

## CUIDADOS DE ENFERMAGEM NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E A QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE

*Nursing care in the aging process and quality of life in old age*

### RESUMO

O processo de envelhecimento é inerente à natureza humana e, a cada ano, mais a sociedade idosa mundial aumenta. Envelhecer com qualidade é necessário, entretanto, para muitos idosos, tal quesito não faz parte de sua projeção de vida. Abandono pela família, falta de condições financeiras, exclusão social, dentre outros fatores, são as principais causas dificultadoras de um envelhecimento saudável. Além disso, a falta de políticas públicas voltadas a atender o público idoso também influencia de maneira negativa. O presente trabalho busca, por meio da revisão bibliográfica, identificar como os profissionais de saúde podem colaborar para a qualidade no envelhecimento. Dessa forma, diversas bases de dados, contendo artigos e estudos sobre a temática foram acessadas e deles extraídos os registros empregados neste trabalho. Por fim, o estudo realizado possibilitou aferir que a qualidade de vida no processo de envelhecimento é obtida, principalmente, por meio de interações sociais e acompanhamento da saúde do idoso, sendo este o primordial processo de participação dos profissionais de saúde.

**Palavras-chave:** Envelhecimento saudável; Política Nacional de Saúde do Idoso; Profissionais de saúde.

**T.O.S. Cavalheiro\***

ORCID: 0000-0001-9637-2033

Universidade Brasil, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

**A.E.P. da Silva**

ORCID: 0000-0002-9310-2115

Universidade Brasil, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

**P.B.Z. Pedreiro**

ORCID: 0009-0000-5810-3086

Universidade Brasil, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

**J.M. da Silva**

ORCID: 0009-0006-4822-7759

Santa Casa de Misericórdia de Fernandópolis, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

**T.M.G. Zaparoli**

ORCID: 0009-0002-5371-0922

Universidade Brasil, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

**T.M.L. Dourado**

ORCID: 0009-0000-3353324X

Santa Casa de Misericórdia de Fernandópolis, Fernandópolis, São Paulo, Brasil

\* *Autor correspondente*

*tharinne.cavalheiro@hotmail.com*

### ABSTRACT

The aging process is inherent to human nature and the world's elderly society increases continuously. Aging with quality is necessary, however, for many elderly people this issue is not part of their life projection. Abandonment by the family, lack of financial conditions, social exclusion, among other factors, are the main causes that hinder healthy aging. Furthermore, the lack of public policies focused on serving the elderly also designs a negative influence. Through a literature review, this work looks for identifying how health professionals can contribute to quality in aging. In this way, several databases containing articles and studies on the subject were accessed and the records extracted supported this work. Finally, the study carried out made possible to assess that quality of life in the aging process is mainly obtained through social interactions and monitoring of the elderly's health, which is the primary process of participation of health professionals.

**Keywords:** Healthy aging; Health professionals; National Health Policy for the Elderly; Health professionals.

## 1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural e se caracteriza como uma etapa da vida do ser humano. O termo idoso é definido, de acordo com o Estatuto do Idoso, estabelecido pela Lei nº 10.741/2003, como: “Art. 1º [...] pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos”<sup>1</sup>.

O envelhecimento é um fenômeno natural e dinâmico, que ocorre de forma gradual,

resultando em diversas mudanças que reduzem a capacidade do indivíduo, obrigando-o a se adaptar ao ambiente. Em função dessas mudanças e adaptações, o idoso enfrenta várias emoções negativas, desenvolvendo sensações de inutilidade, incapacidade e autodesvalorização. Esses sentimentos afetam e diminuem o nível de satisfação que a pessoa sente em relação a si mesma, levando ao desenvolvimento de transtornos depressivos<sup>2</sup>.

No Brasil, o aumento da população idosa é consequência de fatores demográficos combinados com as mudanças sociais e culturais que ocorreram. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), uma pesquisa realizada em 2010 estimou que, em 40 anos, a população idosa no Brasil irá triplicar, passando de 19,6 milhões para 66,5 milhões até 2050. Isso significa que 29,3% da população brasileira será composta por idosos. Outras estatísticas ainda mostram que, em 2030, o país passará a ter um percentual maior de brasileiros com 60 anos ou mais, excedendo o de crianças de 0 a 14 anos<sup>3</sup>.

De acordo com a Organização Panamericana de Saúde – OPAS4: “O envelhecimento saudável é um processo contínuo de otimização da habilidade funcional e de oportunidades para manter e melhorar a saúde física e mental, promovendo independência e qualidade de vida ao longo da vida”. Seguindo os dados do mesmo órgão, estima-se que, em 2030, 1 em cada 6 pessoas terá 60 anos ou mais. Nas Américas, até 2019, 16% da população tinha 60 anos ou mais, e espera-se que, em 2100, 36% da população terá mais de 60 anos.

