

ENVELHECIMENTO ATIVO E PROMOÇÃO DA SAÚDE: REFLEXO DAS PRÁTICAS FRENTE AOS PROCESSOS DE ENFERMAGEM

Arthur Custódio Pereira¹, Allan Batista Silva²

¹Faculdade Uninassau – João Pessoa, (arthur_custodiopereira@hotmail.com)

²Faculdade Uninassau – João Pessoa, (allandobu@gmail.com)

Resumo

Objetivo: evidenciar o envelhecimento ativo e a promoção da saúde sobre as práticas quanto aos processos de enfermagem, visando estratégias na perspectiva do cuidado. **Método:** O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura sobre o envelhecimento ativo e a promoção da saúde: Reflexo das práticas frente aos processos de enfermagem. A busca na literatura ocorreu no mês de março de 2021 na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), seguido nas seguintes bases de dados: LILACS, MEDLINE, BDENF e IBECs. Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram: Envelhecimento; Enfermagem; Promoção da saúde, associados por meio do operador booleano AND. Como critérios de inclusão foram utilizados artigos com texto completo, em língua portuguesa, artigos completos de periódicos, dissertações, teses, e artigos completos publicados em anais de congressos publicados entre os anos de 2016 a 2021. Os critérios de exclusão estabelecidos foram: artigos repetidos, e que não estavam relacionados com a temática proposta. **Resultados:** Com base nos dados analisados, seguido pela literatura, houve a necessidade de explanar mais o assunto com duas categorias para análise: *Concepções e práticas de idosos sobre envelhecimento ativo e saudável e Implicações do processo do envelhecimento ativo nas atividades instrumentais de vida diária.* **Conclusões:** Os resultados obtidos por meio deste estudo indicam que a longa caminhada dos profissionais de enfermagem para o apoio no envelhecimento ativo ainda carece do respaldo de políticas públicas que norteiem o cuidado humano e tragam planejamentos quanto aos cuidados no processo da vida.

Palavras-chave: Envelhecimento; Enfermagem; Promoção da saúde

Área Temática: Temas Livres

Modalidade: Trabalho completo

O envelhecimento populacional é uma realidade que vem ocorrendo tanto em países desenvolvidos como nos países em desenvolvimento, como o Brasil, isso porque o processo de envelhecimento humano é um processo natural, que culmina na diminuição progressiva da capacidade funcional dos indivíduos, a senescência cuja fase não se caracteriza como patológica. Porém, em contrapartida, pode-se dizer que as condições de sobrecarga, como doenças, acidentes e estresse emocional, como também condições sócios-sanitárias desfavoráveis, podem submeter ao estado patológico, a senilidade demandando cuidados complexos de vida e saúde (COSTA et al., 2016; CAVALCANTI et al., 2018).

Assim, considerado pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), o envelhecimento ativo consiste em um processo de estratégias que oferece oportunidades de saúde, visando a participação e a segurança de todos os usuários, além de aumentar a expectativa de uma vida saudável e com qualidade. Diante disso, um dos maiores desfechos na atuação dos profissionais frente a promoção da saúde no envelhecimento ativo é prevenir incapacidades e evitar o agravamento de complicações já pré-existentes, e para isto é necessário que os colaboradores implementem ações que gerem aos usuários possibilidades de viver com a máxima qualidade possível (LEITE et al., 2018).

Estima-se segundo Costa et al. (2016), que entre o período de 2001 a 2011, o número de idosos passou de 15,5 milhões para 23,5 milhões, ou seja, a participação relativa dos idosos na estrutura etária populacional aumentou de 9,0% para 12,1% no período, considerando que o estrato do idoso com 80 anos ou mais chegou a 1,7% da população em 2011, correspondendo a mais de 3 milhões de idosos. Dessa forma, a expectativa é que essa faixa etária ainda esteja em crescimento nos próximos anos, estimando-se que, em 2025, o Brasil se torne a sexta maior população de idosos no mundo. Isso se dá pela contínua transformação dos indicadores demográficos, em especial à diminuição da fecundidade e da mortalidade, em paralelo com o aumento da expectativa de vida.

