

ENVELHECER COM SAÚDE: UM DESAFIO, UMA POSSIBILIDADE OU REALIDADE?¹

Maria Aparecida Rocha Pontes Sudério (cidarpontes@hotmail.com)²

Jank Landy Simôa Almeida (jankalmeida@ig.com.br)³

Janaina Pessoa Araújo (janearaujo_cg@hotmail.com)⁴

Alan Costa de Amorim (allan.u2@hotmail.com)⁵

Ana Emília Araújo de Oliveira (anaemiliaoliveira@hotmail.com)⁶

INTRODUÇÃO: O envelhecimento saudável depende da estabilização entre o declínio natural das distintas habilidades individuais, mentais e físicas, assim como da concretização dos objetivos que se almejam. Propiciar aos idosos, alternativas benéficas a sua saúde talvez seja uma tarefa simples; todavia, incitá-los a vivenciar uma conduta mais positiva na fase da senilidade, pode ser um trabalho intenso, fazendo-se necessário também o incentivo a construção de políticas públicas de saúde. **OBJETIVO:** Analisar a produção literária sobre a importância da melhoria na qualidade de vida para a pessoa idosa. **METODOLOGIA:** Revisão sistemática com abordagem quantitativa. A pesquisa foi realizada no período de Novembro de 2012 a Janeiro de 2013, utilizando como descritores os termos “Envelhecer”, “Saúde” e “Desafio”, indexados nas bases de dados LILACS, IBECs, MEDLINE, Biblioteca Cochrane e SciELO. Os critérios de inclusões foram: trabalhos publicados em idioma português abordando como assunto principal Envelhecer com saúde. O tipo de estudo (01 tese e 07 artigos) também foi utilizado como critérios seletivos secundários. Os dados foram coletados mediante a utilização de um formulário pré-elaborado para este fim, contemplando informações pertinentes ao objeto de estudo,

¹ Área temática: Qualidade de vida, envelhecimento ativo e bem sucedido.

² Enfermeira. Especialista em Saúde da Família; Especialista em Enfermagem Dermatológica: Cuidados em feridas e estômas; Membro Executor da CCIH-HETDLGF CG.

³ Enfermeiro. Mestre. Professor da UFCG - Campina Grande. Participante do Núcleo de Pesquisa em Saúde e Enfermagem (NUPESEN).

⁴ Enfermeira. Especialista em Saúde da Família; Membro do Programa de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ-AB).

⁵ Enfermeiro. Especialista em Enfermagem em Urgência e Emergência.

⁶ Enfermeira. Especialista em Saúde da Família; Especialista em Enfermagem em Obstetria; Pós Graduada em Gestão.



permitindo assim a interpretação analítica dos mesmos com suporte literário pertinente. **RESULTADOS:** Diante da análise dos estudos eleitos na revisão sistemática observou-se que o envelhecimento ativo é o processo de otimização da prevenção de doenças, como também uma participação contínua nas questões sociais e culturais, com finalidade de oferecer alguns subsídios para a participação em ações coletivas na comunidade, atividades em grupos, participação das redes sociais cujo objetivo primordial seja melhorar a qualidade de vida. **CONCLUSÃO:** Para envelhecer com qualidade, é imprescindível que se tenha uma vida ativa, participativa, produtiva e afetiva, com sua família e na sociedade de forma útil, intervindo e contribuindo para um envelhecimento saudável, promovendo consequentemente autonomia e independência, visto hoje como um grande desafio individual e coletivo para a economia de um País. Qualidade de vida é um direito de todos os idosos, porém, é indispensável que a sociedade como um todo, proporcione meios para sua efetivação. Esta preocupação com a promoção de um envelhecimento saudável é mais direcionada aos países em desenvolvimento, nos quais o aumento da população idosa se encontra mais emergente.

DESCRITORES: Saúde. Envelhecimento. Idoso.