

## **Ações do enfermeiro na estratégia de saúde da família na promoção do envelhecimento saudável**

**Nurses' actions in the family health strategy in promoting healthy aging**

**Acciones de las enfermeras en la estrategia de salud de la familia para promover un envejecimiento saludable**

Recebido: 29/06/2022 | Revisado: 17/07/2022 | Aceito: 05/08/2022 | Publicado: 15/08/2022

**Maria Anasha Costa Souza**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5824-0873>  
Christus Faculdade do Piauí, Brasil  
E-mail: [anashacosta@gmail.com](mailto:anashacosta@gmail.com)

**Evaldo Sales Leal**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1424-9048>  
Christus Faculdade do Piauí, Brasil  
E-mail: [evaldosleal@hotmail.com](mailto:evaldosleal@hotmail.com)

**Bruna Daniella De Sousa De Lima**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8321-1780>  
Universidade Estadual de Londrina, Brasil  
E-mail: [enf.brunadaniella@uel.br](mailto:enf.brunadaniella@uel.br)

**Carliane Maria De Araújo Souza**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8196-0008>  
Christus Faculdade do Piauí, Brasil  
E-mail: [kku\\_ka@hotmail.com](mailto:kku_ka@hotmail.com)

**Suelen Machado Maia**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5546-9995>  
Secretária Municipal de Saúde de Codó, Brasil  
E-mail: [suelenmaia86@gmail.com](mailto:suelenmaia86@gmail.com)

### **Resumo**

Devido ao declínio das taxas de fecundidade e ao aumento da expectativa de vida a população mundial está envelhecendo rapidamente. Dessa forma, o enfermeiro pode auxiliar no envelhecimento saudável por meio de ações nas Unidades Básicas de Saúde da família para promover autonomia, independência e estimular o autocuidado do idoso. Este estudo teve como objetivo analisar as dificuldades encontradas pelos enfermeiros na promoção de envelhecimento saudável na estratégia de saúde da família. Tratou-se de um estudo de campo do tipo descritivo de cunho qualitativo, realizado com 10 enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família (ESF) da cidade de Piri-piri-PI. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista semiestruturada e com perguntas abertas. A análise dos dados foi feita de acordo com a análise de conteúdo proposta por Bardin. Quanto aos resultados, evidenciou-se, através desse estudo, que o processo de envelhecimento saudável requer um olhar especial, devendo ser oferecido para o idoso uma melhor qualidade de vida, por meio da participação familiar e do acompanhamento profissional, garantindo e promovendo bem estar físico, psicológico e social. O presente estudo possibilitou evidenciar as dificuldades encontradas pelos enfermeiros em promover o envelhecimento saudável, e sugere que os enfermeiros da Atenção Primária à Saúde reflitam sobre os achados desta pesquisa. Por fim, outros trabalhos relacionados tornam-se necessários para que haja maior compreensão do tema aqui estudado.

**Palavras-chave:** Enfermeiro; Envelhecimento saudável; Promoção da saúde; Estratégia de saúde da família.

### **Abstract**

The world population is aging rapidly due to declining fertility rates and increasing life expectancy. In this way, the Nurse can assist in healthy aging through actions in the family health strategy to promote autonomy, independence and encourage self-care for the elderly. Based on this, this study aimed to analyze the difficulties encountered by nurses in promoting healthy aging in the family health strategy. It was a descriptive field study of qualitative nature, carried out with 10 nurses from the Family Health Strategy (ESF) in the city of Piri-piri-PI. Data collection was carried out through semi-structured interviews with open questions. Data analysis was performed according to the content analysis proposed by Bardin. How many results, showed through these studies that the process of healthy aging requires a special look, and a better quality of life should be offered to the elderly, through family participation and professional monitoring, ensuring and promoting physical, psychological and social well-being. The present study made it possible to highlight the difficulties encountered by nurses in promoting healthy aging and suggests that Primary Health Care nurses reflect

on the findings of this research. Finally, other related works become necessary for a better understanding of the subject studied here.