Considerando-se as especificidades apresentadas pelo idoso, com ou sem deficiência, atualmente, se discute na sociedade a utilização de ferramentas que proporcionem habilidades funcionais e promovam uma vida independente e com inclusão social, sendo essas representadas pela Tecnologia Assistiva (TA). A TA é definida pelo Comitê de Ajudas Técnicas (CAT) como uma área de conhecimento de característica interdisciplinar que compreende recursos, estratégias, metodologias, práticas e serviços com o objetivo de promover a funcionalidade e a participação de pessoas com incapacidades, visando autonomia, qualidade de vida e inclusão social (LEITE et al., 2018).

Nessa perspectiva vale mencionar que no contexto da atenção básica já é possível observar o emprego de estratégias interessantes, porém é necessário que durante a consulta de enfermagem, haja planos e intervenções inovadoras, com aplicação de tecnologias cuidativo educacionais específicas que agreguem mais qualidade ao atendimento oferecido, na perspectiva de uma assistência holística ao usuário. Dispondo ainda os programas e políticas de envelhecimento ativo, no âmbito do cuidado e educação em saúde, estimulando a solidariedade entre gerações e pondo as famílias e os indivíduos a se planejarem e se prepararem para a velhice (COSTA et al., 2016).

Assim Ferreira et al. (2018) afirmam que a educação surge como uma oportunidade de ação, podendo gerar uma visão diferenciada acerca do idoso e da velhice, a partir do momento em que leva à sociedade o esclarecimento de como aprender a respeitar, lidar e viver o próprio envelhecimento, possibilitando caminhos para que o idoso vivencie a velhice em um mundo mais justo, em que seus direitos sejam contemplados e respeitados.

Por fim, os planos locais de saúde tornam-se iniciativas que apoiam e induzem os processos de cuidados, assim auxiliando na produção em saúde, sobretudo na atenção ao idoso, promovendo sobretudo direção e continuidade da assistência gerando no mesmo uma nova perspectiva de qualidade de vida incluindo também o Processo de Enfermagem (PE), que organiza a assistência em saúde, com foco nos problemas, fatores de risco e potencialidades dos indivíduos e coletivos (NOGUEIRA et al., 2018; ROCHA e LUCENA, 2018).

A relevância deste estudo está no fato de possibilitar a reflexão sobre o envelhecimento ativo e a promoção da saúde, tendo o processo de enfermagem (PE) como um aliado nessa perspectiva. Somado a isto, destaca-se a importância de aprofundar o conhecimento sobre esta temática e, como o PE pode ampliar as estratégias de atuação dos enfermeiros.

Diante disso questiona-se: Como evidenciar o envelhecimento ativo e a promoção da saúde sobre as práticas quanto aos processos de enfermagem?

Assim o objetivo desse estudo é evidenciar o envelhecimento ativo e a promoção da saúde sobre as práticas quanto aos processos de enfermagem, visando estratégias na perspectiva do cuidado.

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura sobre o envelhecimento ativo e a promoção da saúde: Reflexo das práticas frente aos processos de enfermagem.

A proposta da revisão integrativa traz consigo um tipo de estudo proveniente da revisão literária que organiza achados de estudos e trabalhos desenvolvidos, possibilitando utilizar várias metodologias, permitindo acesso aos revisores de sistematizar resultados sem interferir nas relações de filiação dos estudos incluídos (PEDUZZI et al., 2014).

O levantamento bibliográfico foi realizado tendo como questão norteadora: Como evidenciar o envelhecimento ativo e a promoção da saúde sobre as práticas quanto aos processos de enfermagem?

