



Tipo de Trabalho: Trabalho Completo

Seção: Xxxxx

O ENVELHECIMENTO ATIVO E SUA RELAÇÃO COM A EDUCAÇÃO EM SAÚDE¹

Júlia dos Santos Jandrey², Marinez Koller Pettenon³, Sandra da Silva Kinalski.⁴

¹ Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ.

² Acadêmica de Enfermagem, na Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ. E-mail: julia.jandrey@sou.unijui.edu.br

³ Enfermeira. Mestre em Educação nas Ciências. Docente da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ. E-mail: marinez.koller@unijui.edu.br

⁴ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ. E-mail: sandra.kinalski@unijui.edu.br

RESUMO

O termo envelhecimento ativo refere-se ao processo de aprimorar a saúde, buscando participação e segurança, com o propósito de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem. Com o envelhecimento populacional acelerado, a enfermagem desempenha um papel essencial ao direcionar sua assistência para atender às necessidades específicas da pessoa idosa e as mudanças que ocorrem durante o processo de envelhecimento. O objetivo deste estudo é identificar as ações educativas realizadas pelo enfermeiro voltadas ao envelhecimento ativo. A metodologia utilizada é revisão narrativa de literatura que com a seguinte pergunta de revisão: Quais são as evidências disponíveis na literatura sobre as ações educativas realizadas pelo enfermeiro voltadas ao envelhecimento ativo? A busca na literatura ocorreu durante o período de abril a setembro de 2024, nas seguintes Bases de Dados LILACS, BDNF e PUBMED. Como descritores combinados por operadores booleanos foram: “Enfermagem” AND “Educação em saúde” AND “Envelhecimento saudável” OR “Envelhecimento ativo”. A busca inicial resultou em 52 publicações e o corpus final da revisão foi composto por 9 estudos. As principais estratégias para promover o envelhecimento ativo são a formação de grupos para pessoa idosa, perspectiva da pessoa idosa funcionalmente independente, oficinas educativas, educação em saúde e jogos na educação em saúde para a pessoa idosa. Os artigos contribuem para o envelhecimento ativo e trazem a importância da relação com a educação em saúde, possibilitam a identificação de estratégias e medidas para facilitar o processo de envelhecer ativamente.

INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, modificações demográficas e de saúde tornaram o envelhecimento populacional um fenômeno mundial, atingindo países desenvolvidos e em desenvolvimento, como é o caso do Brasil (Marinho et al., 2013). Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE., 2018), a população brasileira manteve o acréscimo do envelhecimento dos



últimos anos e ganhou 4,8 milhões de pessoas idosas desde 2012, superando a marca dos 30,2 milhões em 2017. Ainda, dados mostram que em 2012 a população de pessoas idosas com 60 anos ou mais era de 25,4 milhões.

Tendo em vista que 4,8 milhões de novas pessoas idosas em cinco anos correspondem a um crescimento de 18% desse grupo etário, que é cada vez mais representativo no Brasil. A população feminina é o grupo de maior representatividade, contabilizando com 16,9 milhões, que equivale a 56% das pessoas idosas, enquanto a população masculina de pessoas idosas são 13,3 milhões, que é equivalente a 44% deste grupo populacional (IBGE., 2018). De acordo com dados coletados no Datasus (2021), o município de Ijuí contava com 17.639 mil pessoas idosas com idade igual a 60 anos ou mais.

Diante ao cenário apresentado pode-se observar a inversão da pirâmide etária, com um expressivo aumento de pessoas que ultrapassam a faixa dos 60 anos (Santos; Moro, 2018). Ademais, estima-se que para o ano de 2050 existam cerca de 2 bilhões de pessoas com 60 anos ou mais no mundo (Brasil., 2006). Nesse sentido, é fundamental que os profissionais de saúde estejam preparados para ofertar atendimento e implantar ações que favoreçam um envelhecimento ativo e saudável.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS., 2005), a palavra “ativo” não compreende somente a condição física de estar ativo, mas está relacionado à participação prolongada da pessoa idosa no seu convívio familiar e na sociedade, como uma pessoa que possa tomar decisões, dar sugestões e ser participante na comunidade. O termo envelhecimento ativo refere-se ao processo de aprimorar as oportunidades de saúde, buscando participação e segurança, com o propósito de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem (OMS., 2005). O propósito do envelhecimento ativo é aumentar a expectativa de vida saudável e a qualidade do bem estar para a pessoa idosa, incluindo aqueles que são frágeis fisicamente e incapacitados que requerem cuidados com maior atenção (OMS., 2005).

