



UNIVERSIDADE ESTADUAL DE FEIRA DE SANTANA

Autorizada pelo Decreto Federal nº 77.496 de 27/04/76

Recredenciamento pelo Decreto nº 17.228 de



25/11/2016

PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

COORDENAÇÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA

XXVIII SEMINÁRIO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UEFS SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA - 2024

DESAFIOS ENFRENTADOS POR PESSOAS IDOSAS NO COTIDIANO: REVISÃO INTEGRATIVA

Lanai Tvelle Nascimento Moreira¹; Márcia Sandra Fernandes dos Santos Lima²

1. Bolsista FAPESB/UEFS, Graduanda em Enfermagem, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: lanait@outlook.com
2. Orientadora, Departamento de Saúde, Universidade Estadual de Feira de Santana, e-mail: marsanlima@gmail.com

PALAVRAS-CHAVE: Pessoa idosa; Desafios cotidianos; Envelhecimento

INTRODUÇÃO

O envelhecimento humano é um processo natural, mas repleto de desafios influenciados por fatores internos e externos, como a urbanização e mudanças socioeconômicas, que têm aumentado a longevidade global (Schneider e Irigaray, 2008). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a população global acima de 60 anos deve crescer significativamente, tornando as doenças crônicas e o bem-estar dos idosos prioridades de saúde pública (NUB, 2014).

O envelhecimento é frequentemente associado à perda de qualidade de vida, e se relaciona com vulnerabilidades decorrentes do declínio físico, socioeconômico e psicossocial. Problemas como saúde debilitada, baixa renda, condições habitacionais precárias, alimentação inadequada e abandono familiar aumentam a vulnerabilidade dos idosos. A maneira como uma pessoa envelhece está ligada aos recursos disponíveis para enfrentar os desafios e à compreensão pessoal do envelhecimento.

O interesse pelo estudo sobre os desafios dos idosos surgiu a partir da experiência acadêmica e prática no cuidado a essa população, buscando contribuir para a promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos. Este estudo tem como principal objetivo identificar os principais desafios enfrentados pelas pessoas idosas em seu cotidiano, com foco nas barreiras que afetam sua qualidade de vida e bem-estar.

Deste modo, este estudo tem como questão de pesquisa: Quais são os desafios enfrentados pelas pessoas idosas cotidianamente mais abordados pela comunidade científica no período de 2014 a 2024? Para responder a essa pergunta, objetivou-se analisar a produção

científica nacional quanto aos desafios enfrentados pelas pessoas idosas no cotidiano.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa que segue seis etapas metodológicas com base no referencial de Mendes, Silveira e Galvão (2008).

A primeira etapa consistiu na definição do tema e na formulação da pergunta norteadora, construída utilizando a estratégia PICO. Na Segunda etapa foi realizada uma busca criteriosa dos artigos nas bases de dados LILACS, BDENF e MEDLINE. Os critérios de inclusão abrangem artigos publicados de janeiro de 2014 a junho de 2024, disponíveis online e em português.

Foram identificados 49 artigos. Após aplicação dos filtros, restaram 26 publicações, das quais 14 foram excluídas após leitura do título e resumo. Após leitura na íntegra, 2 foram excluídos por não se adequarem à pergunta ou à população do estudo. Assim, 10 artigos foram analisados por atenderem aos critérios estabelecidos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O presente estudo analisa os desafios enfrentados pelos idosos no cotidiano, enfatizando o risco de quedas como um dos principais problemas de saúde. Esse fenômeno é impulsionado pela diminuição da força muscular e problemas de equilíbrio, sendo classificado como um problema de saúde pública devido às possíveis lesões que comprometem a qualidade de vida. Fatores como condições ambientais e mudanças fisiológicas, estão associados a essas quedas. Para preveni-las, recomenda-se a prática de exercícios físicos regulares voltados para o fortalecimento e o equilíbrio (Nascimento, 2019).

Outro desafio abordado é a dor crônica, que se intensifica com a idade, afetando diretamente a qualidade de vida dos idosos, resultando em isolamento social e limitações nas atividades diárias, além de acarretar custos elevados para o sistema de saúde (Costa *et al.*, 2024). Associado a isso, a úlcera venosa também se destaca como um problema significativo entre idosos, devido à lentidão na cicatrização e à dor intensa que causa, limitando a vida diária e aumentando o isolamento social (Abbade, 2014).

Muitos idosos enfrentam dificuldades em adotar hábitos saudáveis e em participar de atividades de promoção da saúde, este desafio ressalta a necessidade de políticas públicas que ofereçam suporte social e serviços de saúde direcionados a essa população, especialmente os mais vulneráveis. A atuação interdisciplinar entre os profissionais de saúde é crucial para combater os efeitos do envelhecimento e promover a inclusão dos idosos (Barbosa *et al.*, 2016).

A falta de atividades físicas e sociais representa um desafio, já que o envelhecimento pode dificultar o engajamento. Aspectos como a renda familiar e a percepção dos idosos sobre suas capacidades influenciam sua saúde e funcionalidade. O lazer, por sua vez, é essencial para um estilo de vida ativo, promovendo socialização e redefinindo a velhice (Costa e Neri, 2019).

