

QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: CONSIDERAÇÕES DA ENFERMAGEM

QUALITY OF LIFE IN OLD AGE: NURSING CONSIDERATIONS

CALIDAD DE VIDA EN LA TERCERA EDAD: CONSIDERACIONES DE LA ENFERMERÍA

Grazielle Gorete Portella da Fonseca¹Márcio Kist Parcianello²Caren Franciele Coelho Dias³Claudia Zamberlan⁴

RESUMO: **Objetivo:** refletir acerca do envelhecimento com qualidade de vida e as considerações da enfermagem nesse processo. **Método:** trata-se de um estudo reflexivo. **Resultados:** o envelhecimento exige da enfermagem conhecimento relativo à questão do envelhecer para auxiliar os idosos usufruírem de qualidade de vida. Para tanto, os cuidadores dessa população devem possuir um olhar ampliado, pois é sabido que o idoso demanda dos profissionais um enfoque que engloba a prevenção e a detecção de agravos da saúde no intuito de melhor atender as necessidades dessa clientela. **Conclusão:** novos estudos são necessários para aprofundar e melhor compreender as ações que colaboram para que os idosos tenham suas necessidades levadas em consideração. Este fato remete ao pensamento interconectado no qual o enfermeiro pode, mediante ações interligadas, corroborar para uma melhora da qualidade de vida dessa população.

Descritores: Enfermagem; Qualidade de vida; Envelhecimento.

ABSTRACT: **Objective:** to reflect about ageing with quality of life and nursing considerations in this process. **Method:** this is a reflective study. **Results:** the aging requires from the nurse knowledge related to the issue of aging to help older people enjoying quality of life. To this end, the caretakers of this population must have an extended look, because it is known that the elderly demand of the professionals an approach that encompasses the prevention and detection of diseases in order to better meet the needs of this clientele. **Conclusion:** further studies are required to examine and better understand the actions that collaborate, so that the elderly have their needs taken into account. This fact refers to interconnected thinking which the nurse may through interlocking support, corroborate for an improvement of the quality of life of this population group.

Descriptors: Nursing; Quality of life; Aging.

RESUMEN: **Objetivo:** reflexionar sobre el envejecimiento con calidad de vida y las consideraciones de la enfermería en este proceso. **Método:** se trata de un estudio reflexivo. **Resultados:** el envejecimiento exige de la enfermería conocimientos en respecto a la cuestión del envejecimiento para ayudar los ancianos a disfrutar de la calidad de vida. Para esto, los cuidadores de esta población deben tener una mirada amplia, ya que se sabe que los profesionales de mayores exigen una aproximación que incluye la prevención y detección de

¹Enfermeira, Especialista em Enfermagem do Trabalho pelo Sistema Educacional Galileu- SEG e Gestão Pública em Saúde pela Universidade Federal de Santa Maria- UFSM. E-mail: graziportella@yahoo.com.br

²Enfermeiro, Pós graduando em Enfermagem Oncológica pelo Centro Educacional São Camilo - Porto Alegre, RS. Enfermeiro assistente do Hospital de Caridade Astrogildo de Azevedo - Santa Maria, RS. E-mail: marcioparcianello@hotmail.com

³Enfermeira, Pós graduanda em Gestão Pública em Saúde pela UFSM e em Mídias da Educação pela Universidade Federal de Pelotas- UFPEL. E-mail: carenfrancielecoelhodias@yahoo.com.br

⁴Enfermeira, Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal de Rio Grande- FURG. Docente do Curso de Enfermagem da UNIFRA. E-mail: claudiazamberlanenator@gmail.com

enfermedades con el fin de satisfacer mejor las necesidades de esta clientela. Conclusión: se requieren más estudios para examinar y comprender mejor las acciones que colaboran, para que los ancianos tengan sus necesidades llevadas en consideración. Este hecho se refiere al pensamiento interconectado que el enfermero puede, mediante acciones integradas, corroborar para la mejoría de la calidad de vida de esta población.

Descriptor: *Enfermería; Calidad de vida; Envejecimiento.*

INTRODUÇÃO

Para as civilizações contemporâneas, a busca pela longevidade tem sido uma constante luta, principalmente na área da saúde, mas a qualidade de vida (QV) ainda preocupa os pesquisadores, uma vez que as estatísticas apontam para um aceleração ainda maior no número de idosos até o ano 2025.¹⁻² Paralelamente a isso está à necessidade de transformações que visem o aumento da QV dos idosos.

