

ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E QUALIDADE DE VIDA: UM ESTUDO REFLEXIVO

Francisca Lucilene Santos Matos

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).
E-mail: matoslucilene9@gmail.com

Viviane Adriano Inácio

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).
E-mail: vivyaneinacio@gmail.com

Zaianne Maria Freires da Silva

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).
E-mail: zaiannefreires@gmail.com

Liene Ribeiro de Lima

Docente e Coordenadora do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA). Enfermeira. Mestre em Saúde Pública pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Tutora do Programa de Educação pelo Trabalho para Saúde (PET-Saúde) Gestão e Assistência. Coordenadora do Grupo de Pesquisa de Enfermagem em Saúde da Mulher (GPESM). Orientadora do PIC e PIBIC (Cnpq).
E-mail: lienelima@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

INTRODUÇÃO: O envelhecimento humano é um processo natural, dinâmico que vem sendo alterado progressivamente. O envelhecimento bem-sucedido é um dos temas amplamente difundidos entre os meios de comunicação, serviços, pesquisas e textos que incluem leis e políticas públicas no campo da gerontologia. O envelhecimento saudável e socialmente engajado, possivelmente é um dos maiores preditivos da velhice bem-sucedida. Indivíduos com altos níveis de comorbidades e acometidos por enfermidades que limitem drasticamente a interação com o ambiente apresentariam maior dificuldade para adaptações e manutenção do bem-estar e da qualidade de vida. **OBJETIVO:** Refletir sobre a qualidade de vida no envelhecimento saudável. **MÉTODO:** O presente estudo trata-se de um estudo reflexivo que foi realizado na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) por meio da busca nas seguintes bases de dados científicas: MEDLINE e LILACS, através do cruzamento dos seguintes descritores: Idoso, envelhecimento saudável e qualidade de vida, conectados pelo operador booleano AND. Referida busca teve como critérios de inclusão: artigos publicados entre os anos de 2018 a 2022, serem completos, publicados na língua portuguesa e de domínio público, excluindo aqueles que não condiziam com a pesquisa e que se encontravam em duplicidade. **RESULTADOS:** Sabe-se que o envelhecimento é um processo inevitável, e na sociedade brasileira é envolvido por estereótipos e preconceitos, sendo esse idoso visto como um indivíduo incapaz, trapo velho, improdutivo e até mesmo como um problema social. No entanto, as atuais políticas públicas direcionadas aos idosos, bem como os cuidados desempenhados pela Atenção primária à Saúde (APS) orienta e estimula que o envelhecimento deve ser vivenciado como uma experiência prazerosa e que esse idoso receba uma assistência à saúde com intuito de obter uma qualidade de vida. **CONCLUSÕES:** Portanto, vale ressaltar que o envelhecimento compreende um fenômeno complexo e heterogêneo, que envolve questões de responsabilidade individual e social. Portanto, é essencial que sejam identificadas ações que favoreça a inclusão do idoso no aspecto social, bem como promova a qualidade de vida. Sabe-se que a participação em projetos, torna a pessoa idosa, um ser crítico, autônomo, capaz de decidir sua própria vida.

Palavras-chave: Idoso. Envelhecimento Saudável. Qualidade de Vida.