

## PERCEPÇÃO DO IDOSO ACERCA DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Edvalcília dos Santos Silva. Discente do curso de Bacharelado em Enfermagem  
UFCG.

Josenilda Pereira dos Santos. Discente do curso de Bacharelado em Enfermagem  
UFCG.

Márcia Dantas dos Santos. Discente do curso de Bacharelado em Enfermagem  
UFCG.

**Introdução:** O envelhecimento não pode ser visto como um fenômeno único e sim em sua forma integral como um fenômeno biopsicossocial e cultural. Com os avanços da sociedade foi-se identificando mudanças do estilo de vida das pessoas, o que favoreceu na maioria das vezes que as pessoas não alcancem um envelhecimento saudável, dificultando ainda mais aceitação de deste processo. No entanto esta fase deve ser compreendida com naturalidade, pois se trata de um processo mundial, integral e progressivo na vida do indivíduo. **Objetivo:** Este estudo objetiva conhecer a percepção do idoso a cerca do processo de envelhecimento. **Metodologia:** trata-se de uma revisão bibliográfica, de abordagem qualitativa, realizado em base de dados nacionais no período de março e abril de 2013. Durante a pesquisa utilizou-se as bases de dados Scielo e Lilacs. **Resultados:** A percepção do idoso acerca do envelhecimento envolvem aspectos negativos e positivos. As mesmas tendem a depender do estilo de vida, da percepção individual frente a este acontecimento e do contexto social ao qual o mesmo está inserido. A percepção a cerca do envelhecimento tende a ser positiva, quando o idoso possui uma vida ativa, interativa, produtiva, com formulação de laços na sociedade, ou seja, aceita este processo e convivem com as mudanças relativas à idade de forma passiva. Em contrapartida existe a percepção negativa que ocorre quando os pontos negativos da velhice se sobressaem, pontos estes que se caracterizam através de alterações fisiológicas, de memória, dependências e restrições, a associação do processo de envelhecimento com doenças, morte. De certa forma a existência de uma visão negativa da velhice se atribui a fatores empíricos acumulados no curso de vida. Os dispositivos utilizados no intuito de um melhor enfretamento deste processo se caracterizam pela pratica exercícios, dança, promoção de encontro com entes queridos dentre outros. **Considerações finais:** Desse modo percebeu-se que há duas concepções do idoso a cerca do envelhecimento, uma positiva quando aceita-o como um processo fisiológico, ou seja, natural do indivíduo procurando assim formas de viver de maneira saudável e a percepção negativa que se dá a partir sobrevalorização dos pontos negativos do processo de envelhecimento.

Descritores: envelhecimento, percepção, pessoa idosa.

