

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

### EDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE: OS BENEFÍCIOS OFERECIDOS NA QUALIDADE DE VIDA DOS IDOSOS

### EDUCATION AND HEALTH PROMOTION: THE BENEFITS OFFERED IN THE QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY

Thayna Rafaelly Caldas Silva<sup>1</sup>  
 Maria Nauside Pessoa da Silva<sup>2</sup>  
 Francisca Mairana Silva de Sousa<sup>3</sup>  
 Bruna Altino Rodrigues<sup>4</sup>  
 Ana Cristina Sousa Gramoza Vilarinho Santana<sup>5</sup>

#### RESUMO

Atualmente o Brasil e o mundo passam por uma transição demográfica em relação ao envelhecimento populacional. A promoção de saúde dos idosos nesse cenário é de extrema relevância e necessita de uma visão ampla na qual busca-se o entendimento como que a educação pode ampliar a promoção da saúde dos idosos, e assim garantir uma maior qualidade de vida. A revisão da literatura foi adotada nesse trabalho como método de agrupamento dos dados e síntese do conhecimento acerca da temática proposta, de modo a responder a seguinte questão norteadora: Como a educação e promoção da saúde podem trazer benefícios e garantir uma melhor qualidade de vida aos idosos? Os resultados do artigo destacam que o envelhecimento da população traz desafios e oportunidades de se aprimorar a proposta de educação em saúde a essa população. Além disso, a atenção primária traz uma resolutividade dos problemas devolvendo a autonomia aos idosos através de práticas educativas de saúde. Conclui-se então, que a educação em saúde para os idosos é de extrema importância, pois contribui para a promoção da qualidade de vida e a prevenção de doenças. Através dela, os idosos podem adquirir conhecimentos sobre hábitos saudáveis, autocuidado, prevenção de doenças, e ainda aprender a lidar com as limitações físicas e emocionais que surgem com o envelhecimento.

**PALAVRAS-CHAVE:** Serviços de Saúde Para Idosos”, “Saúde do Idoso”, “Qualidade de Vida.

#### ABSTRACT

Brazil and the world are currently going through a demographic transition in relation to population aging. Promoting the health of the elderly in this scenario is extremely important and requires a broad vision in which we seek to understand how education can expand the promotion of health for the elderly, and thus guarantee a greater quality of life. The literature review was adopted in this work

1Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Tecnologia de Teresina (CET). E-mail: thaynacaldas0@gamil.com. <https://lattes.cnpq.br/2353036381951375>

2Graduada em Licenciatura plena em Ciências biológicas pela Universidade Estadual do Piauí (UESPI), Mestra em Engenharia de Materiais (IFPI). Atualmente, é professora da educação básica (SEDUC-PI) e dos cursos de bacharelado em Biomedicina, Farmácia, Enfermagem e Medicina da Faculdade CET. E-mail: mairanassousa@hotmail.com. <http://lattes.cnpq.br/2431577457935556>

3 Graduada em Enfermagem e Teologia. Mestra em Saúde da Família (UNINOVAFAP). Doutorado em Biotecnologia da Saúde-Universidade Federal do Piauí. Docente Centro de Educação Tecnológica de Teresina – CET e Centro Universitário Maurício de Nassau Teresina Sul. E-mail: nauside@yahoo.com.br <http://lattes.cnpq.br/8915830305187347>

4 Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Tecnologia de Teresina (CET). E-mail: brunars1310@gmail.com <https://lattes.cnpq.br/4184227078735729>

5 Graduada em Farmácia pela Universidade Federal do Piauí, Mestre em Ciências Farmacêuticas (UFPI) e Doutora em Inovação Terapêutica (UFPE). Atualmente é Professora Colaboradora do Programa de Pós-graduação em Ciências Farmacêuticas (UFPI) e Professora dos cursos de Farmácia da Faculdade CET e da UNINASSAU. E-mail: <http://lattes.cnpq.br/0125271548919118>

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

as a method of grouping data and synthesizing knowledge about the proposed theme, in order to answer the following guiding question: How can education and health promotion bring benefits and guarantee a better quality of life for people? elderly? The results of the article highlight that the aging of the population brings challenges and opportunities to improve the health education proposal for this population. Furthermore, primary care brings resolution to problems, restoring autonomy to the elderly through educational health practices. It is therefore concluded that health education for the elderly is extremely important, as it contributes to promoting quality of life and preventing diseases. Through it, elderly people can acquire knowledge about healthy habits, self-care, disease prevention, and even learn to deal with the physical and emotional limitations that arise with aging.