Diante do envelhecimento populacional acelerado, a enfermagem desempenha um papel essencial ao direcionar sua assistência para atender às necessidades específicas da pessoa idosa e acompanhar as mudanças que ocorrem durante o processo de envelhecimento (Bidel et al., 2016). Ainda, o profissional de enfermagem contribui para a melhoria dos hábitos de vida



saudáveis, ansiedade, dificuldades e otimização dos recursos daqueles que estão sob seus cuidados (Bidel et al., 2016).

Outrossim, um dos campos de atuação da enfermagem, sucede na Estratégia de Saúde da Família (ESF), que, constitui-se como porta de entrada dos usuários na Atenção Primária à Saúde (APS), é capaz de reconhecer este contingente populacional adscrita em seu território de abrangência, promovendo estratégias para a promoção do Envelhecimento Ativo, permitindo acompanhamento de saúde e manutenção da qualidade de vida (Tourinho., 2021).

Diante disso, a educação em saúde compreende práticas de conhecimento que potencializam o cuidado da enfermagem proporcionando atividades educativas na assistência do cuidado ao paciente, empregando os recursos disponíveis nos serviços de saúde. Essas medidas são essenciais para a melhoria da qualidade de vida e para a realização das atividades cotidianas da pessoa idosa (Costa et al., 2020).

Estratégias de educação em saúde para a pessoa idosa, são fundamentais para promoção da saúde deste grupo populacional, disponibiliza conhecimentos e habilidades para adotar um estilo de vida saudável e prevenir doenças (Magalhães., et al, 2023).

Desse modo, e considerando-se o atual processo de envelhecimento da população brasileira, os riscos de agravos à saúde e as demandas por práticas emancipadoras, são importantes para tornar a velhice uma fase prazerosa e atuante.

Diante do exposto, a relevância desta pesquisa centra-se no aprofundamento de conhecimentos sobre a temática. Considera-se que estratégias de educação em saúde devem ser prestadas à pessoa idosa para estimular a promoção do envelhecimento ativo, assim teremos pessoas idosas com melhor qualidade de vida à medida que envelhecem.

Além disso, fomentar discussões sobre a pertinência de se trabalhar a temática de envelhecimento ativo com as pessoas idosas, é importante no sentido de subsidiar reflexões, discussões e ações por parte da equipe de saúde, estimulando mudanças de posturas no que tange o cuidado de enfermagem, alicerçado nos preceitos da integralidade e da humanização. Assim, o objetivo deste estudo é identificar as ações educativas realizadas pelo enfermeiro voltadas ao envelhecimento ativo.

METODOLOGIA



Trata-se de um estudo de Revisão Narrativa da Literatura (RNL), que compreende uma revisão bibliográfica, que possibilita classificar as produções e proporciona a construção do estado da arte de um determinado tema do estudo. Portanto, fornece informações amplas em relação ao assunto/problema, denominando, assim, um conjunto de conhecimento em relação a um determinado tema na perspectiva contextual e teórica (Ercole; Melo; Alcoforda, 2014).

Diante disso, o presente estudo fundamenta-se na seguinte questão de revisão: Quais são as evidências disponíveis na literatura sobre as ações educativas realizada pelo enfermeiro voltadas ao envelhecimento ativo?

Dessa forma, a RNL, é sustentada a partir das pesquisas bibliográficas, as quais têm intuito de sustentar a revisão literária diante de um determinado conhecimento. É elaborado a partir de análise de material, livros, revistas, teses, jornais, dissertações e eventos científicos (Brum., et al, 2016).

A busca na literatura procedeu-se durante o período de abril a setembro de 2024, nas seguintes Bases de Dados LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) BDEF (Dados Bibliográficos na Área de Enfermagem do Brasil) e PUBMED (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online). A escolha dos estudos considerou o intervalo de 2005 a 2023, devido à publicação do documento oficial da Organização Mundial da Saúde sobre o Envelhecimento Ativo: uma política de saúde em 2005. Como descritores combinados por operadores booleanos foram utilizados: (Enfermagem) AND (Educação em saúde) AND (Envelhecimento saudável) OR (Envelhecimento ativo).

