

O USO DAS PRÁTICAS DE ATIVIDADES INTEGRATIVAS COMO INSTRUMENTO DE REDUÇÃO DA SOLIDÃO NA TERCEIRA IDADE

Débora Santana Reis¹

Geovana Batista dos Santos²

Taciele do Nascimento Santos³

Yasmim Santos de Oliveira⁴

Emilia Cervino Nogueira⁵

Enfermagem



**cadernos de
graduação**

ciências biológicas e da saúde

ISSN IMPRESSO 1980-1769

ISSN ELETRÔNICO 2316-3151

RESUMO

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que teve como objetivo avaliar os benefícios das práticas de atividades integrativas na terceira idade. As buscas ocorreram entre os meses de janeiro e fevereiro de 2022, por meio de bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *National Library of medicine* (PubMed/MEDLINE). Foram selecionados 13 artigos publicados nos idiomas português, inglês e espanhol no período de 2018 a 2021. A partir do levantamento realizado, constatou-se que as práticas integrativas contribuem de forma relevante para o envelhecimento saudável, auxiliando no controle da ansiedade e solidão no idoso.

PALAVRAS-CHAVE

Idoso. Solidão. Terapias Complementares.

ABSTRACT

The study is an integrative review of the literature, which aimed to evaluate the benefits of practices of integrative activities to combat loneliness in the elderly. The searches took place between January and February 2022, through Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS), National Library of Medicine (PubMed/MEDLINE) databases. Thirteen articles were selected, all published in national and international journals, from 2018 to 2021. From the survey carried out, it was possible to identify that the practices of integrative activities with the advancement of science in recent years have become an indispensable tool in the healthy aging process. From the survey carried out, it was found that integrative practices contribute significantly to healthy aging, helping to control anxiety and loneliness in the elderly.

KEYWORDS

Elderly. Loneliness. Complementary Therapies.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Crema e Tilio (2022), o envelhecimento é um processo natural, onde ocorrem transformações emocionais, sexuais, físicas e social, associados à passagem do tempo. No entanto, diferencia de pessoa para pessoa, sendo determinado por fatores internos e externos, como característica do meio ambiente, cultura e estilo de vida. O estatuto do idoso (Lei 10.741/2003) denomina pessoa idosa aquela com idade igual ou superior a sessenta anos. O estatuto estabelece os direitos dos idosos, visando proteger e facilitar a saúde física, mental, intelectual, espiritual e sociocultural, a fim de tornar o processo de envelhecimento menos cansativo durante a vida.

Atualmente, com as dinâmicas das cidades, rotinas de trabalho e novos arranjos de moradia e família, houve um crescente individualismo, o qual tem contribuído para o aumento da solidão na terceira idade, sendo essa uma preocupação considerável. A solidão provoca uma ideia de desamparo e vulnerabilidade, gerando, na maioria das vezes, emoções de tristeza e medo. Estas emoções, quando não compreendidas, impactam na forma como o idoso irá se perceber e reconhecer as situações de seu dia a dia, já que a suscetibilidade pode proporcionar uma percepção de fragilidade diante de si e dos perigos existentes diante das situações vivenciadas (BEZERRA; NUNES; MOURA, 2021).

Ademais, destaca-se que um dos desafios no cuidado à pessoa idosa é contribuir para que, apesar das progressivas limitações que possam ocorrer com o envelhecimento, ela redescubra possibilidades de viver com a máxima autonomia e independência. Diante, do exposto, ressalta-se que envelhecer com a capacidade funcional preservada, depende de fatores pessoais, sociais e ambientais, que podem ser determinantes para um envelhecimento saudável ou não (TAVARES *et al.*, 2017).

O Mesmo autor cita que, para garantir um envelhecimento saudável, é preciso adotar hábitos e comportamentos adequados, tais como: alimentação saudável, prática de atividades físicas, evitar o consumo de bebidas alcoólicas, além de manter uma rotina regular de sono e descanso; esses hábitos e comportamentos auxiliam no controle de se sentir solitário, vazio e triste. Sendo assim, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças e a recuperação da saúde, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade.

Ademais, as PICS têm o intuito de estimular a prática do auto cuidado, o cuidado com o próximo, o desenvolvimento da boa comunicação, da troca de conhecimento e da corresponsabilidade no processo saúde-doença, viabilizando assim, a integração do indivíduo na sociedade de forma participativa (MARQUES *et al.*, 2020).

