

## CENTROS DE CONVIVÊNCIA PARA PESSOAS IDOSAS: BENEFÍCIOS QUE TRANSFORMAM A VIDA

Patricia Mudrey<sup>1</sup>  
Simone Cristina Campos<sup>2</sup>  
Lara Simone Messias Floriano<sup>3</sup>

### RESUMO

A passos largos, a população grisalha vem aumentando nas últimas décadas. No Brasil, que num futuro muito próximo, deixará de ser um país jovem, passando para um status de país envelhecido. Os Centros de Convivência para a pessoa idosa no Brasil, destina-se ao segmento às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos em situação de vulnerabilidade, risco pessoal e social. Assim, o objetivo do estudo foi conhecer os benefícios e as estratégias utilizadas nos Centros de Convivência para pessoas idosas, no sentido de dar autonomia, qualidade de vida e independência para realização das atividades diárias e incentivar a convivência social, colaborando para melhora de sua saúde física e mental. A partir dos descritores: pessoa idosa, centros de convivência e qualidade de vida, realizou-se revisão integrativa nas bases SCIELO e LILACS. A partir de descritores preestabelecidos, incluindo apenas artigos dos últimos 10 anos (2014 a 2023). Os resultados demonstram que os idosos participantes de centro de convivência apresentam melhor equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida quando comparados aqueles que não frequentam o espaço. Conclui-se que os espaços de convivência não sejam apenas um local para atividade física, lazer, diversão e prevenção a doenças associadas ao processo do envelhecimento, mas sim, um ambiente que contribui para a autonomia, independência e inclusão social da pessoa idosa.

**Palavras-chave:** Centros de Convivência, Pessoa Idosa, Qualidade de Vida.

### INTRODUÇÃO

A longevidade é vista como um triunfo, conforme Temporão (2006) defende, contudo, ocorrem significativas divergências; países desenvolvidos e os países em desenvolvimento diferem em face ao fenômeno do envelhecimento.

Em países considerados desenvolvidos o fenômeno sucede em consonância com os avanços das condições integrais de vida, e em países considerando em desenvolvimento esse processo advém de maneira acelerada, não permitindo um redimensionamento da reorganização social e da adequação a demandas emergentes na área de saúde.

Para o ano de 2050, a expectativa no Brasil, bem como em todo o mundo, é de que existirão mais idosos que crianças abaixo de 15 anos, fenômeno esse nunca antes observado.

---

<sup>1</sup> Mestranda pelo Curso de Pós graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – Pr, [patymudrey@gmail.com](mailto:patymudrey@gmail.com)

<sup>2</sup> Mestranda pelo Curso de Pós graduação em Ciências Sociais Aplicadas da Universidade Estadual de Ponta Grossa – Pr, [simonefontoura@hotmail.com](mailto:simonefontoura@hotmail.com)

<sup>3</sup> Graduanda em Psicologia pela Faculdade Santana de Ponta Grossa – Pr, [larasmessias@gmail.com](mailto:larasmessias@gmail.com)

[...] As políticas de saúde devem contribuir para longevidade e para que as pessoas longevas desenvolvam melhor estado de saúde possível.

O grande desafio nesse processo é a manutenção do envelhecimento ativo e saudável. Analisarmos que para se desenvolver a saúde de forma expandida faz-se necessário, também, um redimensionamento das condições de vida e do ambiente social e cultural mais adequado para população idosa.

Acompanhando o envelhecimento surgem novas problemáticas políticas, sociais, públicas e de saúde. O envelhecimento vem acompanhado de alterações fisiológicas (senescentes) que propiciam o aumento progressivo de doenças crônicas e degenerativas. Essa epidemiologia está altamente relacionada a progressiva incapacidade física e/ou mental que favorece o envelhecimento dependente e consequente redução da qualidade de vida (JACOB FILHO; GORZONI, 2008).

Qualidade de vida pode ser definida como a “percepção do indivíduo de sua posição na vida em relação ao contexto e sistemas de valores nos quais se insere bem como seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Trata-se, portanto, de um conceito de classificação, afetado pela saúde física, estado psicológico, relações sociais, nível de independência/dependência e pelas suas relações com seu meio ambiente e sociedade (CAMPOS; FERREIRA; VARGA, 2004).

