

## CUIDADO DE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DA SAÚDE NO ENVELHECIMENTO ATIVO

Ingrid Michelly Justino de Souza<sup>1</sup>  
Daniele Cristina Alves Fernandes<sup>2</sup>  
Wesley Queiroz Peixoto<sup>3</sup>  
Elane da Silva Barbosa<sup>4</sup>

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um dos fenômenos de maior impacto no século XXI. Em 2018, havia 962 milhões de pessoas com 60 anos ou mais no mundo, o que englobava 13% da população total. Assim, o crescimento do número de idosos em todo o mundo é de aproximadamente 3% ao ano, tendo previsto para o ano de 2050 chegar a 2,1 bilhões de pessoas na terceira idade. Até 2050, no Brasil, 13% de sua população será composta por pessoas com mais de 60 anos, chegando no índice de 29,3% (SOUZA et al., 2018).

O conceito de envelhecimento ativo adotado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) fundamenta-se em aspectos sociais e características individuais que se relacionam às dimensões biológica, física e psíquica. Assim, o envelhecimento ativo tem caráter multidimensional, pois envolve não só a participação econômica dos idosos, mas outras formas de participação não remunerada, como o envolvimento em atividades sociais, formais e informais, culturais, de lazer ou que exijam esforço físico ou mental (SOUZA et al., 2018).

A enfermagem gerontológica pode ser entendida como uma área de assistência à saúde, que se relaciona à valorização biopsíquica, sociocultural e espiritual das necessidades do idoso. Enfatiza a independência do indivíduo para a manutenção da prática de suas Atividades de Vida Diária (AVDs), trabalhando com prevenção das doenças e promoção da saúde, buscando também a restauração em relação ao processo saúde-doença e manutenção da dignidade, do conforto e bem-estar do idoso (CIRILO; AFFONSO; HORTA, 2010).

Para o Estatuto do Idoso, o estado deve garantir à pessoa idosa a proteção à vida e à saúde, mediante efetivação de políticas sociais públicas que permitam envelhecimento

---

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Potiguar/UNP - RN, [ingrid\\_justino@hotmail.com](mailto:ingrid_justino@hotmail.com);

<sup>2</sup>Graduada do Curso de Enfermagem pela Faculdade Nova Esperança De Mossoró -FACENE/RN, [danielecristina10@hotmail.com](mailto:danielecristina10@hotmail.com);

<sup>3</sup>Pós graduando pelo Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Materno-infantil da Escola Multicampi de Ciências Médicas do RN (EMCM) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN. [queiroz1q@hotmail.com](mailto:queiroz1q@hotmail.com);

<sup>4</sup>Doutora e Mestre em Educação, respectivamente, pela Universidade Estadual do Ceará - UECE e pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte – UERN. Bacharelada e Licenciada em Enfermagem pela UERN. [elanesilvabarbosa@hotmail.com](mailto:elanesilvabarbosa@hotmail.com)

saudável e em condições dignas. E a sociedade deve assegurar ao idoso liberdade, respeito, dignidade, como pessoa e sujeito de garantias fundamentais. A enfermagem, nesse contexto, vem como um dos elos garantidores de alguns desses direitos, pois atua na prevenção, promoção e manutenção do direito a uma vida saudável (BRASIL, 2003).

Com isso, o presente trabalho objetiva-se discutir sobre a ação do enfermeiro na promoção da saúde no envelhecimento ativo.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de revisão integrativa de literatura, que, conforme Souza et al. (2018), constitui-se de método rigoroso, a partir do estabelecimento de critérios definidos, para o entendimento da questão de pesquisa, amostragem e coleta de dados, avaliação e apresentação dos resultados. Por ser bastante utilizado na prática da investigação científica, possibilita a reagrupação desses dados na conduta clínica em diversos campos da área da saúde.

A revisão foi delimitada com os seguintes passos, nesta sequência: identificação do problema de pesquisa e questão norteadora; busca na literatura a partir de critérios de inclusão e exclusão; coleta de dados por meio de instrumento previamente elaborado; verificação dos dados e apresentação da revisão. Assim, este estudo partiu da necessidade de identificar as estratégias realizadas pela enfermagem na promoção do envelhecimento ativo.

A pesquisa, pautada na leitura crítica e analítica dos textos sobre o assunto, ocorreu no período de 13 a 20 de junho de 2020, momento em que se deu início à busca de informações, seguido da seleção do material teórico. As buscas foram realizadas nas bases de dados do *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, *Biblioteca Virtual de Saúde (BVS)* e *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências Da Saúde (LILACS)*, utilizando-se os descritores em saúde - (DesC): “Processo de Enfermagem” “Envelhecimento Ativo”, “Idoso”.