De acordo com declarações da Assembleia Geral das Nações Unidas em dezembro de 2020, o intervalo entre os anos 2021 e 2030 foi declarado a Década do Envelhecimento Saudável, sendo que os governos têm como estratégia alcançar e apoiar ações de construção de uma sociedade para todas as idades. Dessa maneira, segundo a OPAS4, para 2030, os governos devem seguir orientações antes publicadas como Estratégia Global sobre Envelhecimento e Saúde da OMS, Plano Internacional sobre Envelhecimento da ONU Madrid e as Metas de Desenvolvimento Sustentável da Agenda da ONU.

O presente trabalho se propôs realizar uma revisão bibliográfica sobre a temática qualidade de vida no processo de envelhecimento e como os profissionais da saúde podem atuar para que se garanta a qualidade de vida para os idosos. O objetivo geral do artigo foi verificar o papel dos profissionais de saúde no processo de envelhecimento e como tais profissionais podem atuar para que se tenha garantia da qualidade de vida aos idosos.

Os objetivos específicos se dividem em: caracterizar os artigos encontrados relacionados ao ano de publicação, foco do estudo, objetivos e metodologias e resultados obtidos; avaliar a relação

envelhecimento e qualidade de vida; investigar como a enfermagem está relacionada à qualidade de vida no envelhecimento; e analisar métodos para melhoria na qualidade de vida dos idosos.

## 2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### 2.1 Envelhecimento

O Estatuto do Idoso, estabelecido pela Lei nº 10741/2003, apresenta em seu Artigo 1º: “É instituído o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 (sessenta) anos”<sup>1</sup>. De acordo com essa lei, os idosos têm direito à proteção da dignidade, à convivência familiar e comunitária, ao respeito à diversidade, à saúde, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cidadania, à assistência social, à habitação, à previdência social, à segurança, à previdência complementar e à justiça.

De acordo com López-Otín *et. al.*<sup>6</sup>, o envelhecimento é descrito como "um processo biológico complexo que resulta em declínios progressivos na função fisiológica e aumento na probabilidade de morbidade e morte". O envelhecimento é moldado por uma mistura de fatores genéticos e ambientais e que entender os mecanismos que estão por trás do envelhecimento é essencial para criar estratégias eficazes para prevenir ou tratar doenças associadas à idade.

O envelhecimento da população e os desafios para promover um envelhecimento ativo e saudável são temas amplamente debatidos na ciência atualmente<sup>7</sup>. Esse processo é único e irreversível, caracterizado por diversas mudanças biopsicossociais<sup>8</sup>.

A OMS<sup>7</sup> destaca a importância do envelhecimento saudável, que exige uma reforma nos sistemas de saúde e uma resposta coordenada de vários níveis por parte das autoridades políticas e governamentais. Recentemente, tem-se observado um crescente reconhecimento do envelhecimento ativo e do papel dos idosos na sociedade, o que tem alterado a percepção sobre a velhice e os idosos. Muitos estudiosos e plataformas enfatizam a necessidade de mudar a forma como a sociedade vê o envelhecimento e o papel dos idosos, além de ressaltar a importância de assegurar qualidade de vida, segurança financeira e inclusão social para os idosos<sup>9-15</sup>.

### 2.2 Envelhecimento saudável

A qualidade de vida durante o envelhecimento é um tema crucial, dado o crescente número de idosos na população. É essencial assegurar que os idosos tenham acesso a recursos, suporte e condições de vida que possibilitem um envelhecimento saudável e digno.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que o conceito de qualidade de vida engloba de forma complexa aspectos como saúde física, nível de independência, estado psicológico, crenças pessoais, redes sociais e interações dos indivíduos com o ambiente em que vivem. Já para Kim<sup>16</sup>, a qualidade de vida pode ser entendida como a percepção que os indivíduos têm sobre sua posição na vida, levando em conta o contexto cultural e os sistemas de valores aos quais pertencem, além de considerar seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

Para Casagrande *et al.*<sup>17</sup>, ao considerar o envelhecimento, é importante não se limitar apenas às mudanças biológicas e psicológicas, mas também levar em conta aspectos sociais, econômicos, culturais e individuais que influenciam o processo de envelhecer. Assim, a qualidade de vida do idoso deve estar intimamente relacionada ao seu bem-estar pessoal, social e autoestima, levando em consideração o ambiente em que vive, seu estilo de vida, estrutura familiar e acesso aos serviços de saúde.

Em geral, a qualidade de vida durante o envelhecimento depende da interação de diversos fatores, como saúde, segurança financeira, relações interpessoais e a capacidade de participar ativamente da sociedade<sup>18-19</sup>. É essencial assegurar que os idosos tenham acesso a todos esses recursos e oportunidades, de modo a possibilitar um envelhecimento saudável e digno.