A solidão associada ao envelhecimento é um problema significativo na saúde pública, fazendo-se necessário a redução das dificuldades que interferem na implementação das práticas integrativas no dia a dia do idoso. É válido ressaltar que o Sistema Único de Saúde (SUS) oferta vinte e nove tratamentos terapêuticos institucionalizados, fazendo parte desses a Medicina Tradicional Chinesa/Acupuntura, Medicina Antroposófica, Fitoterapia, Arteterapia, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Yoga, Aromaterapia, Hipnoterapia, Terapia de Florais, e é direito da pessoa idosa fazer uso das mesmas para garantir um bem estar eficaz (FERREIRA *et al.*, 2020).

Assim, os profissionais de saúde deverão estar atentos à comunicação verbal e sinais da terceira idade, pois, os mesmos, expressam seus sentimentos de solidão de forma atípica, por meio de queixas psicossomáticas, manifestações agressivas e depressivas. O olhar de forma holística e a realização de atividades integrativas contribuem na diminuição dos riscos até mesmo de tentativas de suicídio nesse público (MEDEIROS *et al.*, 2021).

Em virtude dos fatos mencionados, é visível a necessidade de abranger o conhecimento científico acerca do uso da prática de atividades integrativas, como instrumento de redução da solidão na terceira idade. Dessa forma, surgiu a seguinte pergunta norteadora: a prática de atividades integrativas durante a vida da pessoa idosa corrobora com a redução da solidão? Sendo assim, o objetivo geral do estudo é avaliar os benefícios das práticas de atividades integrativas para o combate da solidão no idoso; já os objetivos específicos são: identificar fatores que contribuem para a solidão no idoso e descrever a importância das atividades integrativas na saúde da terceira idade. Espera-se contribuir para o aprofundamento do conhecimento relativo às práticas de atividades integrativas em idosos para redução da solidão.

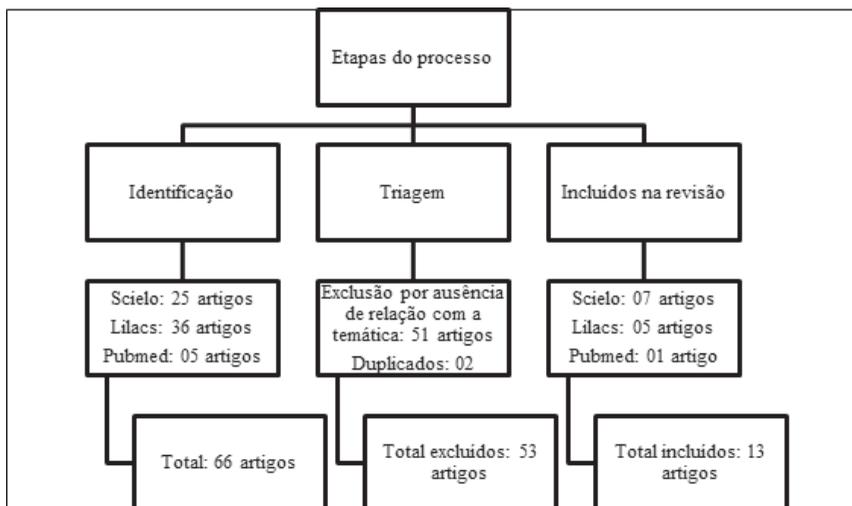
2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão integrativa com levantamento bibliográfico nas bases de dados. Para a coleta de dados foram usados descritores indexados no DeCS: Idoso, terapias complementares e MeSH: loneliness, elderly, associados ao operador

booleano AND. Constituíram critérios de inclusão: artigos gratuitos disponíveis na íntegra, publicado nos idiomas, português, inglês e espanhol entre os anos de 2016 a 2021.

As buscas ocorreram entre os meses de janeiro e março de 2022, por meio de bases de dados secundários, *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), Literatura Latino-Americana, Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *National Library of Medicine* (PubMed/MEDLINE). O Quadro 1 apresenta o Fluxograma Metodológico com as etapas do processo de seleção dos estudos.

Quadro 1 – Representação das etapas do processo de seleção dos estudos publicados entre os anos de 2016 a 2021



Fonte: Elaborado pelos autores (2022).