A qualidade de vida da pessoa idosa é diretamente influenciada por um contexto multifatorial de abordagem a esse indivíduo. A saúde física e mental, capacidade social, nível de funcionalidade, satisfação de vida, existência de um sentido para viver, segurança financeira, sentimento de utilidade, bom humor, realizações pessoais, aparência física, produtividade, espiritualidade e sexualidade são apenas alguns aspectos que influenciam intensamente a qualidade de vida do longevo (CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL, 2015).

Assim são necessárias políticas públicas com foco no envelhecimento saudável e ativo, que permita uma promoção de qualidade de vida à atual e futura população idosa, evitando o início do declínio físico e cognitivo, assim como retardo do surgimento de patologias crônicas. Essas políticas devem estar diretamente relacionadas com áreas de convivência e lazer; ambientes físicos adequados para os idosos, sem buracos ou escadas inadequadas; transporte público eficiente e com proteção ao idoso; assim como a descentralização dos equipamentos sociais e de saúde (ALVES et. Al., 2016).

Frente a essa transição demográfica, os serviços de saúde, setores políticos e a própria sociedade deve se organizar visando a manutenção da funcionalidade e independência do idoso,

de modo a garantir uma longevidade rica em bem-estar, satisfação e qualidade de vida. Este trabalho tem como objetivo categorizar e analisar, através da revisão bibliográfica, estudos sócio antropológicos e biológicos relacionados a qualidade de vida do idoso.

Quando se fala em ambiente social/cultural e em processo de adaptação é necessário que se observe os estímulos estabelecidos entre os sujeitos nas relações sociais que desencadearão em comportamentos negativos ou positivos. Daí a importância de se analisar os grupos de convivência para a pessoa idosa. Esta pesquisa tem por objetivo conhecer os benefícios e as estratégias utilizadas nos Centros de Convivência para pessoas idosas, no sentido de dar autonomia, qualidade de vida e independência para realização das atividades diárias e incentivar a convivência social, colaborando para melhora de sua saúde física e mental.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de revisão integrativa da literatura, utilizando como referencial os conceitos teóricos e métodos propostos por Soares et al. (2014). Este tipo de pesquisa foi escolhido por permitir a análise de evidências científicas de modo amplo e sistemático, fazendo com que ocorram impactos relevantes mediante a temática problematizada.

A metodologia utilizada foi revisão integrativa de literatura nas bases SCIELO e LILACS. A partir de descritores preestabelecidos: “Pessoa Idosa; Centros de convivência e Qualidade de Vida”, realizou-se incluindo apenas artigos dos últimos 10 anos (2014 a 2023).

Nesse contexto, a revisão integrativa consiste no cumprimento de seis etapas: determinação da pergunta norteadora; definição dos critérios de inclusão e exclusão; definição das informações selecionadas nos artigos; avaliação dos artigos selecionados; análise dos resultados obtidos; revisão e demonstração das considerações finais (SOUZA et al., 2017).

Isto posto, definiu-se a seguinte questão de pesquisa: Quais os principais benefícios da inserção da pessoa idosa em grupos de convivência? Para iniciar a investigação, utilizou-se a estratégia PCC, considerando como acrônimo “P” de população (pessoas idosas), “C” de conceito (benefícios) e “C” de contexto (grupos de convivência).

Para a elaboração do estudo, foi realizada consulta na biblioteca virtual SciELO (Scientific Eletronic Library Online), e na base de dados LILACS, em janeiro de 2023. Os termos utilizados para busca foram: “pessoa idosa” AND “grupo” AND “centro de convivência” AND “qualidade de vida”. Para o refinamento da pesquisa, utilizou-se os seguintes critérios de inclusão: texto completo gratuito no idioma português; publicações dos últimos dez anos, compreendendo o período de 2013 a janeiro de 2023; artigos que retratassem os benefícios da inserção da pessoa idosa em centros de convivência no âmbito da assistência

social. Excluiu-se artigos repetidos nas bibliotecas e bases consultadas, trabalhos científicos apresentados em congressos, capítulos de livros e cartas ao editor.

