

QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS, PERCEPÇÃO DO ENVELHECIMENTO: UMA REVISÃO

QUALITY OF LIFE IN THE ELDERLY, PERCEPTION OF AGING: A REVIEW

Juliana de Paula Borges¹
Sara Cristina Santana Cruz²
Taymara Keyse Magalhães dos Anjos³
Geórgia Danila Fernandes D'Oliveira⁴

RESUMO: Com o crescimento da população idosa vale ressaltar que a melhora na qualidade de vida melhora a autopercepção do envelhecimento. Objetivo: tem-se como objetivo fazer uma revisão de literatura da qualidade de vida em idosos e a percepção do envelhecimento. Metodologia: A pesquisa incluiu apenas estudos publicados no período dos últimos 17 anos e limitou-se aos idiomas português, inglês e espanhol. Para isso, realizou-se um levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicas: Physiotherapy Evidence Database (PEDro), e Scientific Eletronic Library Online (SciELO), obtendo-se como resultado a seleção de 21 artigos. Discussão: a qualidade de vida e a percepção de envelhecimento do idoso estão diretamente ligados à capacidade funcional, condições biopsicossociais e realização de atividades rotineiras. Conclusão: Observou-se que o envelhecimento se apresenta de forma positiva quando associado à atuação dos profissionais de saúde, destacando-se a fisioterapia, para a promoção da qualidade de vida durante todo o processo do envelhecimento.

1815

Palavras chaves: Qualidade de vida. Percepção. Envelhecimento. Fisioterapia.

ABSTRACT: With the growth of the elderly population, it is worth highlighting that improving quality of life improves self-perception of aging. Objective: the aim is to review the literature on quality of life in the elderly and the perception of aging. Methodology: The research only included studies published in the last 17 years and was limited to Portuguese, English and Spanish. To this end, a bibliographic survey was carried out in the electronic databases: Physiotherapy Evidence Database (PEDro), and Scientific Electronic Library Online (SciELO), resulting in the selection of 21 articles. Discussion: the elderly's quality of life and perception of aging are directly linked to functional capacity, biopsychosocial conditions and performance of routine activities. Conclusion: It was observed that aging presents itself in a positive way when associated with the work of health professionals, especially physiotherapy, to promote quality of life throughout the aging process.

Keywords: Quality of life. Perception. Aging. Physiotherapy.

¹ Discente em Fisioterapia, Centro Universitário UniLS.

² Discente em Fisioterapia, Centro Universitário UniLS.

³ Discente em Fisioterapia, Centro Universitário UniLS.

⁴ Dr.^a Orientadora do curso de Fisioterapia, Centro Universitário UniLS.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento pode ser definido como um processo dinâmico e progressivo, caracterizado tanto por alterações morfofuncionais e bioquímicas, quanto por modificações psicológicas. Tais modificações acarretam a gradativa perda da capacidade de adaptação ao meio habitado, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de patologias, que podem ser fatais (FERREIRA; MACIEL; COSTA; SILVA; MOREIRA, 2012). Conforme os dados do instituto brasileiro de geografia e estatística (IBGE), a população brasileira ultrapassou a marca dos 30,2 milhões em 2017. Representando um crescimento de 18% desse grupo etário, que tem se tornado cada vez mais representativo no Brasil.

Atualmente, a sociedade tende a retratar a velhice de maneira negativa, associando-a a ideias de fracasso, doença e angústia. Essa representação contribui para a marginalização dos idosos, levando muitos deles a incorporar essas percepções e a reagir de várias maneiras, que vão desde a apatia e depressão até o isolamento social e, em alguns casos, comportamentos desafiadores e intransigentes (GUERRA; CALDAS, 2010).

A velhice pode ser definida como um desgaste natural das estruturas orgânicas, passando por transformações com o progresso da idade e prevalecendo os processos degenerativos. Mas há um erro de demarcação cronológica ao definir a velhice focando apenas no lado biológico, tratando-se a população idosa de forma homogênea, não devendo-se levar em consideração aspectos importantes do contexto sociocultural em que os idosos estão inseridos. Pois envelhecimento e velhice são tratados por meio da rede de apoio dos próprios idosos, sendo eles, seus familiares, cuidadores e profissionais de saúde (JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2006).

Segundo a Organização Mundial da Saúde, quanto mais uma pessoa é ativa, menos prejuízos físicos ela tem, o que constitui a pauta de vários estudos e pesquisas, ampliando-se a perspectiva, como resultado de um trabalho intersetorial e multidisciplinar de promoção do bem-estar e de hábitos saudáveis (SILVA; SANTANA; RODRIGUES, 2019).