**Keywords:** Nurse; Healthy aging; Health promotion; Family health strategy.

### Resumen

La población mundial está envejeciendo rápidamente debido a la disminución de las tasas de fertilidad y al aumento de la esperanza de vida. De esa forma, el Enfermero puede auxiliar en el envejecimiento saludable a través de acciones en la estrategia de salud de la familia para promover la autonomía, la independencia y fomentar el autocuidado del anciano. Con base en eso, este estudio tuvo como objetivo analizar las dificultades encontradas por los enfermeros en la promoción del envejecimiento saludable en la estrategia de salud de la familia. Fue un estudio descriptivo de campo, de naturaleza cualitativa, realizado con 10 enfermeros de la Estrategia Salud de la Familia (ESF) del municipio de Piripiri-PI. La recolección de datos se realizó a través de entrevistas semiestructuradas con preguntas abiertas. El análisis de los datos se realizó de acuerdo con el análisis de contenido propuesto por Bardin. Cuantos resultados, demostraron a través de estos estudios que el proceso de envejecimiento saludable requiere una mirada especial, y se debe ofrecer una mejor calidad de vida a los adultos mayores, a través de la participación familiar y el seguimiento profesional, asegurando y promoviendo el bienestar físico, psicológico y social. El presente estudio permitió resaltar las dificultades encontradas por los enfermeros en la promoción del envejecimiento saludable y sugiere que los enfermeros de la Atención Primaria de Salud reflexionen sobre los hallazgos de esta investigación. Finalmente, otros trabajos relacionados se hacen necesarios para una mejor comprensión del tema aquí estudiado.

**Palabras clave:** Enfermero; Envejecimiento saludable; Promoción de la salud; Estrategia de salud de la familia.

## 1. Introdução

A população mundial está envelhecendo rapidamente, isso é resultante da diminuição da taxa de fecundidade e do aumento da expectativa de vida. Em 2018, havia 962 milhões de pessoas com 60 anos ou mais no mundo, representando 13% da população total. Assim, a taxa de crescimento da população idosa global é cerca de 3% ao ano. A população da terceira idade está prevista para atingir 2,1 bilhões de pessoas em 2050. Até 2050, no Brasil, 13% da população será composta por pessoas com mais de 60 anos, chegando no índice de 29,3% (Souza et al., 2018).

Esse aumento do envelhecimento populacional é decorrente das mudanças nos indicadores que vem acontecendo nos últimos tempos, como a redução das taxas de fecundidade e natalidade e o aumento na expectativa de vida (Leite et al., 2015). O envelhecimento é classificado como um processo natural pelo qual ocorrem mudanças sociais, físicas e psíquicas, mas é vivenciado de forma diferente por cada pessoa, dependendo do contexto social, político e econômico em que o idoso está inserido (Ribeiro et al., 2019). Para a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2015), o envelhecimento saudável é definido como “o processo de desenvolvimento e da manutenção da capacidade funcional que permite o bem-estar em idade avançada”.

De acordo com Mallmann et al., (2015), vários são os fatores biopsicossociais que podem modificar o indivíduo durante o envelhecimento, dos quais estão associados à fragilidade, levando a uma maior vulnerabilidade. Desta forma, há patologias que podem aparecer e gerar limitações aos idosos. Nesse sentido, o papel dos profissionais de saúde é muito importante na promoção da saúde do idoso, funcionando como um meio de tornar o processo de envelhecimento saudável e ativo.

Ressalta-se ainda que o enfermeiro pode ajudar para o envelhecimento ativo por meio do atendimento e da abordagem global, distinguindo as necessidades, as fragilidades e a rede de suporte social, com propósito de promover a autonomia, a independência e incentivar o autocuidado. Diante da violação dos direitos dos idosos, os enfermeiros podem acionar as entidades competentes (Franco et al., 2020).

Portanto, o enfermeiro e a equipe de enfermagem são essenciais nesse tipo de cuidado por meio da promoção da educação em saúde, na qual definem uma relação diálogo-reflexiva entre profissional e paciente, visando aumentar a conscientização deste sobre sua saúde, além da percepção dos participantes ativos na transformação de vida (Carvalho *et al.*, 2018). Diante da diminuição da taxa de fecundidade e do aumento da expectativa de vida, a população idosa vem crescendo rapidamente, desse modo, surgiu o seguinte problema: quais as dificuldades encontradas pelos enfermeiros na promoção do envelhecimento saudável na Estratégia de Saúde da Família no município de Piripiri, no norte do Piauí?

Com o intuito de responder esse problema, o presente artigo tem por objetivo analisar as dificuldades encontradas pelos enfermeiros na promoção de envelhecimento saudável na Estratégia de Saúde da Família.

A relevância da temática se justifica pela forma de aprimorar estratégias utilizadas pelo enfermeiro que contribuam para o envelhecimento saudável. Do mesmo modo, a importância desse estudo se dá, também, como um meio de ampliar o conhecimento da população e dos acadêmicos para despertar o interesse em pesquisar sobre o processo de envelhecimento saudável, a fim de promover ações educativas na promoção de saúde, estimular o autocuidado pelos idosos como condição para maior autonomia e a participação da família no processo de envelhecimento saudável.

## 2. Metodologia

Tratou-se de um estudo de campo do tipo descritivo e de cunho qualitativo, pois, de acordo com Macêdo e Evangerlandy (2018), essa forma de pesquisa busca entender os fenômenos, ao contrário de provar hipóteses estaticamente. Nesse tipo de pesquisa descritiva-qualitativa utiliza-se de vários meios para a coleta de dados, em que, na maioria dos casos, é realizada através de: entrevistas, questionários, reuniões, observação com a presença do pesquisador etc. No presente estudo, utilizou-se esse modelo de pesquisa de forma operacionalizada por meio de entrevistas semiestruturadas.