A busca na literatura ocorreu no mês de março de 2021 na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), seguido nas seguintes bases de dados: LILACS, (*Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde*), MEDLINE (*Medical Literature Analysis And Retrieval Sistem Online*), BDEFN (*Banco de Dados em Enfermagem*) e (IBECS) para enriquecer o estudo e assim trazer ênfase ao assunto.

A pesquisa foi desenvolvida em cinco etapas: 1. Delimitação do tema, das palavras-chave e dos objetivos; 2. Estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão dos textos, e também das bases de dados utilizadas; 3. Categorização e coleta dos estudos; 4. Análise dos trabalhos encontrados; 5. Identificação, discussão dos resultados e considerações finais.

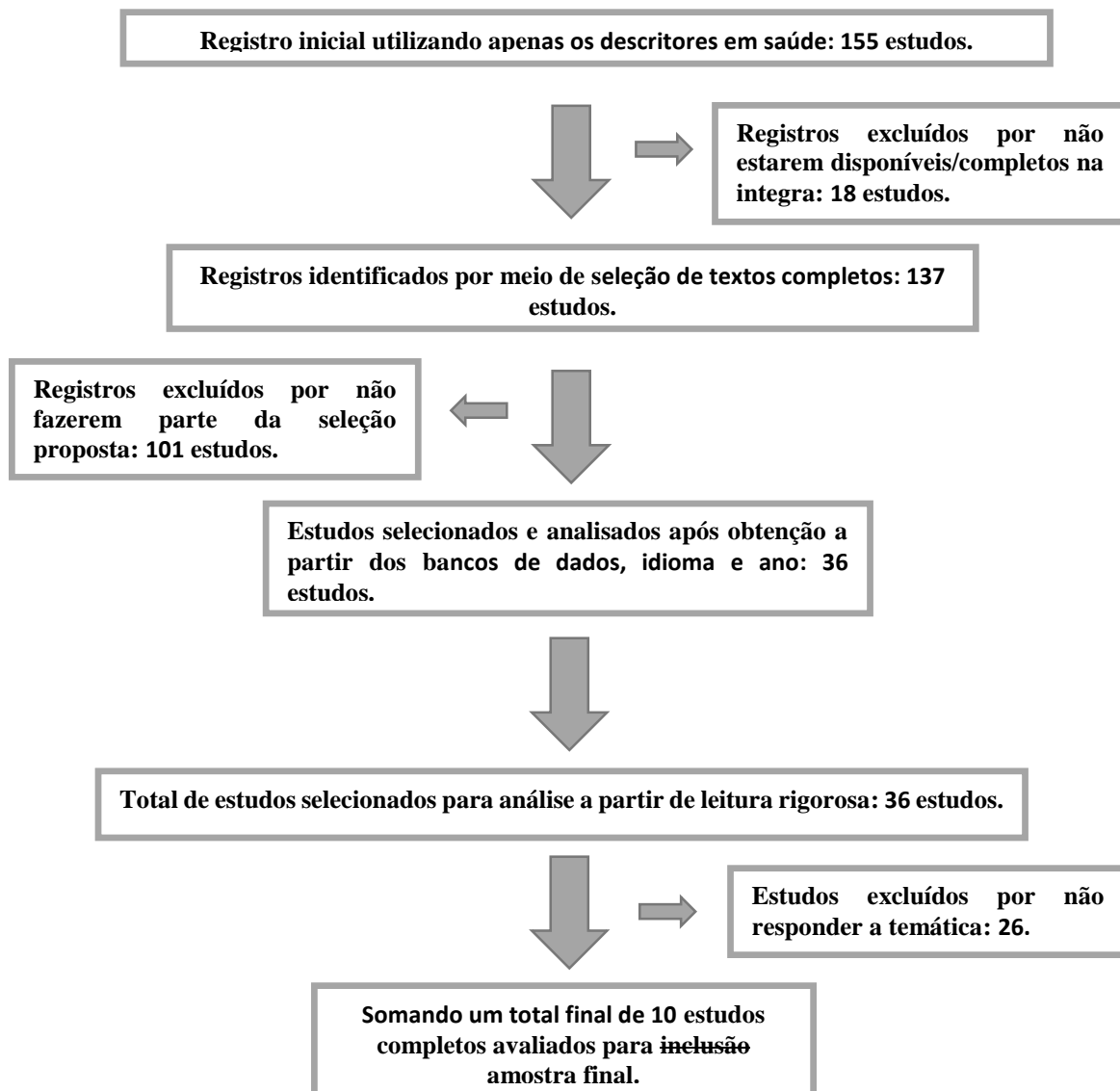
Os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) utilizados foram: Envelhecimento; enfermagem; Promoção da saúde, associados por meio do operador booleano AND.

