

Políticas de Envelhecimento Populacional

Solange Aparecida de Souza Monteiro
(Organizadora)



Atena
Editora
Ano 2019

Solange Aparecida de Souza Monteiro

(Organizadora)

Políticas de Envelhecimento Populacional

Atena Editora
2019

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

Conselho Editorial

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Profª Drª Juliane Sant’Ana Bento – Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
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. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)	
P769	<p>Políticas de envelhecimento populacional [recurso eletrônico] / Organizadora Solange Aparecida de Souza Monteiro. – Ponta Grossa (PR): Atena Editora, 2019.</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia ISBN 978-85-7247-152-7 DOI 10.22533/at.ed.527192802</p> <p>1. Envelhecimento – Brasil – Estatísticas. 2. Idosos – Brasil – Condições sociais. I. Monteiro, Solange Aparecida de Souza.</p> <p style="text-align: right;">CDD 305.260981</p>
Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422	

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2019

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.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

Políticas de Envelhecimento Populacional

Não me pergunte sobre a minha idade, Porque tenho todas as idades, Eu tenho a idade da infância, Da adolescência, da maturidade e da velhice. (Cora Coralina, 1990)

Com objetivo de compreender o modo de envelhecer de homens e mulheres, o momento da aposentadoria é cheio de significados as várias classes sociais, acerca do que atribui-se ao trabalho ao longo de suas vidas. Pela atividade profissional a pessoa concretiza projetos e sonhos, pelo trabalho o homem se produz e, ao mesmo tempo, modifica suas relações. Desse modo, o mundo atual, tal qual o conhecemos hoje, é o resultado da ação do homem. É necessário compreender o significado do trabalho e os projetos a serem concretizados após a aposentadoria apesar das diferenças marcadas pelas posições e lugares sociais, o sentido e o significado de trabalho que incorporaram, encontram-se matizados pelos valores veiculados. A realização pessoal fica sempre como num esboço de projeto para ser executado após a aposentadoria, e quando essa chega momento esperado e em sua maioria se sentem surpresos e desencantados por não saberem gerenciar com prazer a existência sem uma ocupação profissional, mesmo quando essa atividade tinha sido executada com insatisfação. A ausência de projetos para serem concretizados após a aposentadoria provoca angústia e solidão. A população brasileira experimenta um processo de envelhecimento dispõe a necessidade de ampliação do debate sobre o tema, via sua inclusão em todos os níveis de escolarização. Na área da saúde, isto implicaria em ampliar conteúdos específicos na graduação, na pós-graduação e na educação permanente.

No entanto, a atual escassez destes conteúdos na graduação coloca desafios extras para a especialização. O risco de perda de autonomia e independência, na utilização de medidas preventivas e de suporte, e na prática do trabalho em equipe. São diversos os desafios trazidos pelo envelhecimento da população, uma vez que tal mudança na pirâmide etária influencia o consumo, o mercado de trabalho, assistência médica, entre outros. O questionário também mostrou que muitos deles têm um salário mais alto e estável do que jovens, uma grande parcela tem casa própria, contribuem significativamente na renda familiar e em muitos casos os filhos moram na mesma residência. O trabalho também demonstra que a vulnerabilidade financeira se associa a questão educacional e é mais evidente no sexo feminino e a aposentadoria é fator relevante na questão financeira (Carvalho e Meirelles, 2009). Neste trabalho buscamos selecionar temas instigantes e reflexivos sobre o seu próprio envelhecimento, seu desenvolvimento sistêmico, bioecológico e biopsicosocial, sua maneira de envelhecer, permitindo assim ampliar as variáveis ao encontro de um envelhecimento saudável, contribuindo para melhorar a qualidade e eficácia do atendimento às necessidades da população idosa. Acreditamos que grande é a importância do trabalho com idosos de informação, educação e prevenção referente as diferentes políticas setoriais, em

razão das diferentes vivências dos idosos, que podem ser passados a população, de modo geral, validado pelo aprendizado e conhecimento. Após estas considerações, ressaltamos que este trabalho não possui a pretensão de se esgotar por aqui, antes, gostaríamos que este trabalho possa ser fonte de interesse para que pesquisas sejam realizadas e apontem outras possibilidades de informação, por meio da prática da educação não formal, como por exemplo, um guia multidisciplinar de orientações a profissionais que trabalham com este segmento da população.

