

Políticas de Envelhecimento Populacional 5

Sheila Marta Carregosa Rocha
(Organizadora)



Atena
Editora

Ano 2019

Políticas de Envelhecimento Populacional 5

Sheila Marta Carregosa Rocha
(Organizadora)



Atena
Editora

Ano 2019

2019 by Atena Editora
Copyright © Atena Editora
Copyright do Texto © 2019 Os Autores
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora
Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Diagramação: Lorena Prestes
Edição de Arte: Lorena Prestes
Revisão: Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição Creative Commons. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobom – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
P769	Políticas de envelhecimento populacional 5 [recurso eletrônico] / Organizadora Sheila Marta Carregosa Rocha. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Políticas de Envelhecimento Populacional; v. 5) Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-780-2 DOI 10.22533/at.ed.802191311 1. Envelhecimento – Brasil – Estatísticas. 2. Idosos – Brasil – Condições sociais. I. Rocha, Sheila Marta Carregosa. II. Série. CDD 305.260981
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná - Brasil
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A coleção “Políticas de Envelhecimento Populacional 2” é uma obra composta de quatro volumes que tem como foco principal a discussão científica por intermédio de trabalhos diversos que compõe suas partes com seus respectivos capítulos. Cada volume abordará de forma categorizada e interdisciplinar trabalhos, pesquisas, relatos de casos e/ou revisões que transitam nos vários caminhos da saúde pública e saúde coletiva.

Este quinto volume está dividido em 4 (quatro) partes com 31 artigos. A parte I contempla a dinâmica da cidade e das ruas para as pessoas idosas; A segunda parte aborda aspectos voltados para o cuidado com os idosos através dos Cuidadores. A terceira parte está voltada para discussão sobre as práticas pedagógicas; e a quarta parte e última parte as propostas culturais, com os benefícios do lúdico no envelhecimento humano.

Tendo como objetivo central estruturar de forma categorizada e clara estudos desenvolvidos em diversas instituições de ensino e pesquisa do país. Em todos esses trabalhos o sujeito de pesquisa é a pessoa idosa, e a linha condutora foi o aspecto relacionado ao envelhecimento com suas patologias e cuidados com a saúde.

Deste modo a obra Políticas de Envelhecimento Populacional 2, volume 5, apresenta uma teoria bem fundamentada nos resultados práticos obtidos pelos diversos pesquisadores que, incansavelmente desenvolveram seus trabalhos, aqui serão apresentados de maneira concisa e didática. Sabemos o quão importante é a divulgação científica, por isso evidenciamos também a estrutura da Atena Editora capaz de oferecer uma plataforma consolidada e confiável para estes pesquisadores exporem e divulgarem seus resultados.

Sheila Marta Carregosa Rocha

SUMÁRIO

PARTE I – A CIDADE

CAPÍTULO 1 1

PROGRAMA HABITACIONAL CIDADE MADURA: UMA EXPERIÊNCIA INOVADORA NO ESTADO DA PARAÍBA

Magda Danielle Félix Lucindo
Ananda Ayres Navarro
Júlio César Guimarães Freire
Isaldes Stefano Vieira Ferreira
Marina Carneiro Dutra
Gustavo de Azevedo Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.8021913111

CAPÍTULO 2 9

CARACTERIZAÇÃO DOS ACIDENTES DE TRÂNSITO OCORRIDOS EM RODOVIAS FEDERAIS ENVOLVENDO PESSOAS IDOSAS

Flávia Emília Cavalcante Valença Fernandes
Jobson Maurilio Alves dos Santos
Maria Elda Alves de Lacerda Campos
Rosana Alves de Melo

DOI 10.22533/at.ed.8021913112

CAPÍTULO 3 18

MAPEAMENTO DOS ACIDENTES DE TRANSPORTE TERRESTRE EM IDOSOS NO BRASIL: UM ESTUDO DESCRITIVO

Flávia Emília Cavalcante Valença Fernandes
Jobson Maurilio Alves dos Santos
Maria Elda Alves de Lacerda Campos
Rosana Alves de Melo

DOI 10.22533/at.ed.8021913113

CAPÍTULO 4 27

O USO DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES EM BENEFÍCIO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL DO TRABALHADOR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Lillian Elizama de Abreu Oliveira
Alzinete da Silva Pedroza Godoy
Celileane Simplício Moreira
Flávio Barreto de Souza
Hiagda Thaís Dias Cavalcante
Josielly Samara Costa
Maria Gildenia de Moura
Maykon Douglas de Oliveira Evangelista
Vanessa Maria de Araújo
Paula Beatriz de Souza Mendonça

DOI 10.22533/at.ed.8021913114

CAPÍTULO 5 32

RELAÇÃO ENTRE QUEDAS E FUNCIONALIDADE DE IDOSOS DA COMUNIDADE

Vanessa da Nóbrega Dias
Wesley Barbosa Sales
Alini Silva do Nascimento Farias

Ana Flávia da Silva Souza
Romildo Arcanjo do Nascimento Filho
Tisiany Felicia Teixeira de Oliveira
Eldja Raquel Ferreira da Silva
Ana Caroline Pereira