Os critérios de inclusão foram: artigos completos do tipo pesquisa de campo e revisão de literatura, publicados de 2010 a 2019, disponíveis na íntegra e em português, abordando a relação entre ações de enfermagem e envelhecimento ativo. Os critérios de exclusão foram: editoriais; cartas ao editor; resumos; opinião de especialistas e artigos que não abordem a temática relevante ao alcance do objetivo da revisão foram excluídos da busca. Por fim, a busca resultou em 80 artigos. Destes, seis foram selecionados para compor a amostra.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com os artigos selecionados, como pode ser observado no quadro abaixo, foi identificada uma grande diversidade de pensamento teórico/prático, o que demonstra garantir uma melhor assistência à promoção do envelhecimento ativo.

**Quadro 01** – Apresentação do(s) autor(es) e ano de publicação, base de dados, revista, título e objetivo geral dos artigos, Mossoró/RN (2020).

AUTOR/ANO	BASE DE DADOS	REVISTA	TÍTULO	OBJETIVO
<b>FREITAS, C A.S.L et al. (2010)</b>	SCIELO	Revista Estudos interdisciplinares sobre o Envelhecimento	Evidências de ações de enfermagem em promoção da saúde para envelhecimento ativo: revisão integrativa	Analisar as evidências disponíveis na literatura sobre as ações de Enfermagem em Promoção da Saúde para um Envelhecimento Ativo
<b>RINALDI, F.C. et al. (2013)</b>	LILACS	Revista Eletrônica Gestão & Saúde	O papel da enfermagem e sua contribuição para a promoção do envelhecimento saudável e ativo	Conhecer o papel da enfermagem na unidade básica de saúde e sua contribuição para a promoção do envelhecimento saudável e ativo
<b>SILVA, K.M; VICENTE, F.R; SANTOS, S.M.A. (2014)</b>	SCIELO	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Consulta de enfermagem ao idoso na atenção primária à saúde revisão integrativa da literatura	Conhecer a publicação científica relacionada à consulta de enfermagem ao idoso na atenção primária à saúde
<b>SANTOS, A.A.P. et al. (2014)</b>	SCIELO	Revista espaço para a saúde	O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável	Analisar as publicações com enfoque para reflexão acerca do envelhecimento saudável, disponível em periódicos indexados na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) e em periódicos na internet, no período de 2001 a 2010
<b>CANHESTRO, A.S; BASTO, M.L. (2016)</b>	BVS	Revista pensar	Resultados sensíveis às intervenções de enfermagem na promoção do envelhecimento saudável: uma revisão sistemática da literatura.	Identificar os resultados sensíveis às intervenções de enfermagem, na promoção do envelhecimento saudável, em pessoas adultas.
<b>ARAUJO, E.T; SOUZA, N. B. (2019)</b>	BVS	Revista Científica Online	Assistência de enfermagem no processo de envelhecimento	Contribuir para melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa.

Fonte: dados da pesquisa (2020).

Conforme o quadro acima, os estudos, mesmo que sob distintas perspectivas, apontam que existem possibilidades do enfermeiro trabalhar a promoção da saúde como estratégia no envelhecimento ativo.

Para Canhestro e Bastos (2016), as intervenções de enfermagem geram impacto positivo nos determinantes sociais e de vida, através de intervenções educativas, reforço positivo e encorajamento para desenvolvimento e manutenção de atividades de autocuidado. Com isso, essas ações de autocuidado são compreendidas como comportamentos positivos de saúde que os indivíduos realizam para manter a própria saúde e capacidade funcional adequadas, visto que a inclusão dos exercícios físicos, alimentação saudável, repouso adequado, redução do stress e periódicas avaliações da saúde se tornam essenciais para a prática de modificação dos hábitos de vidas para uma maior e melhor longevidade.

Então, as ações de autocuidado são essenciais para os idosos manterem a saúde e os enfermeiros podem motivar alterações positivas na percepção dos idosos sobre si mesmos, resultando na sua participação nessas atividades. Para Araújo e Souza (2019), o enfermeiro deve identificar particularidades do sujeito no processo de envelhecimento com o uso do processo de enfermagem, identificando diagnósticos de enfermagem reais e de risco, para se ter uma sistematização dos cuidados voltados ao processo de envelhecimento.

No que se referem às ações do enfermeiro referentes à saúde da pessoa idosa, destaca-se a realização da consulta de enfermagem, processo metodológico de sistematização de conhecimento configurado em método aplicado na perspectiva educativa e assistencial, capaz de dar respostas à complexidade do sujeito assistido, estabelecendo também uma conexão com a família, orientando-a como agir, além de estabelecer parcerias com outros profissionais na resolução dos problemas de saúde que surgirem (ARAÚJO; SOUZA, 2019).

Nesse panorama, o cuidado de enfermagem no contexto de promoção do envelhecimento saudável exige uma base familiar bem formada. Para tanto, o ato de cuidar do idoso precisa ser uma experiência compartilhada, na qual os vínculos afetivos se fortalecem para além da assistência profissional e se estende aos laços familiares, sendo apoio dessa assistência executada pelo enfermeiro (SILVA; VICENTE; SANTOS, 2014).

Ao focar no trabalho com o idoso, é necessário avaliar o grau de dependência e instituir medidas para o alcance do maior grau possível de independência funcional e autonomia e, assim, o enfermeiro se torna o principal agente dessa estratégia para o

desenvolvimento. Isso se dá por meio da realização da consulta de enfermagem, na qual é feita a entrevista/anamnese, bem como o exame físico (ARAÚJO; SOUZA, 2019).