O estudo foi realizado nas ESF da zona urbana do município de Piripiri, no estado do Piauí, localizado no território dos cocais, a 166 km de distância da capital Teresina, ao norte da mesma. Possui uma população estimada de 62.733 habitantes, com taxa de mortalidade de 21,97 óbitos por mil nascidos e dispõe de 31 estabelecimentos de saúde com atendimento pelo SUS (IBGE, 2018). Os participantes da pesquisa foram enfermeiros que trabalham na ESF. Dito isso, foi entrevistado um enfermeiro por ESF da zona urbana do município, logo, no final, totalizaram 10 enfermeiros entrevistados.

Adotou-se como critérios de inclusão: (i) enfermeiros que trabalham na ESF no município de Piripiri-PI, situado na zona urbana, cuja o atendimento envolve idosos; (ii) aqueles que compreenderam e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (doravante TCLE); e, (iii) desses enfermeiros, aqueles que possuíam o tempo mínimo de atuação de 6 meses na ESF. Os critérios de exclusão foram: enfermeiros que estavam de licença, os afastados das atividades laborais, os ausentes no dia da realização da pesquisa e os que não assinaram o TCLE.

A coleta de dados ocorreu no período de maio de 2022, por meio de entrevistas semiestruturadas, ocorridas no próprio ambiente de trabalho desses enfermeiros, de forma a deixar os pesquisadores e os entrevistados o mais à vontade possível, a fim de facilitar a aproximação entre esses sujeitos. A coleta de dados foi realizada, primeiramente, com agendamento, em dias em que esses enfermeiros pudessem receber os pesquisadores. Na sequência, foi explicado todo o questionário para os mesmos. As entrevistas foram gravadas em áudio, utilizando-se o telefone celular, e transcritas na íntegra pelos pesquisadores.

O protocolo da entrevista foi estruturado em perguntas abertas norteadoras, das quais destacam-se as perguntas a seguir: 1) a primeira foi constituída por questões para a caracterização da amostra, como idade, sexo e tempo de trabalho na ESF; 2) a segunda questão foi sobre as ações que são prestadas na ESF para promover o envelhecimento saudável; 3) a terceira pergunta se refere às estratégias utilizadas pelos enfermeiros na promoção da autonomia e independência dos idosos; 4) a quarta pergunta tange sobre a participação da família ou cuidador no processo do envelhecimento; e, 5) a quinta pergunta relaciona-se a dificuldades encontradas na ESF na promoção de envelhecimento saudável. Desse modo, totalizaram ao todo em cinco perguntas, em que todas tiveram suas respostas analisadas.

Por se tratar de um estudo qualitativo, os dados foram analisados por meio da técnica de análise de conteúdo e, em seguida, categorizados por relevância teórica ou reiteração dos dados. Para Bardin (2009), a análise de conteúdo é caracterizada pelo crescimento das aplicações da técnica a disciplinas muito diversificadas e pelo aparecimento de interrogações e novas respostas no programa metodológico. O estudo teve início após a aprovação do Conselho de Ética em Pesquisa (CEP), respeitando todos os princípios éticos e legais da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS) e as normas

preliminares. Todos os participantes assinaram o TCLE, garantindo as diretrizes éticas e a aprovação pelo CEP.

O estudo está em concordância com as diretrizes éticas e legais de pesquisa envolvendo seres humanos e foi aprovada pelo CEP do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí (IFPI), sob CAAE 57311522.3.0000.9207 e sob o parecer nº 5.370.759. O anonimato dos participantes foi preservado através de códigos alfanuméricos, após a assinatura do TCLE.

### 3. Resultados e Discussão

O instrumento de coleta de dados proporcionou a caracterização dos sujeitos da pesquisa quanto à idade, ao sexo e ao tempo de trabalho na ESF. Participaram desta pesquisa quinze enfermeiros. Contudo, devido à grande quantidade de entrevistados, houve saturação de dados, em que foi possível obter dez respostas concretas dos profissionais.

Quando se analisa a Tabela 1, verifica-se que a média de idade dos entrevistados ficou em 34,7 anos com um desvio padrão de +/- 5,29 anos, com predominância de profissionais do sexo feminino (80%).

Sobre o tempo de trabalho que exercem na cidade de Piri-piri, observou-se a diferenciação em relação ao período ativo de trabalho na ESF. O tempo médio de trabalho ficou em 7,1 anos com desvio de +/- 6,11 anos, com uma amplitude consideravelmente grande, com o mínimo de 7 meses e máximo de 18 anos, o que levou a um desvio padrão elevado.