DOI 10.22533/at.ed.8021913115

CAPÍTULO 6 44

RELAÇÃO ENTRE TRABALHO, APOSENTADORIA E LAZER NAS EXPRESSÕES DE IDOSOS QUE FREQUENTAM BARES EM PALMAS-TO

Simone Fontenelle da Silva
Vicente de Paula Faleiros

DOI 10.22533/at.ed.8021913116

PARTE 2 - CUIDADORES

CAPÍTULO 7 47

HABILIDADES E FRAGILIDADES DO IDOSO COMO CUIDADOR NO CONTEXTO FAMILIAR E PROFISSIONAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Elizana Mulato Guedes
Hiagda Thais Dias Cavalcante
Gustavo André Pereira de Brito
Lília Letícia Ferreira da Silva
Lucas Peixoto de Macedo
Maria Eduarda Capistrano da Câmara

DOI 10.22533/at.ed.8021913117

CAPÍTULO 8 54

QUALIDADE DE VIDA EM CUIDADORES DE IDOSOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Patricia do Egito Cavalcanti de Farias
Carolina da Silva Montenegro
Helaine Cristina Lins Machado Gerbasi
Nadja Karla Fernandes de Lima
Fernanda Kelly Oliveira de Albuquerque

DOI 10.22533/at.ed.8021913118

CAPÍTULO 9 64

SOBRECARGA DE CUIDADORES DE IDOSOS COM DEPENDÊNCIA NO DOMICÍLIO

Arianna Oliveira Santana Lopes
Shirlei Costa Santos
Milena Meireles Souza
Gabriela Tavares Souza
Larissa Chaves Pedreira

DOI 10.22533/at.ed.8021913119

PARTE 3 – PRÁTICAS PEDAGÓGICAS

CAPÍTULO 10 72

AÇÕES EDUCATIVAS EM UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA PARA PESSOA IDOSA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Jaqueline Maria Silva dos Santos
Raiane Jordan da Silva Araújo

Raquel Ferreira Lopes

DOI 10.22533/at.ed.80219131110

CAPÍTULO 11 78

ASPECTOS CLÍNICOS DO TRANSTORNO DE DÉFICIT DE ATENÇÃO E HIPERATIVIDADE NO IDOSO: REVISÃO INTEGRATIVA

Camila Navarro Rocha Saraiva
Maria Miriam Lima da Nóbrega
Neyce de Matos Nascimento
Patrícia Josefa Fernandes Beserra
Rafaella Queiroga Souto

DOI 10.22533/at.ed.80219131111

CAPÍTULO 12 85

O SUJEITO NÃO ENVELHECE: RELATOS DE EXPERIÊNCIA COM GRUPOS TERAPÊUTICOS DE IDOSOS ESTUDANTES DA UAMA (UNIVERSIDADE ABERTA À MATURIDADE)

Raisa Karina Silva Trajano
Vinícius Anselmo Pereira
Criscia Delancout Lúcio de Araujo

DOI 10.22533/at.ed.80219131112

CAPÍTULO 13 96

OS EFEITOS DA IDADE NO SISTEMA AUDITIVO PAUTADOS NA COMUNICAÇÃO: UMA ABORDAGEM BIOPSISSOCIAL

Juliana Machado Amorim
Vilma Felipe Costa de Melo
Neirilanny da Silva Pereira

DOI 10.22533/at.ed.80219131113

CAPÍTULO 14 108

PERCEPÇÃO DE CRIANÇAS SOBRE O ESTILO DE VIDA DO IDOSO E SUA RELAÇÃO COM OS DISCURSOS SOCIAIS

Giulyanne Maria Silva Souto
Francisca Joyce Marques Benício
Fernanda Alice Camara Brito
Iraquitan Caminha de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.80219131114

CAPÍTULO 15 117

PRÁTICAS DE ENFERMAGEM A IDOSOS DE UMA CASA INSTITUCIONALIZADA EM PORTO VELHO – RO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Francisco Mateus Lima da Silva
Francisca Juscileide do Nascimento Azevedo Pimenta
Marcela Milrea Araújo Barros
Adriane Bonotto Salin

DOI 10.22533/at.ed.80219131115

CAPÍTULO 16 124

PROPOSTA DE INTERVENÇÃO EM LAR DE LONGA PERMANÊNCIA: UMA PRÁTICA PSICOPEDAGÓGICA

Helena Viegas Peixoto
Mariana Adelino Dantas
Mariana Araújo Galvão
Camyla Silva de Andrade

Mônica Dias Palitot

DOI 10.22533/at.ed.80219131116

CAPÍTULO 17 132

RELATO DE EXPERIÊNCIA COM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS: UMA PRÁTICA LÚDICA

Maria do Carmo Clemente Marques Figueiredo

Eliane Santana de Carvalho Nunes

Erlânia Souza Costa

Mayara Layane de Souza Joventino

Cleide Rejane Damaso de Araújo

DOI 10.22533/at.ed.80219131117

CAPÍTULO 18 138

TENDA DO CONTO: UMA PRÁTICA DIALÓGICA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE DA PESSOA IDOSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Helouíse Thainá da Silva Macêdo

