

## TERCEIRA IDADE: O PAPEL DO ENFERMEIRO NA PROMOÇÃO E QUALIDADE DE VIDA PARA O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL.

Avanielia Miranda Costa<sup>1</sup>; Udyllânea Alves da Silva<sup>1</sup> Albenice Vieira de Araújo<sup>1</sup>; Anny Catharine de Lima <sup>2</sup>; Maine Virginia Alves Confessor<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Maurício de Nassau Campina Grande-  
enfermagem.cg@mauriciodenassau.edu.br ; <sup>2</sup> Graduanda em Ciências biológicas pela Universidade Estadual da  
Paraíba( UEPB) [direção@ccbs.uepb.edu.com.br](mailto:direção@ccbs.uepb.edu.com.br); <sup>3</sup> Mestre em Biologia pela Universidade de Coimbra, Portugal e  
Docente no curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande FCM/UNIFACISA

### Resumo

O processo de envelhecimento é marcado por várias etapas que se concretizam no decorrer da vida, é um processo que ocorre naturalmente e por mudanças físicas, psicológicas e sociais, que acometem cada indivíduo de forma particular. Este trabalho objetivou destacar o papel do enfermeiro na promoção e qualidade de vida para o envelhecimento saudável dos idosos, no sentido de direcionar a tomada de decisões na tentativa de mobilizar o compromisso de melhoria do cuidado em saúde e possibilitar a definição de estratégias que promovam e fortaleçam a interação da equipe de enfermagem com o paciente. Foram selecionados 15 artigos, obtidos através das principais bases, tais como: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), publicados no período de 2006 a 2016, além da caderneta de atenção básica do Ministério da Saúde e o livro de Dantas e Vaz ( 2014). Os artigos foram submetidos à leitura analítica na busca da compreensão do conteúdo, bem como a constatação de que apresentavam informações relevantes para a análise da temática em estudo. São atribuições do enfermeiro, para proporcionar um envelhecimento saudável: realizar a atenção integral às pessoas idosas, assistência domiciliar quando necessário consulta de enfermagem - incluindo a avaliação multidimensional rápida - e instrumentos complementares, se necessário, bem como orientar ao idoso, aos familiares e/ou cuidadores sobre a correta utilização dos medicamentos, alimentos e exercícios físicos, enfatizando seus benefícios. Conclui-se que o enfermeiro desempenha um papel importante no cuidado do idoso, criando vínculo entre o serviço de saúde e o paciente com acolhimento, orientação, sensibilização e prevenção da doença para um envelhecimento saudável.

**Palavra chave:** Envelhecimento saudável; Enfermagem; Idosos.

### INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento é marcado por várias etapas que se concretizam no decorrer da vida, é um processo que ocorre naturalmente e por mudanças físicas, psicológicas e sociais, que acometem cada indivíduo de forma particular, com sobrevida prolongada, mas podendo levar a uma série de alterações em cada organismo (SANTOS e MONTEIRO, 2014).

Dias (2007) relata que o envelhecimento é um processo multifatorial, ou seja, cada indivíduo tem sua maneira própria de envelhecer. Deste modo, o processo de envelhecimento é um conjunto de fatores que vai além do fato de ter 60 anos ou mais. Devem-se levar em consideração as condições biológicas, que está intimamente relacionada com a idade cronológica, traduzindo-se por: declínio de hormônio de todo conjunto orgânico, tornando-se este processo mais acelerado quanto

maior a idade; condições sociais variadas de acordo com o momento histórico e cultural; condições econômicas marcadas pela aposentadoria; em muitos casos as faculdades cognitivas começam a falhar, apresentando problemas de memória, atenção, orientação e concentração; e funcionalmente pode haver perda da independência e autonomia, precisando de ajuda para desempenhar suas atividades básicas do dia-a-dia (PASCHOAL, 1996; MAZO, et. al. 2007 apud Dias, 2007).