Como critérios de inclusão foram utilizados artigos com texto completo, em língua portuguesa, artigos completos de periódicos, dissertações, teses, e artigos completos publicados em anais de congressos publicados entre os anos de 2015 a 2021. Os critérios de exclusão estabelecidos foram: artigos repetidos, e que não estavam relacionados com a temática proposta.

Após aplicado a busca foram encontrados um universo de 155 estudos com a temática proposta, sendo excluídos por não estarem disponíveis/completos na integra 18 estudos, ficando 137 estudos para os textos completos, foram excluídos 101 estudos, de acordo com os critérios de exclusão estabelecidos por não fazerem parte da seleção proposta, e após obtenção a partir dos bancos de dados, idioma e ano 36 estudos dos quais foram analisados a partir de leitura rigorosa. Após leitura rigorosa se excluiu por não responder a temática 26 estudos, dos quais ficou 10 estudos completos avaliados para inclusão.

Apresenta-se, em seguida, a síntese em formato de fluxograma prisma da seleção dos documentos levantados nas bases de dados consultadas, assim como as suas etapas de sistematização e organização.

Figura 1. Fluxograma do número de estudos encontrados e selecionados após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão.



Fonte: Autoria própria. 2021.

Assim 10 estudos foram elencados, analisados e discutidos posteriormente. No quadro 01 os estudos podem ser visualizados separadamente, categorizados pelos itens: código (Nº), título, autor, tipo de estudo objetivos e ano de publicação.

Quadro 1: Estudos selecionados para revisão.

Nº	TÍTULO	AUTOR (ES)	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVOS	ANO
1	A longevidade segundo histórias de vida de idosos longevos	WILLING; LENARDT; CALDAS	pesquisa qualitativa	Interpretar as histórias de vida dos idosos longevos de uma comunidade, alicerçada na perspectiva do Envelhecimento Ativo e Curso de Vida	2015
2	Gerontologia na enfermagem: o emprego de jogos na educação em saúde em idosos sobre envelhecimento ativo e saudável	OLYMPIO	Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva	Descrever concepções e práticas de idosos sobre envelhecimento ativo e saudável, visando à construção de uma gerontotecnologia.	2015
3	Processo de comunicação de idosos nas Atividades Instrumentais de Vida Diária para o cuidado de Enfermagem Gerontológica; Estudo etnográfico.	SANTOS	Estudo qualitativo de abordagem Etnográfica	Discutir as implicações do processo de comunicação de idosos nas Atividades Instrumentais de Vida Diária para o cuidado de Enfermagem Gerontológica;	2015
4	Estabelecimento de prioridades em saúde numa comunidade: análise de um percurso.	SOUSA et al.	Estudo de abordagem qualitativa do tipo ilustrativo e descritivo.	Descrever a metodologia utilizada no processo de estabelecimento de prioridades em saúde para intervenção comunitária, numa comunidade idosa.	2017
5	Qualidade de vida de cuidadores de idosos com demência: estudo transversal.	QUEIROZ	Trata-se de uma pesquisa quantitativa do tipo transversal, correlacional descritivo.	Analisar a associação entre o perfil sociodemográfico, perfil de saúde e a qualidade de vida dos cuidadores de idosos diagnosticados com demência	2017

