

Envelhecimento: Vivência dos idosos no ambiente familiar

Aging: Experience of the elderly in the family environment

Envejecimiento: Experiencia de los mayores en el entorno familiar

Recebido: 19/07/2021 | Revisado: 23/07/2021 | Aceito: 27/07/2021 | Publicado: 02/08/2021

Deise Correia de Araújo Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2948-0290>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: deise-197@hotmail.com

Bruna Coely Monteiro de Melo Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8491-1781>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: brunamelo7@live.com

Heverton Felinto Pedrosa de Melo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1076-6846>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: hevertonmelo.adv@gmail.com

Ivamessia Lima Gomes Medeiros

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3731-1748>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: ivalimagomes@gmail.com

Janaina de Souza Sabino Toscano

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2643-8505>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: janainasouza.to.15@gmail.com

Mayara Furtado Silva Bezerra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7381-8896>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: mayarafurtado.jp@gmail.com

Vitor Medeiros da Nóbrega Xavier

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9172-1940>

Cintep Faculdades, Brasil

E-mail: nobregavitor123@gmail.com

Ana Cristina Silveira Martins

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8634-1580>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: nutricionistaanamartins@hotmail.com

Cícera Patrícia Daniel Montenegro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3744-2841>

Universidade Federal da Paraíba, Brasil

E-mail: pmontenegro9@gmail.com

Resumo

Este estudo sintetiza os achados literários referentes à interação no dia a dia de idosos que dividem o mesmo lar com seus familiares. Para isso, foi realizada uma Revisão Integrativa de Literatura, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que considerou o processo de envelhecimento no ambiente familiar e os fatores que contribuem para tal acontecimento. Incluíram-se artigos publicados no período compreendido entre os anos de 2016 a 2020, obtendo-se 11 (onze) artigos relacionados ao objetivo do estudo. A análise dos dados resultou nas seguintes categorias temáticas: família, cuidado e acompanhamento profissional. Observou-se através desses estudos que o processo de envelhecimento requer um olhar especial, devendo ser oferecido ao idoso uma melhor qualidade de vida, por meio do aconchego dos familiares e acompanhamento profissional, garantindo e promovendo seu bem estar físico, psicológico e social.

Palavras-chave: Envelhecimento; Família; Idoso.

Abstract

This study synthesizes the literary findings related to the daily interaction of elderly people who share the same home with their families. For this, an Integrative Literature Review was carried out in the databases of the Virtual Health Library (VHL), which considered the aging process in the family environment and the factors that contribute to such an event. Articles published in the period from 2016 to 2020 were included, resulting in 11 (eleven) articles related to the objective of the study. Data analysis resulted in the following thematic categories: family, care and professional monitoring. It was observed through these studies that the aging process requires a special look, and the elderly should

be offered a better quality of life, through the comfort of family members and professional monitoring, guaranteeing and promoting their physical, psychological and social well-being.

Keywords: Aging; Family; Old man.

Resumen

Este estudio resume los hallazgos literarios sobre la interacción diaria de las personas mayores que comparten el mismo hogar con sus familias. Para ello, se realizó una Revisión Integrativa de la Literatura en las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud (BVS), que consideró el proceso de envejecimiento en el entorno familiar y los factores que contribuyen a tal evento. Se incluyeron artículos publicados en el período de 2016 a 2020, resultando en 11 (once) artículos relacionados con el objetivo del estudio. El análisis de los datos dio como resultado las siguientes categorías temáticas: familia, cuidados y seguimiento profesional. A través de estos estudios se observó que el proceso de envejecimiento requiere una mirada especial, y se debe ofrecer a los ancianos una mejor calidad de vida, a través de la calidez de los familiares y el seguimiento profesional, asegurando y promoviendo su bienestar físico, psicológico y social.

Palabras clave: Envejecimiento; Familia; Anciano.

1. Introdução

Em 1980, o Brasil foi considerado um país jovem pela Fundação Oswaldo Cruz. Nesse mesmo período foram apresentadas alterações demográficas importantes no país, ocorrendo uma transição demográfica decorrente da queda da taxa de fecundidade e da redução das taxas de mortalidade da população pertencente à terceira idade (Araújo et al., 2018).