### 2.2.1 Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa

No Brasil, em 2006, foi publicada a portaria nº 2528, aprovando a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, cuja finalidade é recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais de saúde, em acordo com os princípios e diretrizes do SUS, sendo o principal alvo todo cidadão brasileiro com 60 anos ou mais de idade<sup>20</sup>.

Dentre as principais ações presentes no Anexo da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa estão<sup>20</sup>:

- Acesso a serviços de saúde: assegurar que as pessoas idosas tenham acesso a serviços de saúde de qualidade, incluindo atendimento ambulatorial, hospitalar, domiciliar e em instituições de longa permanência;
- Prevenção de doenças: promover a prevenção de doenças e a promoção da saúde, especialmente em relação a problemas comuns em idosos, como hipertensão, diabetes e demência;
- Atenção à saúde mental: oferecer serviços de saúde mental e apoio emocional para pessoas idosas que sofrem de problemas de saúde mental, incluindo depressão e ansiedade;

- Cuidados paliativos: garantir que as pessoas idosas tenham acesso a cuidados paliativos quando necessário, incluindo alívio da dor e outros sintomas relacionados a doenças terminais;
- Participação social: promover e fortalecer a participação social e o envolvimento dos idosos na comunidade, incluindo oportunidades para a prática de atividades físicas e sociais.

A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa é uma importante iniciativa para garantir que os idosos tenham acesso a cuidados de saúde adequados e eficazes e possam envelhecer de forma saudável e com dignidade<sup>10,14,18</sup>. É importante que essa política seja implementada eficazmente para garantir que todos os idosos tenham acesso aos recursos e cuidados integrais de saúde de que precisam<sup>21</sup>.

### 2.3 A enfermagem e o processo de envelhecimento

A enfermagem desempenha um papel crucial no processo de envelhecimento, pois os enfermeiros oferecem cuidados diretos aos pacientes, incluindo os idosos. Em resumo, a enfermagem é essencial no envelhecimento, ajudando os idosos a manter a saúde, fornecendo cuidados e apoio, e promovendo a independência e a qualidade de vida<sup>10,22-23</sup>.

Dentre as ações que os profissionais de enfermagem devem promover no processo de envelhecimento podem ser citados:

- Promover a saúde e prevenir doenças: os enfermeiros podem ajudar os idosos a manterem uma boa saúde, prevenindo doenças e garantindo o bem-estar.
- Fornecer cuidados de saúde: os enfermeiros podem fornecer cuidados de saúde aos idosos, incluindo administração de medicamentos, tratamento de feridas e acompanhamento de condições médicas crônicas.
- Assessoria às pessoas idosas e às suas famílias: os enfermeiros podem fornecer informações e orientações sobre questões de saúde, bem como ajudar os idosos e suas famílias a entender e lidar com questões relacionadas ao envelhecimento.
- Promoção da independência e da qualidade de vida: os enfermeiros podem trabalhar com os idosos para ajudá-los a preservar sua independência e melhorar a qualidade de vida, proporcionando cuidados de enfermagem personalizados e baseados nas necessidades individualizadas<sup>10,21-28</sup>.

## 3 MATERIAIS E MÉTODOS

### 3.1 Tipo de estudo

Trata-se de uma revisão bibliográfica de artigos científicos, buscados na área da enfermagem brasileira. A leitura breve dos artigos selecionados definiu se a obra consultada interessava à pesquisa de acordo com os objetivos traçados.

