

OS DESAFIOS DA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Jennifer Natalye Silva Brasil¹
Evanilza Maria Marcelino²
Micaella Arruda de Macedo³
Ana Livia de Souza Barbosa⁴
Ana Cláudia Torres de Medeiros⁵

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento tornou-se um maior alvo de estudos em meados do século XX, devido a crescente expansão do número de idosos no mundo, vale ressaltar que já se estudava esse tema em séculos passados, porém não o suficiente para o desenvolvimento desse campo de estudo. A transição demográfica já era evidente em países desenvolvidos, mas no final do século XX evidenciou-se o aumento de idosos em países em desenvolvimento, inclusive o Brasil (KLETEMBERG *et al.*, 2010).

Nesta mesma época o Brasil criou políticas voltadas à pessoa idosa, afim de garantir direitos e melhores condições de vida. Posteriormente, em 2003 o governo instituiu o Estatuto do Idoso, definindo cronologicamente idoso a pessoa com idade igual ou superior a 60 anos. Atualmente, segundo o IBGE, no Brasil a população idosa já ultrapassa 30 milhões em 2017. (KLETEMBERG *et al.*, 2010). É uma preocupação mundial, uma vez que a sociedade em geral está envelhecendo, ao mesmo tempo que o número de doenças crônicas tem aumentado, que a longo prazo pode causar incapacidades e perda funcional. Isso leva a uma estereotipização da velhice relacionando a mesma a comorbidades e baixa qualidade de vida.

O processo de envelhecimento ocorre de forma natural, gradual e irreversível sendo difícil de definir um ponto de início, mesmo que o corpo humano sofra alterações com o decorrer do tempo, em algum momento essas alterações acentuam-se.

Tanto estudos longitudinais quanto cortes transversais são claros em demonstrar os declínios fisiológicos observados na espécie humana marcadamente a partir da terceira década. Todavia, a taxa de tal declínio é extremamente heterogênea quando

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG, jhennifernatalye@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG, isamaria.ufcg@gmail.com

³ Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, micaellaufcg@gmail.com;

⁴ Graduanda do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG, analiviabjs@gmail.com

⁵ Professora, doutora, docente da Universidade Federal de Campina Grande-UFCG, anaclaudia.tm@hotmail.com

são analisados órgão a órgão e até mesmo quando estes indivíduos são comparados entre si (FREITAS; PY apud McDonald, 2014).

Entretanto o processo de envelhecimento natural não deve ser relacionado a doenças, incapacidades, solidão e baixo envolvimento com a vida. Baseado no processo histórico e nas políticas vigentes, os profissionais de saúde precisam se empenhar um pouco mais no que se diz a respeito à promoção do envelhecimento ativo e saudável, provocar mudanças de pensamentos na sociedade sobre o envelhecer. A qualidade de vida que uma pessoa tem durante o período da juventude diz muito sobre a qualidade de vida que terá quando atingir a meia idade, uma vez que o processo é progressivo e acumulativo.

Com isso fomenta-se a continuidade de estudos nas áreas de geriatria e gerontologia, com a perspectiva de criação de estratégias eficazes que visam garantir o envelhecimento saudável, através da promoção da saúde não apenas focado nas pessoas idosas, mas em todas as fases da vida.

Diante do exposto, o presente estudo teve como objetivo identificar o que há produzido sobre os desafios da promoção do envelhecimento saudável.

METODOLOGIA

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura que permite realizar a abordagem metodológica mais ampla com a finalidade de compreender completamente o fenômeno estudado, incorporando diversas definições dos conceitos, revisão das teorias e das evidências e análise dos problemas de um tópico específico (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Realizou-se uma pesquisa na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) no mês de maio de 2019 a partir dos descritores “saúde do idoso”, “gerontologia” e “envelhecimento saudável”. Foram utilizadas as seguintes etapas estabelecidas para um estudo de revisão integrativa: elaboração da questão de pesquisa, estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudos, categorização dos estudos, avaliação dos estudos incluídos, interpretação dos resultados e síntese do conhecimento (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Foi elaborada a seguinte questão de pesquisa: o que há na literatura sobre os desafios da promoção do envelhecimento saudável? Foram utilizados os critérios de inclusão: artigos disponíveis na íntegra, em formato eletrônico e disponíveis gratuitamente; publicados no idioma português entre os anos de 2009 e 2018. Além dos trabalhos que não atenderam os critérios de inclusão, foram excluídos desse estudo, após análise do texto, os artigos que não se

adequavam ao tema e os relacionados a estudos de revisão. Com isso, houve um total de 04 artigos selecionados para serem avaliados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na presente revisão integrativa, analisou-se quatro artigos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos e, a seguir, apresentar-se-á um panorama geral dos artigos avaliados. Os artigos analisados foram publicados pelas revistas: Boletim de Iniciação Científica em Psicologia, Interface – Comunicação, Saúde, Educação, Revista Kairós: Gerontologia e a Texto Contexto Enfermagem; nos anos de 2015, 2012, 2010 e 2009.

Em relação ao objetivo desta revisão, ou seja, identificar os desafios da promoção do envelhecimento saudável, observou-se nos estudos avaliados que a promoção em saúde é o principal método discutido e utilizado para possibilitar troca de saberes, visando participação ativa e mudança na qualidade de vida (PATROCÍNIO; TODARO, 2012). Entretanto os profissionais focam suas ações em intervenções relacionadas ao controle da doença, isso é evidenciado pelos grupos de idosos formados em unidades de saúde que em sua maioria são direcionados ao controle de doenças crônicas (diabetes, hipertensão), e não intencionam intervir no processo natural do envelhecimento.