No ano de 2008, o número de pessoas com 60 anos ou mais, no Brasil, somava cerca de 21 milhões. Conforme este indicativo, esse grupo etário representava cerca de 13,5% da população somente na Região Sul. No período entre 1998 a 2008, a população brasileira apresentou um crescimento relativo da ordem de 20%, sendo que desse total, o incremento do contingente de pessoas com 60 anos ou mais foi mais acelerado, aproximadamente 51,2%.³

Envelhecer é um processo multidimensional que inclui transformações constantes que podem ser interpretadas, simultaneamente, como ganhos e perdas. O processo de envelhecimento começa no momento do nascimento e só termina com a morte.⁴ Deste modo, o envelhecimento é um acontecimento natural, complexo e heterogêneo que interfere diretamente na QV, sendo que envelhecer com qualidade e bem-estar requer do idoso a administração de suas perdas e a reavaliação de desejos e perspectivas em função das suas possibilidades de autocuidado. O processo de envelhecer conceitua-se como um conjunto de alterações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas que depende, em grande parte, de sua história de vida e de sua adaptação ao meio ambiente.⁵

A QV da população idosa envolve uma combinação de vários fatores, desde os aspectos biológicos funcionais até os socioculturais, combinado ao ciclo vital humano.⁶ Desta maneira, o envelhecimento bem sucedido pode ser entendido como a combinação da baixa probabilidade de adoecimento, a conservação das funções cognitivas e físicas, relacionamento interpessoal e boa condição de vida.⁷

Neste íterim, a QV na terceira idade parte de uma avaliação multidimensional que abrange as interconexões do meio e da dependência de muitos elementos em interconexão constante ao longo da vida. Diante disso, uma das responsabilidades da enfermagem, em especial o enfermeiro, é a sensibilização acerca das atitudes saudáveis e preventivas quanto ao cuidado com a saúde e, conseqüentemente, à preservação do bem-estar.

Por isso, é fundamental que os profissionais de saúde estejam atentos e preparados para atuar de maneira sistêmica e ecológica visando um viver saudável, principalmente no contexto do envelhecimento populacional. É preciso reconhecer uma abordagem global para com o idoso, bem como construir um novo olhar que o compreenda em sua totalidade corpo/mente, considerando seu ambiente social, econômico, cultural e físico, uma vez que a saúde tem muitas dimensões que são decorrentes da complexa interação entre fatores físicos, psicológicos e sociais da natureza humana.⁸

A enfermagem deve auxiliar para que o idoso consiga expandir os hábitos saudáveis, diminuindo as limitações da idade.⁹ Os profissionais da enfermagem, por meio de ações educativas em saúde, têm a possibilidade de esclarecer, orientar e motivar os clientes idosos a buscar o bem-estar e a QV desejada.

O aumento significativo no número de adultos acima de 60 anos no Brasil, provoca uma inquietação dos profissionais do setor saúde, diante dos novos desafios impostos por essa população. Dessa forma, estudar e refletir acerca do envelhecimento e as suas inter-relações é investir no aprofundamento do conhecimento relativo à questão do envelhecimento com QV.

Assim, este estudo visa contribuir com o conhecimento produzido na área da enfermagem, bem como para os estudos e pesquisas realizadas acerca da temática envelhecer com QV. Nessa perspectiva, elencou-se como objetivo refletir acerca do envelhecimento com qualidade de vida e as considerações da enfermagem nesse processo.

A qualidade de vida do idoso e a enfermagem

O desafio que nasce junto com a longevidade se ramifica para múltiplas direções, referentes ao estabelecimento das necessidades, dos desejos, dos anseios e dos direitos que, em qualquer idade, integram a condição humana. Na velhice, a forma como esses atributos são atendidos e vivenciados constitui requisito para que o idoso considere sua vida dotada de boa qualidade.

Assim, a QV é a percepção que o indivíduo possui de sua existência dentro do contexto de sua cultura e do sistema de valores nos quais vive. É um conceito amplo que incorpora, de maneira complexa, a saúde física, seu estado psicológico, seu nível de dependência e suas relações sociais.¹⁰ Portanto, a definição de QV na velhice é intrincado, visto que existem diversas maneiras de envelhecer e diferentes padrões de envelhecimento.