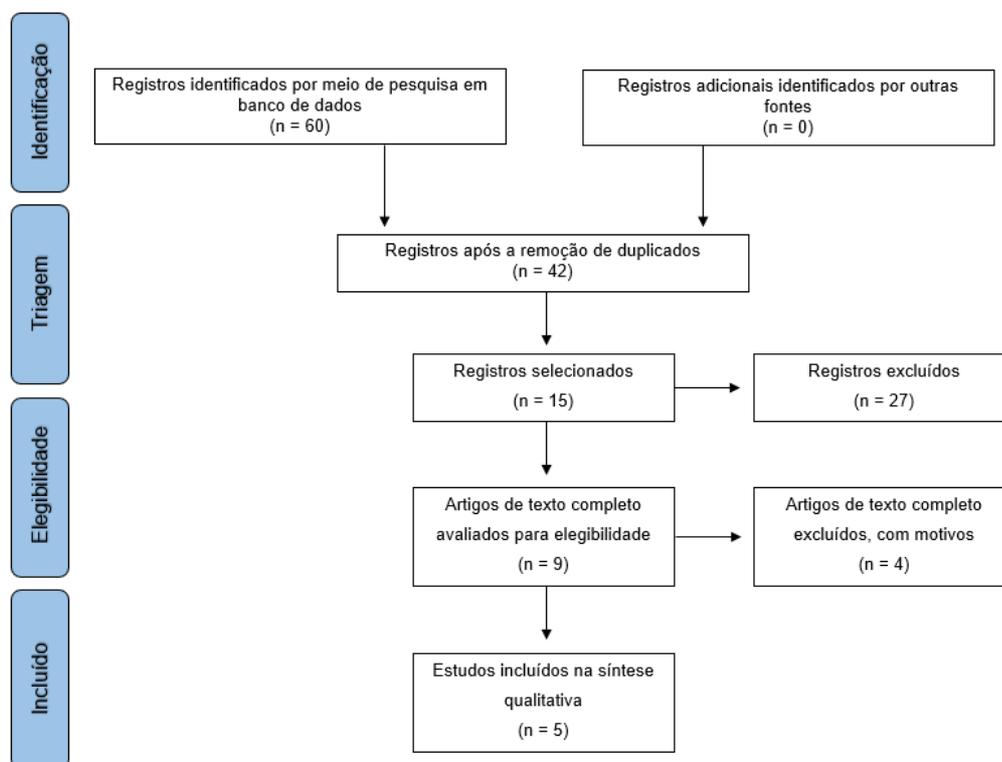
A pesquisa bibliográfica é o estudo destinado a explorar as contribuições científicas sobre um tema específico. Seu objetivo é coletar, selecionar, analisar e interpretar as contribuições teóricas já disponíveis sobre o assunto<sup>29</sup>.

O estudo descritivo foca na análise e descrição das características, propriedades ou relações presentes em uma comunidade, grupo ou situação pesquisada. Nesse tipo de pesquisa, o pesquisador não interfere, apenas descreve o objeto de estudo. O objetivo é descobrir a frequência do fenômeno, sua natureza, características, causas, relações e conexões com outros fenômenos. A premissa é buscar a resolução de problemas e aprimorar práticas por meio da observação, análise e descrições objetivas<sup>29-31</sup>.

### 3.2 Seleção da bibliografia

Os registros obtidos (Imagem 1) foram coletados nos bancos de dados de plataformas *online* de artigos científicos, tais como Scielo, Biblioteca Virtual em Saúde, revistas *online* sobre saúde, repositórios de universidades públicas e *sites* de órgãos relacionados à saúde. Dessa maneira, foram utilizados como filtro artigos com publicações, preferivelmente, entre os anos de 2016 até 2023. No decorrer do desenvolvimento, as palavras-chaves utilizadas para busca foram: envelhecimento saudável, Política Nacional de Saúde do Idoso, profissionais de saúde.

Imagem 1. Publicações encontradas nas bases de dados e processos de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão



Fonte: Os próprios autores (2023).

O processo de seleção e exclusão de registros pertinentes ao tema deu-se por leitura rápida dos materiais encontrados, sendo selecionados somente os que continham as palavras-chaves ou descritores referidos neste trabalho. Artigos e estudos que não indicassem tais palavras foram excluídos no processo de elegibilidade.

### 3.3 Coleta dos dados

Os critérios de seleção foram artigos científicos originais, completos, em língua portuguesa, disponíveis *online*, cuja temática abordasse o papel dos profissionais da saúde no processo de envelhecimento saudável e qualidade de vida dos idosos. Foram selecionados artigos (obras) publicados, preferencialmente, entre os anos de 2016 a 2023, sem, contudo, descartar publicações de anos anteriores desde que apresentassem aderência e pertinência à temática proposta. Após a seleção, os artigos foram identificados por ano de publicação, tipo de periódico e assuntos abordados. Em sequência, foram realizadas diversas leituras para obtenção do que se pretendeu estudar.

### 3.4 Aspectos éticos

Não foi necessária a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), em atendimento à Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, pois foram utilizados artigos já publicados e de domínio público.

### **3.5 Apresentação, Análise e Interpretação dos Dados**

A apresentação foi realizada por meio de quadros ou figuras e categorias evidenciadas pelas leituras realizadas. Para a análise e interpretação dos dados foram utilizados referenciais teóricos sobre o processo de envelhecimento saudável e qualidade de vida dos idosos.

## **4 RESULTADOS**

Para a formulação desta etapa do artigo, foram analisados cinco artigos relacionados ao envelhecimento saudável e o papel do profissional de enfermagem. Como embasamento dos resultados esperados nesta pesquisa, o Quadro 1 resume os artigos em destaque.