6	Projetos de vida de pessoas idosas participantes da Universidade Aberta a Terceira Idade	SANTOS	Trata-se de um estudo descritivo, exploratório, com abordagem qualitativa	Apreender os projetos de vida de pessoas idosas participantes da Universidade Aberta a Terceira Idade, que funciona em uma universidade pública.	2018
7	Uso de oficinas como estratégia de promoção da saúde com idosas de um grupo de convivência.	SOUZA	Trata-se de uma pesquisa participante, do tipo estudo de caso.	Discutir uso da estratégia de oficinas e suas contribuições na promoção da saúde de mulheres idosas participantes de um grupo de convivência	2019
8	Diagnósticos de enfermagem identificados em homens idosos submetidos à prostatectomia.	DOURADO et al.	Trata-se de um estudo misto, descritivo	Descrever os diagnósticos de Enfermagem evidenciados em homens idosos no pós-operatório de prostatectomia.	2019
9	Pandemia da Covid-19 e idosos como população de risco: aspectos para educação em saúde.	BEZERRA; LIMAS; DANTAS	Trata-se de um estudo qualitativo com abordagem literária.	Discorrer sobre a fisiopatogênese da COVID-19 e vulnerabilidade clínica do indivíduo idoso, além de aspectos relevantes para promoção da saúde e do autocuidado da pessoa idosa	2020
10	Avidade educativa envolvendo graduandos de uma universidade pública acerca do envelhecimento saudável: um relato de experiência.	CARVALHO et al.,	Trata-se de um estudo descritivo, do ponto relato de experiência.	Relatar a experiência da realização de uma intervenção educativa envolvendo graduandos de uma universidade do município de Picos (PI) tratando acerca do processo de envelhecimento saudável.	2020

Fonte: Autoria Própria, 2021

Ao analisar o objetivo geral dos estudos selecionados, pode-se observar que, no geral, 6 (60%) deles objetivaram descrever concepções e práticas de idosos sobre envelhecimento ativo e saudável, metodologias utilizadas no processo de estabelecimento de prioridades em saúde, e 4 (40%) discutiram as implicações do processo de comunicação de idosos nas atividades

instrumentais de vida diária, uso da estratégia de oficinas e suas contribuições na promoção da saúde e da realização de uma intervenção educava, como demonstra o gráfico 1.

Assim com base nos dados analisados, seguido pela literatura, houve a necessidade de explanar mais o assunto com duas categorias para análise: *Concepções e práticas de idosos sobre envelhecimento ativo e saudável e Implicações do processo do envelhecimento ativo nas atividades instrumentais de vida diária.*

Categoria 1: Concepções e práticas de idosos sobre envelhecimento ativo e saudável.

Os problemas relacionados ao envelhecimento têm despertado o interesse de cada vez mais profissionais e estudiosos de diversas áreas no campo do conhecimento, isso devido ao processo acelerado de envelhecimento populacional em muitas regiões, incluindo o Brasil. À diminuição da natalidade, o aumento da expectativa de vida são exemplos desse desenvolvimento, isso devido aos inúmeros avanços tecnológicos em saúde em diversos campos científicos além da medicina e da farmacologia, benéficos à saúde humana, acesso à prevenção e oportunidades para serviços médicos terapêuticos que culminam numa perspectiva de vida mais prolongada (OLYMPIO, 2015).

Nesse pensamento a sociedade moderna por definição é considerada uma sociedade em constante, rápida e permanente mudança sendo a principal diferença entre a sociedade tradicional e a sociedade moderna. Nesse caso, os idosos coexistem entre tradição e modernidade, e enfrentam uma ordem que se adapta ao moderno e a cada dia a relação entre tradição e modernidade em si traz implicações em seus hábitos, trazendo diferentes perspectivas no mundo e, portanto, diferentes formas de comunicação (SANTOS, 2015).