A autonomia dos idosos é um aspecto importante, e a educação em saúde é vital para capacitá-los a serem protagonistas em suas vidas. A imagem corporal e a percepção do envelhecimento podem afetar a saúde mental, tornando o autocuidado e o diálogo sobre necessidades essenciais para o bem-estar dos idosos (Barbosa *et al.*, 2016). Além disso, uma alimentação saudável é fundamental, embora o uso de múltiplos medicamentos possa complicar a absorção de nutrientes (Malta; Papini; Corrente, 2013).

Os conflitos intergeracionais frequentemente surgem nas famílias, podendo impactar a saúde mental dos idosos. Abordagens como redes de apoio familiar e mediação são necessárias para resolver essas tensões (Oliveira e Ramos, 2021). A doença de Alzheimer também representa um desafio significativo, pois a dependência progressiva e a perda de autonomia exigem adaptações nas estratégias de cuidado (Burlá *et al.*, 2014).

Por fim, muitos idosos vivem em condições de pobreza e vulnerabilidade, o que dificulta o acesso a serviços essenciais. A promoção da saúde deve ser uma responsabilidade coletiva, visando garantir dignidade e autonomia a essa população. O diálogo é um elemento chave para desenvolver cuidados adequados, contribuindo para a recuperação da autoestima e autonomia dos idosos (Stobäus *et al.*, 2018).

CONCLUSÃO

Esta revisão integrativa identificou os principais desafios enfrentados pelos idosos no Brasil nos últimos 11 anos, incluindo risco de quedas, dor crônica, úlcera venosa, conflitos intergeracionais, pobreza, alimentação inadequada, falta de lazer e os efeitos da doença de Alzheimer. Esses fatores impactam negativamente a qualidade de vida e requerem abordagens adequadas.

Embora os direitos dos idosos sejam garantidos por lei, muitos não recebem o suporte necessário. O apoio familiar e políticas públicas que promovam saúde, atividade física e lazer são essenciais, especialmente para os mais vulneráveis. Enfrentar esses desafios exige uma abordagem integrada que inclua educação, suporte nutricional e cuidados individualizados, garantindo que os idosos envelheçam com dignidade e bem-estar.

REFERÊNCIAS

ABBADE, L. P. F. *Abordagem do paciente portador de úlcera venosa*. In: MALAGUTTI, W.; KAKIHARA, C. T. (orgs.). *Curativo, estomias e dermatologia: uma abordagem multiprofissional*. São Paulo: Martinari, 2014. p. 89-100.

BARBOSA, Andréa Souza et al. *A interdisciplinaridade vivenciada em um grupo de idosos de uma unidade de saúde da família do Recife*. *Revista de APS*, v. 19, n. 2, 2016.

BURLÁ, Claudia et al. *Envelhecimento e doença de Alzheimer: reflexões sobre autonomia e o desafio do cuidado*. *Revista Bioética*, v. 22, p. 85-93, 2014.

COSTA, Sabrina Lamas et al. *O impacto social e econômico da dor crônica em idosos e a necessidade de investimento em políticas públicas que promovam o seu bem-estar*. In: Congresso Internacional de Política Social e Serviço Social: desafios contemporâneos; Seminário Nacional de Território e Gestão de Políticas Sociais; Congresso de Direito à Cidade e Justiça Ambiental. 2024. p. e3858-e3858.

COSTA, Taiguara Bertelli; NERI, Anita Liberalesso. *Fatores associados às atividades física e social em amostra de idosos brasileiros: dados do Estudo FIBRA*. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, v. 22, p. e190022, 2019.

MALTA, M. B.; PAPINI, S. J.; CORRENTE, J. E. *Avaliação da alimentação de idosos de município paulista: aplicação do Índice de Alimentação Saudável*. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 18, p. 377-384, 2013.

MENDES, K.; SILVEIRA, R.; GALVÃO, C. *Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem*. *Texto & contexto-enfermagem*, v. 17, p. 758-764, 2008. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>. Acesso em: 11 jul. 2024.

NAÇÕES UNIDAS - BRASIL. *Mundo terá 2 bilhões de idosos em 2050; OMS diz que "envelhecer bem deve ser prioridade global"*. 07 nov. 2014. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/55124-mundo-ter%C3%A1-2-bilh%C3%B5es-de-idosos-em-2050-oms-diz-que-envelhecer-bem-deve-ser-prioridade-global>. Acesso em: 04 ago. 2024.

NASCIMENTO, M. de M. *Queda em adultos idosos: considerações sobre a regulação do equilíbrio, estratégias posturais e exercício físico*. *Geriatr Gerontol Aging*, v. 13, n. 2, p. 103-110, 2019.

OLIVEIRA, J. A. S.; RAMOS, M. N. P. *Conflitos intergeracionais na família e saúde mental dos idosos*. *Revista Kairós-Gerontologia*, v. 24, n. 1, p. 213-231. São Paulo (SP), Brasil, 2021.

SCHNEIDER, R. H.; IRIGARAY, T. Q. *O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais*. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 25, n. 4, p. 585-593, out. 2008.

STOBÄUS, Claus Dieter et al. *Elementos para um envelhecimento mais saudável através da promoção da saúde do idoso e educação popular*. *Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento*, v. 23, n. 2, 2018.