



## ASPECTOS DO ENVELHECIMENTO ATIVO E SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE DO IDOSO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

SILVA, Tiago de Melo <sup>1</sup>; CARVALHO, Roberta da Silva Pinheiro de <sup>2</sup>; MARQUES, Tamires de Lima <sup>3</sup>; SILVA, Gisele Lucchetti da <sup>4</sup>

**Introdução:** O Envelhecimento da população é um fato presente na atualidade. Tomando por base essa premissa, devemos entender que o processo de Envelhecimento Ativo deve ser baseado em três fundamentos básicos: saúde, participação social e segurança/proteção<sup>1</sup>. A implementação de uma política pública para o envelhecimento ativo depende desses três pilares como bases, com a finalidade de contribuir para a melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa, resgatando sua humanidade e dignidade<sup>2,3</sup>. O objetivo deste estudo é refletir sobre os aspectos do envelhecimento ativo e como a inserção desses fatores podem trazer melhorias para as condições de saúde dos idosos de forma geral. **Metodologia:** O método aplicado foi a pesquisa bibliográfica que abordou as ideias e os conceitos relacionados ao envelhecimento ativo. Foram utilizadas como base as publicações: Envelhecimento ativo: uma política de saúde (Organização Mundial da Saúde (WHO)) e ENVELHECIMENTO ATIVO: Um Marco Político em Resposta à Revolução da Longevidade (Centro Internacional de Longevidade Brasil (ILC-Brasil)). **Resultados e Discussão:** As relações entre os fatores condicionantes para o envelhecimento ativo, e como isso trará benefícios para a qualidade de vida dos idosos, estão em consonância nas publicações pesquisadas. Partindo desse princípio podemos observar que os assuntos que possuem o tema saúde como base são de extrema importância e estão correlacionados ao bem-estar, por consequência nos traz uma menor procura pelos idosos por procedimentos ou tratamento clínicos e serviços assistenciais muito caros. Dessa forma, os trabalhos pesquisados mostraram que devemos pensar a questão do envelhecimento como um processo presente durante todo o percurso de vida, tomando como prioridade o fortalecimento das ideias relacionadas a prevenção de doenças e o cuidado com a saúde. Além disso, as pesquisas demonstraram que o envelhecimento ativo não está limitado apenas a atitudes promotoras de saúde, levando também em consideração os fatores ligados ao espaço físico e as interações entre as pessoas, isso interligado as circunstâncias de saúde. Podemos considerar que a família, a comunidade e o corpo social se inter-relacionam de maneira a exercerem impactos de grande dimensão no ato de envelhecer. A participação considera como fator primordial a inclusão desse idoso na contribuição para sociedade, realizando atividades em âmbitos variados, recebendo ou não alguma remuneração por elas. Pensando em outro aspecto da participação, os estudos mostraram que há um esforço para mostrar uma outra visão sobre esse idoso dentro do processo de envelhecimento ativo, então o foco de várias políticas, ações e programas voltados para pessoa idosa tem sido o aumento da participação desse público nas questões comunitárias. No tocante à segurança/proteção, os achados demonstram que quando há um enfoque para as necessidades e direitos das pessoas idosas, torna-se mais viável uma garantia de dignidade e assistências aos idosos- caso esses não possam mais se sustentar e nem se proteger. A aplicação desses aspectos envolve envelhecer de forma ativa, implicando benefícios para a saúde, bem-estar e qualidade de vida. Ao integrar os três eixos básicos que são a saúde, participação e segurança, estamos construindo um alicerce abrangente incluindo as inquietações dos mais variados setores e das demais regiões. É imprescindível realizar mais estudos que abordem a atuação de cada fator determinante, bem como sua associação, no decurso do envelhecimento ativo. Além disso, é importante compreender especificamente como estes vastos fatores determinantes influenciam a saúde e a qualidade de vida. **Conclusão:** Com isso conclui-se que, as questões relacionadas ao ato de envelhecer são complexas e merecem um enfoque minucioso. Devem ser considerados os condicionantes estruturais do envelhecimento ativo representados pela saúde, segurança e a participação, integradas



aos demais fatores relacionados a vivência da população que possui uma idade avançada-com a finalidade de manutenção da qualidade de vida dos idosos.

**Palavras-chave:** Envelhecimento ativo; Envelhecimento saudável; Idoso; Qualidade de vida.

#### REFERÊNCIAS

<sup>1</sup>WHO- WORLD HEALTH ORGANIZATION (Org.). **Envelhecimento ativo:** uma política de saúde. Tradução Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan Americana da Saúde, 2005. 60 p. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso em: 02 jul 2020.

<sup>2</sup>ABREU, B. M.; GOMES, A. P.; MARTINS, S. ENVELHECIMENTO ATIVO: das diretrizes às ações para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas. **Perspectivas em Políticas Públicas**, Belo Horizonte, v.11, n.21, p.129-172, jan. /jun. 2018.

<sup>3</sup>ILC – Brasil- CENTRO INTERNACIONAL DE LONGEVIDADE BRASIL (Org.). **Envelhecimento Ativo:** Um marco político em resposta à revolução da longevidade. Rio de Janeiro, 2015. 119 p. Disponível em: [http://ilcbrazil.org/portugues/wp-content/uploads/sites/4/2015/12/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Pol%C3%ADtico-ILC-Brasil\\_web.pdf](http://ilcbrazil.org/portugues/wp-content/uploads/sites/4/2015/12/Envelhecimento-Ativo-Um-Marco-Pol%C3%ADtico-ILC-Brasil_web.pdf). Acesso em: 10 jul 2020.

**PALAVRAS-CHAVE:** Envelhecimento ativo; Envelhecimento saudável; Idoso; Qualidade de vida.