Definiu-se como critérios de inclusão: artigos completos, teses e dissertações, disponível modalidade online e gratuita, nos seguintes idiomas inglês, português ou espanhol. Serão excluídas as publicações que discorrem sobre ações educacionais não realizadas por enfermeiros e artigos que repetem nas bases de dados.

Desse modo, a extração de dados dos estudos é um instrumento que proporciona a coleta de estudos que irão responder à pergunta de pesquisa e o objetivo do estudo (Brum et al 2016). Assim, após selecionar estudos através da leitura com base nos critérios de inclusão e exclusão, foi realizado a leitura na íntegra dos estudos para que possibilitasse a obter os desfechos necessários para a resolução da pergunta de revisão, os dados extraídos de estudos foram



organizados em uma planilha no Word, elaborada pela autora a fim de organizar as informações selecionadas nos estudos.

Diante disso, a análise e síntese dos resultados da revisão, oferece ao revisor utilizar classificação temática desde que sejam estudos que sustentam a possibilidade de sintetizar as informações (Brum., et al, 2016). Durante essa etapa foi realizada uma leitura crítica a fim de ordenar os dados obtidos nos estudos possibilitando uma resposta ao problema de pesquisa. Após foi realizado a seleção dos resultados dos estudos os quais foram analisados e discutidos, proporcionando exposição da similaridade das características.

A pesquisa respeitou as diretrizes e critérios estabelecidos na Resolução 466/2012 e na Lei n. 9.610/98, zelando a legitimidade das informações, preservando os conceitos e citando os autores utilizados no estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O processo de busca foi desenvolvido para cada base de dados e o número inicial de estudos publicados encontrados está descrito abaixo no Quadro 01.

Quadro 01: Estratégias de buscas utilizadas nas bases de dados LILACS, BDENF e PUBMED

Base de dados	Estratégia	Publicações
LILACS	“Enfermagem” AND “Educação em Saúde” AND “Envelhecimento Saudável” OR “envelhecimento Ativo”.	19
BDENF	“Enfermagem” AND “Educação em Saúde” AND “Envelhecimento Saudável” OR “envelhecimento Ativo”.	22
PUBMED	“Enfermagem” AND “Educação em Saúde” AND “Envelhecimento Saudável” OR “envelhecimento Ativo”.	11
Total		52

Fonte: Autoria própria (2024).

A busca inicial resultou em 52 publicações, após a leitura do título e resumo, foram excluídos nove estudos na LILACS, quatro na BDENF e um na PUBMED que não responderam à questão de revisão. Foram encontrados 14 artigos em mais de uma base de dados e apenas um deles foi



considerado para análise e 15 foram excluídos porque não responderam à questão de revisão. O corpus final para análise desta revisão narrativa foi de 9 artigos.

A análise identificou se dois estudos que ocorreram em centro de convivência, dois estudos com estudantes de universidades, quatro estudos realizados em projetos de extensão e um estudo realizado por acadêmicos de enfermagem. Observou o desenvolvimento de atividades para proporcionar o envelhecimento ativo em UBS e Centro de Convivência através do profissional Enfermeiro e por estudantes do curso de enfermagem. As modalidades de estudos encontrados foram três na modalidade qualitativos, três estudos de relato de experiência, uma revisão bibliográfica integrativa, um estudo de natureza descritiva e uma revisão literária. O quadro 02, demonstra os estudos selecionados de acordo com a base de dados, título, autores e ano de publicação.

Quadro 02: estudos selecionados de acordo com a base de dados, título, autores e ano de publicação.

Artigos	Base de Dados	Título	Autores	Ano
1	LILACS	A prática de atividades lúdicas para promoção da saúde à pessoa idosa: uma experiência com oficinas educativas	Oliveira, F. A. et al.	2020
2	LILACS	Gerontotecnologia na enfermagem: o emprego de jogos na educação em saúde com idosos sobre envelhecimento ativo e saudável	OLYMPIO, P. C. A. P.	2015
3	Bdenf	Dança de salão para idosos: estratégia de educação em saúde	Rosas, C. et al	2020
4	PUBMED	Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão integrativa da literatura	<u>Souza</u> , E. M. Silva, D. P. P <u>Barros</u> , A. S	2019
5	PUBMED	Tecnologia assistiva e envelhecimento ativo segundo profissionais que atuam em grupos comunitários	<u>Leite</u> , E. S. et al.	2018