Dessa forma, o envelhecimento é acompanhado por mudanças que mudam a trajetória de vida, levando a uma reflexão íntima sobre o presente, o passado e o futuro. No entanto, deve-se ressaltar que esses incidentes aumentam a chance de isolamento do idoso, e essa situação se torna mais grave quando não há um conjuge ou familiar próximo. Portanto, criar novos projetos de vida e ter motivação para apoiar um envelhecimento ativo e saudável torna-se fundamental (SANTOS, 2018).

Os estudos levantados e selecionados para esta categoria mencionam que é preciso estar atento ao cotidiano dessas pessoas e aos recursos internos e externos necessários para enfrentar as transformações vividas pelo envelhecimento. Além disso, considerar as possibilidades que esse período de desenvolvimento pode trazer, afinal, pode ser o momento de buscar o alcance de metas até então não alcançadas, ou mesmo de retomar projetos que devem ser adiados para

o resto da vida. Os idosos ativos têm uma nova compreensão do envelhecimento. Os estudos analisados apontaram que a participação em programas educacionais, sociais e de saúde deu um novo sentido à vida dessas pessoas (SANTOS, 2018; SOUZA, 2019; CARVALHO, 2020).

Assim atividades de intervenção educativa, podem ser feitas sugestões ao público-alvo e demais pessoas presentes, para que tenham uma melhor compreensão do processo natural de envelhecimento e uma compreensão mais ampla, ou seja, percebam quais as mudanças que se esperam nesta fase de vida, os aspectos fisiológicos da doença, assim como aqueles considerados patológicos, o que reflete a importância da adoção de estilos de vida e cuidados que favoreçam a saúde e a melhoria da qualidade de vida (CARVALHO, 2020).

No mais o envelhecimento ativo aplica-se tanto a indivíduos quanto a grupos populacionais. Permite que as pessoas percebam o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo do curso da vida, e que haja participação da sociedade de acordo com suas necessidades, desejos e capacidades; ao mesmo tempo, propicia proteção, segurança e cuidados adequados, quando necessários. Entretanto manter a autonomia e independência durante o processo de envelhecimento é uma meta fundamental e se torna ações de intervenção para uma vida saudável.

Como também cabe a iniciação de programas e políticas de envelhecimento ativo reconheçam ainda mais a necessidade de incentivar e equilibrar responsabilidade pessoal, ambientes amistosos para a faixa etária e solidariedade entre gerações.

Categoria 2: Implicações do processo do envelhecimento ativo nas atividades instrumentais de vida diária.

Devido às mudanças ocorridas no mundo e nas populações locais, o envelhecimento humano tem levado as pessoas a discutir e pensar para melhor compreender as condições desse processo. Independentemente da presença de doença, a faixa de longevidade torna-se mais frequente na população (WILLING; LENARDT; CALDAS, 2015).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o envelhecimento é um processo de mudanças drásticas. No nível biológico, as reservas fisiológicas diminuem gradualmente, aumentando assim o risco de doença e morte, acompanhado também em alterações na nutrição e qualidade do sono. No entanto, essas transformações não são lineares e sua associação com a idade não foi definida. Além dos programas biológicos, o processo de envelhecimento envolve também aspectos psicossociais, nos quais se observam mudanças de papéis e status sociais e perda da intimidade, que refletem na saúde mental do idoso (SANTOS, 2018; BEZERRA; LIMA; DANTAS, 2020).

Dessa forma, para Souza (2019), modelos e teorias voltadas para a promoção da saúde são a base para apoiar a construção de estratégias baseadas em serviços de qualidade para a melhoria da qualidade de vida dos usuários. Surgiu a teoria da promoção da saúde descrita por Nola J. Pender na década de 1980, que apontava de forma simples e clara os serviços diferenciados para a equipe de enfermagem. Esta personalização ou serviço de grupo permite o planejamento de ações, intervenção e avaliação de suas ações, o objetivo é ajudar a identificar os fatores que influenciam o comportamento individual.