**Tabela 1.** Análise descritiva do perfil dos enfermeiros abordados na pesquisa.

Variável	Média	Desvio padrão	Frequência absoluta (n)	Frequência relativa (%)
Idade	34,70	5,29	-	-
Sexo				
Masculino	-	-	2	20
Feminino			8	80
Tempo de trabalho	7,10	6,11	-	-

Fonte: Próprio autor (2022).

A partir da análise dos dados, evidenciou-se alguns pontos que foram destacados em quatro categorias: a) ações do enfermeiro na promoção do envelhecimento saudável; b) promoção da autonomia e independência dos idosos; c) participação da família ou cuidador no processo do envelhecimento saudável; e, d) as dificuldades encontradas na ESF para promover o envelhecimento saudável.

#### 3.1 Ações na ESF pelo enfermeiro na promoção de envelhecimento saudável

As intervenções do enfermeiro ao idoso encontram-se ligadas às medidas de promoção à saúde, assim como às assistências simples, como interagir, ofertar entretenimento, ouvir e ajudar nas relações psicoafetivas. Logo, essas ações contribuem para a elevação da autoestima do indivíduo, como também no processo de envelhecimento ativo (Coimbra et al., 2018).

Diante do que foi exposto, para Araújo e Souza (2019), os enfermeiros identificam as características do sujeito durante o envelhecimento por meio do processo de enfermagem. No que se refere às ações do enfermeiro pertinentes à saúde da pessoa idosa, evidencia-se a realização da consulta de enfermagem como um processo sistemático e metodológico do conhecimento aplicado na perspectiva educativa e assistencial, capaz de responder à complexidade da pessoa assistida. A partir dela, também

é possível identificar vínculos familiares, informando aos profissionais de enfermagem sobre como agir, além de estabelecer parcerias com outros profissionais no enfrentamento dos problemas de saúde que ocorrerem.

Segundo Carvalho et al. (2018), dentre as diversas atividades desenvolvidas para promoção da saúde no campo da enfermagem, as intervenções educativas merecem destaque, pois representam fatores que proporcionam adesão ao tratamento e reabilitação, além de estimular uma atitude positiva para o autocuidado pelos usuários.

Assim, dentre as ações desenvolvidas pelos enfermeiros para buscar o envelhecimento saudável estão: a prática regular de exercícios físicos, a alimentação adequada e as mudanças de hábitos de vida, buscando aumentar a promoção da saúde e a prevenção doenças. Pelo exposto, é aconselhável praticar diariamente exercício físico, pois pode ajudar a manter a flexibilidade articular e a massa muscular, além de controlar a glicemia e o peso, estimulando o bem estar (Nicolato et al., 2017).

No âmbito da Atenção Primária à Saúde, alguns profissionais podem colaborar com o trabalho do enfermeiro, entre eles a atuação do Agente Comunitário de Saúde (doravante ACS) e do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (doravante NASF), fortalecendo vínculos na construção de uma atenção adequada e voltada para a melhoria das condições de promoção/recuperação de saúde (Franco et. al., 2020). É possível observar isso nos relatos em seguida, nos quais os entrevistados comentaram sobre as ações prestadas na ESF para a promoção de envelhecimento saudável:

*[...] A principal ação para promover o envelhecimento saudável é a promoção de saúde por meio de intervenções educativas, como orientações e palestras, durante o atendimento do hipertenso, diabético e idoso em geral, e também orientações com os cuidadores. A nutricionista do NASF consegue dar esse apoio na questão da alimentação saudável. A educadora física do NASF também faz esse aporte. Mas, geralmente, é com palestras e atendimento em grupo e durante as consultas também. (ENF 6)*

*[...] As ações prestadas na ESF para promover o envelhecimento saudável são essencialmente ações voltadas para prevenção, como palestras, rodas de conversas, orientações durante as consultas de hiperdia, bem como ações que englobam vida mais ativa, como atividade física frequente e alimentação saudável e equilibrada, visando a prevenção de doenças e prevenção de complicações de doenças pré-existentes. (ENF 9)*

*[...] As ações desenvolvidas aqui na unidade para promover o envelhecimento saudável é realizando orientações sobre alimentação saudável, sobre estilo de vida saudável atrelado à prática de atividade física, a importância de estar sempre procurando o serviço público de saúde e a estratégia de saúde da família para estarem fazendo exames rotineiros. (ENF 2)*

Os enfermeiros entrevistados relatam que as ações prestadas na ESF para promover o envelhecimento saudável são realizadas por meio da promoção de saúde, como palestras sobre vários temas, orientações com os idosos e familiares, além de ter uma equipe multiprofissional que compõe o NASF e que ajudam a promover o envelhecimento saudável para os idosos. Nessa equipe estão: o fisioterapeuta, que ajuda na realização dos movimentos; a nutricionista, que opera na orientação da alimentação saudável; o psicólogo, que contribui para o bem-estar psicológico dos idosos; e o educador físico, que realiza práticas de exercício físico.