O envelhecimento populacional é uma resposta à mudança de alguns indicadores de saúde, especialmente a queda da fecundidade e da mortalidade e o aumento da esperança de vida. Não é um processo homogêneo para todos os seres humanos, sofrendo influência dos processos de discriminação e exclusão associados ao gênero, à etnia, ao racismo, às condições sociais e econômicas, à região geográfica de origem e à localização de moradia (BRASIL, 2006).

No Brasil, é definida como idosa a pessoa que tem 60 anos ou mais de idade. Dentro desse grupo, os denominados “mais idosos, muito idosos ou idosos em velhice avançada” (acima de 80 anos), também vêm aumentando proporcionalmente e de maneira mais acelerada, constituindo o segmento populacional que mais cresce nos últimos tempos, sendo hoje mais de 12% da população idosa (BRASIL, 2010).

Observa-se que um dos grandes desafios para a área da saúde é conseguir derrubar os paradigmas de uma sociedade. Outro é trabalhar o indivíduo em sua totalidade com a percepção de que todos os fatores relacionados ao estilo de vida e o ambiente que estão estabelecidos se entrelaçam e determina o bem-estar tão desejado, e conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida (SANTOS E MONTEIRO, 2014).

É nesta conjuntura e por lidar e acompanhar diretamente o paciente seja nas Unidades Básicas de Saúde como também nos hospitais, que o enfermeiro deve priorizar o trabalho educativo e preventivo desde criança até a terceira idade, pois é com a chegada da senilidade que se instalam as principais doenças crônicas e não transmissíveis (DCNT) (SANTOS et.al.; 2014 P.23). A ferramenta mais importante do trabalho da enfermagem é o cuidar, este é o foco da sua ação e possui um alcance muito além do atendimento às necessidades básicas (BRASIL, 2006).

O enfermeiro lida com inúmeros elementos do cotidiano do ser humano, considerando desde a percepção e expectativa subjetivas sobre a vida, até questões mais deterministas como o agir clínico frente a doenças e enfermidades. Neste cenário, este trabalho objetivou destacar o papel do enfermeiro na promoção e qualidade de vida para o envelhecimento saudável dos idosos, no sentido de direcionar a tomada de decisões na tentativa de mobilizar o compromisso de melhoria do

cuidado em saúde e possibilitar a definição de estratégias que promovam e fortaleçam a interação da equipe de enfermagem com o paciente.

## **METODOLOGIA**

Este estudo trata-se de uma revisão bibliográfica que tem caráter descritiva, analítica e retrospectiva abordando a temática do papel do enfermeiro na promoção e qualidade de vida para o envelhecimento saudável. Inicialmente foram selecionados 15 artigos, obtidos através das principais bases, tais como: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), publicados no período de 2006 a 2016, além da caderneta de atenção básica do Ministério da Saúde e o livro de Dantas e Vaz ( 2014). Os descritores utilizados foram: saúde do idoso, cuidados de enfermagem, envelhecimento saudável e promoção da saúde. Os artigos foram submetidos à leitura analítica na busca da compreensão do conteúdo, bem como a constatação de que apresentavam informações relevantes para a análise da temática em estudo. Posteriormente, foram excluídos da amostra 06 artigos por não possuírem dados que contribuíssem para o alcance dos objetivos da pesquisa, sendo, portanto a amostra final constituída por 09 artigos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A enfermagem é conhecida como a arte de cuidar e está totalmente inserida no contexto da Educação em Saúde, onde o Enfermeiro é um instrumento de fundamental importância na promoção da saúde, assumindo o papel do educador levando informações, realizando ações educativas em parceria com demais segmentos da sociedade, sendo transformador e proporcionando conhecimento, permeando assim que os indivíduos sejam capazes de adotar práticas de saúde e consequentemente melhor qualidade de vida (DANTAS e VAZ, 2013).

É papel de o enfermeiro realizar consulta de enfermagem, incluindo a avaliação multidimensional rápida e instrumentos complementares, se necessário, solicitando exames complementares e prescrevendo medicações, conforme protocolos ou outras normativas técnicas estabelecidas pelo gestor municipal, observadas as disposições legais da profissão (BRASIL, 2006).