Em termos de cuidados geriátricos, a enfermagem, profissão que se especializa no processo de envelhecimento e nas mudanças que envolvem o ser humano ao longo da vida, visa a manutenção da autonomia pessoal, capacidade funcional e independência, sendo a promoção da saúde um processo de apoio às pessoas, para controlar fatores que podem afetar sua saúde (SOUZA, 2019; SANTOS, 2015; QUEIROZ, 2017; SOUZA, 2017).

Assim conclui-se que os estudos analisados nesta categoria trouxeram o entendimento de que as intervenções em saúde significa considerar a realidade de múltiplos fatores, visando aos profissionais de enfermagem o enfrentamento de inúmeros desafios. Além disto traz consigo a alta complexidade, em usar práticas profissionais baseadas em evidências científicas existentes para manter a qualidade das intervenções de saúde e promover o acesso a cuidados médicos eficazes além das prioridades de pesquisa e o processo de formulação de políticas públicas de saúde para fortalecer a importância do planejamento de estratégias de ação no setor de saúde (QUEIROZ, 2017).

4 CONCLUSÃO

Os resultados obtidos por meio deste estudo indicam que a longa caminhada dos profissionais de enfermagem para o apoio no envelhecimento ativo ainda carece do respaldo de políticas públicas que norteiem o cuidado humano e tragam planejamentos quanto aos cuidados no processo da vida.

Desse modo, percebe-se a necessidade de educação permanente para esses profissionais, bem como na visão dos próprios indivíduos, considerando que o conhecimento é a base para novos avanços, mudando a forma de assistir/executar dos usuários no processo de envelhecimento.

Diante de todas as questões que foram discutidas divulgar experiências mais específicas e descrever como as equipes de saúde implementam estratégias inclusivas e alocam recursos

escassos com base nos dados de que dispõem será de grande valor para as comunidades e profissionais de saúde coletiva no que concerne ao envelhecimento ativo.

5 REFERÊNCIAS

BEZERRA, P. C. de L.; LIMA, L. C. R. de. DANTAS, S. C. Pandemia da covid-19 e idosos como população de risco: aspectos para educação em saúde. **Cogitare enferm.** v.25, p. e73307, 2020. Disponível em:

http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-85362020000100811.

Acesso em: 23 de março de 2021.

CAVALCANTI, A. D. et al. o envelhecimento ativo e sua interface com os determinantes sociais da saúde. **Geriatr Gerontol Aging.** Recife (PE) 2018;12(1):15-23. Disponível em:

<https://s3-sa-east-1.amazonaws.com/publisher.gn1.com.br/ggaging.com/pdf/v12n1a04.pdf>.

Acesso em: 18 de março de 2021.

CARVALHO, J. W. de, et al. Atividade educava envolvendo graduandos de uma universidade pública acerca do envelhecimento saudável: um relato de experiência. **Saúde em Redes.** v.6, n.2, p. :2973032020, 2020. Disponível em: <http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/redeunida/article/view/2447/531>.

Acesso em: 23 de março de 2021.

COSTA, N. P. et al. Contação de história: tecnologia cuidativa na educação permanente para o envelhecimento ativo. **Rev. Bras. Enferm.** vol.69 no.6 Brasília nov./dez. 2016. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&nrm=iso&lng=pt&tlng=pt&pid=S0034-71672016000601132. Acesso em: 18 de março de 2021.

DOURADO, I. S. et al. Diagnósticos de enfermagem identificados em homens idosos submetidos à prostatectomia. **Rev. enferm.** UFPE online. v.13, p.1-12, 2019. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1049347>. Acesso em: 24 de março de 2021.

GARCIA, F. S. Metodologia da Pesquisa Científica: Organização Estrutural e os desafios para redigir o trabalho de conclusão. **Revista Eletrônica “Diálogos Acadêmicos** (ISSN: 0486-6266). JAN-JUL, 2015. Disponível em:

<http://uniesp.edu.br/sites/biblioteca/revistas/20170627112856.pdf>. Acesso em: 18 de março 2021.