No artigo AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA DOENÇA PULMONAR

OBSTRUTIVA CRÔNICA: REVISÃO INTEGRATIVA Maria Carolina da Silva Cardoso Nanque, Eliane Maria Ribeiro de Vasconcelos Marília Gabrielle Santos Nunes, Laryssa Grazielle Feitosa Lopes, Sarah Zayanne, Rafael da Silva Ribeiro, Gabriela Xavier de Moraes Borba Chaves Gomes, os autores buscam identificar o conhecimento produzido sobre as ações de educação em saúde na doença pulmonar obstrutiva crônica. No artigo A IMPORTÂNCIA DA HIDRATAÇÃO NA QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE, as autoras Paloma Katleen Moura Melo, Rianne Soares Pinto Gonçalves, Laura Camila Pereira Liberalino Buscaram realizar uma intervenção em que se pudesse relatar a importância da hidratação na qualidade de vida de idosos que frequentam o Centro de Convivência do Idoso do município de Mossoró/RN. No artigo ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NA HIGIENE BUCAL DE IDOSOS COM LIMITAÇÕES MANUAIS, os autores Lígia Antunes Pereira Pinelli, Andréia Affonso Barretto Montandon, Laiza Maria Grassi Fais Gisela David Lujan Garcia, Patrícia Cristina Urbano mostrar aos profissionais da área de saúde os principais métodos disponíveis para a higiene bucal caseira de indivíduos, em especial idosos com limitações manuais, suas principais indicações e contraindicações, a fim de que sejam indicados produtos e dispositivos capazes de reduzir a formação de biofilme. No artigo ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO IDOSO PORTADOR DA DOENÇA DE ALZHEIMER: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA, os autores Sabrina Emylle Torres Fernandes, Andreza Josiany Aires de Farias, Nemório Rodrigues Alves, Ana Dark Aires de Farias, Marina Saraiva de Araújo Pessoa, Histalfia Barbosa Batista Neves, Jeferson Pereira da Silva, Anne Caroline, Pereira Bezerra, Jamira Martins dos Santos, Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva, trata-se de levantar as produções científicas relacionada com a assistência de enfermagem ao idoso portador da Doença de Alzheimer (DA), compreendendo assim o processo patológico da DA e as intervenções de enfermagem para o idoso que necessita de cuidados específicos para minimizar o impacto de tal doença. No artigo ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA BUSCA POR UM ENVELHECIMENTO ATIVO os autores Andreza Josiany Aires de Farias Sabrina Emylle Torres Fernandes, Rafael de Lima Monteiro, Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva, Ana Dark Aires de Farias, Marina Saraiva de Araújo, Pessoa Nemório Rodrigues Alves, Histalfia Barbosa Batista Neves, Jamira Martins dos Santos, Jeferson Pereira da Silva com o objetivo de reunir conhecimentos científicos sobre a importância de uma boa qualidade de vida na população idosa e o papel do enfermeiro nesse processo.

No artigo ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO PÉ DIABÉTICO EM IDOSOS: REVISÃO INTEGRATIVA

DA LITERATURA, os autores Letícia Gomes de Oliveira, Cristiane Kelly leão Wanzeler, Abigail das Mercês do Vale Batista, Daniele Damasceno da Silva, Marcela Raissa Asevedo Dergan, Ewellyn Natália Assunção Ferreira, Felipe Souza Nascimento, Dayara de Nazaré Rosa de Carvalho, buscaram Identificar na literatura científica a assistência de enfermagem na prevenção e tratamento do pé diabético em idosos no período de 2009 a 2017, bem como conhecer as intervenções de enfermagem dispostas nas literaturas. No artigo BENEFÍCIOS DA ANALGESIA POR ACUPUNTURA PARA O PACIENTE IDOSO DURANTE PROCEDIMENTO CIRURGICO ODONTOLÓGICO as autoras , Andreia Affonso Barretto Montandon, Lígia Antunes Pereira Pinelli, Laiza Maria Grassi Fais, Andressa Mendonça Turci buscam discutir os benefícios da analgesia por acupuntura para um paciente idoso por meio da apresentação de um caso relacionado à realização de extração dentária. No artigo CICLOS DE VIDA E ÉTICA DO ENVELHECIMENTO, Solange Aparecida de Souza MONTEIRO e Paulo Rennes Marçal RIBEIRO busca-se compreender a vivência do envelhecer. De escolhas vividas pelos sujeitos que estão envelhecendo, a saúde passa a ser essencial para a sua autonomia, o direito de encontrar significado para viver até a chamada terceira idade. No artigo DISTRIBUIÇÃO ESPACIAL E DEMOGRÁFICA DA POPULAÇÃO IDOSA DO MUNICÍPIO DE COARI-AM, os autores Edivã Bernardo da Silva, Wallace Ancelmo dos Santos, Ricardo Sartorello, Francisco Carlos Franco, Ivone Panhoca buscou com este trabalho estabelecer a distribuição espacial e demográfica dos idosos, pessoas com 60 anos ou mais, do município de Coari- AM No artigo ESPIRITUALIDADE E SAÚDE DO IDOSO: CONTRIBUIÇÕES PARA O CUIDADO HOLÍSTICO DE ENFERMAGEM, os autores Gonzaga, Ester Lorrany dos Santos, Navarine, Teresa Cristina Rosa, Romero, Costa, Marta Miriam Lopes, buscam identificar qual a relação da espiritualidade com a saúde do idoso, e evidenciar a importância da consideração dessa dimensão na sistematização da assistência de enfermagem pautada na integralidade do ser. No artigo IDOSOS PARAIBANOS TRABALHADORES, os autores Marina Holanda Kunst, José de Souza Brandão mostrar a independência dos moradores do Habitacional Cidade Madura com os possíveis efeitos da participação ativa no trabalho para sua qualidade de vida. O trabalho consistiu de um levantamento bibliográfico e pesquisa de campo a partir dos dados da dissertação de Kunst no ano de 2016, abordando no corpo do texto os temas: “envelhecimento ativo”, “qualidade de vida” e “trabalho”, temas norteadores do trabalho. O “ETARISMO” E A VELHICE: REVISÃO DAS PUBLICAÇÕES NACIONAIS, Mayara Pinheiro de Moura Rodrigues, Isaac Felipe Leite Braz, Rayane Pereira de Araújo, Juliano Silveira de Araújo abordar as questões que envolvem a discriminação contra os idosos, além de apresentar meios viáveis para combater essa cultura de marginalização. No artigo O USO DAS TERAPIAS COMPLEMENTARES COMO ESTÍMULO DE COGNIÇÃO E MOTRICIDADE PARA IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS EM CASA DE LONGA

PERMANÊNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA Os autores Paula Beatriz de Souza Mendonça, Donátilla Cristina Lima Lopes, Clarissa Maria Bandeira Bezerra, Soraya Maria de Medeiros, Jonas Sâmí Albuquerque de Oliveira, Edilma de Oliveira Costa apresentam uma experiência realizada no decorrer do estágio em uma instituição de Longa permanência para idosos (ILPI) no ano de 2016 associando as técnicas utilizadas pelas Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). No artigo **OS BENEFÍCIOS PSICOLÓGICOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE**, objetivo do presente estudo foi levantar e analisar os benefícios de atividade física na terceira idade. A população alvo foi composta por sessenta indivíduos de ambos os sexos de 60 à 84 anos, sendo em sua maioria aposentados. No artigo **POLÍTICAS PÚBLICAS E DIREITO DA PESSOA IDOSA: DESAFIOS DE MANTER UMA VIDA IGUALITÁRIA NO CENÁRIO ATUAL BRASILEIRO**, Amaíza Ferreira Batista, Ayane Louise Fernandes de Oliveira, Lidiane Casimiro Moreira, Jessica Clemente dos Santos, George Luiz de Souza Araujo, intuito de abordar as políticas públicas e os direitos do idoso, discutindo o planejamento e execução dos programas sociais visando às condições de vida dos idosos no cenário atual brasileiro, objetivando destacar conquistas e desafios trilhados pelos idosos quanto a sua organização sociopolítica; com vista dos seus direitos e garantias sociais. No artigo **QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS LONGEVOS SEGUNDO SUA CARACTERIZAÇÃO SÓCIODEMOGRÁFICA** os autores Arianna Oliveira Santana Lopes, Stênio Duarte Pimentel, Alessandra Souza de Oliveira, Deisiane dos Santos Silva, Luciana Araújo dos Reis discute-se a sociedade contemporânea diante do aumento da expectativa de vida e do envelhecimento esperado da população. No artigo **SEXUALIDADE DO IDOSO: PERCEPÇÃO E BENEFÍCIOS**, os autores, Rafael de Lima Monteiro, Amanda Karla de Almeida Oliveira, Ana Dark Aires de Farias, Andreza Josiany Aires de Farias, Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva, Histalfia Barbosa Batista Neves, Jeferson Pereira da Silva, Marina Saraiva de Araújo Pessoa, Emório Rodrigues Alves, Sabrina Emylle Torres Fernandes buscam pesquisar e entender a relação do idoso e sua sexualidade e, voltado à própria percepção e da sociedade, como também os benefícios de uma sexualidade saudável e a interação do profissional de enfermagem nesse contexto. O artigo **A SEXUALIDADE NO ENVELHECIMENTO: PERCEPÇÕES E VIVÊNCIAS** as autoras Dharah Puck Cordeiro Ferreira Bispo, Virginia Simonato Aguiar, Maria Betânia Maciel da Silva, buscam compreender como o idoso lida com a sexualidade nesta fase da vida. Trata-se de um estudo descritivo exploratório, com abordagem qualitativa, -se como imprescindível na terceira idade.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 1

AÇÕES DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA: REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Carolina da Silva Cardoso Nanque
Eliane Maria Ribeiro de Vasconcelos
Marília Gabrielle Santos Nunes
Laryssa Grazielle Feitosa Lopes
Sarah Zayanne Rafael da Silva Ribeiro
Gabriela Xavier de Moraes Borba Chaves Gomes
Maria Carolina da Silva Cardoso Nanque