Logo, as ações promovidas na ESF pelos enfermeiros para promover o envelhecimento saudável consistem na promoção de saúde e orientações, além de incentivarem a prática de exercícios físicos e a alimentação saudável e equilibrada, juntamente com a equipe multiprofissional que compõe o NASF.

### **3.2 Estratégias utilizadas para promover autonomia e independência dos idosos**

A Política Nacional do Idoso (PNI), Lei 8.842/1994, criou normas que garantem os direitos sociais, autonomia, integração e participação efetiva como instrumento de cidadania dos idosos. Seu intuito foi criar condições para proporcionar longevidade com qualidade de vida, condições essas que servem não apenas para os idosos, como também para aqueles que irão envelhecer (Brasil,1988).

A definição de limitação funcional (ou capacidade funcional) pode ser conceituada como a habilidade do indivíduo de cuidar de si próprio e viver de modo independente, isto é, permanecer com suas capacidades físicas e mentais em atividades básicas e instrumentais (Siqueira et al., 2017). Dessa forma, a equipe da ESF deve promover uma atenção humanizada, principalmente em relação ao idoso, pois a estratégia da equipe de saúde deve buscar o máximo de autonomia desses usuários frente às suas dificuldades, possibilitando a eles, assim, uma melhor qualidade de vida (Gomes, 2017).

Diante do que foi exposto, ao trabalhar com o idoso, é indispensável conhecer o grau de dependência e estabelecer medidas para obtenção da independência funcional e de autonomia. Assim, o enfermeiro torna-se o principal agente para desenvolver as estratégias através da realização da consulta de enfermagem, com a entrevista/anamnese e o exame físico (Araujo; Souza, 2019).

Como resultado, a integridade física e cognitiva é frequentemente comprometida à medida que envelhecemos, tornando cada vez mais difícil para os idosos permanecerem autônomos e independentes. Esse declínio nem sempre está relacionado com problemas de saúde, mas também ao processo natural do envelhecimento. Durante as entrevistas, os enfermeiros participantes relataram que as estratégias utilizadas para promover autonomia e independência dos idosos na ESF foram implementadas por meio de consultas, nas quais foram avaliadas as limitações associadas à autonomia e independência de cada idoso, e como podem estar prevenindo ou retardando esse declínio, mantendo, assim, a saúde física e cognitiva.

Diante disso, os familiares e cuidadores são importantes condutores ao agirem juntamente com o enfermeiro nesse processo. As estratégias utilizadas incluíram os idosos em qualquer atividade diária, incentivando-os a manter uma rotina mais ativa, como a prática de caminhadas diariamente, como forma de estimular os idosos a terem capacidade de tomar as próprias decisões. Isso pode ser observado nas falas dos enfermeiros logo abaixo, quando questionados quais estratégias utilizadas na ESF para promover a autonomia e a independência dos idosos:

*[...] , porém, essa questão da autonomia deles dependem não somente da equipe saúde da família, mas também da família do idoso. (ENF 3)*

*[...] A autonomia e o autocuidado são fornecidos por meio de consultas com o profissional enfermeiro, onde observo as limitações desse idoso, o grau de dependência e autonomia. (ENF 8)*

*[...] Consulta de demanda espontânea, para orientação inicial. Estimular a realizar as tarefas de casa sozinho ou com ajuda. Também estimular para uso da caderneta do idoso, onde a mesma tem todas as informações de uma alimentação saudável, orientação quanto ao uso de medicamentos, saúde bucal e prevenção de quedas, onde muitos idosos podem estar lendo ou pedindo para alguém ler para ele. (ENF 4)*

*[...] A gente orienta a importância da atividade física, o não ao sedentarismo, pelo menos as caminhadas diariamente de 30 minutos já fazem grande efeito, isso seria autonomia e independência do idoso, mostrar que ele pode ter um convívio social, que pode frequentar os lugares normalmente sem discriminação, sem limitação. Incentivar que o idoso pode ter a vida sexual ativa normal. (ENF 2)*

### **3.3 Participação da família ou cuidador no processo do envelhecimento**

Os enfermeiros, ao identificarem e enfatizarem a importância da família no processo de envelhecimento, criam um ambiente colaborativo na prevenção de doenças, na promoção de saúde e no tratamento de patologias. Além disso, este especialista contribui para a manutenção da saúde mental e física, trabalhando com alterações comuns aos processos de senescência e senilidade (Azevedo, 2019).

Segundo Néri et al. (2012), a família é fundamental na vida e no cuidado da saúde física e psíquica do idoso, podendo ser vista como uma fonte de proteção e suporte nessa última etapa do ciclo vital. Todavia, nem sempre a convivência entre as gerações ocorre de forma pacífica, podendo ocasionar discordâncias quanto aos membros familiares que não estão preparados para lidar com as alterações típicas do processo da velhice, assim, conflitos são gerados, podendo resultar em violência e abandono durante o último ciclo da vida.