Lavínia Mabel Viana Lopes

Dimitri Taurino Guedes

DOI 10.22533/at.ed.80219131118

CAPÍTULO 19 147

TERAPIA OCUPACIONAL NA HUMANIZAÇÃO DO CUIDADO DIANTE DO PROCESSO DE MORTE NA VELHICE EM CONTEXTO HOSPITALAR

Jean Barroso de Souza

Lucidalva Costa de Freitas

Tamara Neves Finarde Pedro

Rosé Colom Toldrá

Maria Helena Morgani de Almeida

DOI 10.22533/at.ed.80219131119

CAPÍTULO 20 155

UMA AÇÃO QUE MUDA VIDAS

Flávio Anselmo Silva de Lima

Alana Monteiro Bispo da Silva

Arthur Alland Cruz Moraes Rocha

Lua Karine de Sousa Pereira

Bértiklis Joás Santos de Oliveira

Diego Félix Cruz

Erick Job Santos Pereira da Silva

Ítalo Fonseca de Oliveira

José Wilton Pinto Pessoa

DOI 10.22533/at.ed.80219131120

PARTE 4 – PROPOSTAS CULTURAIS

CAPÍTULO 21 162

“CHÁ DAS CINCO – CONVERSANDO E CONVIVENDO COM IDOSOS”: EXTENSÃO COMO FERRAMENTA NO APRENDIZADO E ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Maxsuel Mendonça dos Santos

Luciana Fernandes de Medeiros

DOI 10.22533/at.ed.80219131121

CAPÍTULO 22 169

“SE PARAR DE SONHAR A GENTE MORRE”: UMA LEITURA PSICANALÍTICA SOBRE AS MARCAS DO TEMPO E A INSISTÊNCIA DO DESEJO NA VELHICE

Lucas Brasil Feitosa
Thamyres Maria Gomes de Almeida
Juliana Fonsêca de Almeida Gama

DOI 10.22533/at.ed.80219131122

CAPÍTULO 23 179

DANÇATERAPIA E ENVELHECIMENTO

Rosana Ferreira Pessoa
Clara Mockdece Neves
Claudia Xavier Correa
Lídia Nunes Nora de Souza
Luana Karoline Ferreira
Maria Elisa Caputo Ferreira

DOI 10.22533/at.ed.80219131123

CAPÍTULO 24 185

ENVELHECIMENTO ATIVO PARA A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO

Rosângela Alves Almeida Bastos
Rosilene Alves de Almeida
Francisca das Chagas Alves de Almeida
Rita de Cássia Sousa Silva
Karla Fernandes da Silva
Raissa Silva do Nascimento
Lesandra Ramos da Silva

DOI 10.22533/at.ed.80219131124

CAPÍTULO 25 193

METAMEMÓRIA: O PAPEL DA MUSICOTERAPIA NO ASSISTENCIALISMO À SAÚDE DOS IDOSOS QUE CONVIVEM COM O ALZHEIMER – REVISÃO LITERÁRIA

Gilvan Gilson de Medeiros Júnior
Marina Amorim de Souza
Renan de Brito Caldas
Gabriela Reis Guimarães
Isabelly Sanally Monteiro Florentino

DOI 10.22533/at.ed.80219131125

CAPÍTULO 26 202

O FORRÓ NA TERCEIRA IDADE COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Amanda Karla Buriti de Melo
Bruna Roberta de Carvalho
Emanuela de Lima Avelino
Palloma Maria Sales Estevão
Priscilla Yevellin Barros de Melo

DOI 10.22533/at.ed.80219131126

CAPÍTULO 27 210

OS DESAFIOS DA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Jennifer Natalye Silva Brasil
Evanilza Maria Marcelino

Maria Micaella Arruda de Macedo
Ana Livia de Souza Barbosa
Ana Claudia Torres de Medeiros
DOI 10.22533/at.ed.80219131127

CAPÍTULO 28 216

PALHAÇOTERAPIA NO MANEJO DA DOR EM PESSOA IDOSA HOSPITALIZADA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Heloyza Waleska Soares Fernandes
Ana Luísa Fernandes Vieira Melo
Amanda Kelly Feitosa Euclides
Carlos Eduardo da Silva Carvalho
Iaponira Cortez Costa de Oliveira

DOI 10.22533/at.ed.80219131128

CAPÍTULO 29 224

TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE COM A ACUPUNTURA AURICULAR: REVISÃO SISTEMÁTICA

Marília Caroline Ventura Macedo
Danilo de Almeida Vasconcelos
Karinna Soares Oliveira
Daniely Lima Gomes
Alana de Souza Moraes
Andriele Nicolau Faustino dos Santos
Thaise de Arruda Rodrigues
Jaynara Talita Barbosa Silva
Jamila Viama Barbosa Silva

DOI 10.22533/at.ed.80219131129

CAPÍTULO 30 233

VIDA, MODO DE USAR E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO SOB A ÓTICA DE OLIVER SACKS: UMA REVISÃO NARRATIVA

Lílian Valéria de Araújo
Mariana Pires Bezerra
Mário Sérgio Borges Medeiros
Mayra Joyce da Costa Pinheiro
Edmundo de Oliveira Gaudêncio