DOI 10.22533/at.ed.5271928021

CAPÍTULO 2 12

A IMPORTÂNCIA DA HIDRATAÇÃO NA QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE

Paloma Katlheen Moura Melo
Rianne Soares Pinto Gonçalves
Laura Camila Pereira Liberalino

DOI 10.22533/at.ed.5271928022

CAPÍTULO 3 20

ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NA HIGIENE BUCAL DE IDOSOS COM LIMITAÇÕES MANUAIS

Lígia Antunes Pereira Pinelli
Andréia Affonso Barretto Montandon
Laiza Maria Grassi Fais
Gisela David Lujan Garcia
Patrícia Cristina Urbano

DOI 10.22533/at.ed.5271928023

CAPÍTULO 4 29

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO IDOSO PORTADOR DA DOENÇA DE ALZHEIMER: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Sabrina Emylle Torres Fernandes
Andreza Josiany Aires de Farias
Nemório Rodrigues Alves
Ana Dark Aires de Farias
Marina Saraiva de Araújo Pessoa
Histalfia Barbosa Batista Neves
Jeferson Pereira da Silva
Anne Caroline Pereira Bezerra
Jamira Martins dos Santos
Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva

DOI 10.22533/at.ed.5271928024

CAPÍTULO 5 36

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO PÉ DIABÉTICO EM IDOSOS: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Letícia Gomes de Oliveira
Cristiane Kelly Leão Wanzeler
Abigail das Mercês do Vale Batista
Daniele Damasceno da Silva
Marcela Raissa Asevedo Dergan
Ewellyn Natália Assunção Ferreira
Felipe Souza Nascimento
Dayara de Nazaré Rosa de Carvalho

DOI 10.22533/at.ed.5271928025

CAPÍTULO 6 50

ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NA BUSCA POR UM ENVELHECIMENTO ATIVO

Andreza Josiany Aires de Farias
Sabrina Emylle Torres Fernandes
Rafael de Lima Monteiro
Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva
Ana Dark Aires de Farias
Marina Saraiva de Araújo Pessoa
Nemório Rodrigues Alves
Histalfia Barbosa Batista Neves
Jamira Martins dos Santos
Jeferson Pereira da Silva

DOI 10.22533/at.ed.5271928026

CAPÍTULO 7 58

BENEFÍCIOS DA ANALGESIA POR ACUPUNTURA PARA O PACIENTE IDOSO DURANTE PROCEDIMENTO CIRURGICO ODONTOLÓGICO

Andreia Affonso Barretto Montandon
Lígia Antunes Pereira Pinelli
Laiza Maria Grassi Fais
Andressa Mendonça Turci

DOI 10.22533/at.ed.5271928027

CAPÍTULO 8 65

CICLOS DE VIDA E ÉTICA DO ENVELHECIMENTO

Solange Aparecida de Souza Monteiro
Paulo Rennes Marçal Ribeiro

DOI 10.22533/at.ed.5271928028

CAPÍTULO 9 78

DISTRIBUIÇÃO ESPACIAL E DEMOGRÁFICA DA POPULAÇÃO IDOSA DO MUNICÍPIO DE COARI-AM

Edivã Bernardo da Silva
Wallace Ancelmo dos Santos
Ricardo Sartorello
Francisco Carlos Franco
Ivone Panhoca

DOI 10.22533/at.ed.5271928029

CAPÍTULO 10	89
ESPIRITUALIDADE E SAÚDE DO IDOSO: CONTRIBUIÇÕES PARA O CUIDADO HOLÍSTICO DE ENFERMAGEM	
Ester Lorrany dos Santos Gonzaga Teresa Cristina Rosa Romero Navarine Marta Miriam Lopes Costa	
DOI 10.22533/at.ed.52719280210	
CAPÍTULO 11	101
IDOSOS PARAIBANOS TRABALHADORES	
Marina Holanda Kunst José de Souza Brandão	
DOI 10.22533/at.ed.52719280211	
CAPÍTULO 12	109
O “ETARISMO” E A VELHICE: REVISÃO DAS PUBLICAÇÕES NACIONAIS	
Mayara Pinheiro de Moura Rodrigues Isaac Felipe Leite Braz Rayane Pereira de Araújo Juliano Silveira de Araújo	
DOI 10.22533/at.ed.52719280212	
CAPÍTULO 13	116
O USO DAS TERAPIAS COMPLEMENTARES COMO ESTÍMULO DE COGNIÇÃO E MOTRICIDADE PARA IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS EM CASA DE LONGA PERMANÊNCIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA	
Paula Beatriz de Souza Mendonça Donátilla Cristina Lima Lopes Clarissa Maria Bandeira Bezerra Soraya Maria de Medeiros Jonas Sâmí Albuquerque de Oliveira Edilma de Oliveira Costa	
DOI 10.22533/at.ed.52719280213	
CAPÍTULO 14	121
OS BENEFÍCIOS PSICÓLOGICOS DA ATIVIDADE FÍSICA NA TERCEIRA IDADE	
Rádila Fabricia Salles Antonio Sérgio de Moraes José Antonio Roberto Junior	
DOI 10.22533/at.ed.52719280214	
CAPÍTULO 15	130
POLÍTICAS PÚBLICAS E DIREITO DA PESSOA IDOSA: DESAFIOS DE MANTER UMA VIDA IGUALITÁRIA NO CENÁRIO ATUAL BRASILEIRO	
Amaíza Ferreira Batista Ayane Louise Fernandes de Oliveira Lidiane Casimiro Moreira Jessica Clemente dos Santos George Luiz de Souza Araujo	
DOI 10.22533/at.ed.52719280215	

