermeiro.

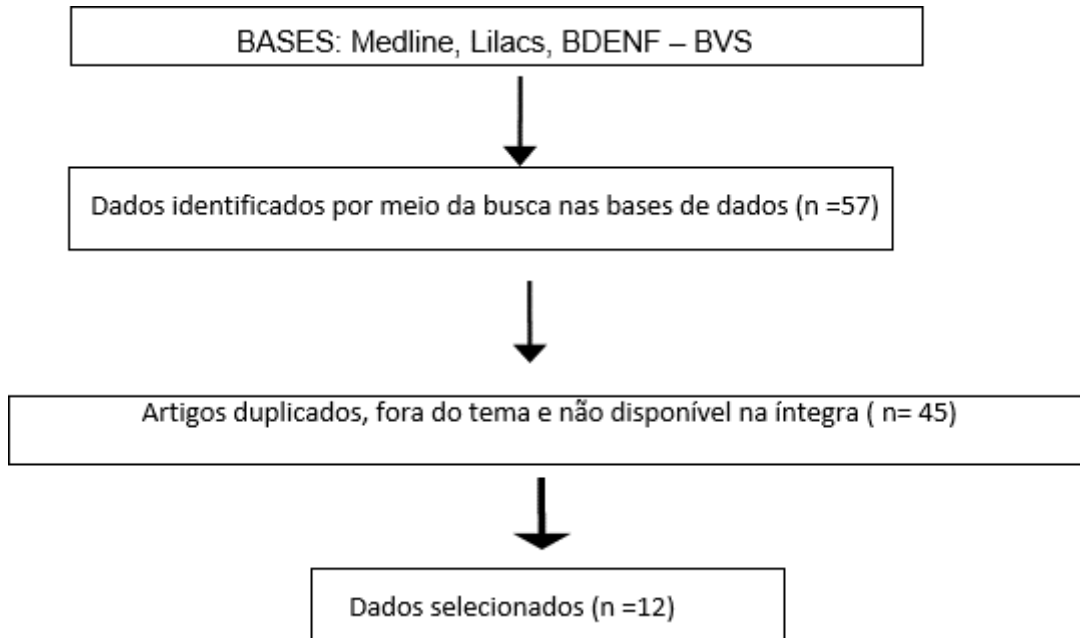
As características dos estudos que compõem a amostra serão apresentadas por meio de tabela com vistas a uma melhor visualização destes.

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com a figura 1, foi encontrado o total de 57 (cinquenta e sete) publicações com os descritores selecionados, sendo descritas o quantitativo de

artigos encontrados em cada base de dados selecionada.

Figura 1 - Fluxograma para seleção dos estudos encontrados. Salvador-BA, Brasil. 2019



Desse modo, ao final, 12 publicações, sendo todos artigos foram incluídos na presente revisão integrativa. Quanto às características gerais, a publicação mais antiga foi em 2008 e a mais recente em 2017 presente na (tabela 1).

Tabela 1 - Artigos originais selecionados para compor o estudo sobre envelhecimento ativo e o papel do enfermeiro. Salvador, Bahia, Brasil. 2019.

Título da pesquisa	Autor/ Ano	Tipo de Estudo	Principais achados	Revista/ Local de publicação
Envelhecimento bem-sucedido: Uma meta no curso da vida.	TEIXEIRA, I.N.D.O; NERI, A.L. 2008.	Revisão Integrativa.	O objetivo deste artigo é discutir o significado de envelhecimento bem-sucedido, enfatizando que a subjetividade do conceito está relacionada à individualidade e às diferenças socioculturais.	Psicol. USP.

