

Trabalho apresentado no 25º CBCENF

Título: ENVELHECIMENTO ATIVO NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Relatoria: andréa couto feitosa
Rogerio Bezerra de Oliveira
Maria Suely Ferreira

Autores: Kátia Monaisa Figueiredo Medeiros
Mônica Maria Viana da Silva
Hercules Pereira Coelho

Modalidade: Pôster

Área: Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

Tipo: Trabalho de conclusão de curso

Resumo:

Introdução: O envelhecimento, intrinsecamente ligado a um processo biológico e natural, é marcado por uma série de alterações fisiológicas e funcionais. Essas mudanças tornam o corpo mais suscetível e, por consequência, aumentam a predisposição a doenças crônicas. O envelhecimento ativo, no que lhe concerne, transcende a passagem do tempo, e se revela como um fenômeno multidimensional, no qual a vitalidade não se restringe unicamente à saúde física, mas também esferas como cognição, bem-estar emocional e participação social. O envelhecimento ativo assume um papel fundamental na busca por uma qualidade de vida mais plena e duradoura. Objetivo: Identificar na literatura científica os fatores facilitadores e dificultadores relacionados ao envelhecimento ativo. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa realizada na base de dados da LILACS, via Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), e no repositório de revistas SciELO, através da interseção dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e seus respectivos Medical Subject Headings (MeSH): idoso, envelhecimento saudável e atividade física, aplicando o operador booleano AND. Foram encontradas 1472 (981 na LILACS e 491 na SciELO) publicações a partir da estratégia de busca, das quais dez foram selecionadas após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos pelos autores. A busca e seleção dos estudos foi realizada no mês de maio de 2023, de modo pareado. Resultados: Os fatores facilitadores para o envelhecimento ativo incluem suporte social e rede de apoio sólida, acesso a recursos como centros comunitários e programas de lazer, além de serviços de saúde e bem-estar. A medida que em relação aos fatores dificultadores, têm-se as barreiras estruturais, como falta de acessibilidade a espaços públicos, ausência de políticas e programas sociais direcionadas ao envelhecimento ativo, problemas de transporte, mobilidade e instalações inadequadas, o que pode restringir o envolvimento dos idosos em atividades físicas e sociais. Uma vida ativa impacta positivamente na saúde física, cognição, bem-estar emocional e participação social. Considerações finais: O envelhecimento ativo é crucial para a qualidade de vida na terceira idade, sendo promovido por suporte social, recursos acessíveis e programas adequados. No entanto, mais estudos são necessários para compreender completamente seus determinantes e impactos. O envelhecimento ativo emerge como abordagem promissora na promoção da saúde na terceira idade.