**KEYWORDS:** Health Services for the Elderly”, “Elderly Health”, “Quality of Life.

### 1. INTRODUÇÃO

Atualmente o Brasil e o mundo passam por uma transição demográfica em relação ao envelhecimento populacional. Na medida em que a transição demográfica desenha um novo cenário social, no qual o envelhecimento deve ser devidamente ressignificado, faz-se-necessário, a assistência à saúde do idoso vista de forma ampla, pois como diz os versos de Carlos Drumont esses são “Os ombros que suportam o mundo” (Freitas et al., 2022).

O processo de envelhecimento da população pode ocorrer de diversas formas, seja o idoso vivendo de forma solitária, em um ambiente familiar, em clínicas geriátricas ou hospitalizado. Independentemente da condição em que se encontre, é fundamental garantir a humanização, acolhimento, atenção, respeito e conforto aos idosos, especialmente aqueles que são mais vulneráveis e dependem da ajuda de outras pessoas para realizar tarefas do dia a dia, sejam elas simples ou complexas (Albuquerque et al., 2023).

A promoção de saúde dos idosos é de extrema relevância e necessita de uma visão ampla na qual busca-se o entendimento como que a educação pode ampliar a promoção da saúde dos idosos, e assim garantir uma maior qualidade de vida. Sendo que é necessário desenvolver um conjunto de ações educativas baseadas na promoção da saúde para que todos os idosos possam adquirir as condições necessárias para estar inserido nesse contexto, e através de todas as atividades de ações conseguir se encaixar no padrão mínimo esperado que é o de ter uma qualidade de vida boa, no qual busca-se alinhar a vida social e a pessoal, visando sempre o bem estar e a longevidade (Couto et al., 2023).

Sob essa perspectiva ressalta-se que a terceira idade é uma etapa da vida na qual precisa-se de muita atenção de toda a família, para que os idosos possam ser acompanhados pelos órgãos e setores de saúde e serviços sociais no qual são disponibilizados pelos municípios, com a finalidade de proteger a integridade física e mental dos idosos (Santos et al., 2023).

Fatores ao longo da vida, como problemas pessoais, sociais e ambientais, são necessários para manter a qualidade de vida, ser ativo e independente e manter a capacidade funcional do corpo. O envelhecimento não é uma tarefa fácil. No entanto, apesar da rapidez com que o corpo envelhece, é possível influenciar e reverter o processo por meio de ações pessoais e promoções de saúde que incentivam um estilo de vida saudável e um ambiente favorável (Folador et al., 2023).

Ao se conceber que é importante envelhecer com qualidade de vida e segurança, para que através das muitas ações que a saúde promove garantir aos idosos que o estilo de vida deve ser

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

saudável, e isso implica em ter um estilo de vida ativo, com autonomia, inserindo exercícios físicos, alimentação equilibrada e cuidados com a saúde mental, sendo importante adotar estratégias fundamentais para assegurar que o envelhecimento será ativo e saudável (Freitas et al., 2022)

Sabe-se que o envelhecer não torna o indivíduo incapaz, e sim inserir novas maneiras de desfrutar da vida com segurança e qualidade, apenas se atendo as essas mudanças e colocando mais atenção em todas as ações e atividades que são realizadas, pois ao envelhecer o indivíduo adquire sabedoria e conhecimento, e assim reforça que o envelhecimento pode e deve ser uma fase repleta de potencial para crescimento aprendizado e contribuição (Souza et al., 2023)

Nesse aspecto é importante enfatizar que o presente artigo se justifica pela relevância e importância de garantir uma vida saudável e de qualidade para a população idosa e ancora como objetivo principal analisar os métodos de educação em saúde que podem ser usados com os idosos para garantir uma maior qualidade de vida e compreender que as atividades realizadas nos serviços de saúde para atender as necessidades da pessoa idosa, visando promover uma maior longevidade, e assim garantir que uma maior dignidade.