3 RESULTADO E DISCUSSÃO

Após o filtro dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados treze artigos para a composição desta revisão, nacionais e internacionais. Quanto à natureza metodológica, um possui o enfoque qualitativo, dois quantitativos, um estudo transversal, seis revisões integrativas, uma sistemática, um descritivo, um qualitativo e quantitativo. O Quadro 2 apresenta a caracterização dos estudos selecionados nas bases de dados com os principais resultados encontrados que respondem à questão norteadora.

Quadro 2 – Caracterização dos estudos selecionados nas bases de dados e os resultados encontrados

Referência	Metodologia	Principais resultados	Nível da evidência / Qualis
<p>BEZERRA, P. A. <i>et al.</i>, Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. <i>Acta Paulista de Enfermagem</i>, v. 34, 2021.</p>	<p>Revisão integrativa de literatura</p>	<p>Programas destinados a prevenir o isolamento social são mais eficazes quando utilizam os recursos existentes na comunidade; são feitos sob medida, de acordo com as necessidades do indivíduo e têm como alvo pessoas que podem compartilhar experiências semelhantes. Diante disso, observa-se que as intervenções por meio de atividades sociais e grupos de apoio, são essenciais para prevenir o isolamento social no idoso.</p>	<p>B2</p>
<p>LALANGUI, M. M. G. Factores que inciden en el cuidado del adulto mayor de la comunidad Cerro del Carmen: plan piloto. <i>Más Vita</i>, p. 56-64, 2021.</p>	<p>Estudo transversal observacional qualitativo e quantitativo</p>	<p>Presume-se que haja um distanciamento social por parte da família em relação ao idoso, e verificou-se que há comunicação ineficaz entre os familiares, isso leva ao abandono ou exclusão do ambiente familiar e, em alguns casos, à alteração da parte do adulto, principalmente aqueles que moram sozinhos e dependem da ajuda de seus familiares.</p>	<p>B2</p>
<p>GLASS, L.; LIMA, N. W.; NASCIMENTO, M. M. Práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde do Brasil: disputas político-epistemológicas. <i>Saúde e Sociedade</i>. v. 30, n. 2, 2021.</p>	<p>Revisão sistemática de literatura</p>	<p>As práticas integrativas visam à manutenção da saúde, prevenção e tratamento de doenças físicas ou mentais de forma integrativa.</p>	<p>1/ A1</p>

Referência	Metodologia	Principais resultados	Nível da evidência / Qualis
LESS, L. A.; SEHNEM, S. B. Terapias alternativas e a saúde pública. Pesquisa em Psicologia - anais eletrônicos, p. 219-238, 2018.	Estudo descritivo qualitativo	As terapias alternativas se caracterizam como tratamentos complementares aos convencionais, trabalhando com recursos naturais em prol do bem-estar e da promoção em saúde.	4/B1
MARQUES, P. P. <i>et al.</i> , Uso de Práticas Integrativas e Complementares por idosos: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. Saúde em Debate, v. 44, n. 126, 2020.	Estudo transversal quantitativo descritivo	Com o envelhecimento da população brasileira, torna-se necessário maior estímulo para o uso do conjunto das Práticas integrativas de saúde ofertadas pelo SUS que, para além do tratamento, também promovem o autoconhecimento e a autonomia pessoal, auxiliando na redução dos danos à saúde causados pelos impactos sociais vividos pelos idosos, e ressignificando, nessa fase da vida, o bem-estar físico e mental.	B2
MEDEIROS, J. S. S. <i>et al.</i> , Efeito da música como recurso terapêutico em grupo de convivência para pessoas idosas. Rev. Rene, Fortaleza, v. 22, e60048, 2021.	Estudo quantitativo quase experimental	Atividades físicas, lúdicas e educativas proporcionadas pelos grupos de convivência contribuem para a interação social e aprimoramento das habilidades intelectuais dos idosos.	B1
MENDES, D. S. <i>et al.</i> Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. Journal Health NPEPS, v. 4, n.1, p. 302-331, 2019.	Revisão integrativa de literatura	O relaxamento e bem-estar foi o benefício prevalente nos artigos analisados, representado em 23% (10) dos artigos. O uso das práticas integrativas e complementares supera o tratamento medicamentoso.	B2