A velhice também pode se associar ao sofrimento, aumento da dependência física, declínio funcional, isolamento social, depressão e improdutividade, entre diversos fatores negativos. Porém, é possível viver mais e com uma qualidade de vida (QV) melhor, mantendo a independência funcional. A capacidade funcional vem da manutenção da habilidade de realizar Atividades da Vida Diária que proporcionam independência e autonomia, mantendo o idoso interativo na própria saúde, e na realização de tarefas domésticas (ESTEVE-CLAVERO; AYORA-FOLCH; MACIÁ-SOLER; MOLÉS-JULIO, 2018).

A autopercepção do envelhecimento corresponde a autoavaliação dos idosos diante do processo de envelhecimento e suas percepções sobre suas vidas. É considerado por Rocha et al. (2012) que a autopercepção do envelhecimento é um bom indicador de um envelhecimento bem-sucedido. Logo, a autopercepção da saúde e a do envelhecimento tornam-se indicadores da QV que o idoso tem e do seu nível de capacidade funcional. Ressaltando-se o estudo de Confortin et al. (2017), a associação entre as incapacidades e o maior risco de mortalidade. Por isso, torna-se fundamental o auxílio de políticas de atenção à saúde do idoso e de encorajamento ao envelhecimento ativo (WOLLMANN et al., 2018).

A melhora da saúde da população depende da prevenção, promoção, educação e tratamento de doenças, ampliando o conceito de saúde e autonomia na população. As práticas em grupo constituem importante recurso de cuidado na atenção primária à saúde (APS), o cuidado compartilhado vai além de uma consulta dirigida ao objetivo de atender a demandas biológicas (BIM; CARVALHO; TRELHA; RIBEIRO; BADUY; GONZÁLEZ, 2021).

A APS caracteriza-se por desenvolver uma série de ações, de forma individual e coletiva, abrangendo a promoção e a proteção à saúde, a prevenção de agravos, diagnósticos, tratamentos, reabilitação e manutenção da saúde. Resgatar os vínculos familiares dos idosos, entendendo o meio em que vivem e quem são suas redes de apoio, são fatores que contribuem para o cuidado com o acompanhamento do caso e para a aceitação do tratamento (PARIOL et al., 2019)

1817

A fisioterapia desempenha um papel fundamental na vida dos idosos, não apenas na recuperação de lesões ou no tratamento de condições médicas, mas também na melhora a força muscular, equilíbrio que gera bem-estar e com isso melhora a autopercepção do envelhecimento e QV na autopercepção desses indivíduos. Assim, a fisioterapia visa preservar a capacidade funcional e a autonomia física e mental dos idosos em seus contextos familiares e comunitários (SCIAMA; GOULART; VILLELA, 2020).

A avaliação da QV dos idosos está intrinsecamente ligada à autopercepção de saúde, a sensação de bem-estar, mesmo enfrentando desafios e doenças significativas que possam limitar a realização de habilidades e capacidades, desempenha um papel fundamental (SILVA; SANTANA; RODRIGUES, 2019).

Torna-se importante a compreensão mais profunda dos benefícios e as intervenções fisioterapêuticas que podem oferecer aos idosos, uma manutenção da mobilidade, o alívio da dor, a prevenção de quedas e o estímulo à independência funcional. Tem-se como objetivo realizar

uma revisão bibliográfica sobre a QV em idosos, trazendo uma perspectiva na percepção do envelhecimento.

2 METODOLOGIA

As buscas foram realizadas em setembro de 2023 nas bibliotecas de dados: Physiotherapy Evidence Database (PEDro), e Scientific Eletronic Library Online (SciELO). Com base nos descritores DeCS/MeSH, foram pesquisados os termos: autopercepção do envelhecimento, percepção do envelhecimento, Qualidade de vida de idosos, fisioterapia para idosos e cinesioterapia em grupo.

Os critérios de inclusão eleitos compreenderam publicações em português e inglês, publicados nos últimos 17 anos (2006 - 2023), que disponibilizam o artigo na íntegra e de forma gratuita.

No processo de triagem, artigos relacionados a medicações, estudo de caso, artigos duplicados e que não pertinentes ao tema, foram excluídos com base nos títulos e resumos. Por fim, 21 artigos foram selecionados.

RESULTADOS

Dentre os 21 artigos selecionados para inclusão, 10 artigos com maior especificidade da QV, percepção do envelhecimento e independência funcional no envelhecimento. Segue o quadro:

Quadro - Artigos com maior especificidade da QV e independência funcional no envelhecimento.