DOI 10.22533/at.ed.80219131130

CAPÍTULO 31 239

EFEITO DO TREINAMENTO RESISTIDO EM IDOSAS HIPERTENSAS DE UMA CIDADE DO INTERIOR DO ESTADO DE SÃO PAULO

Carlos Henrique Vieira Felício
Crislaine Franciene Cintra
Cristian Ribeiro Gonçalves
Rita de Cássia Albano
Luciana Moreira Motta Raiz

DOI 10.22533/at.ed.80219131131

SOBRE A ORGANIZADORA 246

ÍNDICE REMISSIVO 247

UMA AÇÃO QUE MUDA VIDAS

Flávio Anselmo Silva de Lima

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Alana Monteiro Bispo da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Arthur Alland Cruz Moraes Rocha

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Lua Karine de Sousa Pereira

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Bértiklis Joás Santos de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Diego Félix Cruz

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Erick Job Santos Pereira da Silva

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

Ítalo Fonseca de Oliveira

Universidade Federal do Rio Grande do Norte –
UFRN, Natal – RN

José Wilton Pinto Pessoa

Faculdade Maurício de Nassau, Natal – RN

capacidades físicas e cognitivas, uma vez que comprometem tanto as atividades diárias quanto a funcionalidade do sujeito. Objetivo: Oferecer a prática regular de exercício físico em meio aquático, bem como conscientizar os idosos envolvidos quanto a adoção de hábitos de vida saudáveis, desenvolver novos métodos e estratégias de intervenção multiprofissional. Metodologia: A população do projeto são na sua maioria composta de idosos sedentários da cidade de Natal e funcionários da Universidade Federal do Rio Grande que tenham idade maior ou igual a 60 anos, no entanto tem-se no projeto pessoas com idade abaixo de 60 anos que apresentam problemas osteoarticulares, tendo como intervenção exercícios físicos aeróbios e resistidos em meio aquático. O projeto tem duração de 10 meses com três (3) sessões semanais, cada sessão de 50 minutos. Resultados: O projeto oferece a prática de exercícios, visando melhorar os hábitos alimentares, a capacidade funcional, condicionamento físico e melhora na capacidade cognitiva de pessoas idosas, além de avaliar as capacidades físicas e cognitivas dos participantes. Conclusão: Apesar das dificuldades encontradas quanto ao atraso no suprimento de materiais para limpeza da piscina, o projeto oportuniza a melhora na qualidade de vida bem como nos aspectos biopsicossociais dos idosos praticantes das atividades.

RESUMO: Introdução: O envelhecimento ocasiona diversas modificações nas quais podem causar limitações no decorrer do tempo. Dentre essas pode-se destacar o declínio nas

PALAVRAS-CHAVE: Idosos; Exercícios Físicos; Meio Aquático.

A LIFE-CHANGING ACTION

ABSTRACT: Introduction: Aging causes several modifications which may cause limitations over time. Among these can be highlighted the decline in physical and cognitive abilities, since they compromise both the daily activities and the functionality of the subject. Objective: To provide regular practice of physical exercise in the aquatic environment, as well as raise awareness among the elderly involved regarding the adoption of healthy lifestyle habits, develop new methods and strategies for multiprofessional intervention. Methodology: The project population is mostly composed of sedentary elderly people from Natal city and employees of the Federal University of Rio Grande who are 60 years old or over, however the project has people under 60 years old. that present osteoarticular problems, having as intervention aerobic and resistance exercises in aquatic environment. The project lasts 10 months with three (3) weekly sessions, each 50-minute session. Results: The project offers the practice of exercises, aimed at improving eating habits, functional capacity, fitness and cognitive ability of older people, as well as assessing the physical and cognitive abilities of participants. Conclusion: Despite the difficulties encountered in delaying the supply of materials for cleaning the pool, the project provides an improvement in the quality of life as well as in the biopsychosocial aspects of the elderly practicing the activities.

KEYWORDS: Seniors; Physical exercises; Aquatic environment.

1 | INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional vem crescendo significativamente com o passar dos anos, segundo Paradella (2018), em 2012, a população com mais de 60 anos correspondia a 25,4 milhões de indivíduos. Em cinco anos houve um crescimento de 18% desse grupo etário, ou seja, 4,8 milhões de novos idosos, número que tem se tornado cada vez mais representativo no Brasil.

Com o aumento da população idosa, problemas relacionados à saúde vêm aparecendo. O envelhecimento é um processo contínuo, que ocorre de forma gradual, trazendo consigo modificações naturais que começam desde a vida adulta e, com o passar do tempo, muitas das funções corporais entram em declínio.

Esse grupo etário apresenta uma maior suscetibilidade ao desenvolvimento de doenças crônicas e degenerativas não transmissíveis, quando comparado com outras faixas etárias. Declínios nas funções cognitivas, como a memória, a atenção e funções executivas são exemplos no que pode acontecer mesmo em idoso não acometidos de doenças (MATSUDO; MATSUDO e BARROS NETO, 2001; IRAGARAY et al., 2012).