O envelhecimento apresenta características individuais e coletivas, envolvendo deste modo os aspectos físicos, cognitivos, psicológicos e sociais do ser humano. Nessa conjuntura, para que haja um menor acometimento das enfermidades advindas desses aspectos, deve-se promover a melhoria desses achados ao longo da vida do indivíduo.¹¹ O idoso deve ser cooperador e adotar mudanças no estilo de vida para que este seja elemento integral num envelhecer com qualidade e saúde.

A ação de cuidar da enfermagem junto ao idoso implica em um diálogo permanente pois, a partir do momento em que esse profissional orienta o cliente sobre seus anseios e expectativas, consegue entender e atender as reais necessidades dos idosos.¹² O cuidado à saúde desses indivíduos tem o propósito de assegurar que os mesmos tenham condições de desfrutar de sua vida. Dessa maneira, os reflexos da assistência e do cuidado de enfermagem contribuem para o bem-estar e pelo atendimento das necessidades de saúde dos mesmos.

O idoso pode tornar-se dependente de cuidados para conservação de sua vida que podem ser realizados em seu espaço domiciliar, sendo este ambiente visto como um espaço em que estes indivíduos poderão viver com boa qualidade de vida. Esses cuidados devem atender as várias necessidades e alterações decorrentes de sua situação, como ambiente familiar ou institucional. A assistência no ambiente familiar permite ao idoso a individualização do cuidado, privacidade e a segurança, assim como a interação entre profissional, idoso e familiar, respeitando-o na tomada de decisão e contribuindo para o enfrentamento das dificuldades diárias.¹³

A família e o profissional da saúde são relevantes instrumentos de apoio em todos os períodos da vida do idoso porque esta relação está fundamentada e estabelecida na sua totalidade e construída ao longo da sua história. Sendo assim, é essencial o apoio ao idoso não apenas nos aspectos físicos, mas também em questões psicológicas, sociais, espirituais e ambientais.¹⁰

Nessa premissa, é conveniente que haja a capacitação e o envolvimento dos profissionais cuidadores no planejamento e implementação de atividades de promoção da saúde, considerando o aspecto multidisciplinar para lidar com a complexidade inerente a questão e para articular os vários setores envolvidos. Na contemporaneidade, estudos e pesquisas referentes ao assunto são relevantes para que haja maior compreensão e informações sejam geradas para subsidiar as ações de saúde. Assim, as conquistas sociais e de saúde devem ser colocadas em prática visando que as atividades de promoção da saúde contribuam na melhora da QV dos senis, assim como da comunidade em geral.

Nessa perspectiva, propõe-se promover maior interação entre idosos e profissionais de saúde, por meio da escuta e do acolhimento.¹⁴ Agregado a isso vem à educação, pois dentre as diversas formas de atuação do enfermeiro na sociedade contemporânea, a prática educativa vem se destacando como a principal estratégia vislumbrando a promoção da saúde, pois o cuidar de senis, dependentes ou não, implica na prestação de assistência diferenciada, visto que requer informações de caráter educativo, com conteúdo voltado ao processo da senescência.¹⁴⁻¹⁵

Somado a isso, os profissionais da saúde e principalmente os que trabalham diretamente com os idosos, possuem papel significativo no que se refere à motivação desses indivíduos para que efetivem atividades que lhe tragam melhor condição de vida e, conseqüentemente, QV no processo de envelhecimento.¹⁶

Sob essa ótica, os cuidadores dessa população devem possuir um olhar ampliado, pois é sabido que o idoso demanda dos profissionais um enfoque que engloba a prevenção e a detecção precoce de agravos à saúde, sendo necessário toda a equipe buscar parcerias com seus clientes e familiares no intuito de melhor atender as suas necessidades.

CONCLUSÕES

O desafio que hoje se coloca à sociedade e aos indivíduos é conseguir uma sobrevivência cada vez maior e com QV melhor, para que os anos vividos em idade avançada sejam plenos de saúde e dignidade. Envelhecer com QV e bem-estar requer do idoso o entendimento sobre suas limitações, bem como a importância da conscientização acerca do seu autocuidado. Para tanto, é necessário ampliar o foco de atenção aos idosos e desenvolver estratégias de planejamento, implementação de programas de promoção de saúde dos senis garantindo, desta maneira, melhores condições de vida e saúde de modo a proporcionar uma senescência saudável e, conseqüentemente, melhor QV.

Diante disso, é preciso que a enfermagem desenvolva seu senso crítico, sistemático, holístico, reflexivo e humanizado, sendo necessário associar a teoria à prática, para transformar a atividade em práxis, validando assim o conhecimento. Tornam-se imprescindíveis ações que colaboram para que os idosos tenham suas necessidades levadas em consideração. Este fato remete ao pensamento interconectado, no qual o enfermeiro, por meio de novas práticas de saúde no campo do envelhecimento pode, mediante ações interligadas, corroborar para uma melhora da qualidade de vida dessa população.