Quadro 1. Resumo dos artigos em destaque, considerando-se o tema principal e ano de publicação

<b>Título do artigo</b>	<b>Autor e ano</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Principais conclusões</b>
Envelhecimento (s), qualidade de vida e bem-estar	Mendes J, 2020 <sup>33</sup> .	Estudo descritivo	Explora o impacto do envelhecimento na qualidade de vida e no bem-estar das pessoas.	Entender como fatores relacionados ao envelhecimento atenderam à satisfação geral com a vida, a saúde física e mental, os relacionamentos sociais e outros aspectos do bem-estar. Enfatiza a importância de intervenções e políticas que visem melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas idosas, abordando esses fatores-chave.
Assistência de enfermagem no processo de envelhecimento	Araújo ET, Souza NB, 2019 <sup>34</sup> .	Estudo descritivo	Busca destacar os desafios enfrentados pelos idosos, as necessidades específicas de cuidados de saúde e o papel dos profissionais de enfermagem na promoção do bem-estar e qualidade de vida nessa fase da vida.	Destacar a importância da assistência de enfermagem centrada no paciente e adaptada às necessidades individuais das pessoas idosas. Ressalta a importância da educação e treinamento capacitado dos profissionais de enfermagem para garantir uma assistência de qualidade aos idosos.

<p>Contribuição de acadêmicos de enfermagem na melhoria da qualidade de vida de idosos institucionalizados: revisão</p>	<p>Barbosa TCP, Bessa AM, Assis FO, Rezende e Silva FM, Santos RC, Andrade SN, 2020<sup>35</sup></p>	<p>Estudo de caso</p>	<p>Ressalta a importância de uma abordagem centrada no idoso, respeitando suas necessidades físicas, emocionais e sociais, além de fornecer um ambiente seguro e acolhedor para o idoso e sua família.</p>	<p>Abordar a comunicação efetiva com o idoso e sua família, o estabelecimento de uma relação de confiança e a promoção da participação ativa da família no processo de cuidado.</p>
<p>Assistência de enfermagem na qualidade de vida do idoso: revisão integrativa</p>	<p>Casagrande LP, Llano PMP, Santos F, Lange C, Lemões MAM, Ávila JA, 2015<sup>17</sup></p>	<p>Revisão bibliográfica</p>	<p>Realiza uma revisão integrativa sobre a assistência de enfermagem voltada para a qualidade de vida dos idosos. Analisa a influência da assistência de enfermagem na qualidade de vida dos idosos. Identifica estratégias de atendimento de enfermagem que funcionaram para a melhoria da qualidade de vida dos idosos.</p>	<p>Identificar a contribuição de diferentes estratégias de assistência de enfermagem, como cuidados preventivos, promoção da autonomia, monitoramento de condições de saúde e apoio emocional, para a melhoria da qualidade de vida dos idosos. Detectar a importância da abordagem centrada no idoso, considerando suas necessidades individuais e compulsivas, como essencial para proporcionar uma assistência de enfermagem eficaz na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa.</p>

<p>Saúde individual e comunitária - A saúde no centro da transdisciplinaridade para a promoção da qualidade de vida</p>	<p>Marques G, Amendoeira J, 2022<sup>36</sup></p>	<p>Estudo de caso</p>	<p>Explora a relação entre saúde individual e comunitária na promoção da qualidade de vida. Destaca a importância da abordagem transdisciplinar na compreensão e melhoria da saúde individual e comunitária. Analisa estratégias e práticas que possam contribuir para a promoção da qualidade de vida através da saúde individual e comunitária.</p>	<p>Analisar a promoção da qualidade de vida através da saúde individual e comunitária como requisito para a implementação de estratégias multidisciplinares que envolvam cuidado individual e ações voltadas para a comunidade, como prevenção de doenças, promoção da saúde e melhoria do ambiente social. Realizar uma abordagem transdisciplinar, que albergue a integração de diferentes áreas de conhecimento e atores envolvidos na saúde, como fundamental para uma compreensão mais abrangente e efetiva das questões relacionadas à saúde individual e comunitária.</p>
---	---	-----------------------	---	--

Fonte: Os próprios autores (2023)



## 5 CONCLUSÃO

O processo de envelhecimento, de forma geral, é caracterizado por mudanças progressivas e cumulativas que ocorrem ao longo do tempo e impactam a estrutura e função de diversos sistemas biológicos, incluindo o sistema nervoso, cardiovascular, imunológico, ósseo, muscular e metabólico, além de estar associado a doenças neurológicas<sup>10,33-35</sup>. Esses comprometimentos evidenciam que o idoso necessita de cuidados constantes ofertados pela assistência de enfermagem<sup>37</sup>. Portanto, para se obter qualidade de vida nesse processo, as seguintes ações devem ser levadas em consideração:

- **Promoção da saúde:** manter hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, prática de atividade física regular, e evitar hábitos nocivos, como fumar e consumo excessivo de álcool são atitudes que podem ajudar a preservar a saúde e a prevenir doenças relacionadas à idade.
- **Acesso a cuidados de saúde:** garantir acesso a serviços de saúde de qualidade, incluindo prevenção, diagnóstico e tratamento de doenças é fundamental para preservar a saúde e a qualidade de vida no envelhecimento.
- **Enriquecimento social:** manter relações sociais positivas, participando de atividades comunitárias e outras atividades voluntárias podem ajudar a melhorar o bem-estar emocional e psicológico das pessoas idosas.
- **Segurança financeira:** é importante para garantir a independência e a qualidade de vida no envelhecimento. É importante planejar antecipadamente para garantir que se tenha acesso a recursos financeiros necessários ao longo da vida.
- **Adaptação do ambiente:** adaptar o ambiente de vida para atender às necessidades das pessoas idosas, incluindo modificações em casa e no trabalho, pode ajudar a garantir sua segurança e independência.
- **Atenção à saúde mental:** a saúde mental é essencial em todas as fases da vida, incluindo o envelhecimento. Portanto, é importante garantir o acesso a serviços de saúde mental e suporte emocional para as pessoas idosas.
- **Engajamento comunitário:** envolver as pessoas idosas na vida comunitária ajuda a melhorar a saúde e a qualidade de vida, além de promover sua inclusão e valorização.

## CONFLITO DE INTERESSE

Os autores declaram que não há conflito de interesse.

## REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Lei Federal nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, ano 140, n. 192, p. 01-06, 03 out. 2003. Disponível em: <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=03/10/2003&jornal=1&pagina=1&totalArquivos=192>.
2. Teixeira, S. M. Envelhecimento, família e políticas públicas: em cena a organização social do cuidado. *Serv Soc Soc.* 2020 Jan; (137):135–54. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0101-6628.205>.
3. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Brasileiro de 2010. Rio de Janeiro: IBGE; 2012. Disponível em: <https://censo2010.ibge.gov.br/resultados.html>.
4. OPAS - Organização Pan-Americana da Saúde. Organização Mundial de Saúde. Região das Américas. Regiões Década do envelhecimento saudável nas Américas (2021-2030), 14 jun. 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/decada-do-envelhecimento-saudavel-nas-americas-2021-2030>.
5. Salles, P. G.; Silva, E. B.; Mendes, J. S.; Faria, J. T. Influência da dança de salão na coordenação motora de idosos. *Revista Presença*, v. 3, n. 8, p. 55-66, jul 2017. Disponível em: <https://revistapresenca.celsolisboa.edu.br/index.php/numerohum/article/view/84#:~:text=Os%20resultados%20mostraram%20que%20o,de%20indiv%C3%ADduos%20da%20terceira%20idade>.
6. López-Otín, C.; Blasco, M. A.; Partridge, L.; Serrano, M.; Kroemer, G. Hallmarks of aging: An expanding universe. *Cell. Estados Unidos*, v. 186, 2 ed, p. 243-278, jan. 2023. DOI <https://doi.org/10.1016/j.cell.2022.11.001>. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092867422013770>.
7. Organização Mundial da Saúde (OMS). Relatório mundial de envelhecimento e saúde. Genebra, Suíça: Organização Mundial da Saúde, Suíça, 2015. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>.
8. Pelegrino, P. S.; Leal, M. G. S. Perspectiva biopsicológica do envelhecimento. Secretaria Estadual de Assistência e Desenvolvimento Social: Fundação Padre Anchieta, São Paulo, p. 11-38, 2009. Disponível em: [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/445671/mod\\_resource/content/1/volume5\\_Perspectiva\\_biopsicologica\\_do\\_envelhecimento.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/445671/mod_resource/content/1/volume5_Perspectiva_biopsicologica_do_envelhecimento.pdf).
9. World Health Organization (WHO). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Tradução Suzana Gontijo. Organização Pan-Americana da Saúde, Brasília, 2005. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf).
10. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília, 2006. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento\\_saude\\_pessoa\\_idosa.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/evelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf).