Ano e autor	Título	Desenho de estudo	Amostra	Resultados
(FERREIRA; MACIEL; COSTA; SILVA; MOREIRA, 2012)	Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional	Pesquisa qualitativa	100 idosos, faixa 60 e 93 anos (M=68; DP=7,53), com níveis de escolaridade variados e vivendo na comunidade e atendidos pelo Programa de Saúde da Família.	Estes achados confirmam que, o envelhecimento é bem-sucedido quando representa, não apenas a ausência de enfermidades, mas também a manutenção das condições de autonomia.
(JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2006)	Um olhar sobre o processo do envelhecimento : a percepção de idosos sobre a velhice	Pesquisa qualitativa	Entrevistas realizadas com 10 idosos na faixa etária de 60 a 85 anos.	Apenas dois idosos veem o envelhecimento de forma negativa e oito deles veem o envelhecimento com toda sua dificuldade de forma positiva.

(FERREIRA; SONODA; BARBOSA; FRANCO; CARVALHO, 2014)	Reabilitação física na síndrome de fragilidade do idoso	Ensaio clínico	12 idosos com 1 ou mais critérios de fragilidade	Constatou um ganho em todas as questões, como: equilíbrio, velocidade de marcha, força de membros inferiores e força de preensão na população estudada.
(ESTEVE-CLAVERO; AYORA-FOLCH; MACIÁ-SOLER; MOLÉS-JULIO, 2018)	Fatores associados à qualidade de vida dos idosos	Estudo observacional, transversal e analítico	Entrevistas com 400 idosos, sendo 52,8% mulheres, com idade média de 81,3 anos.	Há uma prevalência de baixa qualidade de vida nos componentes mental (8,8%) e físico (15,3%).
(VILELA-JUNIO; SOARES; MACIEL, 2018)	A importância da prática da cinesioterapia em grupo na qualidade de vida de idosos	Estudo randomizado	Dois grupos experimentais e um de referência	Exercícios físicos em grupo proporcionam maior contato social, melhorando questões psicológicas e emocionais.
(BRASIL; MAIA; CALDEIRA; SANTOS; BRITO; PINHO, 2020)	Autopercepção positiva de saúde entre idosos não longevos e longevos e fatores associados	Pesquisa qualitativa	1.750 idosos, sendo 1.420 idosos não longevos e 330 longevos.	Maior incidência de percepção positiva em idosos não longevos.
(PASKULIN; CÓRDOVA; COSTA; VIANNA, 2009)	Percepção de pessoas idosas sobre qualidade de vida	Estudo descritivo e transversal	260 idosos	Concluiu-se que qualidade de vida está relacionada a critérios pluridimensionais.
(TEIXEIRA; CORRÊA; RAFAEL; MIRANDA; FERREIRA, 2011)	Envelhecimento e Percepção Corporal de Idosos Institucionalizados	Pesquisa qualitativa	9 idosos, sendo 3 do sexo masculino e 2 do feminino; com idades entre 60 e 96 anos.	Evidenciou-se que na percepção do corpo se diferencia, e não se aplica fazer generalizações.
(SOUZA; GIACOMIN; FIRMO, 2022)	A necessidade de cuidado na percepção de pessoas idosas em processo de fragilização	Pesquisa qualitativa	22 idosos em processo de fragilização, com idade média de 79 anos	É necessário que toda a sociedade tenha comprometimento com o idoso em processo de fragilização.
(WOLLMANN; COELHO; BOAVENTURA; MURICI; D'OLIVEIRA; MELO, 2018)	Associação entre a autopercepção do envelhecimento e a autopercepção da saúde	Estudo com delineamento transversal, descritivo e de associação	224 idosos com idade \geq 60 anos	Notou-se uma autopercepção positiva da saúde entre os idosos, além da dissociação entre a autopercepção da saúde e a autopercepção do envelhecimento.

3 DESENVOLVIMENTO

Os idosos estão cada vez mais longevos e nesse contexto há um aumento de comorbidades, impactando em suas condições funcionais (SILVA; JUNIOR; VILELA, 2013). A progressão e a rapidez no processo de envelhecimento podem trazer fragilidade para os idosos, reduzindo a autonomia, além de aumento das demandas do cuidado com o idoso no sistema de saúde (SOUZA; GIACOMIN; FIRMO, 2022).