CAPÍTULO 16	135
QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS LONGEVOS SEGUNDO SUA CARACTERIZAÇÃO SÓCIODEMOGRÁFICA	
Arianna Oliveira Santana Lopes	
Stênio Duarte Pimentel	
Alessandra Souza de Oliveira	
Deisiane dos Santos Silva	
Luciana Araújo dos Reis	
DOI 10.22533/at.ed.52719280216	
CAPÍTULO 17	141
SEXUALIDADE DO IDOSO: PERCEPÇÃO E BENEFÍCIOS	
Rafael de Lima Monteiro	
Amanda Karla de Almeida Oliveira	
Ana Dark Aires de Farias	
Andreza Josiany Aires de Farias	
Brenda Séphora de Brito Monteiro e Silva	
Histalfia Barbosa Batista Neves	
Jeferson Pereira da Silva	
Marina Saraiva de Araújo Pessoa	
Nemório Rodrigues Alves	
Sabrina Emylle Torres Fernandes	
DOI 10.22533/at.ed.52719280217	
CAPÍTULO 18	149
SEXUALIDADE NO ENVELHECIMENTO: PERCEPÇÕES E VIVÊNCIAS	
Dharah Puck Cordeiro Ferreira Bispo	
Virginia Simonato Aguiar	
Maria Betânia Maciel da Silva	
DOI 10.22533/at.ed.52719280218	
SOBRE A ORGANIZADORA	159

A IMPORTÂNCIA DA HIDRATAÇÃO NA QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE

Paloma Katleen Moura Melo

Universidade Estadual do Rio Grande do Norte
(UERN)

Rianne Soares Pinto Gonçalves

Universidade Estadual do Rio Grande do Norte
(UERN)

Laura Camila Pereira Liberalino

Universidade Potiguar (UnP)

RESUMO: A água é o elemento fundamental e essencial na vida humana, sendo necessária para o funcionamento correto de todo o corpo. Na terceira idade, esse componente torna-se ainda mais importante, uma vez que a percepção da sede é diminuída, porém as funções fisiológicas permanecem iguais. Desse modo, o presente estudo teve como objetivo realizar uma intervenção em que se pudesse relatar a importância da hidratação na qualidade de vida de idosos que frequentam o Centro de Convivência do Idoso do município de Mossoró/RN. A intervenção foi realizada no mês de julho de 2016, com 27 idosos de 60 a 82 anos, de ambos os sexos. Para tal, foi utilizado metodologia ativa através de panfletos, notebook, Datashow e filtro com água saborizada. Como resultado dessa intervenção, percebeu-se maior aderência as informações repassadas, o que tornou o momento bastante proveitoso para os participantes e bastante gratificante para a

equipe responsável, promovendo a saúde e bem estar dos idosos. Portanto, verifica-se a importância de metodologias e estratégias que incentivem a educação em saúde que busquem desenvolver novas práticas que proporcionasse um envelhecimento ativo e bem sucedido.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso. Água. Envelhecimento ativo. Educação em saúde.

ABSTRACT: Water is the fundamental and essential element in human life, being necessary for the proper functioning of the entire body. In the third age, this component becomes even more important, since the perception of thirst is decremented, but physiological functions remain the same. Thus, the present study aimed to perform an intervention in which they could report the importance of hydration in the quality of life of elderly people who attend the Center for coexistence of the elderly of the city of Mossoró/RN. The intervention was carried out in July 2016, with 27 seniors from 60 to 82 years, of both sexes. To this end, we used active methodology through pamphlets, notebook, Overhead and filter with flavored water. As a result of this intervention, realize greater adherence of the information passed on, which made the moment quite fruitful for participants and quite rewarding for the team responsible, promoting the health and well-being of the elderly. Therefore, the importance

of methodologies and strategies to promote health education that seek to develop new practices that provide an active and successful aging.

KEYWORDS: Elderly. Water. Active ageing. Health education.

1 | INTRODUÇÃO

A água é um nutriente essencial à vida humana, sendo o principal constituinte e o mais abundante do organismo humano, que desempenha diversas funções orgânicas, que sofre influência direta por seu estado de saúde e, a sua falta, acaba inviabilizando a vida (IHS,2010b).