11. Minó, N. M.; Mello, R. M. A. V. Representação da velhice: reflexões sobre estereótipos, preconceito e estigmatização dos idosos. *Oikos: Família e Sociedade em Debate*, v. 32, n. 1, p. 273–298, 2021. DOI: 10.31423/oikos.v32i1.9889. Disponível em: <https://periodicos.ufv.br/oikos/article/view/9889>.
12. Pinheiro, O. D.; Areosa, S. V. C. A importância de políticas públicas para idosos. *Revista Baru - Revista Brasileira de Assuntos Regionais e Urbanos, Goiânia, Brasil*, v. 4, n. 2, p. 183–193, 2019. DOI: 10.18224/baru.v4i2.6724. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/baru/article/view/6724>.
13. Barros Júnior, J. C. (org.). *Empreendedorismo, trabalho e qualidade de vida na terceira idade*. 1. ed. São Paulo: Edicon, 2009. 500 p. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Renato-Veras/publication/284032086\\_A\\_Inclusao\\_Social\\_do\\_Idoso\\_Promovendo\\_Saude\\_Desenvolvendo\\_Cidadania\\_e\\_Gerando\\_Renda/links/5654968808aeafc2aabbe55e/A-Inclusao-Social-do-Idoso-Promovendo-Saude-Desenvolvendo-Cidadania-e-Gerando-Renda.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Renato-Veras/publication/284032086_A_Inclusao_Social_do_Idoso_Promovendo_Saude_Desenvolvendo_Cidadania_e_Gerando_Renda/links/5654968808aeafc2aabbe55e/A-Inclusao-Social-do-Idoso-Promovendo-Saude-Desenvolvendo-Cidadania-e-Gerando-Renda.pdf).
14. Alcântara, A. O.; Camarano, A. A.; Giacomini, K. C. (org.). *Política nacional do idoso: velhas e novas questões*. Rio de Janeiro: Ipea; 2016. 615 p. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2016/10/Pol%C3%ADtica-Nacional-do-Idoso-velhas-e-novas-quest%C3%B5es-IPEA.pdf>.
15. Minayo, M. C. S.; Silva, R. M., BRASIL, C. C. P. (org.). *Cuidar da pessoa idosa dependente: desafios para as famílias, o estado e a sociedade*. 1. ed. Fortaleza, CE: UECE, 2022. 423 p. Disponível em: <https://www.uece.br/eduece/wp-content/uploads/sites/88/2022/05/CUIDAR-DA-PESSOA-IDOSA-DEPENDENTE.pdf>.
16. Kim, S. Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial da Saúde. *Enciclopédia de Pesquisa sobre Qualidade de Vida e Bem-Estar*. Alemanha: Springer, Dordrecht. 2014. p. 7260-7261. DOI [https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5\\_3282](https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_3282). Disponível em: [https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-94-007-0753-5\\_3282#citeas](https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-94-007-0753-5_3282#citeas).
17. Casagrande, L. P. Assistência de enfermagem na qualidade de vida do idoso: revisão integrativa. *Saúde.com*, v. 11, n. 4, p. 408-417, 2015. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/rsc/article/view/384>.
18. Azevedo, M. S. A. O envelhecimento ativo e a qualidade de vida: uma revisão integrativa. 2015. 92 p. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Comunitária) – Escola Superior de Enfermagem do Porto. Portugal, 2015. Disponível em: <https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/10776/1/marta%2020%20de%20abril%20-%20tese%20final%20-%20pdf.pdf>.
19. Forner, F. C.; Alves, C. F. Uma revisão de literatura sobre os fatores que contribuem para o envelhecimento ativo na atualidade. *Revista Universo Psi, Taquara*, v. 1, p. 150-174, 2019. Disponível em: <https://seer.faccat.br/index.php/psi/article/view/1297>.
20. BRASIL. Portaria nº 2.528. Aprova a Política Nacional da Pessoa Idosa. Ministério da Saúde. Brasília, DF, 2006. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528\\_19\\_10\\_2006.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html).