Evidências de ações de enfermagem em promoção da saúde para envelhecimento ativo: revisão integrativa.	FREITAS et al./. 2010.	Revisão integrativa.	Os materiais analisados apontam a Promoção da Saúde como essencial para o envelhecimento ativo e propõe a existência de uma relação entre cultura e saúde. Ao final, a presente revisão favorece a aquisição de conhecimentos acerca das ações de Enfermagem com ênfase na relação interpessoal entre enfermeiros/idosos, baseada na comunicação e princípios éticos.	Estud. interdiscipl. envelhec., Porto Alegre.
O cotidiano de enfermeiras	DIAS, K.C.A.; BARA, V.M.F.; SALIMENA, A.M.O. 2012.	Estudo exploratório, de abordagem qualitativa.	As atividades voltadas para os idosos são restritas e não proporcionam a promoção da saúde destinada ao envelhecimento ativo. Desse modo, os profissionais da área da saúde devem assumir postura atuante e apoiar iniciativas para a promoção do envelhecimento ativo, criando estratégias que visem à melhoria da qualidade de vida dos idosos.	HU Revista
Grupo musical uma estratégia Gerontogeriatrica	ABREU, S.F. 2013.	Abordagem qualitativa	As percepções dos sujeitos revelaram que, o Grupo Musical está contribuindo com o bem-estar globais dos idosos proporcionando apoio emocional, a resignificação da vida e da saúde, e ganhos em saúde.	Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro
Viver a (e para) aprender: uma intervenção-ação para a promoção do envelhecimento ativo	SOUSA, E.M.S.; OLIVEIRA, M.C.C. 2015.	Investigação-ação participativa	A intervenção aqui descrita teve como objetivo contribuir para o envelhecimento ativo de usuários de centros-dia/convívio para idosos, desenvolvendo harmoniosamente todas suas dimensões, visando que os utentes fossem autônomos, participativos e ativos.	Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia
Os olhares dos profissionais sobre os programas de atividade física para pessoas idosas	SILVA, A.C.; Neves, R. 2016.	Abordagem qualitativa	A prática regular de atividade física (AF) na 3ª idade possui benefícios ao nível da qualidade de vida, saúde e bem-estar. Pretende-se com este artigo caracterizar os objetivos dos Programas de Atividade Física (PAF), os benefícios percebidos pelos técnicos, os recursos humanos implicados, e a existência da avaliação como forma de melhoria dos serviços prestados.	Revista Kairós Gerontologia
Envelhecimento ativo: reflexão necessária aos profissionais de enfermagem/saúde	ILHA, S; ARGENTA,C; SILVA ,M.R.S et al/. 2016.	Revisão integrativa	Torna-se necessário desenvolver estratégias de intervenção com objetivo de modificar a configuração atual que propicia ações curativistas e de reabilitação ao invés da promoção da saúde para o envelhecimento saudável.	Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online

Contação de hist3ria: tecnologia cuidativa na educação permanente para o envelhecimento ativo	Costa, N.P; et al/. 2016.	M3todo de Pesquisa Convergente Assistencial - PCA	Objetivo: avaliar pertin3ncia e efetividade da tecnologia cuidativo-educacional "contação de hist3rias" como estrat3gia no cultivo do envelhecimento ativo (EA) para usu3rios idosos de uma Unidade B3sica de Sa3de (UBS), da Amaz3nia. Conclus3o: "contação de hist3rias" revelou-se uma tecnologia inovadora, recurso pertinente e efetivo 3 educação em sa3de, especialmente para o envelhecimento ativo.	Revista Brasileira de Enfermagem
O envelhecimento e a qualidade de vida: a influ3ncia das experi3ncias individuais	LOPES, M. J.; ARA3JO, J. L.; NASCIMENT O, E. G. C.. 2016.	Estudo explorat3rio, quanti-qualitativo.	O objetivo do estudo foi compreender o significado do envelhecimento com qualidade de vida (QV), a partir das viv3ncias e experi3ncias de idosos. O estudo evidenciou o envelhecimento e a qualidade de vida como algo subjetivo, o modo de andar a vida que determina as experi3ncias individuais de cada ser, para um viver saud3vel.	Revista Kair3s Gerontologia
Demografia, envelhecimento e sa3de: uma an3lise ao interior de Portugal	NUNES, A. M. 2017.	Estudo descritivo-explorat3rio.	As mudanças na sociedade moderna e a melhoria das condies de vida e da pesquisa no campo cientifico e tecnol3gico tiveram impactos na sa3de com a melhoria das condies de vida. No presente artigo, apresenta-se um caso pr3tico das alteraes demogr3ficas, envelhecimento e efeitos na sa3de numa regi3o do interior de Portugal.	Revista Kair3s Gerontologia
Envelhecimento ativo: proveni3ncias e modulação da subjetividade	TOTORA, S. 2017.	Revis3o integrativa.	Prop3e-se problematizar o enunciado coletivo de envelhecimento ativo tomando como refer3ncia o Programa OPAS-OMS (2005) e seus desdobramentos no Relat3rio de 2015. Por fim, enfatizo a construção de um modo de subjetivação com base na 3tica como est3tica da exist3ncia, a fim de promover um deslocamento do termo ativo, anexado ao envelhecimento, para artista.	Revista Kair3s - Gerontologia
Representaes sociais de qualidade de vida por idosos: contribuição para a Enfermagem	Ferreira, M.C.G, 2017.	Pesquisa qualitativa, explorat3ria, anal3tica	As atividades f3sicas e sociais ocorridas no grupo promovem melhorias nas condies de sa3de f3sica, psicol3gica e social, com mudanças positivas idosa.	Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro

Fonte: Autoria pr3pria. 2019.

De modo geral, os artigos apresentam resultados positivos acerca da realização de atividades que auxiliem na manutenção do envelhecimento ativo e

qualidade de vida em idosos, propiciando um bom estado social, físico e psicológico do mesmo.

Apenas cinco artigos apresentaram em sua amostra enfermeiras e sua atuação para a promoção de envelhecimento em idosos. Apesar de ser um número muito limitado de artigos para a atuação do enfermeiro, nota-se que o mesmo auxilia no embasamento profissional, sendo útil para a disseminação de informações para a promoção da qualidade de vida.

Foi observada a existência de uma maior quantidade de artigos que relaciona a independência funcional dos idosos, visto que é uma característica importante e que está diretamente relacionada com a qualidade de vida do mesmo.

A partir da obtenção desses resultados foi possível confrontar as informações obtidas nesses estudos e construir um estudo sob um novo ponto de vista, sendo apresentada a discussão desses resultados no tópico a seguir.

Os doze artigos selecionados foram publicados a partir do ano de 2008 e não foi encontrado nenhum mais recente além do ano 2017. Em relação às publicações, foram divulgadas em periódicos de Enfermagem geral, sendo na HU Revista de Juiz de Fora, Estud. interdiscipl. envelhec. de Porto Alegre, Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online e duas teses de mestrado.

Os autores correspondem em sua maioria a enfermeiros, docentes de cursos de graduação em enfermagem. Dentre os artigos, somente um contou com aluno de graduação em sua composição. Com isso observa-se que profissionais e alunos compreendem a enfermagem como uma ciência dinâmica, que necessita de fundamentos científicos que justifiquem sua prática.

4.1 ASPECTOS FÍSICOS E SOCIAIS DO ENVELHECIMENTO VERSUS REABILITAÇÃO DA SAÚDE

O processo do envelhecimento acarreta modificações que podem ser físicas e psicológicas. Essas alterações determinam a perda da capacidade de adaptação ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos, que podem levar o indivíduo a diminuição da funcionalidade e comprometimento das atividades diárias de vida (FERREIRA, et al, 2012). O estudo de Guimarães e Cunha (2004) corrobora com o anterior, trazendo ainda que as maiores adversidades de saúde associadas ao envelhecimento são as

dificuldades ocasionadas pelas limitações físicas e cognitivas.

Outra estratégia que pode ser pensada é o estímulo à atividade física na promoção do envelhecimento ativo. Ilha et al (2016) em sua pesquisa traz um estudo realizado no Japão com objetivo de examinar a relação entre a pontuação da escala de depressão geriátrica e elementos da aptidão física e encontrou que as pessoas idosas que aumentaram os exercícios físicos melhoraram a força, a resistência e os sintomas depressivos.

Percebe-se que a preservação da funcionalidade física e cognitiva acarreta ao idoso melhores desempenhos e aptidões e conseqüentemente aumento da qualidade de vida. Assim, Ferreira (2017) destacou em sua pesquisa que as atividades físicas e sociais, promovem melhorias na qualidade de vida, com ações preventivas para o bem estar dos idosos. Ademais, Abreu (2013), em seu estudo feito através da música possibilitou um espaço de sociabilidade, reduzindo a solidão e isolamento social dos idosos, possibilitando bem estar físico, mental e social favorecendo a descoberta de suas potencialidades e habilidades, tendo uma nova releitura da própria vida.