No Brasil, as enfermeiras têm utilizado o processo de enfermagem como método para sistematizar assistência de enfermagem em diferentes níveis e áreas de atenção à saúde. Esta sistematização da assistência de enfermagem é regulamentada segundo a Resolução COFEN Nº 358/2009, que determina a aplicação do processo de enfermagem de modo deliberado e sistêmico, em todos os ambientes, públicos ou privados, em que ocorre o cuidado profissional de Enfermagem,

a partir de suas cinco fases: coleta de dados, diagnóstico de enfermagem, planejamento de enfermagem, implementação e avaliação COFEN (2009, apud; DANTAS E VAZ 2013).

De acordo com Dantas e Vaz (2013), os hábitos de vida saudáveis envolvendo alimentação equilibrada, atividade física regular, ausência de vícios como tabagismo, alcoolismo, promovem um aumento de longevidade do idoso, observando-se que esta pratica deve ter sido observada já em sua faixa etária anterior.

Nesta definição, envelhecimento bem-sucedido é mais que ausência de doença e manutenção da capacidade funcional. Ambas são importantes, mas é a sua combinação com o engajamento ativo com a vida que melhor representaria o conceito. (ASSIS 2005) É importante enfatizar, que o bem-estar na velhice seria o resultado de um equilíbrio entre várias dimensões da capacidade funcional do idoso, equilíbrio e combinações de fatores, seja de ordem biológica psicológica ou social (LIMA et al 2012.)

O enfermeiro deve desenvolver estratégias de educação em saúde, é preciso que ele tenha o entendimento integral a respeito de saúde e de qualidade de vida, valorizando a história de vida da população, estimulando a autoconfiança, praticando a solidariedade e desenvolvendo atitudes e práticas de cidadania, expandindo o conhecimento científico para cooperar na construção de um pensamento mais crítico (MARTINS E ALBUQUERQUE, 2006).

Reforçar essa concepção do papel do enfermeiro como educador e agente de transformação social, portanto, deve ser uma constante, visto que a educação permanente em saúde deve ser parte integrante do escopo profissional (MARTINS E ALBUQUERQUE, 2006).Torna-se fundamental que a Enfermagem não esteja focada somente na assistência ao idoso portador de doenças, mas que atue também na promoção, manutenção e recuperação da saúde desse ser humano proporcionando um envelhecimento saudável (SANTOS E MONTEIRO, 2014).

Observou-se nos estudos pesquisados que as principais ações de enfermagem frente à promoção da qualidade de vida dos idosos são de ajudar o paciente a identificar suas necessidades frente aos problemas reais e potenciais decorrentes de patologias crônicas, implementando ações educativas que promovam melhoria na sua qualidade de vida (SANTOS et. al. 2011, apud; SARAIVA E QUEIROZ 2014). Outras atribuições podem ser relativas ao conhecimento da legislação nacional e políticas públicas voltadas às pessoas idosas, de forma a difundir-las entre os próprios idosos, família e comunidade.

A enfermagem como uma das profissões que tratam do cuidado dos sujeitos, deve mobilizar-se para favorecer que os indivíduos alcancem o cuidado de si, numa intenção ou um

objetivo que permeia ou deveria permeiar as relações entre a enfermagem e os pacientes (LUNARDI, 1999 apud; KUZNIER, 2007).

De acordo com a caderneta do idoso (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006) são varias as atribuições do enfermeiro para proporcionar um envelhecimento saudável, realizando atenção integral às pessoas idosas, assistência domiciliar quando necessário, consulta de enfermagem incluindo a avaliação multidimensional rápida e instrumentos complementares se necessário e orientar ao idoso, aos familiares e/ou cuidadores sobre a correta utilização dos medicamentos, alimentos e exercícios físicos bem como seus benefícios.