### 2. MÉTODO

A revisão da literatura foi adotada como método de agrupamento dos dados e síntese do conhecimento acerca da temática proposta, de modo a responder a seguinte questão norteadora: Como a educação e promoção da saúde podem trazer benefícios e garantir uma melhor qualidade de vida aos idosos? Este tipo de revisão constitui método de pesquisa para elaboração de síntese de conhecimento produzido por estudos já publicados e possibilita obter conclusões sobre determinado objeto de estudo ou temática, subsidiando a tomada de decisão nas práticas diárias, além de apontar lacunas no conhecimento que devem ser preenchidas com novas pesquisas (Souza et al., 2017; Mendes; Silveira; Galvão, 2008).

A busca foi conduzida em três importantes bases de dados, LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde), BDEFN (Literatura técnico-científica brasileira de Enfermagem) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online) a partir do uso de descritores em Ciência da Saúde (DeCS): “Serviços de saúde para idosos”, “Assistência Integral a Saúde do idoso”, “Qualidade de Vida”.

Com o propósito de encontrar artigos relacionados à temática, este trabalho teve como critérios de inclusão: artigos científicos disponíveis na íntegra, publicados no período de 2020 a 2023, sendo selecionados os trabalhos escritos em língua portuguesa. Como critérios de exclusão: Outras formas de publicação que não fossem artigos científicos como teses, informes científicos, resenhas críticas e monografias, artigos científicos incompletos e que ultrapassassem o período proposto.

Para seleção dos artigos, realizou-se uma primeira análise dos títulos e resumos, sendo então excluídos aqueles que não se relacionavam com o objeto de estudo; seguiu-se com a segunda análise, a partir da leitura na íntegra dos artigos que se aproximaram em responder à pergunta norteadora, o que possibilitou definir a amostra final.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

Durante a realização da leitura dos artigos, buscou-se a apreensão das ideias centrais e a estrutura de significados, originaram outras temáticas como: A Promoção da Saúde da Pessoa Idosa através da Educação; Educação em saúde como alternativa para promover a saúde do idoso; Benefícios da educação em saúde na promoção de estilo de vida saudável.

A última etapa da análise constitui-se da interpretação dos dados coletados frente ao referencial teórico referente a temática pesquisada os quais serão apresentados em forma de quadro.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram eleitos 11 artigos científicos que versavam sobre o título da pesquisa: Educação e Promoção da Saúde: Os Benefícios Oferecidos aos Idosos na Garantia da Qualidade de Vida. A seguir, é apresentada no Quadro 1 a relação de artigos selecionados de acordo com seu autor, ano, título do artigo, objetivo e resultados.

**Quadro 1- Artigos Selecionados Como Amostra de Estudo**

Autores/Ano	Título	Objetivo do Estudo	Resultados
<b>Gomes, F.R.H et al., 2019</b>	Autopercepção de saúde associada à percepção de qualidade de vida em idosas praticantes de atividade física de Ponta Grossa, Paraná, Brasil	Verificar a associação da autopercepção de saúde com qualidade de vida de idosas que praticam atividade física	Os resultados mostraram que as idosas apresentaram uma boa autopercepção de saúde, com a maioria considerando sua saúde como boa ou muito boa. Além disso, a prática de atividade física foi associada a uma melhor percepção de qualidade de vida, especialmente nos aspectos de saúde física e mental.
<b>Tavares, D.M.S et al., 2019</b>	Atividades avançadas de vida diária entre idosos: fatores preditores	Caracterizar os idosos e descrever o nível nas atividades avançadas de vida diária; identificar a mudança entre os níveis de atividade (melhora, estabilidade, piora) e identificar os preditores de mudanças nos níveis de atividades avançadas de vida diária.	A identificação dos preditores de mudança nas atividades avançadas de vida diária e das características dos grupos de piora e melhora podem direcionar intervenções precoces em saúde.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