Aspectos como a qualidade de vida se agravam nessa faixa etária (perda de

filhos, viuvez, trabalho), influenciando na saúde e causando psicopatologias, como depressão, ansiedade e transtornos alimentares. Concomitantemente, a bagagem genética desfavorável e o mau estilo de vida, são fatores com o potencial de influenciar negativamente podendo comprometer as atividades diárias e na funcionalidade do sujeito (SILVA, 2011).

Discute-se em pesquisas, que problemas como esses pré citados estão associados diretamente com a combinação de fatores genéticos e ambientais, como fatores ambientais o hábito de vida (alimentação, sono, controle do estresse, relacionamento interpessoais e lazer ativo) e inatividade física/sedentarismo (NERI; FREIRE, 2000).

Nesse sentido, mantendo-se essa preocupação com inatividade física nessa população, é que entidades, pesquisadores, autoridades, entes públicas e privadas vêm desenvolvendo estratégias para tentar reverter tais problemas. O idoso apresenta peculiaridades distintas das demais faixas etárias e, por este motivo, sua avaliação de saúde deve ser feita objetivando a identificação de problemas subjacentes à queixa principal, incluindo as avaliações funcionais, cognitivas, psíquicas, nutricionais e sociais, que interferem diretamente na sua saúde e no grau de sua autonomia e independência (SIQUEIRA, 2009).

Com a perspectiva de incentivar, conscientizar e oportunizar os idosos para ter uma melhor qualidade de vida e saúde, através de intervenções práticas e palestras com objetivo fundamental de auxiliar melhoras motoras e cognitivas para proporcionar uma melhor autonomia para essa população, é que o Projeto Minha Melhor Idade, para idosos, oferece uma prática regular, sistematizada e específica de atividade física para melhor atender os fatores específicos proveniente do processo de envelhecimento.

2 | JUSTIFICATIVA

A universidade tem o compromisso de produzir conhecimento que seja relevante para sociedade, dessa forma as intervenções de extensão e pesquisa buscam gerar reflexões e debates acerca dos problemas enfrentados na sociedade. O déficit cognitivo e as doenças neurodegenerativas têm sido cada vez mais comuns em populações idosas, dessa forma o projeto busca contribuir no sentido de prevenir o surgimento de enfermidades e melhorar a qualidade de vida de idosos que estão passando por esse problema de saúde, bem como melhorar a capacidade funcional desses indivíduos (YASSUDA, et al., 2005). O tema abordado no projeto de extensão torna-se relevante também por possibilitar a construção de novas metodologias de intervenções para atuar com idosos que enfrentam doenças neurodegenerativas como mal de Alzheimer, Parkinson e AVC, contribuindo assim com a formação de futuros profissionais da educação física envolvidos no projeto. O tema ainda faz

parte do escopo de pesquisas desenvolvidas no Programa de Pós-Graduação da Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, contemplando assim a aproximação do ensino, pesquisa e extensão um dos objetivos previsto na esfera acadêmica universitária. Portanto, a importância de expor o funcionamento e a aplicabilidade deste projeto.

3 | OBJETIVO GERAL

Expor como ocorre a prática de atividade física em meio aquático para população de meia idade e idosos, população essa interna e externa a Universidade Federal do Rio Grande do Norte propiciando avaliação de capacidades cognitivas e funcionais.

4 | OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mostrar como ocorre a prática de atividade física para indivíduos de meia idade e idosos;
- Expor o funcionamento de um trabalho interdisciplinar e multiprofissional com profissionais e estudantes de Educação Física, Nutrição e Fisioterapia, dessa forma a desenvolver novos métodos de intervenção para auxiliar na prevenção, diagnóstico e tratamento de doenças neurodegenerativas.

5 | METODOLOGIA

Trata-se de um estudo observacional de corte transversal que avalia o projeto de extensão/pesquisa Minha Melhor Idade que tem natureza aplicada, com tratamento de dados quantitativos e qualitativos.

O projeto de extensão é desenvolvido na Universidade Federal do Rio Grande do Norte, especificamente na piscina semiolímpica do Departamento de Educação Física. O Projeto apresenta três tipos de intervenções práticas, o primeiro direcionado a atividade física sistemática de exercício aeróbica a partir de movimentos da caminhada automatizada, o outro diferencia apenas no tipo da caminhada, que utilizar-se de movimentos dupla tarefa e o terceiro com exercícios resistidos através do uso de equipamentos na piscina.

6 | CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

A população alvo são idosos sedentários da cidade de Natal e funcionários da Universidade Federal do Rio Grande do Norte que tenham idade maior ou igual a 60 anos, no entanto tem-se no projeto pessoas com idade abaixo de 60 anos que apresentam problemas osteoarticulares. Critérios para inclusão: a) Ter mais de

60 anos; b) Apresentar atestado médico certificando a possibilidade de prática de atividade física. Critérios para exclusão da amostra: a) Ter mais de 25% de faltas durante o semestre de atividades.

7 | DESENHO DO ESTUDO

Foi realizada uma análise retrospectiva do funcionamento do projeto e aplicação de algumas avaliações para determinar o perfil cognitivo e funcional dos idosos. Houve aplicação de questionários, contendo perguntas subjetivas e objetivas que têm como base a literatura sobre o tema e questões que se destacam por sua relevância para o objeto de estudo. O indivíduo foi informado de tudo que ocorreria desde o início até o final da pesquisa.

