**O ENFERMEIRO E O IDOSO: PARCEIROS NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL**

ADELINA FERREIRA GONÇALVES1; SABRINA FERREIRA

FURTADO MAGRIN2; ELINE APARECIDA VENDAS RIGHETTI3;

MARIANA PICOLLI DA LUZ4

1Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, adeline\_fg@yahoo.com.br; 2Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, brinafurtado@hotmail.com; 3Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, elinerighetti@yahoo.com.br;

4Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, mari.picolly@gmail.com

**RESUMO**

**Introdução:** O envelhecimento da população é um dos maiores triunfos da humanidade e também um dos seus maiores desafios. O estudo sobre o envelhecimento também é um desafio para a enfermagem, visto que o conhecimento do fenômeno permite propor e melhorar estratégias de intervenção e o uso de boas práticas de cuidado nessa fase da vida. **Objetivos**: Discorrer sobre o envelhecimento ativo com um olhar voltado para o cuidado de Enfermagem visando uma vida saudável. **Metodologia**: Trata-se de uma revisão narrativa da literatura sobre envelhecimento e cuidados realizada nos bancos de dados do Ministério da Saúde, SciELO, LILACS, entre outros. **Resultados**: O envelhecimento ativo é visto pela Organização Mundial da Saúde como o processo pelo qual são otimizadas as oportunidades de bem-estar físico, social e mental durante toda a vida, com vistas a ampliar a esperança de uma vida saudavelmente ativa, com produtividade e qualidade de vida. Os idosos precisam promover o máximo de autonomia possível, isto é, potencializar a própria capacidade para controlar, enfrentar e tomar decisões sobre sua vida diária. O envelhecimento ativo se aplica tanto aos indivíduos como aos grupos de população, permitindo às pessoas realizar seu potencial ao longo de todo seu ciclo vital, proporcionando-lhes proteção, segurança e cuidados à saúde adequados quando necessitam de assistência. Assim, o envelhecimento tem sido considerado um objetivo primordial tanto da sociedade como do governo, para melhorar a autonomia, a saúde e a produtividade dos idosos mediante políticas que apoiem as áreas de saúde, economia, trabalho, educação, justiça, habitação, transportes, promovendo também a participação dessa população no processo político, econômico e outros aspectos da vida da comunidade. Há inúmeros recursos que favorecem o envelhecimento saudável, como: a manutenção e cuidados de saúde, fazer uma dieta adequada, praticar exercícios, manter peso saudável, evitar o consumo de tabaco, álcool ou drogas, e realizar treinamento específico das funções cognitivas. **Conclusão**: O cuidado de Enfermagem deve abordar todas as perspectivas do ser humano, na tentativa de fundamentar o entendimento aos modelos de envelhecimento ativo que leve o idoso a entender esse processo como algo normal.

**Palavras-chave:** Enfermagem; Idoso;Envelhecimento saudável.