<p><b>Placideli, N et al., 2021</b></p>	<p>Modelos de atenção integral para idosos no mundo: revisão da literatura</p>	<p>Analisar a produção científica mundial que tiveram como objeto de estudo demonstrar a implementação de modelos de atenção integral ao idoso</p>	<p>Esta pesquisa aponta a necessidade da construção de modelos de atenção integral que contemplem as diversas demandas dos idosos e que sejam integrados com a articulação entre serviços de saúde e sociais, para o avanço da promoção do envelhecimento ativo e na sustentabilidade ao longo do tempo de tais propostas.</p>
<p><b>Souza, G.A et al., 2022</b></p>	<p>“Minha vida é me cuidar”: itinerários terapêuticos de cuidado para a pessoa idosa em processo de fragilização</p>	<p>Compreender a percepção de pessoas idosas em processo de fragilização sobre seus itinerários terapêuticos de cuidados.</p>	<p>Em suas trajetórias, deparam-se com a falta de políticas de cuidados, com o enquadramento de seus corpos como indesejáveis, com barreiras físicas, simbólicas, comunicacionais, atitudinais, sistemáticas, culturais e políticas.</p>
<p><b>Freitas, M.A et al., 2022</b></p>	<p>O Enfermeiro No Cuidado À Pessoa Idosa: Construção Do Vínculo Na Atenção Primária À Saúde</p>	<p>Compreender como o enfermeiro na Estratégia de Saúde da Família constrói o vínculo profissional com a pessoa idosa.</p>	<p>Os resultados apontam a importância de reconhecer o território de atuação, aprimorar a escuta sensível para questões do envelhecimento, valorizar a individualidade da pessoa idosa e seu contexto, a necessidade de trabalhar com parcerias intersetoriais e entre a equipe multiprofissional realizando atividades coletivas de promoção e prevenção da saúde, visando a qualidade no cuidado.</p>
<p><b>Washington,</b></p>	<p>Programas baseados em evidência para um cuidado integrado</p>	<p>Melhorar ou manter a capacidade intrínseca das</p>	<p>Melhora da qualidade de vida da pessoa idosa: os programas baseados em evidência para um cuidado integrado e centrado na pessoa idosa na atenção primária à saúde têm</p>

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

<b>D.C., 2022</b>	e centrado para a pessoa idosa na atenção primária à saúde	pessoas idosas na comunidade.	sido associados a uma melhora significativa na qualidade de vida dos pacientes, proporcionando um atendimento mais adequado e personalizado.
<b>Santos, E.M.A.L et al., 2023</b>	Saúde Do Idoso Na Atenção Primária: Garantia Na Qualidade De Vida	Identificar essas políticas públicas e verificar se os profissionais de saúde da atenção primária as utilizam	A atenção primária traz uma resolutividade dos problemas devolvendo a autonomia aos idosos através de práticas educativas de saúde.
<b>Folador, C.E et al., 2023</b>	Importância Da Qualidade De Vida Na Saúde Do Idoso: Uma Revisão Integrativa	Identificar a importância da qualidade de vida na saúde do idoso.	Os resultados indicaram que os idosos que apresentam níveis mais baixos de qualidade de vida em comparação com idosos que não estão nessa situação. Além disso, foi observado que a falta de apoio social adequado pode aumentar ainda mais a vulnerabilidade desses idosos, tornando mais difícil lidar com as demandas do cuidado e contribuindo para o seu isolamento social.
<b>Couto, V.R.V et al., 2023</b>	Qualidade de vida da pessoa idosa	Conhecer a percepção de Qualidade de Vida dos idosos institucionalizados.	Um dos principais resultados apontados foi a importância da autonomia e independência da pessoa idosa para a sua qualidade de vida. Foi observado que os idosos que tinham mais liberdade para tomar as suas próprias decisões e participar ativamente nas atividades diárias da instituição apresentavam maior satisfação e bem-estar.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