Assim, a música e a prática de atividades físicas proporcionam melhorias no bem-estar e afeta positivamente a autoestima das pessoas. Lima et al (2016) evidencia a imagem de idosos que não praticam atividades físicas com as de pessoas não ativas, uma maior probabilidade de adquirir algum tipo de doença. Reafirmando a importância da inserção dos idosos em grupos educativos e de sociabilização.

Em conjunto com as ações acima supracitadas, Ferreira (2017) relata o espaço da atenção básica como promotor de saúde e de um cuidado dedicado a promover ações que façam com que os idosos se sintam capazes de ter atitudes positivas frente a sua vida e alcancem o bem-estar. Ressalta ainda da importância familiar no cotidiano dos idosos faz com que seja importante que os profissionais, em destaque a equipe de enfermagem, corresponsabilizem e estimulem a integração dos idosos e seus familiares nas atividades, com o intuito de ampliar informações importantes para a saúde e de fortalecer vínculos que possam estar fragilizados.

4.2 A ATUAÇÃO DA EQUIPE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO

Independente da área de atuação, seja hospitalar, domiciliar, na atenção primária, ou na saúde coletiva, a equipe de enfermagem faz parte de uma das principais categorias profissionais da área de saúde que mantém relacionamento direto com os idosos, seja no acolhimento, na prestação de cuidados, assistência hospitalar ou domiciliar, em consultas de enfermagem ou ações de educação em saúde.

Ferreira (2017) em seu estudo descreve que a enfermagem ao atuar na atenção básica de saúde, deve propor estratégias e intervenções, que favoreçam e estimulem o idoso a manterem sua qualidade de vida, ofertando assim, um atendimento holístico e integral. O uso de diversas atividades como o lazer associado a atividades físicas e mentais estão diretamente relacionadas ao favorecimento da qualidade de vida. Além disso, o engajamento em atividades intelectuais é apontado como fator de prevenção contra declínios cognitivos da idade.

Todos podem envelhecer com qualidade, a receita é simples: faça atividade física regularmente, estimule sua memória, cuide da sua saúde, cultive seus amigos e familiares, preze por sua felicidade, e possibilitam a instauração de diálogos e interação social, favorecendo esses idosos (COSTA et al., 2016).

As atribuições e competências que a equipe de enfermagem deve apresentar para atuar frente à população idosa são: realizar visitas domiciliares; executar assistência domiciliar quando necessário e desenvolver ações que possibilitem executar as funções na atenção integral à pessoa idosa, valorizar a individualidade de cada ser, criar estratégias que possibilitem os idosos desenvolverem a sensação de utilidade e que sintam prazer ao realizar as atividades. Ademais, estimular o idoso a manter sempre sua independência e autonomia, a fim de melhorar as atividades de vida diária, evitando dependência de um cuidador ou de seu familiar.

Gonzalez e Seidl (2014), em seu estudo observou que novas interações sociais foram fundamentais para ocupar o idoso diante da nova realidade, a aposentadoria, fornecendo o estímulo necessário para lidar com possíveis obstáculos. Ressalta-se, mais uma vez, que a equipe de enfermagem promova, por

meio da educação em saúde, atividades que incentivem os idosos a se manterem ativos, de modo que a sua autoestima e outros sentimentos benéficos continuem presentes, como por exemplo, o grupo musical citado no artigo em análise que trouxe contribuições da enfermagem para promoção da saúde para o envelhecimento ativo.

A importância da realização de atividades para se ocupar após a aposentadoria também foi relatada por Vicente e Santos (2013), que constataram que 90,9% dos idosos apresentavam algum tipo de trabalho não remunerado. Isso ocorreu porque os mesmos apresentavam um processo de envelhecimento ativo ao longo da vida. Ou seja, grupos e atividades de educação em saúde, que promovam orientações e incentivos aos idosos, estimulando a manutenção de um emprego, por exemplo, pode ser útil para a manutenção da qualidade de vida desses idosos.

Acrescido a isso, percebe-se que a utilização de recursos multidisciplinares, integrando outros profissionais pode ser eficaz para a conquista do envelhecimento ativo. Ao se recomendar a realização de atividades físicas, por exemplo, cuidados são necessários para a manutenção da saúde do idoso. Estudos consideram a hidroginástica com benefícios para melhora da qualidade de vida, como uma das opções de exercícios físicos para os idosos (HERBST, MESGALISKI, 2012).