Atualmente os idosos integram a parte da população com maior índice de crescimento, segundo os dados estatísticos do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Estima-se que no ano de 2025 o Brasil esteja na sexta colocação mundial, com o maior número de pessoas idosas no mundo, já que em 2019 somavam-se mais de 32 milhões de pessoas idosas no país. Com a diminuição das taxas de mortalidade e de fecundidade, o nosso cenário demográfico vem se transformando diariamente (Alexandrino et al., 2019).

Sabendo de todo esse aumento da população idosa (Conceição et al., 2020), o capítulo IV do artigo 15 inserido no Estatuto do Idoso vem ressaltar os direitos e atenção integral a saúde que estas pessoas tem, sendo assim, esses cuidados são fornecidas pelo Sistema Único de Saúde, direcionados a prevenção, promoção e recuperação da saúde do idosos (Vieira et al., 2021).

Devido à rotina corrida das pessoas durante o cotidiano está cada vez pior para os idosos que vivem com seus familiares, pois os mesmo acabam ficando desacompanhados em suas casas, a aumento da população idosa juntamente com a associação das doenças degenerativas, cardiovasculares, e distúrbios mentais que chegam junto com a velhice geram um estresse no contexto geral da família, pois eles se tornam mais dependentes e necessitam de observação e mais cuidados (França et al., 2021; Silva & Silva, 2019).

Vale ressaltar que alguns idosos aproveitam suas vidas sem depender de ajuda de familiares. Nestes casos, os mesmos possuem uma qualidade de vida e saúde que lhe permitem realizar suas atividades laborais de forma livre, autônoma e com sabedoria independente. No entanto, nem todos os idosos têm esse privilégio, já que, infelizmente, o envelhecimento ocorre de maneira diferente para cada indivíduo: alguns envelhecem sem apresentar doenças, já outros apresentam patologias que influenciam na sua forma de viver trazendo dificuldades para realização de atividades no seu dia a dia (Itajubá, 2019).

O envelhecimento humano também é classificado como um procedimento que inclui várias dimensões e fatores, que envolvem questões culturais, biológicos, sociais e psicológicos. Sendo assim, destaca-se o envelhecimento biológico, que é caracterizado como um processo de diminuição da função do organismo, ou seja, com o avanço da idade o processo fisiológico sofre mudanças nas funcionalidades do organismo. Ademais, as experiências vivenciadas por idosos também estão intimamente ligadas às suas relações psicoafetivas e aos aspectos psicossociais (Araújo et al., 2018).

O envelhecimento traz consigo uma realidade que tem a capacidade de reduzir a adequação na rotina independente de idosos. Dessa forma, aumentam as suas fragilidades e vulnerabilidades, favorecendo o surgimento de doenças à essa população. As diversas patologias geriátricas trazem insegurança e afetam principalmente a dependência do idoso (Kreuz & Franco, 2017).

O envelhecimento é um processo suscetível que traz junto consigo uma vulnerabilidade ao idoso, sendo o aspecto social que carrega a fragilidade junto com os estigmas vividos. À família atribui-se um papel singular, tanto de ajuda, quanto de perda da autonomia durante o período do processo do cuidar desses idosos que por muitas vezes são acometidos por doenças crônicas e degenerativas (Kreuz & Franco, 2017).

As atividades executadas pelos idosos de forma autônoma e independente são totalmente prejudicadas quando os mesmos passam a ser acometidos por diminuição nas tarefas diárias, o que os tornam dependentes de terceiros, passando a necessitar de diversos auxílios no seu dia a dia (Diniz et al., 2021; Côco et al., 2019).

Na Portaria de Nº 2.528 criada em 19 de outubro de 2006, como recomendação da Política Nacional de Atenção a Saúde dos Idosos que as pessoas de terceira idade necessitam de cuidados e atenção diferenciada, principalmente quando os mesmo são portadores das doenças crônicas e degenerativas, para isso é importante que os cuidadores ou responsáveis por esses idosos também recebam suporte e auxílio, pois é reconhecido que o cuidar de uma pessoa dependente é um processo desgastante (Silva et al., 2020).

