

AMBIENTE RESIDENCIAL NA SAÚDE FÍSICA E MENTAL DOS IDOSOS: UMA ANÁLISE ABRANGENTE

Data de aceite: 17/09/2024

Thais Souza Pereira Lima

Mestranda, Programa Saúde Ambiente
Aracaju, Sergipe
<https://lattes.cnpq.br/2254351826779315>

Nigelle Cardoso dos Santos

Universidade Tiradentes, Medicina
Estância, Sergipe
<https://lattes.cnpq.br/6428105075341394>

Thalisson Dheison Alves Cássia

Universidade Tiradentes, Medicina
Estância, Sergipe
<http://lattes.cnpq.br/9537838014949815>

Maria Arielly Santos de Carvalho

Universidade Tiradentes, Medicina
Estância, Sergipe
<http://lattes.cnpq.br/0495180305496945>

Nathália Nunes Chagas

Universidade Tiradentes, Medicina
Estância, Sergipe
<http://lattes.cnpq.br/1595808064578899>

Mariane Azevedo Barreto

Universidade Tiradentes, Medicina
Aracaju, Sergipe
<http://lattes.cnpq.br/4487042644759398>

Ana Valéria Santos dos Reis

Universidade Tiradentes, Medicina
Estância, Sergipe
<http://lattes.cnpq.br/4244754502869077>

Karollyni Bastos Andrade Dantas

Universidade Tiradentes, Brasil
<https://orcid.org/0000-0001-6886-6976>

RESUMO: Diversas pesquisas têm apontado a ascensão da expectativa de vida e aumento da população acima dos 60 anos em escala mundial nos últimos anos, de tal forma que o estudo do envelhecimento tornou-se crucial. Nesse intuito, este capítulo concerne um estudo de revisão integrativa qualitativa, seguindo seis fases: identificação do tema, busca na literatura, categorização dos estudos, avaliação, interpretação dos resultados e síntese. A análise das informações envolveu a leitura dos títulos, resumos e textos completos, seguida pela síntese. Encontraram-se dados informando que o envelhecimento contemporâneo difere do passado devido a mudanças sociais e tecnológicas e o ambiente no qual o idoso se encontra desempenha um papel crucial na saúde física e mental do mesmo. Destaca-se a importância da moradia adequada para preservar a identidade e função cognitiva, embora muitas instituições apresentem acomodatamentos pequenos

ou superlotação. Inseridos nesse panorama, estudos demonstram que a mudança para asilos pode resultar em regressão cognitiva devido a fatores como distanciamento familiar e depressão e a prática de atividade física, crucial para a saúde dos idosos, costuma ser mais comum entre aqueles que vivem em suas próprias casas. Em suma, o estilo de vida dos idosos, incluindo dieta, atividade física e autocuidado, é influenciado pelo ambiente e sendo assim, um espaço que promova hábitos saudáveis contribui para a saúde mental e física dos idosos. Garantir acesso a locais seguros e socialmente integrados é essencial para melhorar sua qualidade de vida, destacando a importância da conscientização e educação em saúde sobre os desafios enfrentados pelos idosos e a promoção de práticas inclusivas e de cuidado.

INTRODUÇÃO

O estudo acerca do processo de envelhecimento emergiu como um aspecto essencial no contexto brasileiro, em virtude do incremento na expectativa de vida de sua população. Conforme relatório da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) e da Organização Mundial de Saúde (OMS) datado de 2018, entre os anos de 2015 e 2050, é projetado um aumento quase que dobrado, de 12% para 22%, na parcela da população global composta por indivíduos com idade superior a 60 anos. Adicionalmente, dados divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em 2018 evidenciam que a proporção de brasileiros com 60 anos de idade ou mais cresceu em 18,8% no período compreendido entre 2012 e 2017. Nesse sentido, torna-se perceptível uma rápida ascensão no ritmo de envelhecimento da população mundial; contudo, as concepções relacionadas a esse tema parecem não ter progredido de maneira correspondente.