Foram encontrados 168 artigos. Na biblioteca eletrônica SciELO, foram achados 29 e, desses, 4 atenderam aos critérios de inclusão, sendo selecionados para a amostra. Na Biblioteca Virtual de Saúde, dos 129 artigos encontrados, 5 se adequavam aos critérios de seleção. Na base de dados LILACS encontrou-se 10 estudos, sendo utilizado apenas 1. Também foi realizada a estratégia de busca reversa, que ocorreu por meio da leitura das referências dos artigos selecionados. Desse modo, mais 2 artigos foram eleitos. Ao utilizar a estratégia descrita, a amostra final foi composta por 10 artigos.

Os dados dos estudos foram analisados, interpretados e tabulados segundo elementos pré-estabelecidos, que versavam sobre os seguintes aspectos: base de dados/biblioteca; título do artigo; ano de publicação e delineamento da pesquisa.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

O envelhecimento da população é um fenômeno global, mas de acordo com pesquisas já realizadas, há uma diferença notável na forma como esse processo se reflete nos países desenvolvidos e nos países subdesenvolvidos (IBGE, 2020).

Nos países subdesenvolvidos, onde prevalecem contextos sociais, políticos e econômicos distintos, observa-se que suas populações envelhecem sem receber a devida atenção e respeito. Esse processo ocorre sem o devido suporte de recursos financeiros e políticas públicas que visam garantir um envelhecimento digno para a população.

De acordo com a Organização das Nações Unidas (ONU, 2019), o mundo está passando por uma transição demográfica única e irreversível que resultará no aumento da população idosa em todas as regiões. Esse aumento na população idosa tem levado a um aumento correspondente nos custos sociais por parte do poder público, uma vez que a qualidade de vida dos idosos está recebendo mais atenção do que no passado. Isso inclui uma ênfase significativa nas questões de saúde desse segmento da sociedade, que agora se tornaram assuntos de grande relevância para o setor público (JEON et al., 2016).

Esse cenário projetado para os anos vindouros encontra sua justificativa na melhoria dos serviços de saneamento básico, nutrição, acesso à saúde e disponibilidade de medicamentos, todos esses fatores que contribuem para um aumento significativo na expectativa de vida, evoluindo profundamente a condição humana. Esta situação é corroborada pelo Relatório da Divisão de População da ONU (2019), o que aponta que a população global

está envelhecendo devido à expansão da expectativa de vida e à diminuição das taxas de fertilidade.

Nesse contexto, diante do constante crescimento da população idosa e do expressivo aumento da influência das Tecnologias de Informação e Comunicação (TICs) na execução da maioria das atividades em todas as esferas da vida atual, torna-se imperativo priorizar o desenvolvimento de políticas públicas externas para a inclusão digital dos idosos. Essa necessidade é urgente, pois implica em garantir aos idosos o pleno exercício de sua cidadania digital, possibilitando, assim, a realização efetiva de seus demais direitos sociais garantidos pela Constituição da República.

De acordo com Marques (2022), a cidadania digital representa um conjunto de direitos, obrigações e responsabilidades resultantes da utilização das tecnologias digitais. Esses direitos visam garantir a proteção dos direitos humanos e a preservação da liberdade dos indivíduos quando estão navegando na internet.

Portanto, a cidadania digital mantém uma estreita relação com os direitos sociais estabelecidos na Constituição, pois, na atual era de virtualização da vida, é imperativo garantir que os direitos fundamentais, como a liberdade de expressão, a privacidade, o acesso à informação e a liberdade de associação, sejam preservados no ambiente digital. Isso implica que tanto os governos, quanto as empresas, quanto as organizações, têm a responsabilidade de garantir a proteção desses direitos e fornecer aos usuários da internet os recursos necessários para uma navegação segura e responsável (MARQUES, 2022).

Após o inegável avanço das ferramentas digitais, amplamente apresentado nas últimas décadas, a vida em sociedade assumiu uma nova configuração, caracterizada pela rápida troca de informações. Essa fluidez e velocidade das interações sociais ocorrem especialmente por meio da internet, que oferece aos seus usuários acesso imediato a uma ampla gama de bens, serviços, entretenimento e conexões sociais, tudo ao alcance de um simples acesso às redes sociais e aplicativos (MARQUES, 2022)

Conforme destacado por Castells (1999, p. 37), “As redes interativas de computadores estão crescendo exponencialmente, criando novas formas e canais de comunicação, ao mesmo tempo em que são influenciadas por ela”. No entanto, o avanço tecnológico significativo também trouxe consigo desafios a serem enfrentados por grupos da sociedade que não fazem parte dessa geração digital, resultando em dificuldades de acesso e familiarização com as novas ferramentas tecnológicas.