Referência	Metodologia	Principais resultados	Nível da evidência / Qualis
MIGUEL, M. G. D. <i>et al.</i> , Práticas integrativas e complementares no olhar da pessoa idosa. Anais do VIII Congresso Internacional de Envelhecimento Humano. Campina Grande: Realize Editora, 2021.	Estudo descritivo exploratório com abordagem mista	As Práticas Integrativas e Complementares constituem um tema atual pela importância de se promover e prevenir saúde por meio dos métodos complementares, pela necessidade do desenvolvimento de ferramentas que fortaleçam a atenção primária.	
OLIVEIRA, A. T. <i>et al.</i> , A música no controle de sintomas relacionados à demência em idosos. <i>Acta Méd.</i> v. 39, n. 1, p. 185-98, 2018.	Revisão integrativa de literatura	A terapia musical se apresenta de grande valor no tratamento dos sintomas da demência, fator esse que reflete em uma alternativa importante para a crescente população idosa.	B2
OLIVEIRA, D. S. <i>et al.</i> , Avaliação de bem-estar psicológico e sintomas depressivos em idosos saudáveis. <i>Estudos e Pesquisas em Psicologia</i> , v. 20, n. 1, p. 187-204, 2020.	Estudo quantitativo exploratório	A depressão é a psicopatologia com maior incidência nos idosos, afetando diretamente a qualidade de vida. Portanto, atividade física pode ser um fator fundamental e protetivo para sintomas de depressão em idosos.	B4
ONG, A. D.; UCHINO, B. N.; WETHINGTON, E. Loneliness and health in older adults: A mini-review and synthesis. <i>Gerontology</i> , v. 62, n. 4, p. 443-449, 2016.	Revisão integrativa de literatura	As relações sociais são importantes fatores contribuintes na redução da morbidade e mortalidade na vida do idoso.	B1

Referência	Metodologia	Principais resultados	Nível da evidência / Qualis
RUELA, L. O. <i>et al.</i> , Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. <i>Ciência & Saúde Coletiva</i> , v. 24, p. 4239-4250, 2019.	Revisão integrativa de literatura	As práticas integrativas de saúde, em geral, podem ser vistas como uma importante estratégia de assistência à saúde, especialmente por considerarem a pessoa em sua integralidade.	B2
TRINTINAGLIA, V.; BONAMIGO, A. W.; AZAMBUJA, M. S. de. Políticas Públicas de Saúde para o Envelhecimento Saudável na América Latina: uma revisão integrativa. <i>Revista Brasileira em Promoção da Saúde</i> , [S. l.], v. 35, p. 15, 2022.	Revisão integrativa de literatura	A inserção dos idosos em grupos de convivência e de educação em saúde, bem como o fomento à participação social em conselhos e atividades comunitárias são ações que buscam o estímulo à autonomia e autocuidado do idoso, além de promover o envelhecimento ativo, voltado à inserção social e comunitária.	B2

Fonte: Elaborado pelos autores (2022).

A terceira idade é o grupo populacional que mais cresce atualmente, em consequência dos avanços tecnológicos que aumentam significativamente a expectativa de vida. Sendo assim, grande parte dos cuidados prestados a essa população será realizada por seus familiares que, em inúmeros casos, não possuem paciência, tempo e atenção para conceder esse serviço. Aspectos como problemas de saúde, psicológicos e sociais que são enfrentados por uma pessoa idosa muitas vezes deixam de ser considerados importantes para os cuidadores, impactando de forma negativa a qualidade de vida (LALANGUI, 2021).

O envelhecimento ocasiona diversas transformações na vida do indivíduo e de seus familiares. O surgimento de novos direitos e a perda de outros podem despertar sentimentos negativos e a não adaptação positiva deste processo, comprometendo assim a saúde mental, a qual favorece o isolamento e a solidão nos idosos. Logo, a solidão é caracterizada por sentimento de algo vazio e de isolamento, podendo se manifestar em todas as fases da vida, principalmente na velhice, mesmo que o idoso conviva com várias pessoas (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

A solidão aumenta o risco para o desenvolvimento de morbidades psicológicas como a depressão e ansiedade, prejudicando a saúde física e a interação social desse grupo. Além disso, substratos neurobiológicos da solidão elevam os níveis de estresse causando alterações neuroendócrinas, cardiovasculares e inflamatórias (ONG; UCHINO; WETHINGTON, 2016).