Outro recurso que pode ser utilizado pela equipe de enfermagem é relatar histórias, uma vez que essa atividade possibilita a interação dos indivíduos e o incentivo ao diálogo, estimula a cognição e a memória do idoso, por meio dessa atividade de lazer. Um dos textos em análise traz a utilização de grupos musicais, como uma estratégia que apresenta resultados positivos para a manutenção do envelhecimento ativo, refletindo em respostas satisfatórias nas funções fisiológicas, no bem-estar, ânimo e contribuindo para a sociabilidade do idoso, sendo capaz de criar, por meio de uma atividade cultural, um ambiente terapêutico (ABREU, 2013).

Contradizendo Abreu (2013), a pesquisa de Dias, Bara e Salimena (2012) demonstra que apesar de ser notório o incentivo e estímulo da equipe de enfermagem para a proposta de envelhecimento ativo, é possível observar que ainda há um déficit na realização dessas atividades educativas. Assim, esses profissionais justificam a sua limitação para realização de atividades que incentivem o envelhecimento saudável às dificuldades relacionadas à falta de incentivo das políticas dos gestores que regem o município.

Constata-se que a equipe de enfermagem tem papel fundamental para a manutenção e promoção do envelhecimento ativo, tornando idosos mais saudáveis e com melhor qualidade de vida, possibilitando um envelhecimento mais prazeroso. Por isso, a realização de atividades, estímulo a conversas.

As fragilidades e doenças crônicas podem ser controladas e amenizadas através da orientação e incentivo da equipe de enfermagem, possibilitando que os idosos, apesar da sua diminuição da capacidade funcional, continuem exercendo suas atividades sejam independentes e mantenham o seu bem-estar. Desse modo, sentimentos benéficos serão sentidos pelo mesmo e assim, o risco para novas doenças, como depressão, obesidade e outros, possam se tornar mínimo (FREITAS, et al 2010).

Por fim, trabalhando no sentido do cuidado preventivo, em consequência da incapacidade de realizar o autocuidado em decorrência de doenças, deve-se enfatizar a importância da família nesse processo, ajudando-os no sentido de não se sentirem inúteis frente as suas limitações; mobilizar a comunidade e a família para que assumam um papel atuante no processo de valorização do idoso; ajudando o idoso a acreditar na autoimagem, encorajando-o a participar de atividades produtivas e processos de decisão, fazendo sentir-se útil e desmistificando crenças preconceituosas e negativistas sobre a velhice.

5 CONCLUSÃO

Considera-se de relevância a realização deste estudo, pois foi possível observar estratégias que possam ser utilizadas pela equipe de enfermagem na promoção envelhecimento ativo, a fim de responder a pergunta desse estudo.

A partir deste trabalho espera-se possibilitar a equipe de enfermagem, assim como a equipe de saúde, a compreender que envelhecer é um processo natural, fisiológico e que a integridade do idoso seja preservada. Ressaltando-se que com o advento de novas tecnologias e melhores condições de saúde houve um crescimento da expectativa de vida, favorecendo o aumento do número de idosos. Sendo assim, a pessoa idosa tendo uma boa qualidade de vida chegará a “melhor idade” de forma ativa e independente e, por isso, é fundamental a atuação da equipe de enfermagem no incentivo da longevidade, favorecendo a qualidade de

vida desses idosos.

A pergunta norteadora desse estudo responde diante a contribuição que a equipe de enfermagem promove o envelhecimento ativo, com: prática de atividades físicas; a rede de apoio familiar e comunitária que estimule a pessoa idosa para o envelhecimento ativo; a presença da família e a importância do trabalho remunerado ou não; a importância da participação em igreja/religiosidade; a auto aceitação do processo de envelhecimento; e o autoconhecimento. Como estratégias, destacaram-se: a atuação da equipe de enfermagem; educação em saúde interprofissional para as pessoas idosas e famílias; estímulo à atividade física e alimentação saudável; e a promoção de ambientes comunitários/grupais saudáveis.