<b>Albuquerque, D.S et al., 2023</b>	Envelhecimento, Sentido De Lugar E Planejamento Urbano: Facilitadores E Barreiras	Explorar como moradores idosos de três localidades constroem seu sentido de lugar, pela identificação das oportunidades disponíveis em seu local de moradia, dos facilitadores e das barreiras enfrentadas diariamente e das demandas para a construção de um ambiente que favoreça o envelhecimento ativo.	Os resultados do artigo destacam que o envelhecimento da população traz desafios e oportunidades para o planejamento urbano. O sentido de lugar, ou seja, a relação emocional e afetiva das pessoas com o local em que vivem, desempenha um papel importante no bem-estar dos idosos.
<b>Yazawa, M.M et al., 2023</b>	Qualidade de vida e apoio social de pessoas idosas cuidadoras e receptoras de cuidado em alta vulnerabilidade social	Comparar a qualidade de vida e o apoio social entre pessoas idosas cuidadoras e receptoras de cuidado	Pessoas idosas cuidadoras apresentaram menores escores de apoio material e melhor percepção do domínio físico da escala de qualidade de vida em comparação às receptoras de cuidado.

Fonte: Elaborado pela autora (2024)

Após a leitura dos estudos selecionados, e levando em consideração o contexto da educação e promoção da saúde e os benefícios oferecidos na qualidade de vida dos idosos, ressaltando os principais resultados encontrados a fim de sintetizá-los e direcionando os resultados a uma prática fundamentada em conhecimento científico, emergiram temas comuns organizados em três categorias temáticas: Promoção da saúde da pessoa idosa por meio da educação em saúde; benefícios da educação em saúde na promoção de estilo de vida saudável da pessoa idosa e estratégias de educação em saúde adotadas para melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa.

### 3.1 Promoção da Saúde da Pessoa Idosa por Meio da Educação em Saúde

Com relação aos achados no estudo, nota-se que a melhoria da saúde dos idosos através da educação em saúde é crucial para garantir uma qualidade de vida adequada nessa fase da vida. Por meio de programas educativos e campanhas de conscientização, é viável orientar os idosos sobre a relevância de hábitos saudáveis, prevenção de doenças, cuidados com a alimentação, prática de exercícios físicos e outros aspectos que promovem o bem-estar geral (Yazawa *et al.*, 2023).

Adicionalmente Santos *et al.*, 2023, enfatizam que a educação em saúde também pode abordar tópicos como o uso adequado de medicamentos, prevenção de quedas, cuidados com a saúde mental e emocional, entre outros. Essas informações são fundamentais para que os idosos possam fazer escolhas mais conscientes e melhorar sua qualidade de vida.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

Seguindo o mesmo raciocínio Folador *et al.*, 2023 afirma que é essencial destacar que a promoção da saúde dos idosos por meio da educação em saúde que deve ser feita considerando as necessidades específicas desse grupo populacional, como a diminuição da capacidade cognitiva e autonomia. Dessa maneira, é viável incentivar um envelhecimento saudável e ativo, contribuindo para preservar a saúde e o bem-estar dos idosos.

### 3.2 Benefícios da Educação em Saúde na Promoção de Estilo de Vida Saudável da Pessoa Idosa.

A educação em saúde é uma ferramenta fundamental na promoção do estilo de vida saudável da pessoa idosa, pois fornece informações e orientações que contribuem para a melhoria da sua qualidade de vida. Alguns benefícios da educação em saúde na promoção do estilo de vida saudável da pessoa idosa são destacados a seguir por Couto *et al.*, 2023 e Tavares *et al.*, 2019. Conscientização sobre hábitos saudáveis: Ao receber orientações sobre a importância da alimentação equilibrada, da prática de atividades físicas regulares e da adoção de medidas preventivas, a pessoa idosa se torna mais consciente dos hábitos que influenciam a sua saúde. Prevenção de doenças: Através da educação em saúde, a pessoa idosa aprende a identificar os fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares, e a adotar medidas para prevenir o seu surgimento.

Gomes *et al.*, 2019; Placideli *et al* 2021 e Souza *et al.*, 2022 já destacam a melhoria da qualidade de vida: O conhecimento adquirido por meio da educação em saúde permite que a pessoa idosa tome decisões mais conscientes e saudáveis em relação à sua saúde e bem-estar, o que contribui para a melhoria da sua qualidade de vida. Autonomia e independência: Ao ter acesso a informações sobre os cuidados com a saúde e a prevenção de doenças, a pessoa idosa se torna mais autônoma e independente, podendo cuidar de si mesma de forma mais eficaz e fazer escolhas que promovam o seu bem-estar.