O seu papel fundamental é na manutenção do volume plasmático, agindo especialmente na regulação da temperatura corporal, no transporte de nutrientes e na eliminação de substâncias não utilizadas pelo organismo, e ainda participa ativamente dos processos digestório, respiratório, cardiovascular e renal, sendo assim, tornando a sua ingestão diária essencial à saúde (CARVALHO; ZANARDO,2010).



Figura 1 – Principais funções da água no organismo humano

As necessidades de água de um indivíduo podem ser definidas pela quantidade de água necessária para manter a homeostase extra e intracelulares, para isto, a sede é classificada como mecanismo fisiológico que conduz o organismo a ingerir líquidos (IHS,2010a).

A hidratação é o principal indicador de osmolaridade plasmática do indivíduo

que pode ser alcançada por meio de ampla variação nos níveis de ingestão, a Ingestão Adequada (AI) para água total foi baseada na mediana de ingestão de dados americanos (VITOLLO, 2014).

A recomendação de água refere-se à água total, ou seja, a soma da água pura, da água contida nas bebidas e da água presente nos alimentos, obedecendo o critério da AI do total de água, considerando as anormalidades funcionais do processo de desidratação e tendo a AI de água total de homens e mulheres, com idade entre 19 a 70 anos, de 3,7L e 2,7L por dia, respectivamente (RDA, 1989; CARVALHO; ZANARDO,2010). Com o envelhecimento, naturalmente há uma redução de 0,3 L/ano desde a idade adulta até cerca dos 70 anos (APN, 2015).

A ingestão insuficiente de água caracteriza-se pela perda da sensação de sede, perda de peso, da redução da capacidade de trabalho e consequências mais graves para o estado de saúde do indivíduo, quando considera a perda superior a 4%. Uma perda de 1% dos fluidos corporais leva à redução da capacidade de termorregulação e do desempenho físico, enquanto que a desidratação reduz os fluidos até 4%, sendo capaz de proporcionar dor de cabeça, irritabilidade e insônia e aumento da temperatura corporal (CARVALHO, 2010).

Além da perda de água decorrente do avançar da idade, os indivíduos da terceira idade apresentam uma perda de água de 2%, que está associada a perda de massa magra, sendo o suficiente para comprometer a função cognitiva, cardiovascular e o controlo motor (IHS,2010a).



Idade	0-6 meses	6meses-1 ano	12-18 anos	19-50 anos	>50 anos
% total de água corporal	74%	60%	59%	59%	56%



Idade	0-6 meses	6meses-1 ano	12-18 anos	19-50 anos	>50 anos
% total de água corporal	74%	60%	56%	50%	47%

Figura 2 – Composição de água corporal por faixa etária

Os idosos apresentam um maior risco de insuficiente ingestão de água, pelo fato da diminuição dos aspectos fisiológicos que progride com diminuição da percepção da sede e uma redução da capacidade renal de concentração da urina (CARVALHO; ZANARDO,2010; IHS,2010b).

Dessa forma, pelo próprio processo de envelhecimento e pelo consumo inadequado de água nessa população, o risco de desenvolver as mais diversas condições é elevado, podendo causar infecções urinárias, insuficiência renal, hipertermia em condições de temperaturas elevadas, obstipação, dores de cabeça, confusão e delírio, estando também associada a um aumento das taxas de mortalidade em idosos

hospitalizados (DIAS, 2014).

A partir disso, objetivou-se realizar uma intervenção em que se pudesse relatar a importância da hidratação na qualidade de vida de idosos que frequentam o Centro de Convivência do Idoso do município de Mossoró/RN.

2 | METODOLOGIA

O estudo trata-se de um relato de experiência de abordagem descritiva, com um olhar crítico-reflexivo sobre uma intervenção de educação em saúde desenvolvida por nutricionistas direcionadas aos idosos pertencentes ao grupo do Centro Convivência do Idoso (CCI) acerca da importância da hidratação na qualidade de vida, realizada em julho de 2016, no município de Mossoró-RN.

O grupo de idosos do CCI se refere à uma estratégia de promoção à saúde, no âmbito da atenção primária à saúde que têm suas atividades conduzidas por profissionais da atenção básica. As reuniões contam com a presença 20 a 35 idosos, com idade de 60 a 82 anos, na maioria mulheres, ocorre quinzenalmente, sendo que cada encontro é de responsabilidade de um profissional de saúde que traz abordagens e ações de educação em saúde e/ou atividades de interações.

Os materiais utilizados para desenvolvimento da roda de conversa: notebook, projetor multimídia, esfigmomanômetro, estetoscópio, panfletos, filtro com água aromatizada e copos descartáveis.