Entretanto, quando há fragilidade no contexto familiar ou inexistência de laços afetivos, o idoso passa a negligenciar seus próprios objetivos. Dessa forma, o abandono pode ser financeiro, físico, psicológico, por ação ou omissão. A negação do afeto e do convívio com a família reflete em prejuízos irreparáveis, levando o idoso a condições de sobrevivência desumanas e degradantes (Favaretto, 2019).

Portanto, a qualidade de vida da população idosa está conectada não somente a aspectos físicos, mas psicológicos e sociais. Esses aspectos colaboram fortemente para um envelhecimento saudável, para uma inserção social, para o bem estar físico e mental, assim como para a produtividade e a estrutura familiar (Sposito; et al., 2016).

Diante disso, os enfermeiros entrevistados relataram que ainda existe muito abandono por parte dos familiares com o idoso. Muitos se deslocam até a ESF para uma consulta sozinho, o que corrobora a inexistência de acompanhamento no processo de envelhecimento saudável. Com isso, muitas das vezes, dificulta na realização de ações sobre o envelhecimento saudável. Muitos desses idosos sem acompanhamento já estão com a idade mais avançada, com a locomoção prejudicada e com a acuidade visual diminuída, e, ao se deslocar até a ESF sozinhos, evidencia a falta de um familiar para acompanhá-los. Ocorrências como estas podem ser observadas nas falas dos entrevistados a seguir, quando perguntado se era possível observar a participação da família ou cuidador durante a consulta ou a visita domiciliar e o envolvimento do familiar no processo do envelhecimento:

*[...] Muitos idosos, mesmo a família estando presente, a gente observa que não tem todo esse cuidado. Porém, é possível ver que hoje em dia os idosos mesmos fazendo parte da família, eles se sentem muito abandonados. (ENF 1)*  
*[...] é possível ver que muitos familiares ou cuidador não se preocupam com o idoso, não se preocupam com sua saúde, alimentação e nem a tomada da medicação, onde muitos deles vivem sozinhos. São abandonados pelos seus familiares. (ENF 5)*

*[...] sempre orientamos para sempre ter um familiar ou cuidador sempre presente para ajudar aquele idoso, para ele não estar sozinho e evitar risco de queda. Para ter sempre alguém cuidando e apoiando esse idoso. (ENF 7)*

### **3.4 Dificuldades encontradas na ESF para promover o envelhecimento saudável**

A ESF por ser um espaço privilegiado que se configura como um local de atenção integral à saúde da pessoa idosa, pela proximidade com a comunidade e a atenção domiciliária, logo, possibilita atuação do profissional na realidade vivida pelo idoso no meio familiar (Oliveira; Tavares, 2009).

Uma das dificuldades, para Oliveira e Tavares (2009), é a realização da consulta de enfermagem, que consiste na diminuição do acompanhamento e participação dos familiares. Igualmente no estudo de Fonseca e Bittar (2014), que descrevem sobre a ausência do compromisso por parte dos familiares no acompanhamento referente ao tratamento e orientações repassadas, dentre as principais dificuldades enfrentadas no atendimento ao idoso.

Ademais, devido à rotina corrida dos familiares durante o cotidiano, muitas das vezes, os idosos acabam desacompanhados em suas residências, gerando um estresse no contexto familiar, pois eles se tornam mais dependentes e necessitam de observação e cuidados (França et al., 2021; Silva & Silva, 2019).

Logo, segundo Trapé et al. (2017), relata que os exercícios físicos e suas práticas não dependem somente da vontade dos idosos, mas também depende das condições socioeconômicas do idoso, que permitirá um estilo de vida ativo, sendo, este motivo, uma das principais causas da falta de adesão, devido à realidade econômica brasileira. Logo, podemos constatar nas seguintes falas:

*[...] Outra dificuldade seria nos momentos das atividades em educação em saúde. Infelizmente, não tem essa participação muito grande principalmente por parte dos cuidadores. Às vezes, o idoso até gosta de vim, como as atividades desenvolvidas antes da pandemia com o idoso, porém, o cuidador, por inúmeras ocupações, acaba não valorizando esse momento da educação em saúde. (ENF 6)*

*[...] A questão socioeconômica é um fator forte aqui também [...]. (ENF 10)*

*[...] Além da limitação do idoso em se locomover [...]. (ENF 7)*

*[...] Dentre as dificuldades encontradas é a dependência que muitos deles têm que algum familiar o traga até a unidade de saúde e a dificuldade financeira, e, assim, não conseguem promover uma alimentação adequada etc. (ENF 1)*