8 | FERRAMENTAS

Questionário de identificação, demográfico, socioeconômico, de saúde e estilo de vida; Teste de força através de dinamômetro de preensão manual; Teste Hawkins-Kennedy que trata-se de um teste funcionalidade do ombro; Escala de Equilíbrio de Berg; Time Up And Go (Teste de funcionalidade membros inferiores); Teste de vestir a camisa e vestir a meia; Teste Y (equilíbrio); Par-Q (questionário de prontidão para atividade física); Testes cognitivos Stroop e N-back; Teste físico TAF; Questionário – BSQ (Questionário de Imagem Corporal) formulado por Cooper et al., (1987) que identifica a distorção da imagem corporal e o questionário da escala de silhuetas proposta por Stunkard et al., (1983) que verifica a imagem corporal atual; Mini Exame do Estado Mental (MEEM); Recordatório alimentar de 24 horas; Escala de depressão geriátrica; Teste de psicomotricidade; Avaliação da frequência cardíaca pelo RR Digital; Avaliação da pressão arterial pelo índice tornozelo/braquial e pelo teste de Cold Press; Questionário de funcionalidade dor no joelho Lequesne e Lower Extremity Functional Scale (LEFS)- Brasil; Avaliação de funcionalidade da lombar pelo Questionário de Incapacidade de Roland Morris - RMDQ; Questionário de funcionalidade do ombro Escala ASES - American Shoulder and Elbow Society (ASES). Essas avaliações iniciais auxiliaram no planejamento de ações específicas para cada sujeito bem como para a prescrição do programa de exercício para o grupo estudado.

9 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Atualmente, o projeto conta com uma equipe composta de 2 coordenadores, 3 bolsistas e Y voluntários. Essa equipe atende 128 participantes divididos nas três turmas e conta com uma demanda na lista de espera.

As aulas correspondem a um tempo total de 50 minutos sendo realizadas 3

vezes na semana totalizando 150 minutos semanais, desse tempo destina-se 10 minutos para a entrada na piscina e aquecimento, 10 minutos de exercícios de dupla tarefa, 20 minutos de exercícios concorrentes com intensidade auto selecionada com percepção ficando entre 5 e 8 na escala de percepção de Borg 0-10, por fim nos últimos 10 minutos os participantes saem da piscina e realizam exercícios de equilíbrio e de alongamento. Os tipos de atividades, tempo e intensidade seguem as recomendações do American College of Sports Medicine (ACSM, 2009).

A forma de avaliação dos participantes preconiza tanto a parte física quanto a cognitiva e são utilizados testes e questionários validados e difundidos na literatura. Por exemplo a bateria do TAF e o teste de prensão manual que são usados para verificar a funcionalidade e níveis de força, já a escala de equilíbrio de Berg e Y teste avaliam o equilíbrio. Esses testes são importantes de se avaliar, pois estão associados ao aumento na incidência de quedas e fraturas (PEREIRA, 2001).

Testes cognitivos como o stroop teste e N-back foram usados para avaliar a resposta, a atenção e controle inibitório que são constituintes da função executiva, função esta que é constituinte dos domínios cognitivos (CRUZ, 2015).

A literatura apresenta que o número de quedas entre idosos também está associado com o comprometimento cognitivo. Assim, o idoso com comprometimento cognitivo pode apresentar déficits de mobilidade, lentificação de movimentos, alterações comportamentais e menor tempo de reação frente aos desequilíbrios, predispondo-o a quedas (CRUZ, 2015).

Dessa maneira o projeto oferece a prática de exercícios em meio aquático, visando melhorar os hábitos alimentares, capacidade funcional, condicionamento físico, capacidade cognitiva, além de avaliar as capacidades físicas e cognitivas dos participantes, dessa forma melhorando a qualidade de vida auxiliando na melhoria da saúde geral dos indivíduos participantes do projeto. Além disso, desenvolve-se os conhecimentos dos discentes envolvidos no projeto, oferecendo a possibilidade de se trabalhar em uma equipe interdisciplinar e multiprofissional, realizando ações em conjunto para diagnosticar, prevenir o desenvolvimento de déficit cognitivo e doenças neurodegenerativas como Alzheimer, Parkinson e AVC bem como desenvolver novos métodos de intervenção no tratamento dessas doenças.