Todas as dinâmicas, oficinas e rodas de conversas são articuladas de forma planejada a partir de estratégias no tocante de educação em saúde utilizando as metodologias ativas de ensino e dinâmicas interativas.

Inicialmente, o enfermeiro da equipe realiza a aferição da pressão arterial de todos os participantes, e em seguida inicia-se a roda de conversa integrativa com o grupo de idosos para discutir sobre a temática escolhida: hidratação na terceira idade.

Em um segundo momento realizado por nutricionistas, os participantes foram acolhidos e receberam as informações gerais abordando a importância da hidratação. Após a explanação, surgiu questionamentos sobre quais participantes tinham hábitos regulares de ingestão hídrica confirme foram apresentados, deixando o espaço livre para os relatos pessoais, esclarecimento de dúvidas e sugestões para novos hábitos.

Em seguida, foram reforçados os benefícios de um consumo hídrico adequado, encerrando o momento com a distribuição de água aromatizada e panfletos com o modo de preparo da água ofertada.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção realizada com o grupo de idosos, constituiu-se de 27 participantes, com idade entre 60 a 82 anos. Do total dos participantes, 92,6% (n = 25) eram do sexo

feminino e 7,4% (n=2) do sexo masculino.

A roda integrativa conduzida pelo profissional nutricionista favorece um crescimento satisfatório na qualidade do serviço ofertado no CCI, tendo em vista a indisponibilidade desse profissional na rede de saúde do município.

À medida que se envelhece, vai havendo uma diminuição da proporção de água no organismo que varia de acordo com o sexo e a idade, além de ocorrer a diminuição da sensação de sede, fato este que contribui para a não reposição de líquido perdido (IHS,2010b).

Percebe-se que o idoso possui menos água no organismo que o adulto, portanto, desidrata com mais facilidade e acaba sofrendo mais com os efeitos dessa falta de líquido. Com isso, um dos primeiros sinais a serem percebidos pelos cuidadores é a falta de memória ou confusão mental, uma vez que o cérebro é o primeiro órgão a sentir a falta de água, visto que o mesmo possui o hipotálamo (local que possui as células responsáveis pela homeostase e avaliação da concentração de sais no sangue).

Portanto, o repasse das orientações de educação em saúde, por sua vez, alerta aos participantes que apresentam alterações no consumo inadequado de ingestão hídrica, que este hábito poderá acometer e/ou agravar ainda mais o seu estado de saúde (CARVALHO, 2010).

No momento de espaço livre de debate, os participantes relataram as informações sobre sua própria ingestão de água, e percebeu-se que 87% (n=23) dos idosos que estavam presentes na roda integrativa apresentam um déficit na sensação de sede, e com consumo médio de água por dia menor que um litro de água por dia. Apenas 4 idosos, afirmaram não ter diminuído a capacidade fisiológica de sentir sede e relatam beber mais de 2 litros de água por dia, conforme as recomendações do Ministério da Saúde.

Durante a roda integrativa foram dadas sugestões de práticas para induzir a ingestão hídrica por meio da ingestão de água aromatizada (água e frutas), uma garrafa de 2 litros específica para uso pessoal, tais práticas visam a prevenção de desidratação na terceira idade.