Portanto, abordar o fenômeno do envelhecimento requer uma compreensão dos seus conceitos históricos e da sua interpretação no contexto contemporâneo. O envelhecimento, em sua essência, refere-se às alterações nos níveis biológicos que resultam na manifestação de uma variedade de danos moleculares e celulares ao longo do tempo. De modo geral, observa-se uma redução progressiva na capacidade física e mental, um aumento do risco de enfermidades e, por fim, a inevitabilidade da morte. Contudo, tais transformações não seguem uma trajetória linear nem são consistentes, estando apenas vagamente relacionadas à idade cronológica de um indivíduo (OPAS & OMS, 2018).

Dessa forma, o processo de envelhecimento está interligado a diversas questões e transições ao longo da jornada da vida. As transformações culturais, comportamentais e sociais exercem um impacto significativo nesse período crucial, e observa-se que os indivíduos que alcançam idades mais avançadas estão reconsiderando o rumo de suas vidas e buscando maneiras de se adaptar às tecnologias e dinâmicas sociais contemporâneas. Envelhecer no século XXI já não se assemelha ao envelhecimento experimentado no século anterior; as demandas enfrentadas hoje são distintas, sobretudo devido às significativas mudanças, principalmente de ordem social, ocorridas nos últimos anos (Menezes et al., 2018).

Logo, todas essas transformações têm repercussões significativas na saúde mental dos idosos, podendo resultar em uma redução da qualidade de vida e do bem-estar, o que suscita algumas indagações, tais como: Quais são os impactos do envelhecimento na saúde mental dos idosos? E como os idosos têm se adaptado à sociedade contemporânea? Estas são questões complexas que demandam uma abordagem cuidadosa, porém, podem fornecer dados valiosos para a saúde, ou seja, estabelece um aprimoramento na compreensão do processo de envelhecimento e intervenção precoce de maneira mais eficaz na saúde física e mental.

Por conseguinte, esse trabalho tem como objetivo identificar o papel do ambiente residencial na saúde física e mental dos idosos, ou seja, por meio do acesso às publicações mais atuais e comunidade científica sobre a importância do envelhecimento saudável e condizente com a qualidade de vida.

DESENVOLVIMENTO

Nas últimas décadas, a população idosa tem aumentado no país, especialmente em função da queda rápida e contínua dos índices de fecundidade e da queda da mortalidade. Entretanto, é necessário que a velhice seja associada a uma vida ativa, saudável e bem cuidada, por meio da provisão de saúde e cuidados formais. Nesse sentido, o envelhecimento da população intensifica a necessidade de assistência a essa população, devido às mudanças nos arranjos familiares, do papel social da mulher nas últimas décadas e as taxas de fecundidade abaixo do nível de reposição.

O avanço da idade pode gerar o declínio progressivo e natural das funções motoras e cognitivas, comprometendo a funcionalidade do idoso e conseqüentemente, aumenta sua dependência e demanda por cuidado. Esses cuidados de longa duração podem ser oferecidos pelos familiares em suas próprias residências ou por meio de um cuidado formal, com um atendimento integral em instituições de longa permanência para idosos. Essas instituições têm como objetivo prover domicílio coletivo para pessoas com 60 anos ou mais em condição de liberdade, dignidade e cidadania. Entretanto, a institucionalização pode provocar isolamento, inatividade física e falta de estimulação cognitiva para o idoso por mantê-lo fora do seu convívio familiar, além de das grandes mudanças provocadas na adaptação de uma nova rotina e ambiente. Além disso, deve considerar os fatores socioeconômicos, visto que muitas dessas Instituições no Brasil se organizam no modelo filantrópico, o que acarreta uma prestação de assistência protecionista, pouco sensível a liberdade de escolha e as potencialidades das pessoas idosas, contribuindo, mais uma vez, para o isolamento e falta de perspectiva de uma vida ativa para os idosos. (SCHMIDT A; PENNA RA; et.al.)