6	LILACS	Jogo de tabuleiro: uma gerontotecnologia na clínica do cuidado de enfermagem	Olímpio, P. C. A. P. Alvim, N. A. T.	2018
7	LILACS	Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular	Pelazza, P. B. et al.	2019
8	LILACS	A experiência de oficinas educativas com idosos: (re)pensando práticas à luz do pensamento freireano	Mendonça, E. T et al.	2013
9	LILACS	Contribuição de acadêmicos de enfermagem na melhoria da qualidade de vida de idosos institucionalizados: revisão	Barbosa, T. C. P. et al.	2020

Fonte: Autoria própria (2024).

O tema em destaques nos estudos refere-se às estratégias de proporcionar o envelhecimento ativo e saudável para a pessoa idosa, como: grupos para pessoa idosa, oficinas educativas, educação em saúde e jogos.

De acordo com dois dos estudos analisados, as oficinas educativas proporcionam interações planejadas de grupos de diferentes idades e diferentes fases da vida possibilitando troca de experiência com intuito de promover a saúde e por conseguinte o envelhecimento ativo da pessoa idosa (Oliveira., et al. 2020; Souza., et al. 2019). Diante disso, as oficinas educativas, são um processo dinâmico que possibilitam capacitação dos indivíduos ou grupo ao encontro da busca da melhoria da qualidade de vida, por permitirem o reconhecimento da pessoa idosa em relação à saúde nessa etapa da vida não somente relacionada com o bem estar físico, na inserção da pessoa idosa na sociedade e lazer (Cabral., 2015).

Outros estudos analisados, utilizam a estratégia de oficinas educativas, para abordar sobre a alimentação saudável para a pessoa idosa, conceituando e explicando os benefícios que a alimentação saudável reflete nas doenças crônicas e no envelhecimento ativo. (Oliveira et al. 2020; Olympio.2015; Rosas., et al. 2020; Souza., et al. 2021; Pelazza., et al. 2019).

Segundo Santos; Estevão e Souza (2020), a nutrição vem ganhando um grande destaque no processo de envelhecimento ativo, tanto na promoção da qualidade de vida quanto na prevenção de doenças crônicas. Diante ao exposto, os hábitos alimentares saudáveis possibilitam não



apenas o retardo do envelhecimento, mas também um envelhecimento saudável, diante das mudanças fisiológicas que essa fase da vida desempenha (Santos; Estevão; Souza, 2020).

Diante do exposto é fundamental que as oficinas educativas referem o assunto da alimentação saudável para a pessoa idosa com intuito de promover a qualidade de vida dessa população adstrita.

Na presente revisão dois estudos citam a dança como uma estratégia que visa diminuir quedas, melhorar o cuidado na parte cognitiva e proporcionar o envelhecimento ativo (Mendonça. et al. 2013; Rosas. et al. 2020). Diante disso, para Neves (2018), a dança é uma atividade física que melhora a mobilidade articular e a coordenação motora, ainda busca quebrar os desconfortos e possibilita que a pessoa idosa realize um exercício físico que se estende pela concentração da memória promovendo o bem-estar emocional.

Além disso, a dança é uma prática muito importante, pois promove o envelhecimento ativo, permitindo melhorar as funções físicas, o bem-estar e a saúde da pessoa idosa.

Ainda no que tange a promoção do envelhecimento ativo, quatro estudos citam a prática de atividades físicas com estratégia de envelhecer ativamente (Olympio.2015; Souza., et al. 2021; Pelazza., et al. 2019; Mendonça., et al. 2013). Embora a atividade física seja uma intervenção importante na redução do risco de desenvolver demências e doenças neurodegenerativas. Ainda, o exercício físico realizado de forma regular e associado a outras modalidades, possibilita efeitos positivos em relação a habilidades físicas e cognitivas da pessoa idosa, as quais são essenciais para a manutenção da independência nessa fase da vida e para o envelhecimento saudável (Melo. 2020).

Ainda para Jeronymo; Santos, (2023), a prática de atividades físicas apresenta formas de reduzir ou prevenir declínios que a pessoa idosa adquire com o processo do envelhecimento. Diante disso, a qualidade de vida está ligada com o estilo de vida de cada um, estilo de vida saudável compreende atividades físicas regulares no cotidiano. A atividade física visa reduzir o que causa dor e desconforto físico, proporcionando uma melhora na mobilidade física e na dependência física da pessoa idosa, ressaltando autonomia e independência para a pessoa idosa (Jeronymo; Santos, 2023).