Nesse contexto, o interesse em pesquisar sobre a temática se deu pela oportunidade de poder contribuir no processo de envelhecimento saudável dos idosos, acompanhado da preocupação pela quantidade de idosos que estão perdendo a sua independência, devido à algumas doenças, os tornando total ou parcialmente dependente de terceiros, que muitas vezes são os seus familiares. Ou seja, nota-se que os idosos estão deixando de ter uma vida autônoma para sempre viver vinculada à outra pessoa.

Pretende-se com este estudo, portanto, contribuir para o campo teórico, social e prático envelhecimento saudável no contexto familiar. A contribuição teórica da presente pesquisa consistirá na consolidação do campo de estudo sobre o processo de envelhecimento, através da revisão de literatura e da discussão de diversos conceitos práticos sobre o tema. Já no campo social este estudo se traduz em possíveis implicações para o fortalecimento do envelhecimento saudável e em ambiente familiar da população idosa. No campo prático esta pesquisa contribuirá em nível de conhecimento para acadêmicos, profissionais, familiares e demais pessoas interessadas pela temática da gerontologia, e especialmente do envelhecimento.

Sabe-se que as modificações causadas na vida do idoso pelo envelhecimento causam impactos diretos no seu dia a dia, principalmente em relação aos seus familiares e/ou responsáveis. Diante disso, caracterizado como uma revisão integrativa de literatura, por meio de pesquisa bibliográfica, o problema da pesquisa configura-se na verificação e compreensão das adversidades vividas pelos idosos em dinâmica familiar, ou seja, como ocorre o processo de interação, cuidado e respeito com idosos que dividem o lar com seus familiares?

Para isso, o objetivo da presente pesquisa consiste em sintetizar os achados literários, referentes ao envelhecimento, à interação no dia a dia de idosos, e à convivência no ambiente familiar, por meio de uma revisão integrativa de literatura, de maneira a identificar, através dos artigos científicos, o processo de convivência e cuidado com os idosos por parte de seus familiares, bem como a influência destes fatores nos aspectos biopsicossociais dos mesmos, descrevendo o papel da fisioterapia no auxílio ao idoso em seu processo de envelhecimento e na sua rotina diária.

2. Metodologia

A pesquisa é do tipo revisão integrativa da literatura de natureza quantitativa. A revisão de literatura permite uma abordagem metodológica mais ampla quando se refere às revisões, esta permite incluir os estudos não experimentais e experimentais analisando o fenômeno de forma completa relacionado à sua compreensão (Estrela, 2018; Souza et al., 2010)

A pesquisa se desenvolveu levando em consideração bases de dados online, cartilha do cuidado ao idoso, além das leis por meio das portarias, por exemplo, e também as pesquisas já realizadas relativas ao tema. Para compor o corpus do estudo, houve a busca por artigos na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com as seguintes bases de dados: SCIELO, Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base De Dados em Enfermagem (BDENF). Para o levantamento da pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: “envelhecimento”, “família” e “idoso”, e posteriormente foi aplicada a combinação destas, tendo como objetivo a exaustão de artigos que abordassem o processo de envelhecimento no ambiente familiar.

Os critérios de inclusão foram artigos publicados nos anos de 2016 a 2020, no idioma português. Foram excluídos os artigos com textos indisponíveis e pesquisas repetidas nas bases de dados escolhidas. Para a seleção dos artigos, cada publicação foi analisada exaustivamente para confirmar a contemplação da pergunta norteadora da revisão integrativa, qual seja: Como ocorre o processo de interação, cuidado e respeito com idosos que dividem o lar com seus familiares?