A QV é definida pela Organização Mundial da Saúde como a compreensão de um sujeito de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores no qual vive e em relação as suas preocupações, metas, expectativas e produções (CLAVERO et al., 2018).

É função da equipe multiprofissional alcançar a meta de trazer melhora para a QV dos idosos, em todos os níveis de atenção à saúde, principalmente em instituições de longa permanência para idosos, onde há maior vulnerabilidade para realização das atividades de vida diárias e estado depressivo (SCHERRER; PASSOS; OLIVEIRA; OKUNO; ALONSO; BELASCO, 2022).

Na percepção dos idosos, o processo de envelhecimento pode associar-se a um peso na vitalidade, levando a conformidade e discrição sobre o assunto. Destacando-se a importância da estratégia de cuidado para a preservação da saúde, relacionada à funcionalidade e autonomia (SOUZA; GIACOMIN; FIRMO, 2022).

1820

A capacidade funcional trás para os idosos uma possibilidade de redução do surgimento de problemas de saúde, com melhora na função geral e atividades de vida diária. A manutenção da funcionalidade dos idosos reduz o surgimento de doenças de caráter crônico e/ou doenças degenerativas, como a demência. (VILELA-JUNIO; SOARES; MACIEL, 2018).

Durante o envelhecimento há uma redução da reserva muscular, acarretando a diminuição de força muscular, devido à baixa prática de atividade física. Resulta-se em déficits como inabilidades físicas e fraqueza muscular, associada principalmente à hipotrofia muscular, resultando na sarcopenia. (SILVA; MAMBRINI; ANDRADE; ANDRADE; LIMA-COSTA, 2021).

A redução da força no envelhecimento reduz a capacidade funcional, a qual pode ser progressiva, comprometendo as atividades. Tais dificuldades são descritas pelas limitações físicas e cognitivas, de forma que as condições de saúde dos idosos são determinadas por inúmeros indicadores específicos, entre eles os déficits físicos, cognitivos e força muscular. (SILVA; MAMBRINI; ANDRADE; ANDRADE; LIMA-COSTA, 2021).

A funcionalidade é definida pela capacidade de realização Atividades da Vida Diária e Atividades Instrumentais da Vida Diária. Sendo indispensável para autonomia do idoso. Tornar-se importante atividades rotineiras para a melhora da autonomia e controle do cuidado com a própria saúde, e na evolução da realização de tarefas básicas (FERREIRA; MACIEL; COSTA; SILVA; MOREIRA, 2012).

O entendimento de como o idoso visualiza o processo do envelhecimento é importante para construir representações positivas na fase da velhice, visto que muitos estudos que já foram realizados mostram que os idosos não se sentem enquadrados nos padrões que os outros formulam sobre o envelhecimento. (JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2006).

A autopercepção do indivíduo idoso sobre seu próprio estado de saúde vem atualizando em importante registro do seu bem-estar e QV. A maneira como que o idoso lida com seu estado de saúde indicará suas escolhas e seu comportamento no seu modo de viver. Considerando-se que a autoavaliação do estado de saúde confiável e válida frente às medidas mais complexas da condição de saúde (SILVA; JUNIOR; VILELA, 2013).

O papel da atenção primária à saúde vem sendo reforçado pela relação com a diminuição de ocorrência de hospitalização, tempo de internação e procura de serviços de urgência. Pois promove cuidados adequados, de forma estruturada, a idosos vulneráveis, potencializando recursos de saúde (SILVA; MAMBRINI; ANDRADE; ANDRADE; LIMA-COSTA, 2021).

A fisioterapia atua no manejo da saúde funcional e quando aplicado à APS, avalia-se os comprometimentos musculoesqueléticos, que frequentemente são considerados um dos maiores problemas de saúde pública no mundo. Possibilitando a promoção de cuidados preventivos com fortalecimento muscular, aumento do equilíbrio e melhora da mobilidade articular (FURTADO; OLINDA; COSTA; MENEZES, 2021).

A prática dos exercícios em grupo é descrita sendo uma atividade que altera habituais aspectos negativos no processo de envelhecimento, pois melhora aspectos biopsicossociais, correspondendo com as necessidades, objetivos e desejos dos idosos, melhorando o estado de saúde. O determinante do aumento da capacidade funcional de idosos frágeis é o treinamento de força e flexibilidade. Pois o exercício físico tem efeitos fisiológicos favoráveis à redução de desgastes, evitando lesões cônicas (BISPOA; TAKARASHIB; MORIOC; FREITASD, 2009).