A luz dos demais autores Albuquerque *et al.*, 2022 contribui falando da promoção do envelhecimento saudável: A educação em saúde ajuda a pessoa idosa a compreender os processos naturais do envelhecimento e a adotar estratégias que contribuam para um envelhecimento saudável e ativo, preservando a sua autonomia e qualidade de vida.

Desta forma, a educação em saúde desempenha um papel fundamental na promoção do estilo de vida saudável da pessoa idosa, fornecendo informações e orientações que favorecem a sua saúde e bem-estar, contribuindo para um envelhecimento mais saudável e ativo.

### 3.3 Estratégias de Educação em Saúde Adotadas para Melhoria da Qualidade de Vida da Pessoa Idosa

Para uma boa compreensão da importância da educação em saúde boas estratégias devem ser adotadas e Freitas *et al.*, 2022 aponta que palestras educativas: Realização de palestras sobre temas relacionados à saúde e bem-estar da pessoa idosa, como alimentação saudável, atividade física, prevenção de quedas, cuidados com a medicação, entre outros. Oficinas e cursos: Oferecimento de oficinas e cursos práticos para a pessoa idosa aprender novas habilidades e

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

práticas saudáveis, como culinária saudável, atividades físicas adaptadas, meditação e relaxamento, e Grupos de apoio: Criação de grupos de apoio e troca de experiências entre pessoas idosas, para compartilharem suas vivências e se apoiarem mutuamente na busca por uma melhor qualidade de vida.

Washington *et al.*, 2022 aponta como estratégia algo mais lúdico e criativo, mas que gere consciência como atividades físicas: Estímulo à prática regular de atividades físicas adequadas à idade e condição física da pessoa idosa, como caminhadas, alongamentos, dança, yoga. Acompanhamento médico e multiprofissional: Incentivo à realização de consultas médicas regulares e a acompanhamento multiprofissional para a prevenção e tratamento de doenças, promoção da saúde mental e bem-estar emocional. Estímulo às atividades sociais e de lazer: Incentivo à participação em atividades sociais e de lazer, como passeios, eventos culturais, encontros com amigos e família, para estimular a integração social e o bem-estar emocional da pessoa idosa.

Desta forma, é nítido a importância da educação em saúde para a população idosa, tendo em vista, a demanda significativa desse público nas unidades de saúde.

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo conclui-se tendo como objetivo principal destacar a importância da qualidade de vida na saúde do idoso e sua inserção numa visão integral e individualizada, visando auxiliá-lo dentro da sociedade. Os artigos analisados trouxeram abordagens essenciais para o cuidado e atenção aos idosos, com os cuidados a prevenção de doenças. Com o aumento da expectativa de vida da população idosa em todo o mundo, é fundamental que os profissionais de saúde estejam preparados para atender às necessidades crescentes desse grupo, por meio de pesquisas científicas que direcionem ações cada vez mais abrangentes e resolutivas.

Acredita-se que este estudo promove esclarecimentos sobre importantes conceitos de educação e promoção da saúde para uma melhor qualidade de vida da pessoa idosa. No entanto, frisa-se a escassez de estudos sobre essa temática, nos últimos cinco anos, tendo em vista o fato do envelhecimento mundial e suas implicações principalmente na demanda por reestruturação dos sistemas de serviços, sobretudo os de saúde e sociais.

Conclui-se então, que a educação em saúde para os idosos é de extrema importância, pois contribui para a promoção da qualidade de vida e a prevenção de doenças. Através dela, os idosos podem adquirir conhecimentos sobre hábitos saudáveis, autocuidado, prevenção de doenças, e ainda aprender a lidar com as limitações físicas e emocionais que surgem com o envelhecimento.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

### REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, D. et al. ENVELHECIMENTO, SENTIDO DE LUGAR E PLANEJAMENTO URBANO: FACILITADORES E BARREIRAS. **Psicologia em estudo**, v. 28, 2023.