3. Resultados e discussão

Encontrou-se Inicialmente 3.572 (três mil e quinhentos e setenta e dois) artigos, dos quais apenas 172 (cento e setenta e dois) foram selecionados, após serem filtrados na base de dados e aplicados os critérios da inclusão da pesquisa. Após a seleção e leitura criteriosa de cada um dos artigos (título e/ou do resumo), 11 (onze) artigos corresponderam à questão norteadora exposta no estudo e atenderam aos critérios selecionados por esta pesquisa (Quadro 1)

Quadro 1 – Características dos estudos incluídos na amostra da revisão integrativa

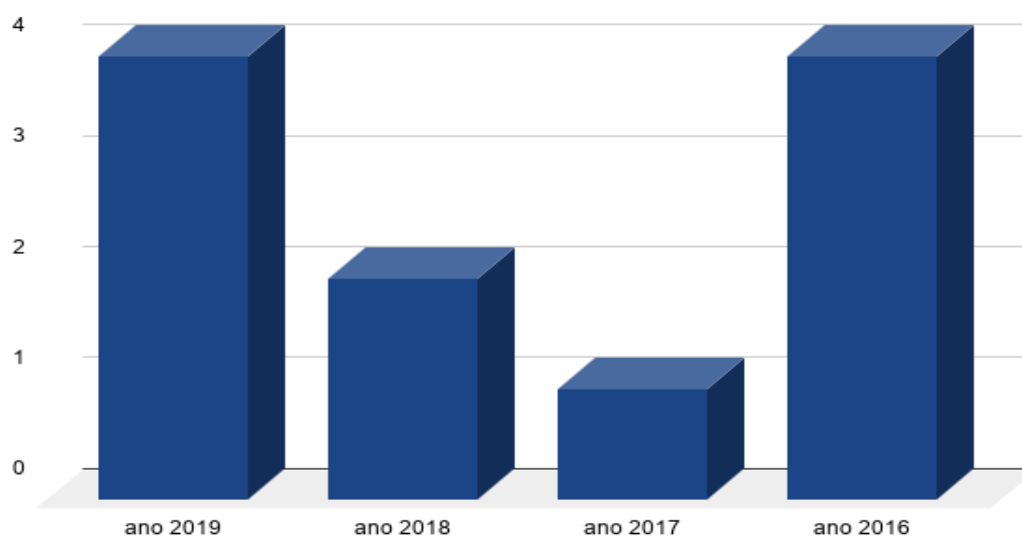
Ordem	Título do artigo	Autor(es)	Periódico	Ano	Resultados
01	A família e sua relação com o idoso: Um estudo de representações sociais	Araújo et al.,	Revista Psicologia em Pesquisa	2018	A integridade familiar é como um mecanismo que permite o idoso perceber e aceitar a dinâmica da relação familiar que vivencia, e é exatamente esta necessidade manter o legado familiar íntegro, que as representações sociais se mostram, na maioria das vezes, positivas, mesmo que as relações familiares não sejam tão satisfatórias.
02	Reflexões acerca do envelhecimento, problemáticas, e cuidados com as pessoas idosas	Kreuz & Franco	Revista Kairós: Gerontologia	2017	É disponível para acolher um idoso que se reinventa, pode ser o primeiro passo para que profissionais de saúde, assim realizando melhor acolhimento ao idoso adoecido, fornecendo orientações específicas sobre seus tratamentos
03	Vulnerabilidade e fatores associados em idosos atendidos pela Estratégia Saúde da Família	Cabral et al.,	Ciência & Saúde Coletiva	2019	O reconhecimento prévio da condição de vulnerabilidade pode levar melhor atendimento às principais necessidades de saúde dos idosos, ao se realizar um plano de cuidados que previna o declínio funcional e a morte precoce.