Ainda na presente revisão quatro estudos argumentam sobre jogos para a pessoa idosa, à utilizados contribui para a tomada de decisão de forma consciente da pessoa idosa acerca de suas limitações e possibilidades em relação ao processo de envelhecimento ativo (Barbosa., et al. 2020; Pelazza., et al. 2019; Olympio.2015; Olympio, Alvim. 2018). Para Neto; Roque (2014), a utilização dos jogos no âmbito de promover a saúde pode colaborar na prevenção e no suplemento do tratamento de doenças. Além disso, para Carvalho (2023), os jogos podem ser meios essenciais de interação social, uma estratégia eficiente para aprimorar qualidade de vida e promover o envelhecimento ativo.

Diante da problemática exposta, a presente revisão traz um estudo que demonstra a tecnologia assistiva (TA) e sua influência na saúde e qualidade de vida da pessoa idosa, diante dos recursos e serviços de TA, proporcionando desenvolvimento e modernização, inclusão social da pessoa idosa e consequente o envelhecimento ativo (Leite et al. 2018).

Além disso, a TA proporciona recursos que possibilitam a ampliação de habilidades funcionais contribuindo para o desempenho e engajamento ocupacional da pessoa idosa, também a utilização de TA promove a redução das condições de fragilidade, proporcionando o envelhecimento ativo e inclusão social (Machado., et al 2022). Diante disso, a TA é considerada uma medida que proporciona inclusão social, possibilitando desempenho do desenvolvimento funcional, autonomia da pessoa idosa e independência (Rodrigues 2017).

Outrossim, a presente revisão conta com três estudos que abordam sobre a autonomia da pessoa idosa, os quais afirmam que a autonomia para a pessoa idosa é o caminho para o envelhecimento ativo (Leite., et al. 2018; Oliveira., et al. 2021; Olympio.2015).

De acordo com Paula., et al (2020), o princípio de independência funcional está ligado à mobilidade e a capacidade funcional da pessoa idosa que possibilita realizar atividades de vida diária com autonomia e independência, sinalizando as condições motoras e cognitivas apropriadas para realização das tarefas.

Portanto, a educação em saúde para a pessoa idosa visa promover o envelhecimento saudável e ativo, os grupos de educação em saúde desperta ações para adquirir hábitos de prevenção de doenças e busca a melhoria da qualidade de vida para a pessoa idosa, incentivando a autonomia, a melhora da autoestima e a inclusão social para essa população adstrita (Nicoletti; Almeida, 2021).



CONCLUSÕES

Por meio da realização deste estudo de revisão foi possível identificar as ações educativas realizadas pelo enfermeiro voltadas ao envelhecimento ativo. Assim, ficou evidenciado que diversos fatores contribuem para o envelhecimento ativo para a pessoa idosa.

As principais estratégias para proporcionar o envelhecimento ativo são a formação de grupos para pessoa idosa, perspectiva da pessoa idosa funcionalmente independente, oficinas educativas, educação em saúde e jogos na educação em saúde para a pessoa idosa.

Diante do exposto, estes achados contribuem para o envelhecimento ativo e a sua relação com a educação e saúde sobre os fatores que contribui para o processo do envelhecer ativamente. Portanto, é essencial a identificação destas estratégias para o envelhecimento ativo e implementação de medidas que possam facilitar esse processo.

Quando se realiza a análise do contexto pesquisado, se obtém abrangência do profissional enfermeiro para promover efetivamente o envelhecimento ativo para a pessoa idosa. Diante disso, este estudo busca despertar no profissional enfermeiro a importância de desenvolver ações educativas para promover o envelhecimento ativo e saudável, provocando assim a repensar suas práticas e com isso, favorecer perspectivas para novos estudos relacionados à temática.

Esta revisão narrativa da literatura pode contribuir para o conhecimento teórico e prático do enfermeiro, pois estes desempenham atribuições importantes e significativas no cuidado e na promoção da saúde da pessoa idosa, nos diferentes espaços de atenção à saúde. Às demais profissões e à sociedade, que o estudo possa cooperar e ir ao encontro de dados estatísticos e demográficos, no presente e futuro, que indicam o aumento da população idosa à nível mundial, assim, cooperando para o desenvolvimento de ações para o envelhecimento ativo dessa população.