Assim, as ações desenvolvidas pelo enfermeiro devem basear-se no diálogo, valorizando a individualidade de cada ser. Logo, deve-se priorizar o trabalho preventivo e dar primazia também às mudanças comportamentais, incentivando a adoção de estilos de vida mais saudáveis. Inclusive um dos males do século XXI é que a maioria das pessoas espera envelhecer para seguir um estilo de vida saudável (RINALDI et al. 2013). Se estas, no decorrer de suas vidas, fossem educadas a adotar uma alimentação saudável, exercícios físicos e não consumissem álcool ou fumo, conseguiriam prevenir doenças, retardar o declínio funcional, além de aumentar a longevidade com qualidade de vida (SANTOS et al., 2014).

Há uma dificuldade do enfermeiro na prática dessas intervenções, visto que ainda existe déficit de capacitação diante essa abordagem com metodologias de trabalho diferenciadas, como, por exemplo, a formação de grupos, na qual, com a equipe multiprofissional, pode desenvolver, para cuidadores e idosos, ações reflexivas e motivadoras. Isso possibilitará a percepção do envelhecimento como processo ampliado, inclusive nas questões políticas, no que diz respeito às leis que os respaldam em suas ações.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Constata-se que o enfermeiro pode trabalhar a promoção do envelhecimento saudável com intervenções que visem à educação em saúde como base do diálogo com os idosos. Assim, pode-se focar o processo de construção do pensamento a respeito dos hábitos de vida para além da velhice, abordando também a sua autonomia na realização das AVD's.

A relação que o enfermeiro estabelece com a família ou com as pessoas que convivem com o idoso é relevante para que as ações e orientações planejadas possam operacionalizar-se no cotidiano. Portanto, a enfermagem, sob liderança do enfermeiro, em parceria com os demais membros da equipe: técnicos e auxiliares demonstra-se indispensável para a promoção do envelhecimento ativo, visando um cuidado integral, pensando a promoção da saúde do idoso no âmbito multidisciplinar, com o apoio da família e dos cuidadores.

Por fim, aponta-se que a necessidade da abordagem dessa temática na formação inicial do enfermeiro constitui-se em temática transversal, ou seja, deve estar presente não apenas num determinado componente curricular, e sim no decorrer de todo o curso. Isso contribui para ampliar o conhecimento acerca do processo de envelhecer e aperfeiçoar mais ainda as estratégias para o envelhecimento saudável.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Envelhecimento ativo; Idoso; Promoção de saúde

## REFERÊNCIAS

ARAUJO, E.T; SOUZA, N. B. Assistência de enfermagem no processo de envelhecimento. **Revista Científica Online**. v. 11, n. 1. p. 1980-6957, 2019.

BRASIL, Lei nº1074/2003. **Estatuto do Idoso**. Brasília: DF, outubro de 2003.

CANHESTRO, A.S; BASTO, M.L. Resultados sensíveis às intervenções de enfermagem na promoção do envelhecimento saudável: uma revisão sistemática da literatura. **Revista pensar**. vl. 20, n. 2. p. 48-71, 2016.

CIRILO, A. C; AFFONSO, B. D; HORTA, H. H. L. A enfermagem na promoção do envelhecimento saudável: preparo do idoso e sua família. **Revista Investigação**. São Paulo. v. 10, n. 1, p. 19-25, 2010.

FREITAS, C A.S.L et al. Evidencias de ações de enfermagem em promoção da saúde para envelhecimento ativo: revisão integrativa. **Revista Estudos interdisciplinares em Envelhecimento**. Porto Alegre, v. 15, n. 2, p. 265-277, 2010.

MEDEIROS, E.A.G; BOEHS, A.E; HEIDEMANN, I.T.S.B. o papel do enfermeiro e as recomendações para a promoção da saúde da criança nas publicações da enfermagem brasileira. **Revista REME**. v. 2. n. 17. p. 462-467, 2013.

RESENDE, J.O. et al. Assistência do enfermeiro ao idoso na estratégia saúde da família. **Revista RECOM**. v. 3, n. 5. p. 1831-1843, 2015.

RINALDI, F.C. et al. O papel da enfermagem e sua contribuição para a promoção do envelhecimento saudável e ativo. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**. v. 4, n. 2.p. 2326-2238, 2013.

SANTOS, A.A.P. et al. O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável. **Revista espaço para a saúde**. Londrina. v. 15, n. 2 . p. 21-28, 2014.

SILVA, K.M; VICENTE, F.R; SANTOS, S.M.A. Consulta de enfermagem ao idoso na atenção primária à saúde revisão integrativa da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro. v. 3, n. 17.p. 681-687, 2014.

SOUSA, N. F. S et al. Envelhecimento ativo: prevalência e diferenças de gênero e idade em estudo de base populacional. **Caderno de Saúde Pública**. v. 11, n. 34.p. 01-14, 2018.