04	Cuidar de idosos com doença de Parkinson: sentimentos vivenciados pelo cuidador familiar	Itajubá	Enferm Foco	2019	Os sentimentos vivenciados pelo cuidador familiar emergiram em cinco categorias: sobrecarga física e mental; dificuldade de cuidar; não é difícil cuidar; sentimento de impotência; sentimento de tristeza.
05	Avaliação do índice de vulnerabilidade clínico-funcional em idosos.	Alexandrino et al.,	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	2019	o avançar da idade se mostra como um importante fator de risco para o declínio da capacidade física do idoso. Esse risco é explicado pela diminuição da funcionalidade dos sistemas fisiológicos que determinam a capacidade física do indivíduo, que por sua vez, irá declinar à medida que a idade avança.
06	Fatores associados à dependência funcional em idosos restritos ao lar	Côco et al.,	Estud. interdiscip. envelhec.	2019	orientações a essas famílias para que o idoso realize as atividades de modo independente sendo prestada a assistência, somente quando for necessário, necessário a estimulação de tarefas básicas, como as transferências, locomoção de pequenas distâncias, como também as tarefas de higiene pessoal, alimentação e troca de vestimentas.
07	Perdoar verdadeiramente ou agredir novamente: dilemas da violência familiar contra idosos	Witczak et al.,	Revista Kairós: Gerontologia	2016	A função do amor pelos familiares, a vítima acaba por perdoar o agressor. Junto com o perdão, tem-se a promessa de que os atos violentos não serão repetidos. Promessa que dificilmente se cumpre.
08	Velhice e Metanoia—Uma análise do filme Hanami: cerejeiras em flor	Gaeta & Mendes	Revista Kairós: Gerontologia	2016	O cenário perfeito para a compreensão da velhice a partir da relação conjugal e seus emaranhados complexos, que se perpetuam e ultrapassam a temporalidade e a finitude.
09	Violência contra o idoso: uma discussão sobre o papel do cuidador.	Pinto	Revista Kairós: Gerontologia	2016	A maneira como as pessoas se relacionam com seus parentes idosos hoje, pois a forma como tratam seus pais e avós será aprendida pelos seus filhos e terá consequências boas ou más, a depender do que foi ensinado.
10	Envelhecimento e morte: percepção de idosas de um grupo de convivência	Bulsing & Jung	Psicologia em Estudo	2016	Assim como outras etapas do ciclo vital, o envelhecimento apresenta aspectos positivos e negativos, porém, não há uma forma de evitar ou impedir essas características e suas consequências.
11	Arranjos familiares com pessoas idosas: fatores contributivos	Aguiar et al.,	Avances en Enfermería	2018	As modificações ocorridas no entorno familiar em virtude do envelhecimento populacional trazem o destaque para as avós como provedoras de cuidados dos netos e para o companheirismo entre gerações, apesar das dificuldades.

Fonte: Autores (2021).

No Gráfico 1, verifica-se uma maior quantidade de publicações nos anos 2016 e 2019.

Gráfico 1 – Pesquisas de acordo com o ano de publicação dos estudos selecionados (N=11).



Fonte: Autores (2021).

Ainda, de acordo com a tabela abaixo, observa-se os artigos que foram selecionados para a realização do estudo conforme a publicação no periódico:

Tabela 1 - Periódicos selecionados na amostra (N= 11).

PERIODICO	Nº
Revista Kairós: Gerontologia	04
Psicologia em Estudo	01
Avances em Enfermaria	01
Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	01
Enfermagem e foco	01
Ciência e Saúde Coletiva	01
Revista Psicologia em pesquisa	01
Estudo interdisciplinar envelhecimento	01
TOTAL	11

Fonte: Autores (2021).

Desta forma, foram pesquisados os últimos 04 anos (2016-2020), com os anos de 2019 e 2016 totalizando os maiores percentuais, sendo 35% (04 publicações neste período) em 2016 e 35% (04 publicações neste período) em 2019. O ano de 2017 ficou registrado com 10% (01 publicação) e 2018 com 20% (02 publicações).

3.1 Categorias temáticas

Ainda no processo de operacionalização deste estudo e buscando abordar em seu todo a temática, no Quadro 2 foram apresentados os resultados da distribuição dos artigos de acordo as categorias, chegando as seguintes abordagens:

Quadro 2 - Descrição dos artigos segundo categorias, autor e ano (n=13)

CATEGORIAS	AUTORES
Família e cuidado	Araújo et al., 2018 Witczak et al., 2016 Gaeta & Mendes, 2016 Pinto, 2016 Bulsing & Jung, 2016 Aguiar et al., 2018
Acompanhamento profissional	Kreuz & Franco, 2017 Cabral et al., 2019 Itajubá, 2019 Alexandrino et al., 2019 Côco et al., 2019

Fonte: Autores (2021).