Outro aspecto é o trabalho da enfermagem com multidisciplinaridade sendo de suma importância o papel do educador físico na prática de atividades físicas na terceira idade, em especial os exercícios que agem revertendo perdas como a da massa óssea e força muscular são os mais eficazes, já que contribuem tanto para uma maior autonomia funcional, quanto mental. A prática do exercício físico ao longo de toda vida é muito importante, sendo estimulado pela enfermagem, contribuindo para que os idosos sintam-se independentes em suas atividades cotidianas, afastando o risco de morte por doenças crônicas (CIVINSKI; MONTIBELLER; BRAZ, 2011; BRASIL, 2017 apud; DANTAS e VAZ, 2013).

## **CONCLUSÃO**

O enfermeiro desempenha um papel importante no cuidado do idoso, criando vínculo entre o serviço de saúde e o paciente com acolhimento, orientação, sensibilização e prevenção da doença para um envelhecimento saudável. São as ações do enfermeiro que influenciam na vida do idoso e ate mesmo na vida de seus familiares, já que essas têm o poder de facilitar e até mesmo melhorar a qualidade de vida dos mesmos. A enfermagem especializada no cuidar surge com a perspectiva de promover a conscientização de que o processo de amadurecimento torna-se sadio à medida que o indivíduo adota um estilo de vida saudável e entende que o fato de envelhecer não o priva de exercer suas atividades.

## **REFERÊNCIAS**

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Caderno de Atenção Básica - Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília, 2006.

DANTAS E VAZ. et al. Melhor Idade: estudos com enfoque no envelhecimento com qualidade- Campina Grande: EPGRF, 2013.

DIAS, UNIVERSIDADE DO VALE DO ITAJAI. O processo de envelhecimento humano e a saúde do idoso nas práticas curriculares do curso de fisioterapia da UNIVALI campus Itajaí: um estudo de caso. 2007. Acesso em 25 de agosto de 2017. Disponível em: <http://siaibib01.univali.br/pdf/Alexsandra%20Marinho%20Dias.pdf>

SANTOS, e MONTEIRO et al. O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável 2014. Acesso em 01 de setembro de 2017. Disponível em: [http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/espacoparasaude/article/viewFile/11761/pdf\\_27](http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/espacoparasaude/article/viewFile/11761/pdf_27)

ASSIS, envelhecimento ativo e promoção da saúde: reflexão para as ações educativas com idosos 2005. Acesso em: 03 de setembro de 2017. Disponível em: <http://www.ufjf.br/nates/files/2009/12/Envelhecimento.pdf>

SARAIVA e QUEIROZ et al. O enfermeiro e a promoção da qualidade de vida aos idosos: uma revisão 2014. Acesso em 04 de setembro de 2017. Disponível em: [http://www.unigran.br/interbio/paginas/ed\\_anteriores/vol8\\_num1/arquivos/artigo6.pdf](http://www.unigran.br/interbio/paginas/ed_anteriores/vol8_num1/arquivos/artigo6.pdf)

KUZNIER, O significado do envelhecimento e do cuidado para o idoso hospitalizado e as possibilidades do cuidado de si 2007. Acesso em: 04 de agosto de 2017. Acesso em: [http://www.saude.ufpr.br/portal/ppgenf/wp-content/uploads/sites/9/2016/02/16\\_O-significado-do-envelhecimento-e-do-cuidado-para-o-idoso-hospitalizado-e-as-possibilidades-do-cuidado-de-si.pdf](http://www.saude.ufpr.br/portal/ppgenf/wp-content/uploads/sites/9/2016/02/16_O-significado-do-envelhecimento-e-do-cuidado-para-o-idoso-hospitalizado-e-as-possibilidades-do-cuidado-de-si.pdf).

LIMA et al. 2012. O idoso frente ao processo de envelhecimento: produção científica em periódicos online no âmbito da saúde 2012. Acesso em 06 de setembro de 2017. Disponível em: <http://apps.cofen.gov.br/cbcenf/sistemainscricoes/arquivosTrabalhos/I41303.E10.T7193.D6AP.pdf>

MARTINS e ALBUQUERQUE et al. Necessidades de educação em saúde dos cuidadores de pessoas idosas no domicílio 2006. Acesso em 08 de setembro de 2017. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is\\_digital/is\\_0407/pdfs/IS27\(4\)113.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0407/pdfs/IS27(4)113.pdf)