Dentre os desafios de acesso que as pessoas idosas enfrentam estão as restrições financeiras que limitam sua capacidade de aquisição de dispositivos tecnológicos e serviços de

Internet. A falta de familiaridade com dispositivos e aplicativos tecnológicos pode ser um obstáculo significativo para a adoção da tecnologia entre os idosos e ainda alguns idosos experimentam medo ou ansiedade em relação à tecnologia, o que pode inibir sua disposição para aprender e usar novas ferramentas (BERNARDO, 2022).

Nesse contexto, é crucial registrar que a acessibilidade da pessoa idosa aos serviços públicos é claramente estabelecida na Constituição Federal (CF), especificamente no artigo 230, o que enfatiza o compromisso do Estado, da família e da sociedade em facilitar o acesso da pessoa idosa à informação, garantindo sua participação na comunidade e no ambiente em que reside, com o objetivo de proporcionar a essa parcela da população uma vida digna (BRASIL, 1988).

Desta forma gerando novas oportunidades para a pessoa idosa, pois a tecnologia pode melhorar a qualidade de vida dos idosos, permitindo-lhes manter o contato com amigos e familiares, acessar informações de saúde e entretenimento, e até mesmo participar de atividades de aprendizagem online. O uso de redes sociais e aplicativos de mensagens pode ajudar os idosos a se manterem conectados com amigos e familiares, reduzindo a solidão e o isolamento social. A Internet oferece acesso a uma riqueza de informações sobre saúde, finanças, lazer e muito mais, auxiliando os idosos a tomar decisões informadas.

Surgindo a partir daí nos centros de convivência estratégias de apoio à pessoa idosa através de programas de treinamento adaptados às necessidades dos idosos podem ajudá-los a adquirir habilidades tecnológicas básicas. Dispositivos e aplicativos devem ser projetados com recursos de acessibilidade para atender às necessidades específicas dos idosos, como tamanho de fonte ajustável e interfaces intuitivas. A criação de redes de apoio, incluindo familiares, amigos e organizações comunitárias, pode facilitar a adoção da tecnologia pelos idosos (BERNARDO, 2022).

Portanto, considerando que a atual forma de vida está profundamente entrelaçada com o ambiente digital e que a maioria dos serviços oferecidos pelo Estado depende de tecnologias da informação, a inclusão digital da pessoa idosa tornou-se uma necessidade urgente para garantir também a sua inclusão social.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados demonstram que os idosos participantes de centro de convivência apresentam melhor equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida quando comparados aqueles que não frequentam o espaço.

Conforme descrito no quadro 1, no qual apresenta-se a análise dos artigos selecionados, evidencia-se que inúmeros são os benefícios da inserção da pessoa idosa em Centros de convivência para pessoas idosas e, portanto, considera-se uma temática extremamente relevante.

Ressalta-se que estratégias com tal direcionamento valorizam a essência humana e promovem a escuta, a compreensão, o fortalecimento de vínculos e os laços afetivos entre os idosos e os profissionais (SOUZA et al., 2022). Assim, devem ser implementados no âmbito da atenção básica, que possui responsabilidade direta sobre a assistência da população alocada no território adscrito.