Assim, nesta seção será sintetizada e discutida a produção científica identificada sobre o envelhecimento e a vivência dos idosos no ambiente familiar, conforme objeto desta pesquisa. Para facilitar essa apresentação, os estudos da amostra foram dispostos em duas categorias temáticas: (1) Família e cuidado, (2) Acompanhamento profissional.

Com base no estudo 01, os cuidados familiares representam um sinal de longevidade aos idosos, já que a velhice representa um decaimento na saúde no geral. Isto é visto como algo negativo, porém é algo que se espera acontecer em decorrência das funções biopsicossocial. Nesse contexto, a família torna-se essencial para o idoso, pois a mesma faz parte de sua própria história e as vivências familiares também fazem parte da sua experiência de vida.

Em muitos casos, a família é a fornecedora de cuidados com o idoso, e é neste ambiente residencial e meio aos familiares que eles se sentem seguros e protegidos (Roque et al., 2021). O referido estudo apresenta três tipos de ponto de vista para o idoso referente às representações sociais: a) o protetor; o que é o chefe da família; b) o dinâmico, que se torna o elo entre os parentes; c) o saudável e independente, ativo e com muita disposição (Araújo et al., 2018).

De acordo com o estudo 07, quando o idoso sofre algum tipo de violência, principalmente no convívio familiar, o mesmo fica com marcas profundas no seu psicológico. Sendo assim, o agravante da violência causada por um familiar se dá por que idoso não espera tal atitude, por se tratar de alguém que ele ama e convive, e isso trás ao idoso confusão mental de como ele vai amar alguém que lhe maltrata (Souza et al., 2010).

Já o estudo 08 retrata que alguns filhos tomam o posicionamento de não saberem lidar ou cuidar dos pais. Eles relatam temer devido a alguns idosos possuírem características de personalidade forte. Já alguns dizem que alguns são autônomos e independentes e não sabem ouvir conselhos ou opiniões dos filhos, e dessa forma em muitos casos entra em ação um novo “funcionamento familiar”, onde se apresentam novas configurações que exigem a parcialidade nesse novo movimento (Gaeta & Mendes, 2016).

O estudo 09 lembra que além dos cuidados com os idosos, deve-se existir atenção para os cuidadores dos idosos, levando em consideração que se exige uma dedicação maior ao cuidar de um idoso. Essa responsabilidade pode trazer cargas negativas, pois o responsável pelo cuidado pode se sentir sobrecarregado diante da exigência e dos cuidados prestados. Muitos, inclusive, se sentem angustiados, pois é necessário mudar toda a sua rotina de vida e isso pode gerar a insatisfação, descontando a sua frustração no próprio idoso. Ou seja, tanto o idoso pode ser vítima da situação, quanto o seu familiar cuidador também (Pinto et al., 2016).

O estudo 10 relata que muitos idosos reclamaram do processo de envelhecimento, por ser um fator negativo para vida e para sua família. Os idosos que participaram da pesquisa falaram que a idade chega sem eles perceberem, as enfermidades físicas se apresentam e a partir disso entra a necessidade de cuidados dos familiares (Bulsing & Jung, 2016).

De acordo com o estudo 11 as chances de idosos viverem com familiares aumentam em situações de dificuldades financeiras. Nesses específicos os idosos se tornam provedor da renda familiar e assim se configuram como a ajuda econômica para este lar. O salário do idoso serve como benefício para seus filhos e netos que estão desempregados ou que se transformam em cuidadores (Aguar et al., 2018).

Após a leitura de todas as pesquisas enquadradas nas categorias temáticas do estudo, foi visto que a família e o cuidado são avaliados como fatores que possuem uma relação de grande influência sobre a vida do idoso. Partindo dos conhecimentos da gerontologia, nota-se que a convivência mútua destes fatores permite a obtenção de grandes resultados de melhora para vida e qualidade da população idosa, como também pode evitar o adoecimento dos idosos em seu processo natural de envelhecimento.