Com base no que foi dito anteriormente, sabe-se que o ambiente domiciliar pode ser de suma importância para o desenvolvimento de um envelhecimento saudável. Já que o

idoso em domicílio, além de ter um maior controle dos riscos de transmissão de doenças e também possuir um cuidado mais humanizado ao lado de sua família, terá a manutenção de suas capacidades funcionais, com a preservação de sua autonomia (Rodrigues RAP, Bueno AA, Casemiro FG, Cunha AN, Carvalho LPN, Almeida VC, et. al.). Vale ressaltar que, a atuação do profissional de saúde em um local onde o idoso se sinta mais seguro e confortável, pode ter um impacto significativamente positivo em relação a sua saúde.

Destaca-se, ainda, a preocupação com o tipo de moradia, uma vez que a mesma deve ser adequada no que se refere ao reforço de seus sentimentos de pertencimento e identidade, possibilitando que os idosos se reconheçam, dominem o espaço e assim, não tenham prejuízo na função cognitiva. Entretanto, o que acontece em grande parte da estrutura das casas de longa permanência, são compartimentos pequenos para ser dividido com muitas pessoas, já que a procura por esses locais tem aumentado cada vez mais. Além disso, existem outros fatores que se relacionam com essa cognição, como a idade e tempo de permanência nesses locais. A relação entre idade e funções cognitivas foi comprovada em muitos estudos anteriores. Van Hooren et al (2007) determinaram que a idade teve um impacto importante em todas as medidas cognitivas no estudo realizado em 578 idosos saudáveis, cuja idade variou entre 64 e 81 anos. Dore et al utilizaram 22 diferentes baterias de testes para avaliar a função cognitiva durante o estudo realizado em 945 pessoas, cuja idade variou entre 20 e 79 anos. Eles descobriram que o desempenho cognitivo diminui devido à velhice. No entanto, é relatado que problemas cognitivos nem sempre causam demência. Além disso, há indivíduos com capacidade cognitiva continuada apesar da idade muito avançada.

Bannister et al relataram que houve uma regressão nas funções cognitivas daqueles que se mudaram de suas próprias casas para asilos durante o período de 1 ano de acompanhamento. Acredita-se que fatores como afastamento da família, depressão e condição econômica afetam as funções cognitivas, apesar da aparente alta mudança na comunicação social nos asilos onde muitos idosos vivem juntos.

Outrossim, sabe-se que um ponto de suma importância para saúde dos idosos, é a realização de atividade física, e quando comparado o ambiente onde esse idoso reside, percebe-se que há uma diferença significativa na sua execução. A prova disso foi uma pesquisa feita entre idosos de 60 a 89 anos, no qual o número de idosos que viviam em residência própria e praticavam atividade de forma suficiente, foi 2,5 vezes maior do que idosos que viviam em instituições. (Kiełtyka-Słowik, A., Michalik-Marcinkowska, U., & Zawadzka, B. 2024). Dados como esse reiteram que o ambiente residencial do idoso está diretamente ligada com a sua saúde mental e física.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo do tipo revisão integrativa com abordagem qualitativa. A revisão integrativa possibilita sumarizar as pesquisas já concluídas e obter conclusões a partir de um tema de interesse. Uma revisão integrativa bem realizada exige os mesmos padrões de rigor, clareza e replicação utilizados nos estudos primários. Embora os métodos para a condução de revisões integrativas são diversos e variados.

Para a construção da revisão integrativa seguiram-se os seguintes padrões/etapas: 1º fase: Identificação do tema ou questionamento da revisão integrativa, 2º Fase: Amostragem ou busca na literatura, 3º Fase: Categorização dos estudos, 4º Fase: Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa, 5º Fase: Interpretação dos resultados e 6º Fase: Síntese do conhecimento evidenciado nos artigos analisados apresentação da revisão integrativa.

