

## **A IMPORTÂNCIA DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO DE SAÚDE AO ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL: ESTUDO REFLEXIVO**

**Thaís Mara da Silva**

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA). Membro do Núcleo de Estudo de Enfermagem na saúde Materno infantil (NEEMI).

E-mail: tm5452297@gmail.com

**Aglauvanir Soares Barbosa**

Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA). Docente do Curso de Enfermagem – Unicatólica. Doutoranda em Saúde Coletiva. Mestre em Enfermagem. MBA em Gestão e Inovação nos Serviços de Saúde. Especialista em Estomaterapia. Especialista em Unidade de Terapia Intensiva. Especialista em Centro Cirúrgico e CME.

E-mail: aglauvanirsoares@unicatolicaquixada.edu.br

### **RESUMO**

**Introdução:** O envelhecimento humano é um processo universal, progressivo e gradual. Trata-se de uma experiência diversificada entre os indivíduos, para a qual concorre uma multiplicidade de fatores de ordem genética, biológica, social, ambiental, psicológica e cultural. O envelhecimento ativo é uma prática muito importante que não deve ser pensado quando se chega na fase idosa, os devidos cuidados ao decorrer da jornada de vida devem ser precocemente pensado de forma para conseguir eliminar alguns dos fatores de perda de mobilidade, para que assim a pratica de exercícios físicos e atividade simples de vida diária na fase idosa, seja totalmente ativa e assim proporcione um bem estar melhor e mais adequado para os idosos. **Objetivo:** O objetivo é discorrer sobre promoção da saúde para idosos, levando informações para eles, sobre envelhecimento ativo e, que os idosos continuem sendo protagonistas fundamentais de nossa sociedade, tanto para benefício pessoal quanto para o bem da sociedade como um todo, proporcionando assim seu bem-estar. **Metodologia:** O presente estudo trata-se de uma estudos reflexivo , foi realizado na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) por meio da busca nas seguintes bases de dados científicos: MEDLINE e LILACS, através do cruzamento dos seguintes descritores : assistência de enfermagem, envelhecimento ativo e promoção da saúde conectados pelo operador booleano AND. Referida busca teve como critérios de inclusão: artigos publicados entre os anos de 2017 e 2021, serem completos , publicados na língua portuguesa e de domínio público, excluindo aquele que não condiziam com a pesquisa e que se encontravam com duplicidade. Foram encontrados 6 artigos, mas apenas 2 compuseram o resumo, após a leitura na integra. **Resultados:** Assim tende-se ver a extrema importância a prática da assistência de enfermagem na promoção da saúde para levar as devidas informações apropriadas para o público idoso e fazer a orientação de enfermagem, pois os idosos são carentes de atenção e de informações apropriadas para a sua própria saúde. **Conclusão:** Sendo assim posso concluir que os idosos por carência de conhecimento adequado da pratica de atividades físicas e de exercícios , estão prejudicando a si mesmo, sendo assim a enfermagem levar essa orientações para os idosos saberem a importância das práticas e entenderam que estarão fazendo um bem a si mesmo, levando assim as práticas e promoção da saúde e atenção aos idosos , e cientes sobre que pequenas ações sobre devidos exercícios simples, podem fazer uma grande diferença na saúde do idoso, deixando-o assim mais saudável, mais ativo, mais disposto e mais feliz, fazendo a prática de informações integras e da importância da educação e promoção de saúde ao idoso.

**Palavras-chave:** Promoção da Saúde. Envelhecimento. Assistência de Enfermagem.