REFERÊNCIAS

1. Baptista MN, Morais PR, Rodrigues T, Silva JAC. Correlação entre sintomatologia depressiva e prática de atividades sociais. *Aval Psicol [Internet]*. 2006 [acesso em];5(1):77-85. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712006000100009&script=sci_arttext.
2. Davim RMB, Torres GV, Dantas SMM, Lima VM. Estudo com idosos de instituições asilares no município de Natal/RN: características socioeconômicas e de saúde. *Rev Latinoam Enferm [Internet]*. 2004 maio/jun [acesso em];12(3):518-24. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692004000300010&lng=pt&nrm=iso.
3. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. 2008 [acesso em]. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/25072002pidoso.shtm>.
4. Mendonça MP, Squassoni CE, Zanni KP. Envelhecer e aprender: um modelo de atuação com enfoque na educação em saúde. *Estud Interdiscipl Envelhec*. 2010;15(1):99-115.

5. Guerra ACLC, Caldas CP. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. *Ciênc Saúde Coletiva* [Internet]. 2010 [acesso em];15(6):2931-40. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v15n6/a31v15n6.pdf>.
6. Lima ÂMM, Silva HS, Galhardoni R. Envelhecer bem-sucedido: trajetórias de um constructo e novas fronteiras. *Interface Somun Saúde Educ* [Internet]. 2008 [acesso em];12(27):795-807. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832008000400010&script=sci_arttext.
7. Moraes JFD, Souza VBA. Fatores associados ao envelhecimento bem-sucedido de idosos socialmente ativos da região metropolitana de Porto Alegre. *Rev Bras Psiquiatr* [Internet]. 2005 [acesso em];27(4):302-8. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462005000400009.
8. Capra F. O ponto de mutação. São Paulo: Cultrix; 2006.
9. Aires M, Paz AA, Peroso CT. O grau de dependência e características de pessoas idosas institucionalizadas. *RBCEH: Rev Bras Envelhecimento Humano* [Internet]. 2006 [acesso em];3(2):79-91. Disponível em: <http://www.upf.tche.br/seer/index.php/rbceh/article/viewFile/79/75>.
10. Meirelles BHS, Arruda C, Simon E, Vieira FMA, Cortezi MDV, Natividade MSL. Condições associadas à qualidade de vida dos idosos com doença crônica. *Cogitare Enferm* [Internet]. 2010 [acesso em];15(3):433-40. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/18884/12193>.
11. Fernandes MGM, Silva AO, Loureiro LSN, Medeiros ACT. Indicadores e condições associativas ao envelhecimento bem-sucedido: revisão integrativa da literatura. *Cogitare Enferm* [Internet]. 2011 [acesso em];6(3):543-8. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/24291/16297>.
12. Deponti RN, Acosta MAF. Compreensão dos idosos sobre os fatores que influenciam no envelhecimento saudável. *Estud Interdiscip Envelhec*. 2010;15(1):33-52.
13. Martins JJ, Borges M, Silva RM, Erdmann AL, Nascimento ERP. O processo de viver e de ser cuidado de idoso e a percepção dos cuidadores. *Cogitare Enferm* [Internet]. 2011;16(1):96-103. Disponível em: <http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs2/index.php/cogitare/article/view/21118/13944>.
14. Costa MFBNA. Atenção integral a saúde do idoso na atenção primária: os sistemas brasileiro e espanhol [tese]. São Paulo: USP, Escola de Enfermagem; 2009 [acesso em]. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/7/7141/tde-11012010-145216/pt-br.php>.
15. Brasil. Ministério da Saúde. Estatuto do Idoso. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
16. Carli L, Kolankiewicz A, Loro M, Rosanelli, C, Sonogo J, Stumm E. Feelings and perceptions of elderly residents at homes for the aged. *Rev Pesq Cuid Fundam* [Internet]. 2012 [acesso em];4(2):2868-77. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1726>.

Data de recebimento: 03/09/2012

Data de aceite: 13/06/2013

Contato com autor responsável: Grazielle Gorete Portella da Fonseca

E-mail: grazipf@yahoo.com.br

Endereço: Rua General José Albano Leal, nº124, Bairro Santa Marta, Santa Maria, RS, Brasil.