10 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar das dificuldades encontradas quanto ao atraso no suprimento de materiais para limpeza da piscina, o projeto oportuniza a melhora na qualidade de vida bem como nos aspectos biopsicossociais dos idosos praticantes das atividades. Dessa forma os projetos de extensão são uma das maneiras encontradas pelas universidades para se aproximar da comunidade, repassando parte do que lhe é investido.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE (ACSM). **Exercise and physical activity for older adults**. Medicine & Science in Sports & Exercise, 2009.
- CRUZ, Felipe Moreira da et al. **Associação entre capacidade cognitiva e ocorrência de quedas em idosos**. Cadernos Saúde Coletiva, 2015.
- SILVA, Luciana Terezinha da. **Alterações bucais do envelhecimento e implicações para a atenção odontológica**. 2011. Monografia (Curso de Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Minas Gerais – Conselheiro Lafaiete, 2011.
- IRIGARAY, Tatiana Quarti *et al.* **Efeitos de um Treino de Atenção, Memória e Funções Executivas na Cognição de Idosos Saudáveis**. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 25, n. 1, p. 182-187. ISSN 0102-7972, 2012.
- MATSUDO, S.M.; MATSUDO, V.K.R.; BARROS NETO, T.L., Turíbio Leite. **Atividade física e envelhecimento: aspectos epidemiológicos**. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 7, n. 1, p. 2-13, 2001.
- NERI, A.L.; FREIRE, S.A.A.: **Qual é a idade da velhice**. Neri. AL, Freire AS, organizadores. E por falar em boa velhice. São Paulo: Papirus, p. 19-23, 2000.
- PARADELLA, R. **Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017**. Agência IBGE Notícias. out. 2018: Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em: 13 abril 2019.
- PEREIRA S.R.M. *et al.* **Quedas em idosos. Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. 2001**; 2-9. Disponível em: http://www.connectmed.com.br/amb/novo/projeto_diretrizes/quedas_idosos.pdf Acesso em: 14 de abril, 2019.
- SIQUEIRA JR, S.J.; OLIVEIRA, M.A.M. **Direitos humanos e cidadania. Editora Revista dos Tribunais, 2009**.
- YASSUDA, Mônica Sanches *et al.* **Metamemória e auto-eficácia: um estudo de validação de instrumentos de pesquisa sobre memória e envelhecimento**. Psicologia: Reflexão e Crítica, v. 18, n 1, p. 78-90, 2005

SOBRE A ORGANIZADORA

SHEILA MARTA CARREGOSA ROCHA - Possui graduação em Direito pela Faculdade Integrada da Bahia (FIB, 2005), e em Letras Vernáculas pela Universidade Católica do Salvador (1994). Em 2002 especializou-se em Psicopedagogia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro; em 2003, especializou-se em Metodologia do Ensino Superior com ênfase em novas tecnologias, pela Faculdade Baiana Batista; e em 2006, foi a vez de concluir a Especialização em Direito Civil pela Faculdade Federal da Bahia. Obteve seu Mestrado em Família na Sociedade Contemporânea iniciando sua investigação sobre o Envelhecimento Humano, na perspectiva da Dignidade da Pessoa Idosa no Mercado de trabalho (2013) e o Doutorado na mesma linha investigativa com recorte temático para violência contra as pessoas idosas, em estudo comparado entre Brasil e Portugal (2015) pela Universidade Católica do Salvador. Doutorado Sanduíche foi realizado na Universidade do Porto em Portugal, sob a orientação da Profa. Dra. Isabel Dias. Retornando ao Porto, para o Pós-Doutoramento em Sociologia do Envelhecimento (2018), sob a temática da Rede Internacional de Universidades Sêniores. O segundo Pós doutoramento foi realizado pelo Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Família na Sociedade Contemporânea da Universidade Católica do Salvador (2018), trabalhando com o projeto voltado para a Família com idosos, de idosos e para idosos, investigando as diversas formas de família, inclusive as ILP's. Palestrante nacional e internacional com experiência nas áreas de Envelhecimento Humano. Atua como Pesquisadora na Universidade do Estado da Bahia, onde leciona as disciplinas no curso de Direito, e desenvolve projetos de extensão voltados para a Terceira idade, como projeto Fala Ama, na rádio Nova Vida, Coordena o curso de especialização em Direitos Humanos da Universidade Católica do Salvador e a Especialização em Direito Processual Civil na FTC (faculdade Tecnológica da Bahia. Atualmente a autora tem se dedicado às pesquisas sobre Direitos Humanos das Pessoas Idosas, moradia, cohorsing, tecnologias para o Envelhecimento com publicações relevantes em periódicos nacionais e internacionais. Endereço para acessar o CV: <http://lattes.cnpq.br/0923215762577109>

ÍNDICE REMISSIVO

A

Acidentes de trânsito 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 22, 23, 25

Atenção primária à saúde 29, 116, 138, 140, 146

C

Causas externas 9, 11, 38

Comunicação 76, 96, 99, 100, 102, 103, 104, 105, 106, 116, 120, 146, 149, 162, 165, 168, 196, 198, 212, 218, 222

Criança 108, 172, 173, 204

Cuidado de idoso 47

Cuidador 29, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 149, 151, 153, 198

Cuidadores 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 76, 77, 117, 119, 126, 133, 134, 143, 149, 153, 195, 198, 233, 238

Cuidados de enfermagem 72

E

Educação em saúde 71, 73, 137, 138, 140, 141, 142, 144, 145, 152, 189, 213, 215

Enfermagem 9, 17, 18, 25, 27, 29, 41, 42, 58, 61, 62, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 83, 84, 94, 96, 102, 105, 117, 119, 120, 121, 126, 132, 133, 134, 135, 137, 142, 146, 154, 162, 163, 165, 167, 187, 192, 201, 213, 214, 222, 223

Estilo de vida 28, 30, 65, 87, 92, 108, 109, 110, 113, 114, 115, 116, 125, 157, 159, 186, 202, 203, 204, 205, 207, 208