*[...] Entre as dificuldades estão a baixa questão financeira em proporcionar uma alimentação saudável, a dependência de alguém da família de estar trazendo-o até a sua consulta. A locomoção muitas vezes impede de estarem vindo para as atividades propostas aqui na unidade de saúde. (ENF 4)*

Portanto, dentre as dificuldades que os enfermeiros da ESF encontram para promover o envelhecimento saudável está a não adesão por parte dos familiares ou cuidador no processo de envelhecimento; outra, são as questões socioeconômicas dos idosos, o que dificulta na promoção de um envelhecimento saudável. A nutricionista do NASF orienta uma alimentação saudável e equilibrada, contudo, com a dificuldade financeira não é possível promover uma alimentação saudável. Ademais, outra dificuldade relatada é a dependência dos idosos com seus familiares, em que precisam estar levando-os para as consultas, palestras e rodas de conversas, devido à dificuldade de locomoção, visto que eles necessitam dessa dependência.

Perante o exposto, o enfermeiro deverá trabalhar conjuntamente com a equipe do NASF, na realização de educação à saúde de maneira intra e extramuros, para minimizar essas dificuldades em promover o envelhecimento saudável. No que tange à saúde do idoso, o principal desafio é a preservação da independência e da autonomia dessas pessoas, além do desafio de trazer a participação dos familiares ou cuidador para o processo de envelhecimento saudável, visto que este processo não é possível evitar. Esta se configura como uma meta a ser alcançada tanto pelo enfermeiro quanto pela equipe da ESF.

#### **4. Considerações Finais**

A população idosa vem envelhecendo rapidamente devido à redução da fecundidade e ao aumento da expectativa de vida. Logo, o enfermeiro na ESF deve adotar estratégias para auxiliar no envelhecimento saudável e ativo, promovendo educação em saúde, identificando as necessidades e desenvolvendo ações que promova autonomia, independência e autocuidado, além de proporcionar a participação da família no processo de envelhecimento. Com isso, foi possível observar como os profissionais de saúde colaboram e ajudam os idosos na fase de envelhecimento, especialmente o enfermeiro da ESF, que, com seus atendimentos, consegue perceber o contexto em que o idoso está inserido.

Entre as ações desenvolvidas para a promoção de envelhecimento saudável destaca-se a promoção de saúde, através de orientação para a prática de exercício físico e alimentação saudável, bem como mudanças nos hábitos de vida. O contexto que envolve o envelhecimento saudável exige uma participação da família ou cuidador no processo de envelhecimento, além de incentivar o idoso a manter sua autonomia e independência, juntamente com o trabalho do enfermeiro e da equipe multiprofissional do NASF. Portanto, entre as dificuldades encontradas pelos enfermeiros da ESF em promover o envelhecimento saudável estão: (i) a não adesão dos idosos e familiares na participação das ações desenvolvidas, devido à dependência dos idosos com seus familiares; (ii) as dificuldades de locomoção; e, (iii) o aspecto socioeconômico.

Destaca-se como limitações o fato de que no período da coleta de dados observou-se que a maioria dos enfermeiros manifestavam pequenas restrições no primeiro contato em realizar a pesquisa, pois eles relatavam que estavam muito ocupados e remarcavam para outro dia. Notou-se, também, que, devido as consultas já marcadas, os enfermeiros limitavam o aprofundamento da resposta devido à limitação de tempo.

Portanto, vale ressaltar que os objetivos traçados nesse estudo foram alcançados. Outros estudos pertinentes devem ser realizados, na tentativa de aprimorar estas considerações, podendo adotar-se outras metodologias não exploradas nessa pesquisa. Por fim, a presente análise demonstra e evidencia as dificuldades existentes no processo de envelhecimento saudável. Assim, fica como sugestão para trabalhos futuros a ampliação da pesquisa com a população dos idosos com o intuito de verificar o nível

de dependência e autonomia, além de obter melhores resultados sobre as dificuldades que os idosos possuem no processo do envelhecimento saudável.