COUTO, V.R.V. Qualidade de vida da pessoa idosa. A Pessoa Idosa institucionalizada em ERPI: Contributo para o envelhecimento saudável. Instituto Politécnico de Viana do Castelo, jan de 2023. Disponível em: Qualidade de vida da pessoa idosa: a pessoa idosa institucionalizada com ERPI: contributo para o envelhecimento saudável | Viana do Castelo; s.n; 20230216. 159 p il., tab.. | BDNF (bvsalud.org).

FREITAS, M.A., COSTA, N.P., ALVAREZ, A.M. O ENFERMEIRO NO CUIDADO À PESSOA IDOSA: CONSTRUÇÃO DO VÍNCULO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. **Cienc Cuid Saude**. 2022;21:e59911. Disponível em: DOI: 10.4025/cienccuidsaude.v21i0.59911.

GOMES, F. R. H., GASPAROTTO, G.S., OLIVEIRA, V., VAGETTI, G. C. (2019). Autopercepção de saúde associada à percepção de qualidade de vida em idosas praticantes de atividade física de Ponta Grossa, Paraná, Brasil. **Revista Kairós-Gerontologia**, 22(3), 349-368. ISSNprint 1516-2567. ISSN e 2176901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2019v22i3p349-368>

MENDES, K.D.S., SILVEIRA, R.C.C.P., GALVÃO, C.M. REVISÃO INTEGRATIVA: MÉTODO DE PESQUISA PARA A INCORPORAÇÃO DE EVIDÊNCIAS NA SAÚDE E NA ENFERMAGEM. *Enferm, Florianópolis*, 2008 Out-Dez; 17(4): 758-64. Disponível em: [scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf](https://scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf)  
Organização Pan-Americana da Saúde. Portfólio: Programas baseados em evidência para um cuidado integrado e centrado para a pessoa idosa na atenção primária à saúde. WASHINGTON, D.C: OPAS; 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.37774/9789275725818>

PLACIDELI, N.; BOCCHI, S. Modelos de atenção integral para idosos no mundo: revisão da literatura. **Physis (Rio de Janeiro, Brazil)**, v. 31, n. 3, 2021.

SANTOS, E. M. A.L., SILVA, R. M., SANTOS, N. A., GUSMÃO, T. L. A., MELO, J. T. S., MORAES, J. C. L. SAÚDE DO IDOSO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: GARANTIA NA QUALIDADE DE VIDA. **REVISTA DIÁLOGOS EM SAÚDE** – ISSN 2596-206X Volume 6 - Número 2 - Jul/agos de 2023.

SOUSA, L.M.M., VIEIRA, C.A.M., SEVERINO, S.S.P., ANTUNES, A.V. A metodologia da revisão integrativa da literatura em enfermagem. *Revista Investigação Em Enfermagem*, 2017. Disponível em: [MetodologiadeRevisaoIntegrativaRIE21\\_17-26.pdf](https://www.repositorio.ufpb.br/bitstream/handle/123456789/17266?sequence=1)

SIQUEIRA, D. S.; DA SILVA, E. F.; FOLADOR, C. E. IMPORTÂNCIA DA QUALIDADE DE VIDA NA SAÚDE DO IDOSO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, p. 62–69, 2023.

SOUZA, G. A. DE; GIACOMIN, K. C.; FIRMO, J. O. A. “Minha vida é me cuidar”: itinerários terapêuticos de cuidado para a pessoa idosa em processo de fragilização. **Ciencia & saude coletiva**, v. 28, n. 9, p. 2637–2652, 2023.

## REVISTA ARTE, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA FACULDADE CET

TAVARES, D.M.S., LAZARINI, F.L., MARMO, F.A.D., MARCHIORI, G.F., OLIVEIRA, J.M., RODRIGUES, F.R. Atividades avançadas de vida diária entre idosos: fatores preditores. **Rev. Eletr. Enferm.**, 2019; 21:53681, 1-8. Disponível em: <https://doi.org/10.52016/ree.v21.53681>.

YAZAWA, M. M. et al. Qualidade de vida e apoio social de pessoas idosas cuidadoras e receptoras de cuidado em alta vulnerabilidade social. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 26, 2023.