F

Fisioterapia 33, 34, 35, 41, 42, 43, 147, 158, 166, 209, 222, 239

Formação 47, 49, 50, 51, 52, 53, 66, 72, 90, 99, 105, 114, 140, 142, 157, 162, 165, 167, 174, 222

Funcionalidade 32, 33, 34, 35, 36, 37, 39, 40, 41, 42, 43, 65, 85, 116, 155, 157, 159, 160, 165, 181

G

Grupo terapêutico 85, 89, 90, 91, 171, 174, 177

H

Habitação 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 186

I

Idoso 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 18, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 75, 76, 78, 80, 82, 86, 87, 89, 90, 91,

92, 93, 94, 95, 96, 98, 99, 103, 104, 105, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 119, 120, 121, 122, 125, 127, 128, 129, 130, 133, 134, 136, 137, 138, 144, 147, 150, 156, 157, 160, 164, 165, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 178, 181, 182, 185, 186, 188, 189, 190, 191, 192, 197, 202, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 219, 223, 234, 235, 237, 243

Idosos 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 82, 83, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 148, 152, 153, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 169, 171, 174, 175, 177, 180, 183, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 197, 198, 200, 202, 203, 204, 206, 208, 209, 210, 211, 213, 214, 216, 217, 219, 220, 222, 223, 224, 226, 232, 239, 240, 242, 243, 245, 246

Indicadores básicos de saúde 18

Institucionalização 34, 72, 77, 122, 135, 148, 152

Instituição de longa permanência para idosos 117, 132, 133, 134, 148, 152

Intervenção psicopedagógica 124, 126

L

Lar de longa permanência 124, 129

M

Morbidade 9, 19, 60

Mortalidade 10, 11, 13, 14, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 28, 35, 38, 41, 42, 43, 60, 86, 117, 118, 186, 241

P

Percepção 11, 35, 36, 46, 55, 77, 88, 97, 98, 99, 102, 103, 105, 107, 108, 110, 111, 112, 115, 137, 153, 160, 193, 197, 198, 199, 208, 209, 218

Pessoas idosas 1, 2, 3, 4, 5, 7, 9, 13, 39, 49, 51, 55, 70, 122, 133, 137, 139, 140, 142, 143, 147, 149, 155, 164, 189, 192, 205, 212, 218, 220, 240, 246

Política social 1, 2

Promoção da saúde 41, 73, 74, 75, 117, 129, 138, 139, 140, 144, 145, 147, 149, 154, 162, 163, 164, 165, 167, 180, 188, 190, 204, 212, 218, 220, 241

Psicanálise 85, 88, 89, 90, 91, 95, 169, 170, 171, 172, 173, 176, 177, 178

Psicossocial 82, 96, 105, 107, 141, 207

Psiquiatria 57, 63, 78, 80, 82, 197, 200, 232

Q

Qualidade de vida 2, 32, 39, 41, 46, 48, 49, 51, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 66, 68, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 78, 79, 85, 94, 96, 98, 99, 101, 105, 106, 109, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 120, 122, 124, 125, 126, 127, 129, 130, 136, 137, 145, 147, 152, 155, 156, 157, 160,

162, 181, 182, 183, 185, 186, 188, 189, 190, 200, 202, 203, 205, 206, 207, 208, 210, 211, 212, 213, 217, 219, 222, 231, 245

Queda 3, 11, 15, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 39, 42, 43, 79, 99, 118, 125, 130, 186, 216, 221, 223, 239, 244

R

Relato de experiência 27, 29, 47, 49, 72, 74, 77, 117, 119, 124, 126, 132, 134, 137, 138, 162, 163, 164, 165, 216, 219, 221

S

Saúde 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 47, 49, 50, 51, 53, 54, 55, 56, 57, 59, 60, 61, 62, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 78, 80, 81, 84, 87, 90, 94, 95, 96, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 125, 130, 131, 132, 133, 134, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 149, 150, 152, 153, 154, 156, 157, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 167, 168, 174, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 199, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 222, 223, 225, 226, 227, 234, 238, 239, 240, 241, 242, 244, 245

Saúde do idoso 40, 49, 51, 72, 95, 112, 113, 116, 117, 120, 121, 122, 165, 168, 190, 191, 209, 210, 212

Saúde mental 36, 74, 78, 80, 87, 120, 190, 193, 214

Sobrecarga 28, 29, 33, 54, 55, 58, 59, 62, 64, 66, 68, 69, 70, 71, 151, 153

T

TDAH 78, 79, 80, 81, 82, 83

Trabalho 1, 6, 9, 24, 27, 28, 29, 30, 31, 34, 44, 45, 46, 49, 51, 52, 56, 59, 67, 71, 73, 77, 85, 87, 88, 90, 91, 95, 100, 107, 117, 119, 122, 124, 126, 127, 129, 130, 139, 141, 143, 149, 153, 157, 158, 162, 164, 165, 167, 176, 177, 182, 186, 188, 189, 193, 195, 199, 218, 223, 233, 235, 239, 241, 246

Agência Brasileira do ISBN

ISBN 978-85-7247-780-2



9 788572 477802