Para o levantamento dos artigos na literatura, utilizou-se publicações científicas, com recorte temporal de 2014 a 2023 publicados em periódicos nacionais e internacionais na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) indexadas na base de dados do UpToDate, periódico CAPES, e Scientific Eletronic Library Online (SciELO). Foram utilizados OS descritores do DeCS (Descritores em Ciências da Saúde)/MeSH: “Saúde”, “Idosos”, “Residência”, “Saúde mental”, “Casa” associados aos operadores booleanos “OR” e “AND”.

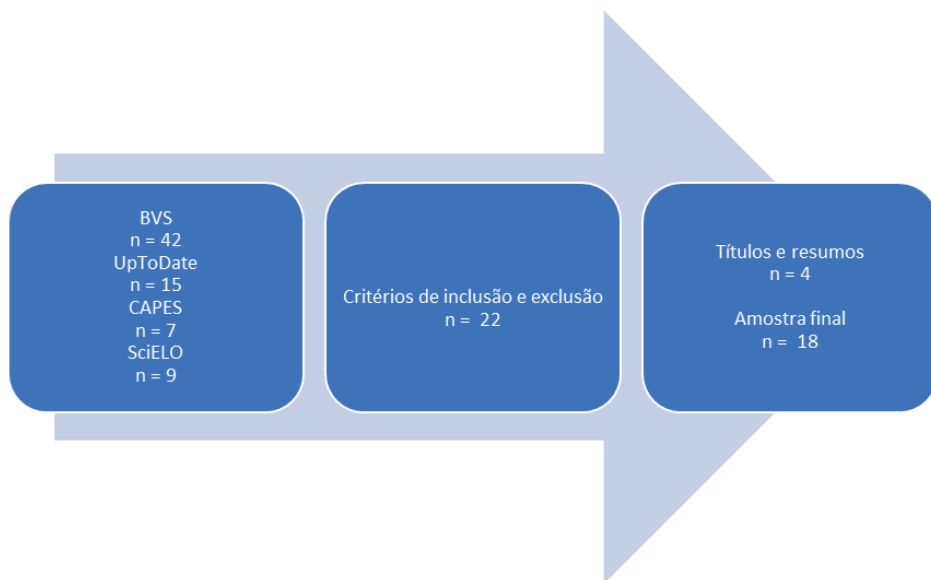
Os critérios de inclusão utilizados foram: artigos publicados em português, espanhol e inglês, indexados nos bancos de dados acima referidos nos últimos dez anos, disponíveis em domínio público, na íntegra, e que discutem aspectos referentes à temática em estudo. Esses critérios foram adotados em decorrência dos limites de tempo e recursos financeiros para a realização da pesquisa.

Os critérios de exclusão foram artigos repetidos em bases de dados considerando-se apenas uma, os estudos secundários, como revisões de literatura e metanálise (por serem sínteses de conhecimentos), livros, dissertações, teses, monografias (por não serem indexadas), relatos de casos, relato de experiência e editoriais, (por não apresentarem resultados).

Para a análise de dados, as pesquisadoras realizaram a leitura dos títulos, resumos, respectivamente, e posteriormente os artigos foram analisados de forma integral selecionados somente aqueles que respondiam à pergunta norteadora e foi utilizado o software Mendeley para gerenciamento das referências. Desta forma, foram encontrados 73 artigos, sendo que destes foram excluídos 51 artigos por não se adequarem aos critérios de inclusão; 4 por duplicidade, após leitura dos títulos; 47 foram eliminados após leitura dos resumos, visto que, não corresponderam ao objetivo do trabalho. Obtendo-se desta forma uma amostra final de 22 artigos, que foram lidos na íntegra (Figura 1).

Para síntese dos artigos incluídos na pesquisa foram elaborados um quadro (Quadro 1) no qual foram compiladas as informações importantes de cada artigo e de interesse dos pesquisadores. A elaboração do instrumento favoreceu a coleta das informações, a fim de responder à questão norteadora desta revisão, composto pelas seguintes variáveis: autores, ano de publicação, título, objetivos e metodologia.