PALAVRAS-CHAVE: Enfermagem., Envelhecimento Saudável., Ensino em Saúde.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, Thays, Cristina, Pereira; BESSA, Allan, de Moraes; ASSIS, Fernanda, Oliveira; SILVA, Fernanda, Marcelino, de Rezende; SANTOS, Regina, Consolação; ANDRADE, Silmara, Nunes. **Contribuição de acadêmicos de enfermagem na melhoria da qualidade**



- de vida de idosos institucionalizados: revisão.** Revista Nursing. 2020. DOI: <https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i269p4711-4722>. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/970/1108>. Acesso em: 6 out. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa.** Cadernos de Atenção Básica, n. 19. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 192 p. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf. Acesso em: 22 mai. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa.** Cadernos de Atenção Básica, n. 19. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. 192 p. Disponível em https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf. Acesso em: 22 mai. 2024.
- BRASIL. Ministério da Saúde. DATASUS. Tabnet. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?ibge/cnv/popsvsbr.def>. Acesso em: 09 dez. 2024.
- BRASIL, Agência Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. 2018. Disponível em: <https://www.google.com/url?q=https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017&sa=D&source=docs&ust=1731630167005064&usq=AOvVaw2OtThC9UgyoJaXQ6XVFRaN>. Acesso em: 28 abr, 2024.
- BIDEL, Regina, Maria, Rockenbech; TOMICKI, Camila; PICHLER, Nadir, Antonio; PORTELLA, Marilene, Rodrigues. Envelhecimento ativo na concepção de um grupo de enfermeiros. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 19, n. Especial 22, p. 207–225, 2016. DOI. <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2016v19iEspecial22p207-225>. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/32627>. Acesso em: 28 abr. 2024.
- CABRAL, Juliana, Rocha; ALENCAR, Danielle, Lopes; VIEIRA, Júlia de Cássia, Miguel; CABRAL, Luciana, da Rocha; RAMOS, Vânia, Pinheiro; VASCONCELOS, Eliane, Maria, Ribeiro. **Oficinas de educação em saúde com idosos: uma estratégia de promoção da qualidade de vida.** Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde, v. 1, n. 2 jul/dez. 2015. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/redcps.com.br/pdf/v1n2a04.pdf>. Acesso 13 nov. 2024.
- CARVALHO, Sarah, de Sousa. Avaliação de um jogo de tabuleiro para prevenção de quedas em pessoas idosas, 2023. Disponível em:



https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/74047/1/2023_tcc_sscarvalho.pdf. Acesso em: 16 nov. 2024.

COSTA, Daniel, Alves da; CABRAL, Karynne, Borges; TEIXEIRA, Cristiane; Chagas; ROSA, Renato, Rodrigues; MENDES, Joyce, Lara de Lima; CABRAL, Fernando, Duarte. **Enfermagem e a educação em saúde. Revista científica da escola estadual de saúde pública de Goiás - Cândido Santiago**, 2020;6(3). Disponível

em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/10/1123339/enfermagem-e-a-educacao-em-saude.pdf>. Acesso em: 10 dez. 2024.

ERCOLE, Flávia, Falci ; MELO, Lais, Samara; ALCOFORADO, Carla, Lúcia, Goulart, Constant. **Revisão integrativa versus revisão sistemática. REME rev. min. enferm ; 18(1): 09-11**, jan.-mar. 2014. Disponível em:

<https://periodicos.ufmg.br/index.php/remo/article/view/50174/41437>. Acesso em 1 set. 2024.

JERONYMO, Hevelen, Raiane, dos Santos; SANTOS, Fernando, Pereira. **Impactos e benefícios do exercício físico no envelhecimento**. Revista Terra e Cultura: Cadernos de Ensinos e Pesquisa. Londrina, 2023, v. 39, ed. 2975. Disponível em:

<http://publicacoes.unifil.br/index.php/Revistateste/article/view/2975/2741>. Acesso em: 20 nov, 2024.