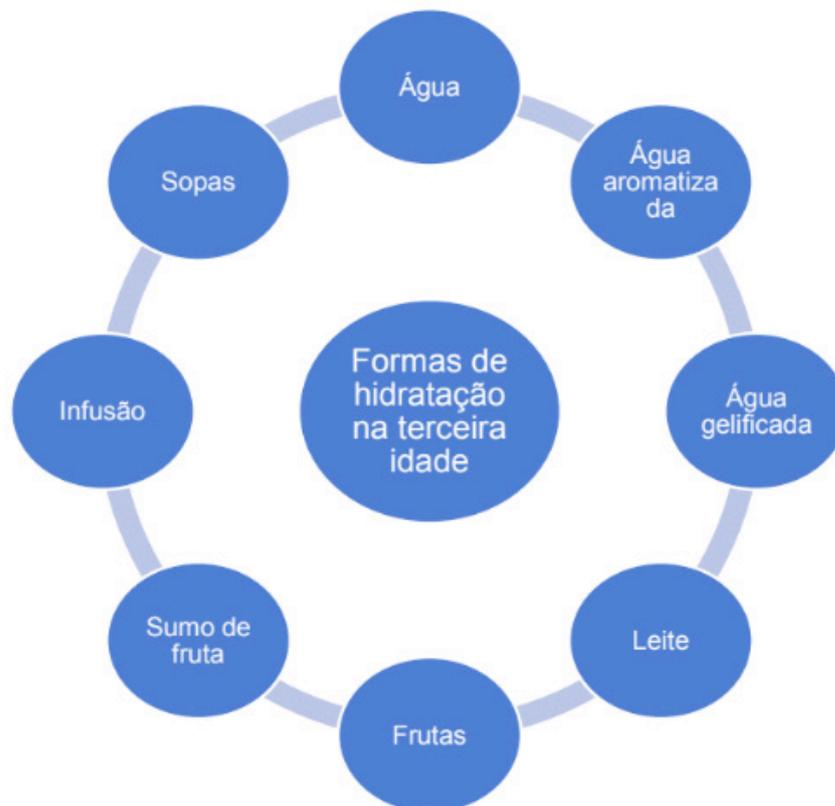


Figura 3 – Opções de ingestão de água para o idoso

No entanto, é necessário reforçar que a água pura não substitui nenhum outro componente, tornando-se o mais importante. Por isso, é fundamental informar aos idosos sobre a necessidade de manter a ingestão suficiente, mesmo com a diminuição da sensação de sede, sendo sempre enfatizado que eles devem beber líquidos sem ter sede. A maioria dos idosos, relataram que o seu consumo de líquidos é provido apenas por meio da água.

Por isso a necessidade de esclarecer para este grupo, sobre as diversas formas de atingir a recomendação hídrica, que pode ser através de diversas maneiras, tais como: água, sopas, frutas com alto teor de água, sucos e etc.

Com todas as orientações repassadas e reforçando os conhecimentos empíricos que foram compartilhados conosco, possibilitou uma troca de experiências, permitindo ainda, reconstruir e construir novos saberes.

Desse modo, a roda integrativa a obteve êxito na intervenção, pois os participantes tiveram maior aderência as informações repassadas, o que tornou o momento bastante proveitoso para os participantes e bastante gratificante para a equipe responsável, que além de promover a saúde e bem estar dos idosos, buscou-se desenvolver novas práticas que proporcionasse um envelhecimento ativo e bem sucedido.

Sabe-se que a definição de qualidade de vida é difícil, por se tratar de um termo subjetivo e determinado por inúmeras variáveis interligadas ao longo da vida (life-span), inclusive no processo de envelhecimento humano (DAWALI et al., 2013), mas

que a hidratação na terceira idade está diretamente ligada ao bom funcionamento do corpo e, conseqüentemente, ao envelhecer de forma mais ativa e funcional.

4 | CONCLUSÃO

Diante do exposto, temos que a água é o elemento mais importante do corpo humano. O consumo adequado de água é um componente chave para promover uma manutenção satisfatória sobre balanço hídrico. Conseqüentemente, é necessário adquirir o hábito de beber água, levando em consideração o fator do mecanismo de sede que diminui com o envelhecimento, porém as necessidades fisiológicas de hidratação não sofrem alterações mesmo com o avançar da idade.

Portanto, esse tema deve ser reforçado regularmente, bem como, o seu incentivo de ingestão hídrica diário para os idosos, as suas famílias, cuidadores e profissionais de saúde. A estratégia de educação em saúde é um dos caminhos mais viáveis para reconstruir hábitos para a população adstrita, mas que se faz necessário a contribuição de todos os profissionais envolvidos com o cuidado da pessoa idosa.

Por fim, definir políticas de cuidado para o envelhecimento ativo e funcional torna-se fundamental, visto que a estimativa é que, não só no Brasil, mas a população mundial, tenha uma inversão da pirâmide etária, passando de jovens para idosos. Com isso, cuidados básicos, assistenciais e de promoção à saúde deve ser cada vez mais imponente.

REFERÊNCIAS

APN – Associação Portuguesa de Nutricionistas. **Hidratação no ciclo de vida: hidratação na pessoa idosa**. Sociedade Portuguesa de Geriatria e Gerontologia: 2015.

CARVALHO, Ana Paula Lambrecht de; ZANARDO, Vivian Polachini Skzypek. Consumo de água e outros líquidos em adultos e idosos residentes no Município de Erechim – Rio Grande Do Sul. **Perspectiva**, Erechim., v. 34, n. 134, p.117-124, mar. 2010

DAWALIBI, Nathaly Wehbe et al. Envelhecimento e qualidade de vida: análise da produção científica da SciELO. **Estudos de Psicologia**, v. 30, n. 3, p.393-400.

DIAS, Tânia Daniela Peixoto. **Hidratação em idosos Projeto “Água Viva!”**. 2014. Dissertação (Mestrado em Educação para a Saúde) – Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, Universidade de Coimbra, Coimbra.

IHS. Conselho Científico do Instituto de Hidratação e Saúde. **Especificidades da Hidratação em Seniores: Causas e Consequências**. 2010a.

IHS. Conselho Científico do Instituto de Hidratação e Saúde. **Estabelecimento De Recomendações De Hidratação Para Os Portugueses**. 2010b.

NRC - National Research Council. Food and Nutrition Board. **Recommended Dietary Allowances (RDA)**. 10. ed. Washington, DC: National Academy Press, 1989

Agência Brasileira do ISBN
ISBN 978-85-7247-152-7