De acordo com os dados obtidos dos artigos, foi possível identificar que as práticas de atividades integrativas com o avanço na ciência nos últimos anos tornaram-se uma ferramenta indispensável no processo do envelhecimento saudável. Tais práticas, como a musicoterapia, arteterapia e aromaterapia, auxiliam no controle da ansiedade e solidão no idoso, pois podem ser realizadas de forma grupal, incentivando o convívio social (RUELA *et al.*, 2019).

Os benefícios disponibilizados pela realização cotidiana das práticas integrativas por pessoas idosas são inúmeros. O estudo aponta para a melhora da autoestima, aumento da disposição, do convívio social, fortalecimento das estruturas ósseas e musculares, além de redução do consumo medicamentoso, uma vez que, são inseridos meios naturais no cuidado à saúde, evitando o consumo de substâncias não existentes na natureza (GLASS; LIMA; NASCIMENTO, 2021).

Além disso, apesar da dor ser um sintoma comum na terceira idade, não deve ser considerado algo normal, pois provoca limitações nas atividades diárias, sentimentos de inutilidade e dependência. As práticas complementares nesse sentido surgem como intervenções que promovem a diminuição ou o alívio da dor, destacando-se entre elas a massagem, que diminui a sensação de desconforto e melhora a circulação sanguínea. Outra prática que tem se mostrado eficaz na redução de dores crônicas e traumáticas é o Reiki, que consiste na transferência da energia vital universal do terapeuta para o paciente, por meio das mãos, com o intuito de equilibrar o corpo (MIGUEL; ALVES; MOREIRA, 2021).

Ademais, o uso das PICS defende a saúde como um direito fundamental e destaca a assistência não apenas focada na enfermidade, mas sim na integralidade do indivíduo. Sendo assim, elas podem melhorar a relação entre a família e o idoso, por meio da constelação familiar que permite identificar bloqueios emocionais por meio de um processo terapêutico, podendo ser realizada em conjunto com a meditação, tendo em vista que ela tranquiliza os pensamentos, reduz os efeitos negativos do convívio familiar, desenvolvendo relações próximas e afetivas (MENDES *et al.*, 2019).

De acordo com Lesse Sehnem (2018) o profissional enfermeiro e outros profissionais de saúde possuem um papel fundamental no desenvolvimento de ações e políticas de saúde. Sendo assim, tanto os profissionais atuantes na promoção da saúde dos idosos, como também os familiares, devem olhar de forma holística para a terceira idade, diante das circunstâncias em que vivem, no sentido de permitir uma ampliação na realização das práticas integrativas, ofertando assim, melhor qualidade de vida, ao prestar o cuidado e apoio para essa população considerada como grupo vulnerável.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que a solidão é mais frequente em idosos, principalmente aqueles que não dispõem de uma vida saudável, sendo desencadeada por um conjunto de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Nesse contexto, torna-se necessário que os profissionais de saúde e familiares tenham um olhar de forma holística para a terceira idade, incentivando a realização de atividades integrativas, podendo assim, diminuir os riscos de solidão e conseqüentemente a depressão.

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) contribuem de forma significativa para reduzir e/ou evitar a solidão. Logo, a dança, yoga e musicoterapia são atividades que ajudam na socialização, nas competências motoras e no estímulo mental, além disso, facilitam as condições para as realizações de tarefas diárias.

Desse modo, se faz necessário a ampliação do conhecimento das práticas integrativas, pois ela possui fundamental importância e ainda é pouco discutida, levando em conta os métodos convencionais. Portanto, a promoção de saúde em educação e as relações familiares garantem um envelhecimento saudável, que combate e controla as enfermidades.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, Patrícia Araújo; NUNES, José Walter; MOURA, Leides Barroso de Azevedo. Envelhecimento e isolamento social: uma revisão integrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/actaape/2021AR02661>. Acesso em: 23 fev. 2022.

CREMA, Izabella Lenza; TILIO, Rafael. Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 33, n. 3, p. 182-191, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v33i3/5811>. Acesso em: 23 fev. 2022.

FERREIRA Pinto, Grazielle *et al.* Uso de práticas integrativas e complementares por idosos. **Saúde e Pesquisa**, v. 13, n. 2, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.17765/2176-9206.2020v13n2p275-282>. Acesso em: 6 fev. 2022.