21. Martins, J. J.; Schier, J.; Erdmann, A. L.; Albuquerque, G. L. Políticas públicas de atenção à saúde do idoso: reflexão acerca da capacitação dos profissionais da saúde para o cuidado com o idoso. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.* Rio de Janeiro, v. 10, p. 371-382, 2007. DOI <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2007.10039>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/qrvgz98KnnXtN6ypRXJn8bD/?format=pdf&lang=pt>.
22. Tuma, K. S. R. T. A qualidade de vida e a contribuição da Enfermagem no cuidado ao idoso para promoção à saúde. *Revista Internacional de apoyo a la inclusión, logopedia, sociedad y multiculturalidad*, Universidad de Jaén, v. 5, p. 14-24, 2019. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/5746/574660910002/html/>.
23. Lima, A. M. N.; Martins, M. M. F. S.; Ferreira, M. S. M.; Coelho, A. R. N.; Schoeller, S. D.; Parola, V. S. O. Prática de enfermagem na promoção da autonomia dos idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 55, p. e20210029, 2021. DOI <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0029>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/tSwrM6Wps8S57FGckZ4cHbn/?lang=pt#>.
24. Oliveira, J. C. A.; Tavares, D. M. S. Atenção ao idoso na estratégia de Saúde da Família: atuação do enfermeiro. *Revista Escola de Enfermagem da USP*, v. 44, p. 774-781, 2010. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/reeusp/article/view/40606/43779>.
25. Santos, G. R.; Souza, J. M.; Lima, L. C. V. A atuação da enfermagem na atenção à saúde do idoso: possíveis ações a serem realizadas segundo as diretrizes da Política Nacional de Saúde da pessoa idosa. *Revista Científica do Centro Universitário de Jales (REUNI)*, v. 1, p. 4-17, 2013. Disponível em: <https://reuni.unijales.edu.br/edicoes/10/a-atuacao-da-enfermagem-na-atencao-a-saude-do-idoso-possiveis-aco-es-a-serem-realizadas-segundo-as-diretrizes-da-politica-nacional-de-saude-da-pessoa-idosa.pdf>.
26. Belasco, A. G. S.; Okuno MFP. Realidade e desafios para o envelhecimento. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 72, p. 1-2, 2019. DOI <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2019-72suppl201>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/YyPr9QcL5bn3p6TGVGCBzvM/?lang=pt#>.
27. Oliveira, V. P. C.; Santana, M. A.; Almeida, L. C. O.; Maia, A. M. C. S.; Lima, A. A. C. Atuação da enfermagem na assistência à saúde da pessoa idosa. *Revista SAÚDE UNIFAN*, v. 2, p. 27-34, 2022. Disponível em: <https://saudeunifan.com.br/wp-content/uploads/2022/08/Artigo-2-ATUAC%CC%A7A%CC%83O-DA-ENFERMAGEM-NA-ASSISTE%CC%82NCIA-A%CC%80-SAU%CC%81DE-DA-PESSOA-IDOSA.pdf>.
28. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. Guia de cuidados para a pessoa idosa. Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Gestão do Cuidado Integral. Brasília: Ministério da Saúde, p. 164, 2023. Disponível em: [https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_cuidados\\_pessoa\\_idosa.pdf](https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_cuidados_pessoa_idosa.pdf).
29. Barros, A. J. S.; Lehfel, N. A. S. Fundamentos de metodologia científica. 3. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007. 176 p.



30. Prodanov, C. C.; Freitas, E. C. Metodologia do trabalho científico: métodos e técnicas da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale; 2013. 277 p. Disponível em: <https://www.feevale.br/Comum/midias/0163c988-1f5d-496f-b118-a6e009a7a2f9/E-book%20Metodologia%20do%20Trabalho%20Cientifico.pdf>.
31. Almeida, I. D. A. Metodologia do trabalho científico. Recife: Ed. UFPE; 2021. 51 p.
32. CNS – Conselho Nacional de Saúde. Resolução nº 466. Aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Brasília, DF, 2013. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html).
33. Matos, T. N. F. (org.). Envelhecimento(s), qualidade de vida e bem-estar. A psicologia em suas diversas áreas de atuação 3. Coimbra, Portugal: Atena; 2020. cap. 11, p. 132-144. Disponível em: <https://atenaeditora.com.br/catalogo/ebook/a-psicologia-em-suas-diversas-areas-de-atuacao-3>.
34. Araújo, E. T.; Souza, N. B. Assistência de enfermagem no processo de envelhecimento. Revista Científica Online, Paracatu, v. 11, n. 1, p. 1-20, 2019. Disponível em: [https://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/magazines/ASSISTENCIA\\_DE\\_ENFERMAGEM\\_NO\\_PROCESSO\\_DE\\_ENVELHECIMENTO.pdf](https://www.atenas.edu.br/uniatenas/assets/files/magazines/ASSISTENCIA_DE_ENFERMAGEM_NO_PROCESSO_DE_ENVELHECIMENTO.pdf).
35. Barbosa, T. C. P.; Bessa, A. M.; Assis, F. O.; Rezende e Silva, F. M.; Santos, R. C.; ANDRADE, S. N. Contribuição de acadêmicos de enfermagem na melhoria da qualidade de vida de idosos institucionalizados: revisão. Revista Nursing, edição brasileira, v. 23, p. 4711-4716, 2020. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/970/1108>.
36. Amendoeira, J. (org.). Saúde Individual e Comunitária - A Saúde no centro da transdisciplinaridade para a promoção da Qualidade de Vida. Centro de Investigação em qualidade de vida (CIEQV): Instituto Politécnico de Santarém, Instituto Politécnico de Leiria, jun. 2022. cap. 5, p. 129-140. Disponível em: <https://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/4102/1/saude-individual-e-comunitaria.pdf>.
37. Furtuoso, M. S. S.; Torres, N. K. N. B.; Santos, D. C. Envelhecimento e a importância da assistência de enfermagem à saúde do idoso: uma revisão integrativa. Revista Foco, Curitiba, v. 16, n. 11, p. e3490 (01-18), 2023. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/3490/2389>.