LEITE, E.S; PIMENTA, C.J.L, COSTA, M.S; OLIVEIRA, F.B; MOREIRA, M.A.S.P; SILVA, A.O. Tecnologia assistiva e envelhecimento ativo segundo profissionais atuantes em grupos de convivência. **Rev. esc. enferm.** USP vol.52 São Paulo 2018 Epub 13-Set-2018. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&nrm=iso&lng=pt&tlng=pt&pid=S0080-62342018000100441#B2. Acesso em: 18 de março de 2021.

NOGUEIRA, I.S; LABEGALINI, C.M.G; CARREIRA, L; BALDISSERA, V.D.A.

Planejamento local de saúde: atenção ao idoso versus Educação Permanente em Saúde. **Acta paul. enferm.** vol.31 no.5 São Paulo 2018. Disponível em:

http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002018000500550. Acesso em: 18 de março de 2021.

OLYMPIO, P. C. de A. P. **Gerontotecnologia na enfermagem: o emprego de jogos na educação em saúde**. 2015. Tese (doutorado)- Universidade Federal do Rio de Janeiro- Escola de Enfermagem Anna Nery/ Programa de Pós- Graduação e Pesquisa em Enfermagem, 2015. Disponível em: <http://objdig.ufrj.br/51/teses/838333.pdf>. Acesso em: 24 de março de 2021.

PEDUZZI, M. et al. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem **Rev Esc Enferm USP**; v.48, n.2, p.e33545, 2014. Disponível em: www.ee.usp.br/reeusp/. Acesso em: 20 de março de 2021.

QUEIROZ, R. S. de. **Qualidade de vida de cuidadores de idosos com demência: estudo transversal**. 2017. Dissertação (Mestrado Acadêmico Ciências do Cuidado em Saúde) - Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Niterói, 2017. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/5931>. Acesso em: 24 de março de 2021.

ROCHA, E.N; LUCENA, A.F. Projeto Terapêutico Singular e Processo de Enfermagem em uma perspectiva de cuidado interdisciplinar. **Rev. Gaúcha Enferm.** vol.39 Porto Alegre 2018 Epub 02-Jul-2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&nrm=iso&lng=pt&tlng=pt&pid=S1983-14472018000100500. Acesso em: 18 de março de 2021.

SANTOS, A. L. de. S. **Projeto de vida de pessoas idosas participantes da Universidade Aberta a Terceira Idade**. 2018. Tese, dissertação (Mestrado em Enfermagem e saúde) Universidade Federal da Bahia, Salvador/BA, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1120579>. Acesso em: 24 de março de 2021.

SANTOS, G. L. A. **Processo de comunicação de idosos na execução das atividades instrumentais de vida diária: estudo etnográfico**. 2015. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde) - Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Niterói, 2015. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/2355>. Acesso em: 24 de março de 2021.

SILVA, E. L.; MENEZES, E. M. **Metodologia da pesquisa e elaboração de dissertação**. 4ª ed. Florianópolis, 2005. Disponível em: <http://www.portaldeconhecimentos.org.br/index.php/por/Conteudo/Metodologia-da-pesquisa-e-elaboracao-de-dissertacao>. Acesso em: 18 de março de 2021.

SOUZA, F. F. de S. e. **Uso de oficinas como estratégia de promoção da saúde com idosas de um grupo de convivência**. 2019. Tese, dissertação, (Mestrado) universidade federal fluminense de Niterói. 2019. Disponível em: <https://app.uff.br/riuff/handle/1/10461>. Acesso em: 24 de março de 2021.

WILLING, M. H.; LENARDT, M. H.; CALDAS, C. P. A longevidade segundo histórias de vida de idosos longevos. **Rev. bras. Enferm.** v.68, n.4, p.697-704, Universidade Federal do Paraná, jul.-ago. 2015. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-761094>. Acesso em: 24 de março de 2021.