**Quadro 1** - Artigos selecionados para análise.

Nº	LOCAL	TÍTULO	ANO	DELINEAMENTO	RESULTADOS
1	SCIELO	Grupos de convivência e suporte ao idoso na melhoria da saúde	2013	Estudo de abordagem qualitativa com idosos frequentadores de serviços ligados à Universidade de Santa Cruz do Sul e grupos de convivência para a terceira idade onde a universidade promove a inserção.	As relações sociais e o suporte social, sendo este emocional, instrumental ou informacional, favorecem a melhoria da saúde e atividades mais comentadas realizadas pelos idosos são relacionadas à sociabilidade expressas no contato com amigos, ocasião em que buscam compartilhar alegrias, tristezas e conhecimentos.
2	SCIELO	Percepção de idosos sobre a convivência: estudo na cidade de CajazeirasPB	2014	Estudo do tipo exploratório descritivo, abordagem qualitativa desenvolvido em seis grupos de convivência para idosos na cidade de CajazeirasPB	Diante dos questionários foram obtidas as ideias centrais e os discursos coletados representados por três temas/razões/motivos para irem buscar grupos de convivência: importância dos encontros do grupo para os idosos; mudanças ocorridas na vida após o ingresso no grupo. Dos temas, foram extraídas as ideias centrais: solidão, lazer, convivência, liberdade, mudou tudo, vontade de viver
3	SCIELO	A influência da criação de grupos na atenção básica de saúde para cuidadores de idosos brasileiros	2017	Revisão bibliográfica a partir de base de dados LILACS; Ministério da Saúde, como do acervo da biblioteca do Instituto Municipal de Educação Superior de Assis-IMESA pertencente à Fundação Educacional do Município de Assis.	A sobrecarga de trabalho e estresse físico e mental levam o cuidador a quadros depressivos, cansaço, desmotivação, entre outros. A criação de grupos na atenção básica de saúde é uma alternativa para melhorar o desempenho e a qualidade de vida do cuidador. Destacou-se a importância de que este tenha um local/espaço para adquirir conhecimento, compartilhar experiências e possibilitar a convivência fora do ambiente dos cuidados
4	LILACS	Grupo de convivência para idosos na atenção primária de saúde: contribuições para o envelhecimento ativo	2019	Estudo descritivo, de abordagem qualitativa, pautado no referencial teórico da Política Nacional de Envelhecimento	Emergiram três categorias temáticas que resultaram em percepção dos idosos frequentadores de participação no grupo

				Realizado com 14 integrantes de um grupo de convivência organizado por equipe de Estratégia Saúde Família do município de Maringá.	convivência, que remete momentos de lazer, socialização, aprendizado e melhora da saúde física e mental, contribuindo para ampliar a qualidade de vida enquanto envelhecimento ativo.
5	LILACS	Senescência: percepções sobre este processo e a singularidade na vida de idosos que participam de um grupo de convivência	2022	Estudo descritivo-exploratório com abordagem qualitativa realizado com 8 integrantes participantes de um Grupo de Convivência situada no município de São João del-Rei, Minas Gerais.	Os resultados foram divididos em duas categorias: Mudanças percebidas na saúde após participação no grupo e Envelhecimento: significativas percepções deste processo. Foram observadas mudanças na qualidade de vida e bem-estar após participação no grupo. A maioria afirmou notar melhora em alguma esfera da vida após a percepção sobre o envelhecimento, relataram satisfação com o período natural, de alegria e gratidão, mas que apresentaram aspectos negativos.
06	LILACS	Grupo de saúde do idoso: relato de experiência sob perspectiva de residentes multiprofissionais em comunidade coletiva	2022	Criação e desenvolvimento de um grupo de educação em saúde para idosos em uma Unidade Básica de Saúde no município de Ponta-Grossa-PR.	Ao final dos encontros os participantes apresentaram melhora em relação aos conhecimentos básicos sobre temas de saúde e qualidade de vida. Sendo assim, a criação desses grupos refletiu de maneira positiva nos estabelecimentos de saúde, contribuindo para a redução da sobrecarga do serviço e demandas que podem ser solucionadas no coletivo.
07	LILACS	Concepção de pessoas idosas sobre grupos de convivência	2022	Estudo descritivo-exploratório de abordagem qualitativa realizado em um Centro de Convivência para idosos no município de Guanambi-Bahia.	A visão acerca dos grupos de convivência esteve relacionada à criação de laços e vínculos relacionais, como um elemento capaz de promover saúde, bem-estar e qualidade de vida, além de se tornar uma estratégia para a promoção da solidariedade. Por fim, destacou a importância do compartilhamento de sentimentos e experiências positivas.
08	SCIELO	Grupo terapêutico em saúde mental: percepção de usuários na atenção básica	2019	Estudo de abordagem qualitativa, pautado em pesquisa metodológica Pesquisa Convencional Assistencial, realizado com usuários participantes de grupo em uma ESF em Rondonópolis.	O grupo terapêutico em saúde mental pode contribuir para a redução do estigma relacionado ao adoecimento mental e para a promoção e prevenção em saúde mental, utilizando como principais ferramentas tecnológicas relacionais de cuidado, de baixo custo e acessíveis aos profissionais.
09	SCIELO	Impacto de intervenções multidimensionais na qualidade de vida e depressão entre idosos em uma unidade de atenção primária no Brasil: um ensaio quase experimental	2019	Estudo longitudinal de intervenção atendidos na atenção básica em saúde. As intervenções foram elaboradas em resposta a primeira rodada de coleta de dados e validadas por meio de teste piloto. Para medição	Os participantes apresentaram melhora significativa em diversos domínios de qualidade de vida (SF-36): saúde mental (p=0,016) e funcionamento físico (p=0,045). Essa melhora