3.1.2 Acompanhamento profissional

De acordo com o estudo 02, a velhice exige uma mudança no contexto histórico, pois o idoso precisa estar disposto a se reinventar. Dessa forma, os profissionais de saúde utilizam desse meio para dar o primeiro passo e acolherem este idoso, que muitas das vezes encontram-se doentes mentalmente e a partir disto iniciam tratamentos com orientações específicas, principalmente para os familiares cuidadores (Kreuz & Franco, 2017).

O estudo 03 relata que as condições de saúde de muitos idosos dificultam a introdução da assistência fisioterapêutica e a apresentação de comorbidade e grandes usos de medicações analgésicas e psicotrópicos criam vulnerabilidade principalmente no processo do envelhecimento (Cabral et al., 2019)

De acordo com o estudo 04, os profissionais de saúde de um modo geral devem ter sensibilidade ao reconhecer a carga vivida por cada idoso, oferecendo intervenções com orientações para idoso e cuidador, minimizando danos e conflitos vividos. Os cuidadores sentem grande dificuldades, pois muitos idosos com doenças crônicas mudam toda estrutura da família. Esta situação traz impactos negativos como sobre carga e isolamento social, o que precisa ser visto e discutido (Itajubá, 2019).

Em complemento, o estudo 05 defende que o desempenho motor do idoso tem uma piora quando há diminuição da capacidade física e algumas posições precisam ser tomadas. Os exercícios físicos e acompanhamento fisioterapêutico, por exemplo, auxiliam na melhora da resistência, estabilidade e mobilidade, e com isto diminui as ocorrências de quedas, sendo assim o profissional fisioterapeuta tem grande importância nesse processo e seu papel é considerado fundamental para segurança e estabilidade ao idoso (Alexandrino et al., (2019).

Os estudos 05 e 06 ressaltam que o acompanhamento multiprofissional, juntamente com o apoio dos familiares, estimula a independência e autonomia do idoso. As pesquisas afirmam que existem diversas maneiras que permitem ao idoso uma vida mais ativa. Uma delas é a prática do exercício físico que, além de promover resistência, flexibilidade e tônus, também acrescenta no idoso estímulo de convivência e interação social (que inicia com os familiares). Muitos idosos que fazem acompanhamento e fisioterapia, por exemplo, se sentem mais capacitados para realizar as suas atividades básicas (Côco et al., 2019; Nascimento, 2021).

4. Considerações Finais

A partir desta pesquisa foi possível sintetizar os estudos que relatam vivências de idosos que dividem o mesmo lar com seus familiares. Assim, restou demonstrado a identificação de diversos relatos científicos de interações que os mesmos vivenciam dentro de casa, e como essas relações influenciam no seu bem estar biopsicossocial. Também foi possível observar e descrever como os profissionais de saúde contribuem e auxiliam os idosos na fase do envelhecimento, principalmente o fisioterapeuta, que com seus atendimentos domiciliares conseguem ver de forma completo o contexto que o idoso está inserido.

O processo de envelhecimento é considerado uma fase difícil para muitos idosos, eles se sentem frágeis e inseguros e a família se torna o seu refúgio, por se tratar de pessoas no qual eles convivem a muitos anos. O profissional de saúde, em especial o fisioterapeuta, tem um papel importante nesse momento, pois o mesmo pode fornecer apoio ao idoso e ensiná-lo a lidar com a diminuição da capacidade física que ele vivencia nesse momento.

Mediante a revisão integrativa, a pesquisa constata um misto de situações, na qual podemos obter conhecimento de um leque de vivências que os estudos utilizados relataram, permitindo identificar que o processo de envelhecimento é mais do que o “envelhecer”.

Dessa forma, o presente estudo revela que nesta fase é necessário ter um olhar especial para os idosos que estão vivenciando-a, promovendo conforto e bem estar a estas pessoas que tanto trabalharam para manter a casa e seus familiares. Destaca-se, portanto, o papel da fisioterapia por estar totalmente ligada à qualidade de vida destes, pois esta profissão consegue auxiliar o idoso a viver este momento com menos sofrimento.