## Referências

- Araujo, E. T., & Souza, N. B. (2019). Assistência de enfermagem no processo de envelhecimento. *Revista Científica Online ISSN*, 11(1), 1980-6957.
- Azevedo, A. P. B. D. (2019). O papel da enfermagem na assistência à saúde a população idosa na atenção básica: uma revisão de literatura. Trabalho de Conclusão de curso de graduação em enfermagem.
- Bardin, L. (2009). Análise de conteúdo. Tradução Luis Antero Reto; Augusto Pinheiro. Edição 70, São Paulo, 2011. 8. Gamburgio LJJ, Monteiro MIB.
- Singularidades do envelhecimento: reflexões com base em conversas com um idoso institucionalizado. *Interface: Comunicação, Saúde, Educação*, 13(28), 3141.
- Carvalho, K. M. D., Silva, C. R. D. T., Figueiredo, M. D. L. F., Nogueira, L. T., & Andrade, E. M. L. R. (2018). Educational interventions for the health promotion of the elderly: integrative review. *Acta Paulista de Enfermagem*, 31(4), 446-454. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800062>.
- Coimbra, V. D. S. A., Silva, R. M. C. R. A., Joaquim, F. L., & Pereira, E. R. (2018). Contribuições gerontológicas para assistência de idosos em instituição de longa permanência. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71, 912-919. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0357>.
- Da Costa Franco, P., Esteves, A. V. F., de Oliveira, A. P. P., Sampaio, S. N., & de Lima, E. S. (2020). Cotidiano do enfermeiro no atendimento ao idoso na estratégia saúde da família em manacapuru-amazonas. *Cogitare Enfermagem*, 25.
- De Sousa Fonseca, L. M., & Bittar, C. M. L. (2014). Dificuldades no atendimento ao idoso: percepções de profissionais de enfermagem de unidades de saúde da família. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 11(2).
- Favaretto, A. (2019). A responsabilidade Civil Por Abandono Afetivo Parental. JUS.com.br.
- Federal, B. S. T. (1988). *Constituição da república federativa do Brasil*. Supremo Tribunal Federal.
- França, M. S. J., & Zatz, M. (2021). *O legado dos genes: O que a ciência pode nos ensinar sobre o envelhecimento*. Objetiva.
- Gomes, A. F. D. D. S. (2017). Limites e possibilidades para ações de promoção da saúde da pessoa idosa na Estratégia de Saúde da Família: um estudo de caso. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). *Censo demográfico 2018*. > <http://cidades.ibge.gov.br/brasil/pi/piripiri/panorama>.
- Leite, M. T., Hildebrandt, L. M., Massariol, A. M., & Machado, B. B. C. (2015). Concepções de envelhecimento e velhice na voz de universitários. *Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde/Brazilian Journal of Health Research*, 17(1), 48-55.
- Macêdo, F. C. D. S., & Evangerlandy, G. M. (2018). Pesquisa: passo a passo para elaboração de trabalhos científicos. Teresina: Macêdo, FCS.
- Mallmann, D. G., Galindo Neto, N. M., Sousa, J. D. C., & Vasconcelos, E. M. R. D. (2015). Health education as the main alternative to promote the health of the elderly. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20, 1763-1772.
- Neri, A. L., Yassuda, M. S., Fortes-Burgos, A. C. G., Mantovani, E. P., Arbex, F. S., de Souza Torres, S. V., & Guariento, M. E. (2012). Relationships between gender, age, family conditions, physical and mental health, and social isolation of elderly caregivers. *International Psychogeriatrics*, 24(3), 472-483.
- Nicolato, F. V., Santos, C. M., & Castro, E. A. B. (2017). Autocuidado e vivências do envelhecer de cuidadores familiares de idosos: contribuições para enfermagem gerontológica. *Tempus-Actas de Saúde Coletiva*, 11(1), ág-169.
- Oliveira, J. C. A. D., & Tavares, D. M. D. S. (2010). Atenção ao idoso na estratégia de Saúde da Família: atuação do enfermeiro. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 44, 774-781.
- Organização Mundial Da Saúde. (2015). *Relatório mundial sobre envelhecimento e saúde*. [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/1/9789240694811\\_eng.pdf?u](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186463/1/9789240694811_eng.pdf?u).
- Ribeiro, I. A., Lima, L. R. D., Volpe, C. R. G., Funghetto, S. S., Rehem, T. C. M. S. B., & Stival, M. M. (2019). Síndrome do idoso frágil em idosos com doenças crônicas na Atenção Primária. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 53.
- 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.
- Siqueira, A. F., Rebesco, D. B., Amaral, F. A., Magalhães, C. B., Agnol, S. M. D., Furmann, M., & Mascarenhas, L. P. G. (2017). Efeito de um programa de fisioterapia aquática no equilíbrio e capacidade funcional de idosos. *Saúde e Pesquisa*, 10(2), 331-338.
- Souza, N. F. D. S., Lima, M. G., Cesar, C. L. G., & Barros, M. B. D. A. (2018). Envelhecimento ativo: prevalência e diferenças de gênero e idade em estudo de base populacional. *Cadernos de Saúde Pública*, 34.
- Sposito, G., Neri, A. L., & Yassuda, M. S. (2016). Advanced Activities of Daily Living (AADLs) and cognitive performance in community-dwelling elderly persons: Data from the FIBRA Study-UNICAMP. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19, 07-20.
- Trapé, Á. A., Marques, R. F. R., Lizzi, E. A. D. S., Yoshimura, F. E., Franco, L. J., & Zago, A. S. (2017). Associação entre condições demográficas e socioeconômicas com a prática de exercícios e aptidão física em participantes de projetos comunitários com idade acima de 50 anos em Ribeirão Preto, São Paulo. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 20, 355-367.