				efeito, utilizou-se o M. Resultados Short-Form I Survey (SF-36) escala qualidade de vida e escala depressão geriátrica (GDS-	ocorreu nos controles (p 4 0. A prevalência de depressão (30) caiu de 36,7 para 23,3% apesar de não haver diferença significativa (p=0,272). controles também relataram redução nos sintomas depre (p=0,112).
10	LILACS	Os clínicos gerais p gerenciar transtornos ment atenção primária? Um estudo cluster parcial randomizado, pragmático.	2019	Estudo pragmático de inferioridade de dois b parcialmente randomizado clínicas de cuidados prim foram designadas para rece treinamento mhGAP da O 14 clínicas com a estrutura localização foram design para o braço Especialista.	Os resultados dos cuidados c provaram ser estatisticament inferiores aos dos Psicó Clínicos na redução dos sint de deficiência social e redução da incapacidad melhoria da qualidade de relacionada à saúde em seis r. As análises econômicas in custos mais baixos e mel resultados no braço Especial sugerem uma probabilidad 50% da estrutura mhGAP da ser custo-efetiva no limit disposição de pagar da Ind por QALY.

**Fonte:** As autoras

No que tange ao ano de publicação dos estudos, constatou-se que 2019 foi o que apresentou o maior número de publicações relacionados à temática. Além disso, verificou-se que a partir de 2013, houve um incremento nas publicações referente a participação de pessoas idosas no Centros de Convivência. O interesse dos pesquisadores pelo tema, a partir desse período, deu-se em virtude do crescimento desses centros nos últimos anos.

Segundo Tozo e Damaceno (2017), a implantação dos centros de convivência para pessoas idosas possibilita a troca de informações, discussões, exposição de angústias e medos, conversas sobre variados temas, participação em mesas redondas, atividades de recreação e lazer, ainda, troca de informações acerca de cuidados com a saúde.

Nesse sentido, estes espaços permitem a construção de vínculos, trocas de afetos, socialização, além do estímulo a autonomia na escolha do que querem viver, permitindo o protagonismo dessa população na sua própria vida (PREVIATO et al., 2019).

Na mesma direção, evidencia-se a relevância do centro de convivência para a melhora da saúde das pessoas idosas, com enfoque para a promoção da qualidade de vida, no que concerne ao aspecto físico: a saúde global. As atividades de aprendizagem promovem o equilíbrio biopsicossocial, como também os determinantes relacionados aos aspectos sociais em que se incluem os fatores psicológicos.

No cenário internacional, há indícios que a participação de pessoas idosas em grupos apresenta efeito positivo na saúde e qualidade de vida dessa população, mostrando que esses

indivíduos são mais saudáveis em termos de cognição, comportamento, psicológico, envolvimento social e saúde física e médica (PREVIATO et al., 2019).

Diante disso, faz-se necessário que a equipe profissional esteja capacitada para desenvolver ações voltadas para promoção da qualidade de vida, saúde, do lazer, além de prestar um atendimento nas demandas que esse público espera. (MILANE; BONAWITZ; CAMPOS, 2022).

Sendo assim, nos centros de convivência para pessoas idosas, se constitui num espaço de fortalecimento de vínculos, de atendimento multiprofissional, acolhendo, e direcionando os usuários dos serviços, para garantir seus direitos e melhorar sua qualidade de vida. A longitudinalidade do cuidado é uma diretriz significativa para propiciar inúmeras práticas que contribuem para a manutenção da saúde mental, como atividades educativas, atividades em grupo, visitas domiciliares, atividades de lazer.