A equipe de enfermagem, com o intuito de incentivar o envelhecimento ativo, deve propor estratégias e ações que estimulem os idosos, ao mesmo tempo em que é prestado um atendimento holístico e integral, aprimorando a consulta de enfermagem e o plano de orientação na promoção de saúde, contribuindo assim para a manutenção de um envelhecimento ativo e participativo. Para que esse cuidado seja possível, é importante considerar a consciência, preparo e o compromisso profissional para um cuidado ampliado, reconhecendo aspectos individuais e coletivos da população em questão visando à promoção de saúde de forma ampliada e contextualizada.

Todavia, há limitação de estudos acerca dessa temática, visto que é um termo ainda recente, requer a necessidade de novos estudos, para difundir novas informações, principalmente sobre a atuação da equipe de enfermagem no envelhecimento ativo, auxiliando os profissionais a atuar com a população dessa faixa etária, que se torna cada dia maior. Por fim, sugere-se a realização de mais pesquisas voltadas à atuação da equipe de enfermagem na promoção do envelhecimento ativo.

REFERÊNCIAS

- ABREU, S. F. **Grupo Musical uma estratégia de promoção da saúde para o envelhecimento ativo: contribuições para a Enfermagem Gerontogeriatrica.** Rio de Janeiro, 2013. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Escola de Enfermagem Anna Nery, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2013.
- AZEVEDO, M. S. A. **Envelhecimento ativo e a qualidade de vida: uma revisão integrativa.** 2015. 92 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Comunitária). Escola Superior de Enfermagem do Porto, Porto.
- BRASIL. Conselho Nacional de Secretários de Saúde. **Legislação Estruturante do SUS / Conselho Nacional de Secretários de Saúde.** – Brasília : CONASS, 2011.
- BRASIL. Ministério da Previdência e Assistência Social. Secretaria de Assistência Social. - Política Nacional do Idoso. Lei n ° 8.842 de 4 de janeiro de 1994. Decreto nº1.948 de 3 de julho de 1996. 2 ed. Brasília: MPAS, 1998.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso/ Ministério da Saúde.** 1. Ed. 2 reimpr. Brasília. Ministério da Saúde, 2003.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Atenção Básica / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica.** – Brasília : Ministério da Saúde, 2012. 110 p. : il. – (Série E. Legislação em Saúde)
- BRASIL. Pacto pela Saúde 2006- Consolidação do SUS e aprova as Diretrizes Operacionais do Referido Pacto. Portaria nº 399, de 22 de Fevereiro de 2006.
- BRASIL. Política Nacional do Idoso. LEI Nº 8.842, DE 4 DE JANEIRO DE 1994.
- BRASIL. Política Nacional de Saúde do Idoso. Portaria do Gabinete do Ministro de Estado da Saúde de nº 1395, de 9 de dezembro de 1999. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, nº 237-E, pp. 20-24, seção 1, 13 dez 1999.
- COSTA, N.P.; POLARO, S.H.I.; VAHL, E.A.C.; GONÇALVES, L.H.T. **Contação de história: tecnologia cuidativa na educação permanente para o envelhecimento ativo.** Rev Bras Enferm [Internet]. 2016;69(6):1068-75. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0390>.
- DIAS, K.C.A.; BARA, V.M.F.; SALIMENA, A.M.O. **O cotidiano de enfermeiras do programa de saúde da família na promoção do envelhecimento ativo.** HU Revista, 2012; 38(3):143-149.
- FARIAS, R.G.; SANTOS, S.M.A. **Influência dos determinantes do envelhecimento ativo entre idosos mais idosos.** Texto contexto - enferm. 2012; 21(1): 167-176.
- FERREIRA, O. G. L. et al. **Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional.** Texto contexto enferm. vol.21 no.3 Florianópolis

July/Sept. 2012.

FERREIRA, M.C.G. **Representações sociais de qualidade de vida por idosos: contribuição para o cuidado de enfermagem** / Marielle Cristina Gonçalves Ferreira. - Rio de Janeiro, 2017. 127 f.

FREITAS, C. A. S. L. et al. **Evidências de ações de enfermagem de ações de enfermagem em promoção da saúde para um envelhecimento ativo: revisão Integrativa.** Estud. interdiscipl. envelhec., Porto Alegre, v. 15, n. 2, p. 265-277, 2010.