GLASS, Leticia; LIMA, Nathan Willig; NASCIMENTO, Matheus Monteiro. Práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde do Brasil: disputas político-epistemológicas. **Saúde e Sociedade**, v. 30, n. 2, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902021200260>. Acesso em: 20 jan. 2022.

LALANGUI, Mariela Mercedes Gallegos. Fatores que afetam o cuidado dos idosos na comunidade Cerro del Carmen: plano piloto. **Mais Vida**, p. 56-64, 2021. Disponível em: <https://acvenisproh.com/revistas/index.php/masvita/article/view/266>. Acesso em: 1 mar. 2022.

LESS, Luana Aparecida; SEHNEM, Scheila Beatriz. Terapias alternativas e a saúde pública. **Pesquisa em Psicologia-anais eletrônicos**, p. 219-238, 2018. Disponível em: https://unoesc.emnuvens.com.br/pp_ae/article/view/19178. Acesso em: 1 mar. 2022.

MARQUES, Priscila de Paula *et al.* Uso de Práticas Integrativas e Complementares por idosos: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. **Saúde em Debate**, v. 44, n. 126, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-1104202012619>. Acesso em: 20 jan. 2022.

MEDEIROS, Joycimara da Silva Sales de *et al.* Efeito da música como recurso terapêutico em grupo de convivência para pessoas idosas. **Rev. Rene**, Fortaleza, v. 22, e 60048, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15253/2175-6783.20212260048>. Acesso em: 10 mar. 2022.

MENDES, Dayana Senger *et al.* Benefícios das práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n.1, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.30681/252610103452>. Acesso em: 1 mar. 2022.

MIGUEL, Maria das Graças Duarte; ALVES, Karoline de Lima; MOREIRA, Maria Adelaide Silva Paredes. Práticas integrativas e complementares no olhar da pessoa idosa. Congresso Internacional de Envelhecimento Humano, 8, 2021. **Anais [...]**, Campina Grande: Realize Editora, 2021. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/77341>. Acesso em: 1 mar. 2022.

OLIVEIRA, Alice Thiesen *et al.* A música no controle de sintomas relacionados à demência em idosos. **Acta Méd.**, v. 39, n. 1, p. 185-98, 2018. Disponível em: <https://ebooks.pucrs.br/edipucrs/acessolivre/periodicos/acta-medica/assets/edicoes/2018-1/arquivos/pdf/15.pdf>. Acesso em: 6 fev. 2022.

OLIVEIRA, Daiane Santos *et al.* Avaliação de bem-estar psicológico e sintomas depressivos em idosos saudáveis. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, p. 187-204, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.12957/epp.2020.50796>. Acesso em: 20 jan. 2022.

ONG, Anthony D.; UCHINO, Bert N.; WETHINGTON, Elaine. Loneliness and health in older adults: A mini-review and synthesis. **Gerontology**, v. 62, n. 4, p. 443-449, 2016. Disponível em: <https://doi.org/10.1159/000441651>. Acesso em: 1 mar. 2022.

RUELA, Ludmila de Oliveira *et al.* Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 4239-4250, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.06132018>. Acesso em: 8 fev. 2022.

TAVARES, Renata Evangelista *et al.* Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 20, p. 878-889, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.170091>. Acesso em: 6 fev. 2022.

TRINTINAGLIA, V.; BONAMIGO, A. W.; AZAMBUJA, M. S. de. Políticas Públicas de Saúde para o Envelhecimento Saudável na América Latina: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 35, p. 15, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5020/18061230.2022.11762>. Acesso em: 6 fev. 2022.

Data do recebimento: 4 de Abril de 2023

Data da avaliação: 18 de Abril de 2023

Data de aceite: 18 de Abril de 2023

1 Acadêmica do 10º semestre de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT/SE.

E-mail: reisdebora543@gmail.com

2 Acadêmica do 9º semestre de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT/SE.

E-mail: batistageovana@outlook.com

3 Acadêmica do 10º semestre de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT/SE.

E-mail: taciелens56@gmail.com

4 Acadêmica do 10º semestre de enfermagem da Universidade Tiradentes – UNIT/SE.

E-mail: yasmimsantos12345@gmail.com

5 Enfermeira. Professora adjunta da Universidade Tiradentes – UNIT/SE.

E-mail: emiliacervinonogueira@gmail.com