Nesse sentido, considera-se as atividades nos centros de convivência como intervenções necessárias, que promovem impactos na qualidade de vida e permitem que essas pessoas se sintam integradas na sociedade, elevando sua autoestima. As intervenções desenvolvidas por equipe multidisciplinar e programadas a partir das necessidades identificadas, utilizando metodologias ativas para adaptação às necessidades das pessoas idosas, promovem interação social e auxiliam na redução dos sintomas depressivos comuns com o passar da idade. (DANTAS et al., 2020).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A revisão integrativa da literatura propiciou a análise dos benefícios da inserção da pessoa idosa nos centros de convivência, buscando a promoção destes, foram identificadas ações executadas em grupo junto a essa população, favorecendo a melhoria da qualidade de vida, garantia e defesa de direitos, promoção da saúde, atividades de lazer, socialização, inserção e participação em cursos, entre outras atividades que estão disponíveis ao público mais de 60 anos.

Conclui-se que os espaços de convivência não sejam apenas um local para atividade física, lazer, diversão e prevenção a doenças associadas ao processo do envelhecimento, mas sim, um ambiente que contribui para a autonomia, independência e inclusão social da pessoa idosa.

## REFERÊNCIAS

ALVES, D.S.B; BARBOSA, M.T.S; CAFFARENA, E.R; SILVA, A.S. Caracterização do envelhecimento populacional no município do Rio de Janeiro: contribuições para políticas públicas sustentáveis. **Cad Saude Colet**, v. 24, n.1, p.63-69, 2016.

CAMPOS, A.C.V; FERREIRA, E.F; VARGAS, A.M.D. Determinantes do envelhecimento ativo segundo a qualidade de vida e gênero. **Ciência & Saúde Colet**, v.20, n.7, p. 2221-2237, 2015.

CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL. Envelhecimento ativo: Um marco político em resposta à revolução da longevidade. **Centro Internacional de Longevidade Brasil**. Rio de Janeiro, 2015.

DANTAS, B. A. S. et al. Impact of multidimensional interventions on quality of life and depression among older adults in a primary care setting in Brazil: a quasi-experimental study. **Braz J Psychiatry**, v. 42, n. 2, p. 201-208, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbp/a/zdJr7mLhBHbvVCVDJYbMX7M/?format=pdf&lang=en>. Acesso em: 05 nov. 2023.

JACOB FILHO, W; GORZONI, M.L. **Geriatrics e gerontologia: o que todos devem saber**. São Paulo: Roca, 2008.

MILANE, N. C.; BONAWITZ, A. G.; CAMPOS, J. K. Grupo de saúde do idoso: um relato de experiência pela perspectiva de residentes multiprofissionais em saúde coletiva. **Rev. Enferm. Digit. Cuid. Promoção Saúde**, v. 7, p. 01-07, 2022. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/redcps.com.br/pdf/v7aop112.pdf>. Acesso em: 12 nov. 2022.

PREVIATO, G. F. et al. Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. **Rev Fun Care Online**, v. 11, n. 1, jan/mar., p. 173-180, 2019. Disponível em: [file:///C:/Users/User/Downloads/6869-Texto%20do%20Artigo40207-2-10-20181227%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/6869-Texto%20do%20Artigo40207-2-10-20181227%20(1).pdf). Acesso em: 10 nov. 2023.

SOUZA, A. P. et al. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 5, p. 1741-1752, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/WjyQnccwSNKPd9CsMgPCV7q/>. Acesso em: 5 nov. 2023.

SOUZA, L. M. S. et al. A metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Revista Investigação em Enfermagem**, nº 21, p. 17-26, 2017. Disponível em: [file:///C:/Users/User/Downloads/MetodologiadeRevisaoIntegrativaRIE21\\_17-26.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/MetodologiadeRevisaoIntegrativaRIE21_17-26.pdf). Acesso em: 10 nov. 2023.

TOZO, S. P.C.; DAMACENO, M. J. C. F. A influência da criação de grupos na atenção básica de saúde para cuidadores de idosos brasileiros. **Revista Uningá**, v. 52, n. 1, p. 118-122, 2017. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/1379/997>. Acesso em: 05 nov. 2022.