MENDONÇA, Erica, Toledo; AIRES, Lilian, Fernandes, Aryal; AMARO, Marilane, Ricardo; HENRIQUES, Bruno, David; ALMEIDA, Ligiane, Copati; CASTRO, Jessika, Afonso; FERNANDES, Violeta, Campolina; BRINATI, Lídia, Miranda. **A experiência de oficinas wducativas com idosos: (re) pensando práticas à luz do pensamento freireano**. Revista de APS v. 16, nº, 4. 2014. Disponível em: 6 out. 2024.

<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15199>. Acesso em: 6 out. 2024.

MAGALHÃES, Maria, Iranilda, Silva; SANTOS, Adelcio, Machado; Souza, Lívia, Barbosa, Pacheco; BRANDÃO, Miriam, de Agrade, BOMFIM, Vitoria, Vilas, Boas, da Silva;

SOARES, Acaz, Petrus. **Educação em saúde com principal alternativa para promover a saúde do idoso**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação- REASE São Paulo, v. 9, nº. 5, mai. 2023. DOI: doi.org/1051891/rease.v9i5.9947. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/9947/3897>. Acesso em: 6 out. 2024.

MARINHO, Lara, Mota; VIEIRA, Maria, Aparecida; COSTA, Simone, de Melo;

ANDRADE, João, Marcus, Oliveira. **Grau de dependência de idosos residentes em instituições de longa permanência**. Revista Gaúcha Enfermagem. 2013, 34 (1): 104-110.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/ZMcCHLgn79qBZF8cx4PTftS/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 nov. 2024.

MACHADO, Amanda, , Gabrielle, do Vale, Neves; SILVA, Bianca, Evellyn, Monteiro;

ROCHA, Thayane de Souza; PANTOJA, André, Maia. **O uso da tecnologia assistiva como facilitador de desempenho ocupacional de idoso**. Pesquisa e Inovações em Ciências da Saúde e Biológicas: Produção Científicas Multidisciplinares no Século XXI. v 2. 2022.



Disponível em: https://institutoscientia.com/wp-content/uploads/2022/10/capitulo-livro_saude_4-112.pdf. Acesso em: 20 nov, 2024.

MELO, Ruth, Caldeira. **O papel do exercício físico no envelhecimento saudável**. Revista Kairós-Gerontologia 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2020v22iEspecial27p7-15> Disponível em: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/50470-Texto%20do%20artigo-148170-1-10-20200910%20(1).pdf. Acesso em: 15 nov. 2024.

NETO, Helio C, Silva; Rocha, Licínio. **Experiência dos jogos digitais aplicados ao envelhecimento ativo**. Simpósio Brasileiro de Jogos e Entretenimento Digital. Disponível em: 6 out. 2024.
https://www.sbgames.org/sbgames2014/papers/culture/full/Cult_Full_Experiencia%20dos%20Jogos%20Digitais.pdf. Acesso em: 16 nov. 2024.

NEVES, Raissa, Martins. **A dança na terceira idade: Benefícios físicos e mentais**. 2018. Disponível em: <https://dan.ufv.br/wp-content/uploads/2022/09/2018-Raissa.pdf>. Acesso em: 15 nov. 2024.

NICOLLETI, Maria, Aparecida; ALMEIDA, Paola, Revolti. **Influência de programa de educação em saúde para um envelhecimento saudável para a população**. Revista Kairós-Gerontologia. 2021, v. 24, n. 2 DOI: <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2021v24i2p123-144>. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/53000>. Acesso em: 20 nov, 2024.

OLYMPPIO, Paula, Cristina, de Andrade, Pires; ALVIM, Neide, Aparecida, Titonelli. **Jogo de tabuleiro: uma gerontotecnologia na clínica de cuidados de enfermagem**. Revista Brasileira de Enfermagem 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0365> . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-971604>. Acesso em: 6 out. 2024.

OLYMPPIO, Paula, Cristina, de Andrade, Pires; ALVIM. **Gerontotecnologia na enfermagem: o emprego de jogos na educação em saúde com idosos sobre envelhecimento ativo e saudável**. Universidade Federal do Rio de Janeiro Escola de Enfermagem Anna Nery Programa de Pós-Graduação e Pesquisa Núcleo de Pesquisa dos Fundamentos do Cuidado de Enfermagem- – NUCLEARTE/DEF. Rio de Janeiro; s.n; dez. 2015. 215 p. ilus, tab, graf. Disponível em: <http://objdig.ufrj.br/51/teses/838333.pdf>. Acesso em: 06 out. 2024.