Figura 1 - Diagrama de seleção de artigos para revisão integrativa.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos achados, é possível compreender o importante papel do ambiente residencial na saúde física e mental dos idosos. O ambiente residencial adequado, torna-se um facilitador, oferecendo segurança, autonomia, acessibilidade, conforto e estímulo, contribuindo para a manutenção da saúde física e mental dos idosos. No entanto, ambientes inadequados, desestruturados ou isolados podem promover uma série de problemas de saúde. Observou-se que a qualidade do ambiente residencial não é apenas uma questão ligada à estrutura, mas sim às relações sociais, aproximação do ambiente familiar e pertencimento à redes de apoio e comunidades sociais para os idosos, estas relações são elementos importantes que influenciam diretamente a saúde física e mental dos idosos.

A promoção da autonomia e independência do idoso desempenha um importante papel no processo de envelhecimento saudável e saúde mental. Especialmente importante em momentos de transição, como perda de entes queridos, momento em que o ambiente domiciliar serve como um refúgio de conforto e apoio emocional, ou em período de dificuldade na execução das atividades que antes eram realizadas com autonomia. É necessário que o ambiente seja alterado conforme as necessidades e restrições do idoso, como corrimões, pisos antiderrapantes, dispositivos de segurança permitindo que seja realizado suas atividades diárias com facilidade e garantia de segurança. Contribuindo para manutenção da autoestima e sensação de controle sobre sua vida, fatores essenciais para saúde mental positiva.

Outro aspecto crucial é a influência no estilo de vida dos idosos, incluindo sua dieta, níveis de atividade física e práticas de autocuidado. Um ambiente que incentiva hábitos saudáveis, com acesso a alimentos nutritivos, espaços para exercícios físicos e recursos para o autocuidado, contribui para a manutenção da saúde mental e física ao longo do processo de envelhecimento.

Em suma o ambiente domiciliar desempenha um papel variado e importante na promoção da saúde mental do idoso, garantir que acesso a ambientes seguros, acolhedores e socialmente integrados é essencial para proporcionar a melhor qualidade de vida possível, vale ressaltar a necessidade de conscientização e educação em saúde para população, com temas voltados a conscientização dos desafios enfrentados pelos idosos, promovendo práticas inclusivas e de valorização e cuidado com essa faixa etária.

REFERÊNCIAS

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua). Rio de Janeiro: IBGE, 2018.

Menezes, J. N. R., Costa, M. D. P. M., Iwata, A. C. D. N. S., de Araujo, P. M., Oliveira, L. G., de Souza, C. G. D., & Fernandes, P. H. P. D. (2018). A visão do idoso sobre o seu processo de envelhecimento. *Revista Contexto & Saúde*, 18(35), 8-12.

Organização Mundial da Saúde. (2015). *Resumo: Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde*.

Organização Mundial de Saúde. (2018). *Folha informativa: Envelhecimento e saúde*. Brasília, DF, Brasil.

Organização Pan-Americana da Saúde e Organização Mundial de Saúde. (2018). *Folha informativa: Envelhecimento e saúde*. Brasília, DF, Brasil.

ESPÍRITO-SANTO, Helena. "Funcionalidade e Solidão em Idosos: Modelo de Mediação por Afeto Positivo." *Analesdepsicologia*, vol. 40, nº1, janeiro de 2024. Disponível em: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/494781/355481>

SCHMIDT, Andreia. "Instituições Residenciais Brasileiras Para Idosos E Condições Psicológicas E Cognitivas de Residentes." *Psicologia: Ciência E Profissão*, 11 set de 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/J8rZgq4HqVB9cNqnFxWk5Cb/?lang=pt#>

KIELTYKA-SLOWIK, Aleksandra. "A associação entre atividade física e qualidade de vida entre pessoas de 60 a 89 anos que vivem em casas próprias e lares de idosos." *BMC Geriatria*, 23 de março de 2024. MEDLINE. Disponível em: <https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-024-04898-2>