Segundo Encenha *et al.* (2015) ao discutir sobre o déficit de conhecimento sobre o processo de envelhecimento, ele diz que “um nível mínimo de alfabetização científica sobre esta problemática, pode promover atitudes favoráveis em relação a um envelhecimento saudável”, logo, a promoção em saúde no âmbito do envelhecimento saudável precisava ser incluída no grupo de pessoas adultas-jovens. Como isso não ocorre, há uma falha na alfabetização científica a respeito do processo de envelhecimento, dificultando a conscientização da população sobre os benefícios de investir em uma qualidade de vida a longo prazo.

Ao realizarem, prioritariamente, promoção em saúde focado em doenças deixando de lado ações educativas sobre qualidade de vida focado no ser em geral, reproduzem o modelo biomédico que está implantado nas práticas dos profissionais de saúde, no qual não leva em consideração os saberes e práticas do sujeito. E quase sempre essa educação em saúde é realizada de forma verticalizada (TEIXEIRA; FERREIRA, 2009). E “ainda que haja iniciativas de inseri-los no cuidado, o modelo é verticalizado, não viabilizando a sua participação com autonomia, já que esta exige tomada de consciência da situação” (TEIXEIRA; FERREIRA, 2009, p. 751)

Como nesse modelo o idoso não se torna corresponsável pelo processo da mudança de hábitos, uma vez que ele não é provocado a ter pensamentos críticos e reflexivos, o déficit de conhecimento não promove conscientização. Além disso, há uma “estreita vinculação à preocupação com a saúde, no sentido de prevenir ou tratar doenças” (PATROCÍNIO; TODARO, 2012, p. 07) logo, os idosos não estão participando de um envelhecimento saudável por não serem protagonistas do autocuidado.

A educação em saúde para os idosos é vista, na maioria das vezes, como uma atividade que envolve palestra, compartilhamento de conhecimento por parte do profissional. Mas esse método geralmente não envolve atividades que trabalhe a manutenção e continuidade da capacidade funcional, da cognição e da memória, por exemplo (SILVA; LIMA; GALHARDONI, 2010).

Por fim, a baixa renda e baixa escolaridade são apontadas como fatores que dificultam o processo de entendimento da importância das práticas que direciona ao envelhecimento ativo, evidenciado pela fala de idosos nessas condições ao preferirem medicação e cuidado de saúde direto como melhores formas de autogerenciamento da saúde, enquanto que idosos com maior escolaridade relataram preferir atividades físicas e engajamentos em atividades de saúde mental (SILVA; LIMA; GALHARDONI, 2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entende-se que os desafios está baseado na promoção em saúde ser focada somente em idosos, quando na realidade deveria ser trabalhado também com jovens/adultos; e que são desenvolvidas, principalmente, no âmbito do controle de doenças e que as ações educativas ficam em segundo plano. Não há intervenções suficientes que agem no processo natural do envelhecimento, impossibilitando o desenvolvimento de autonomia nesse processo. A incipiência de informação causada pela ineficácia da construção dos saberes, sem participação ativa idoso, distancia-o do papel de protagonista do autocuidado.

A promoção em saúde na perspectiva de envelhecimento saudável é um tema inovador, que precisa ser mais discutido em vista do aumento crescente da população idosa, e em como essa população está envelhecendo. O campo de geriatria e gerontologia está crescendo, e é preciso avaliar materiais teóricos e práticos, para assim buscar estratégias que favoreçam para que as práticas de promoção em saúde possam ser eficazes.

REFERÊNCIAS

ENCENHA, O. A. et al. Construção de um Teste de Alfabetização Científica Sobre Envelhecimento Saudável. Uma Análise de Construto. **Boletim de Iniciação Científica em Psicologia**, v.7, n.1, p 82-111, 2015. Disponível em: https://www.mackenzie.br/fileadmin/OLD/47/Graduacao/CCBS/Cursos/Psicologia/boletins/7/5_CONSTRUCAO_DE_UM_TESTE_DE_ALFABETIZACAO_CIENTIFICA_SOBRE_ENVELHECIMENTO_SAUDAVEL_UMA_ANALISE_DE_CONSTRUTO.pdf Acesso em: 20 maio 2019.

FREITAS, E.V.; PY L.; **Tratado de geriatria e gerontologia**. – 4. ed. – [Reimpr.]. – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

KLETEMBERG, D. F. et al. A construção histórica do conhecimento da enfermagem gerontológica no Brasil. **Escola Anna Nery Revista de enfermagem**, v.14, n.4, p.787-796, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452010000400019&lng=en&nrm=iso&tlng=pt Acesso em: 23 maio 2019.

PATROCINIO, W. P.; TODARO M.A., Mônica. Programa de educação para um envelhecimento saudável. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 15, n. 2, p. 5-27, jun. 2012. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/13793/10180> Acesso em: 20 maio 2019.

SILVA, H. S.; LIMA, A. M. M.; GALHARDONI, R. Successful aging and health vulnerability: approaches and perspectives. **Interface – Comunic., Saúde, Educ.**, v.14, n.35, p.867-77 out/dez 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/icse/v14n35/aop3510.pdf> Acesso em: 20 maio 2019.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. **Revisão Integrativa: o que é e como fazer**. Einstein, v.8, n.1, p. 102-6, 2010.

TEIXEIRA, M. L. O; FERREIRA, M. A. Cuidado compartilhado: uma perspectiva de cuidar do Idoso fundamentada na educação em saúde. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, v.18, n.4, p. 750-8. out/dez. 2009. Disponível em: http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/_artigos/126.pdf Acesso em: 20 maio 2019.