OLIVEIRA, Francisco, Ariclene; LIMA, Argelia, Ferreira; SANTIAGO, Adeliane, Barbosa; MOURA, Denizelle, de Jesus, Moreira; GUEDES, Maria, Vilani, Cavalcante; COELHO, Manuela, de Mendonça, Figueirâdo. **A prática de atividades lúdicas para promoção de saúde à pessoa idosa: uma experiência com oficinas educativas**. Revista de APS. 2020, out/dez v. 23 n.4. DOI <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2020.v23.16724>. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1358370>. Acesso em: 22 nov, 2024

PAULA, Jully, Greyce, Freitas; GONÇALVES, Lucia, Hisakp, Takase; NOGUEIRA, Laura, Maria, Vidal; DELAGE, Paulo, Elias, Gotardelo,, Audebert. **Correlação entre**



- independência funcional e risco de quedas em idosos de três instituições de longa permanência.** Rev. esc. enfermagem USP 54. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018054103601>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/GpdDjCS9nvbYYFDwb6SyB3g/?format=html&lang=pt#>. Acesso em: 20 nov, 2024.
- PELAZZA, Bruno, Bordin; SOUSA, Fabiano, Balta, Ferreira; SILVA, Luiz, Almeida; MAIA, Ludmila, Grego; PAULA, Cácia, Régia; ANDRADE, Marlene, Martins; NETO, Omar, Pereira, de Almeida; EID, Letícia, Palota; MENDONÇA, Guilherme, Silva; CARBONARI, Karia, Fabiana, Begosso, Sampaio, da Fonseca. **Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular.** Suplemento da Revista da Sociedade de cardiologia do Estado de São Paulo v. 29 n°.1, p, 78-81, jan/mar. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1015128>. Acesso em: 6 out. 2024.
- RODRIGUES, Tatyanni, Peixoto. **Tecnologia assistiva para idosos atendidos em serviços de saúde.** 2017. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/bitstream/123456789/12314/1/Arquivototal.pdf>. Acesso em: 22 nov, 2024.
- em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/D6WJPNcXg4K8DLXBYHrS6Cz/?lang=pt#:~:text=a%20gerontotecnologia%20implementada%20na%20cl%C3%ADnica,de%20experi%C3%AAs%20e%20aprendizagem%20compartilhada>. Acesso em: 6 out. 2024.
- ROSAS, Carola; SANTOS, Debora, de Souza; NASCIMENTO, Nathália, Aparecida; KUMAKURA, Ana, Railka, de Souza, Oliveira. Dança de salão para idosos: estratégia de educação em saúde. Revista de Enfermagem UFPE Online. 2020. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963.2020.243886>. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243886/35294>. Acesso em: 6 out. 2024.
- SANTOS, Ana, Caroline, de Souza; Estevão, Juliana, da Silva; Souza, Rodrigo, Viana, Correia. **Alimentação saudável e envelhecimento ativo.** 2020. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/conedu/2020/TRABALHO_EV140_MD4_SA12_ID2536_10072020121024.pdf. Acesso em: 14 nov. 2024.
- SANTOS, L, A; MORO, F, B, C. Envelhecimento saudável: uma análise do grau de satisfação dos idosos integrantes de um grupo de terceira idade de braço do rio/ES. 2018. 65 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Faculdade Vale do Cricaré, São Mateus. Disponível em: <https://repositorio.ivc.br/handle/123456789/360>. Acesso em: 6 out. 2024.
- SOUZA, Elza, Maria; SILVA, Daiane, Pereira, Pires; BARROS, Alexandre, Soares. Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão bibliográfica integrativa. Revista Ciência e Saúde Coletiva, v. 26, n° 4, abr. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021264.09642019>. Disponível



em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/gKNHyg95H4SQgKQ3hxnzNZx/#>. Acesso em: 6 out. 2024.

TOURINHO, Priscila, Martins da Silva. **Vulnerabilidade no idoso: um estudo em estratégia da família em Porto Velho**. 2021. 66 p. Dissertação (Mestrado Profissional em Saúde da Família - PROFSAÚDE) - Instituto Leônidas e Maria Deane, Porto Velho, 2021. Disponível em: https://profsaude-abrasco.fiocruz.br/sites/default/files/dissertacao_priscila_0.pdf. Acesso em: 28 abr. 2024.