NGADIRAN, Antônio. "Fatores associados à função cognitiva entre idosos indonésios residentes em asilos" *Enferm. Clín.* (Ed. Impr.), fev. 2024. IB ECS. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-229657>

XU, Fan. "O impacto do apoio social para idosos em lares de idosos no envelhecimento bem-sucedido: um modelo de mediação moderado." *Frente Saúde Pública* , 2024. MEDLINE. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38450123>

GOSH, Arnab. "Médicos que atuam principalmente em lares de idosos e a qualidade dos cuidados de fim de vida entre os residentes." *JAMA Netw Open* , 4 de março de 2024. MEDLINE . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38488792>

KACZOROWSKA, Agnieszka. "Associações entre aptidão física, função cognitiva e depressão em residentes de lares de idosos entre 60 e 100 anos de idade no sudoeste da Polônia." *Med Sci Monit* , 8 de janeiro de 2024. MEDLINE . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38185903>

IRIGOYE, Camacho. "Relação entre fragilidade, estado nutricional e qualidade de vida relacionada à saúde bucal em residentes de lares de idosos na Cidade do México". *J Fragilidade Envelhecimento*, 2024. MEDLINE . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38305438>

ANGEVAARE, Milou J. "Atividade Social e Declínio Cognitivo em Idosos Residentes de Instituições de Cuidados de Longa Permanência: Um Estudo de Coorte." *J Alzheimer Dis* , 2024. MEDLINE. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38427473>

MarinaKunst. "ANÁLISE DAS DIMENSÕES DOS ESPAÇOS DE UM CONJUNTO HABITACIONAL PARA IDOSOS." *PROJETAR* , 21 jan. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/revprojetar/article/view/21650>

SCHMIDT, Andréia. "Instituições Residenciais Brasileiras Para Idosos E Condições Psicológicas E Cognitivas de Residentes." *Psicologia: Ciência E Profissão* , vol. 41, 2021.

SCIELO . Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/J8rZgq4HqVB9cNqnFxWk5Cb/?format=pdf&lang=pt>

SOUZA, Naiara. "A Autopercepção Do Ambiente de Vizinhança Está Associada à Sarcopenia Provável Em Idosos Comunitários?" *Fisioterapia E Pesquisa* , 2021. SCIELO . Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ftp/a/6Mv6dXkZWj8ywVYgXyDZ9yN/?lang=pt#>

TIMBÓ, Francisco. "A percepção do ambiente está associada à mudança na atividade física no lazer em idosos brasileiros? Resultados do Estudo de Coorte EpiFloripa Idoso." *Cadernos de Saúde Pública/Relatórios em Saúde Pública (CSP)* , 2022. SCIELO. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/zkFhVYV6J4hzMQ9SNqZkZhq/?lang=en>

SUTTON, Nicole. "Efeitos Na Qualidade Das Aquisições de Casas Em Cuidados Residenciais Para Idosos." *Australas J Aging* , 6 fev. 2024. MEDLINE. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38317602>

GERSHATER, Magdalena Annersten. "Percepção dos auxiliares de enfermagem sobre o cuidado de pessoas idosas que estão morrendo em sua própria casa: um estudo de entrevista". *BMC Palliat Care* , março de 2024. MEDLINE . Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38468298>

SLOWIK, Kieltyka. "A associação entre atividade física e qualidade de vida entre pessoas de 60 a 89 anos que vivem em residências próprias e lares de idosos." *BMC Geriatr* , 23 de março de 2024. MEDLINE. Disponível em : <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38521918>

Kieltyka-Slowik, Aleksandra. “A associação entre atividade física e qualidade de vida entre pessoas de 60 a 89 anos que vivem em residências próprias e lares de idosos.” BMC Geriatr , 23 de março de 2024. MEDLINE. Disponível em:<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-38521918>

PARTEZANI, Rosalina. “ Pressupostos Das Boas Práticas Do Cuidado Domiciliar Ao Idoso: Revisão Sistemática.” Revista Brasileira de Enfermagem , v. EDIÇÃO SUPLEMENTAR 2, 2019.