Referência

- Aguiar, A. C. D. S. A., de Oliva Menezes, T. M., & de Camargo, C. L. (2018). Arranjos familiares com pessoas idosas: fatores contributivos. *Avances en Enfermería*, 36(3), 292-301.
- Alexandrino, A., Cruz, E. K. L. D., Medeiros, P. Y. D. D., Oliveira, C. B. S. D., Araújo, D. S. D., & Nogueira, M. F. (2020). Avaliação do índice de vulnerabilidade clínico-funcional em idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 22.
- Araújo, LF; Castro, JLC; Santos, JVO (2018). A família e sua relação com o idoso: Um estudo de representações sociais. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 12 (2).
- Bulsing, R. S., & Jung, S. I. (2016). Envelhecimento e morte: percepção de idosas de um grupo de convivência. *Psicologia em Estudo*, 21(1), 89-100.
- Cabral, J. F., Silva, A. M. C. D., Mattos, I. E., Neves, Á. D. Q., Luz, L. L., Ferreira, D. B., ... & Carmo, C. N. D. (2019). Vulnerabilidade e fatores associados em idosos atendidos pela Estratégia Saúde da Família. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24, 3227-3236.
- Côco, B., Oliveira, J. D. S., Lourenço, C., Silva, V. G. D., Pampolim, G., & Sogame, L. C. M. (2019). Fatores associados à dependência funcional em idosos restritos ao lar. *Estud. interdiscip. envelhec*, 45-60.
- Conceição Sousa, M., Barroso, I. L. D., Viana, J. A., Ribeiro, K. N., Lima, L. N. F., Vancin, P. D. A., ... & Nascimento, W. C. (2020). O envelhecimento da população: aspectos do Brasil e do mundo, sob o olhar da literatura. *Brazilian Journal of Development*, 6(8), 61871-61877.
- Diniz, L. R., Gomes, D. C. D. A., Kitner, D., Figueiredo, E. A. P., Peixoto, I. R., Guedes, M. M. V., & Peixoto, R. I. (2021). *Geriatrics*. Medbook.
- França, M. S. J., & Zatz, M. (2021). O legado dos genes: O que a ciência pode nos ensinar sobre o envelhecimento. *Objetiva*.

- Gaeta, I., & Mendes, D. C. (2016). Velhice e Metanoia—Uma análise do filme Hanami: cerejeiras em flor. *Revista Kairós: Gerontologia*, 19(2), 41-63.
- Itajubá, M. G (2019). Cuidar de idosos com doença de Parkinson: sentimentos vivenciados pelo cuidador familiar. *Enferm. Foco*, 10 (5): 155-160.
- Kreuz, G e Franco, MHP (2017). Reflexões acerca do envelhecimento, problemáticas, e cuidados com as pessoas idosas, 20 (2): 117-133.
- Nascimento, M. A. (2021). Papel da fisioterapia no período gestacional e a visão sobre a atenção primária na rede pública de saúde.
- Pinto, FNFR (2016). Violência contra o idoso: uma discussão sobre o papel do cuidador. *Revista Kairós: Gerontologia*, 19 (2): 107-119.
- Roque, A. C., Rodrigues, B. P., & Gonçalves, I. R. (2021). A humanização proposta ao idoso durante o atendimento. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 11(60), 4748-4761.
- Silva A.J. C., Silva, N. S. F., Barros, B. L. T., de Melo, G. B., Almeida, L. S., & Lisbôa, G. L. P. (2020). Vivências do familiar cuidador da pessoa com alzheimer sob a ótica da enfermagem. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 92(30).
- Silva, Á. V. D., & Silva, R. C. D. (2019). Análise comparativa da vivência dos idosos em instituições de longa permanência e domicílio: uma revisão integrativa.
- Souza, MT; Silva, MD; Carvalho, R (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*, 8 (1): 102
- Vieira, C. K., Ehmke, D. P., Thum, C., Menezes, L. P., & Arboit, É. L. (2021). Sistematização da assistência de enfermagem ao idoso por meio da visita domiciliar: vivências de um projeto de extensão. *Interfaces-Revista de Extensão da UFMG*, 9(1), 142-172.
- Witczak, IV et al (2016). Perdoar verdadeiramente ou agredir novamente: dilemas da violência familiar contra idosos. *Revista Kairós: Gerontologia*, 19 (1): 211-225.