GALVÃO, T.F.; PEREIRA, M.G. **Revisões sistemáticas da literatura: passos para sua elaboração.** Epidemiol. Serv. Saúde. 2014; 23(1): 183-184.

GARCIA, R.A.; CARVALHO, J.A.M. **O envelhecimento da população brasileira: um enfoque demográfico.** Cad. Saúde Pública. v. 19, n. 3, p. 725-33, mai/jun 2003.

GONZALEZ, M.L.B.; SEIDL, E.M.L. **Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos.** Revista Kairós Gerontologia. 2014; 17(4):119-139.

GUIMARÃES, R.M.; CUNHA, U.G.V. **Sinais e sintomas em geriatria.** 2ª ed. São Paulo (SP): Atheneu; 2004.

HERBST, D.M.; MESGALISKI, R. **A percepção da autoestima na terceira idade e a hidroginástica.** SpecialEdition 2012; 82:1-5.

IGLESIS, A.C.; SOUZA, J.A.G. **Trauma no idoso.** Rev. Assoc. Méd. Bras. v. 48, n. 1, p. 86-79, 2002.

ILHA, S. et al. **Envelhecimento ativo: reflexão necessária aos profissionais de enfermagem/saúde.** Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online. 2016. abr./jun. 8(2):4231-4242

LIMA, K. C. et al. **Health Promotion and Education: A Study of the Effectiveness of Programs Focusing on the Aging Process.** International Journal of Health Services 2016 Aug 2. pii: 0020731416660965.

LOPES, M. J., ARAÚJO, J. L. de, NASCIMENTO, E. G. C.. **O envelhecimento e a qualidade de vida: a influência das experiências individuais.** Revista Kairós Gerontologia, 19(2), pp. 181-199. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. 2016, abril-junho.

LUNARDI, V. L. et al. **Impacto dos resultados das pesquisas em enfermagem na prática profissional.** Cogitare Enfermagem, Curitiba, v. 14, n. 1, Jan/Mar, 2009.

MENDES, K. S. *et al.* **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** Texto contexto – enfermagem. Florianópolis. v.17, n. 4. Out./Dez, 2008.

NUNES, A. M. **Demografia, envelhecimento e saúde: uma análise ao interior de**

Portugal. Revista Kairós Gerontologia, 20(1), pp. 133-154. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP, 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Envelhecimento ativo: um marco para a elaboração de políticas. Organização Mundial da Saúde. Rio de Janeiro. 2002

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Tradução Suzana Gontijo. Brasília, DF, 2005.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Relatório da I Assembléia Mundial sobre o Envelhecimento, Plano de Ação Internacional. Viena (AT): ONU;1982.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. World Health Organization. Brasília/DF, 2005. Disponível em: <http://www.opas.org.br>. Acesso em: nov. 2019.

SILVA, A.C.; NEVES, R. **Os olhares dos profissionais sobre os programas de atividade física para pessoas idosas.** Revista Kairós Gerontologia, 19(2), pp. 23-39. ISSN 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP .2016, abril-junho.

SOUSA, E.M.S.; OLIVEIRA, M.C.C. **Viver a (e para) aprender: uma intervenção-ação para a promoção do envelhecimento ativo.** Rev. bras. geriatr. gerontol. 2015; 18(2): 405-415.

STEIN, L.M.; ARGIMON, I.L. **Habilidades cognitivas em indivíduos muito idosos: estudo longitudinal.** Cadernos de Saúde Pública. v. 21, n. 1, jan/fev 2005.

TEIXEIRA, I.N.D.O.; NERI, A.L. **Envelhecimento bem-sucedido: Uma meta no curso da vida.** Psicol. UsP, São Paulo, jan./mar. 2008, 19(1), 81-94.

TÓTORA, S. **Envelhecimento ativo: proveniências e modulação da subjetividade.** Revista Kairós - Gerontologia, 20(1), pp. 239-258. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. 2017.

VICENTE, F.R.; SANTOS, S.M.A. **Avaliação multidimensional dos determinantes do envelhecimento ativo em idosos de um município de Santa Catarina.** Texto contexto - enferm. 2013; 22(2): 370-378.