A dinâmica de exercícios físicos está diretamente ligada a qualidade de vida, pois há ganhos funcionais em relação a idosos mais ativos, principalmente quando relacionada a cinesioterapia em grupo. Pois além dos ganhos emocionais, proporciona ganho de força muscular

e equilíbrio, levando a uma considerável diminuição no risco de quedas, na síndrome da fragilidade e no índice de hospitalizações (VILELA-JUNIO; SOARES; MACIEL, 2018).

Com isso, os fatores associados à qualidade de vida na percepção do envelhecimento se mostram positivos quando agregados ao apoio dos profissionais de saúde na APS, à autonomia, ao aumento de força muscular e equilíbrio. Os aspectos de vulnerabilidades emocionais podem ser solucionados ao associar terapias em grupo, gerando empatia diante dos obstáculos apontados na velhice.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a terceira idade é uma fase da vida onde pode ser marcada por desafios, mas também por oportunidades significativas de bem-estar e realização. O envelhecimento e sua percepção trazem uma fase de crescimento, aprendizados e conquistas, não devendo associar-se a declínios. Torna-se possível realizar tal percepção positiva, quando associada à prática regular de exercícios, a atenção à saúde física e mental, com o apoio de profissionais de saúde, como fisioterapeutas, e a participação em atividades sociais, que desempenham um papel vital na promoção da qualidade de vida na velhice.

1822

À medida que ocorre a conscientização da sociedade sobre as necessidades e potenciais dos idosos, abre-se um horizonte de envelhecimento ativo, saudável, enriquecedor e gratificante.

REFERÊNCIAS

1. Bispo N de N da C, Takahashi AL, Morio EYM, de Freitas ERF. Fisioterapia em Idosos Institucionalizados: os Benefícios dos Exercícios em Grupo. J. Health Sci. [Internet]. 6º de julho de 2015 [citado 25º de outubro de 2023];11(1). Disponível em: <https://journalhealthscience.pgsscogna.com.br/JHealthSci/article/view/1510>.
2. BRASIL, Carlos Henrique Guimarães; MAIA, Luciana Colares; CALDEIRA, Antônio Prates; BRITO, Maria Fernanda Santos Figueiredo; PINHO, Lucineia de. Autopercepção positiva de saúde entre idosos não longevos e longevos e fatores associados. Ciência & Saúde Coletiva, [S.L.], v. 26, n. 3, p. 5157-5170, out. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320212611.3.06352020>.
3. CONFORTIN, Susana Cararo; GIEHL, Maruí Weber Corseuil; ANTES, Danielle Ledur; SCHNEIDER, Ione Jayce Ceola; D'ORSI, Eleonora. Autopercepção positiva de saúde em idosos: estudo populacional no sul do brasil. Cadernos de Saúde Pública, [S.L.], v. 31, n. 5, p. 1049-1060, maio 2015. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00132014>.
4. ESTEVE-CLAVERO, Aurora; AYORA-FOLCH, Ana; MACIÁ-SOLER, Loreto; MOLÉS-JULIO, Maria Pilar. Fatores associados à qualidade de vida dos idosos. Acta Paulista

de Enfermagem, [S.L.], v. 31, n. 5, p. 542-549, 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201800075>.

5. FERREIRA, Milene Silva; SONODA, Lilian Tiemi; BARBOSA, Sandra Alves; FRANCO, Fabio Gazelato de Mello; CARVALHO, José Antônio Maluf de. Physical rehabilitation in the frailty syndrome among the elderly. *Acta Fisiátrica*, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 1-1, 2014. Universidade de São Paulo, Agencia USP de Gestao da Informacao Academica (AGUIA). <http://dx.doi.org/10.5935/0104-7795.20140006>.

6. FERREIRA, Olívia Galvão Lucena; MACIEL, Silvana Carneiro; COSTA, Sônia Maria Gusmão; SILVA, Antonia Oliveira; MOREIRA, Maria Adelaide Silva Paredes. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. *Texto & Contexto – Enfermagem*, [S.L.], v. 21, n. 3, p. 513-518, set. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-07072012000300004>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/fMTQ8Hnb98YncD6cC7TTg9d/>. Acesso em: 10 set. 2023.

7. FURTADO, Brenda Natally Soares; OLINDA, Ricardo Alves de; COSTA, Gabriela Maria Cavalcanti; MENEZES, Tarciana Nobre de. Fatores relacionados à capacidade física de membros superiores e inferiores de idosos quilombolas. *Ciência & Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 26, n. 10, p. 4591-4602, out. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320212610.11252021>.

8. GUERRA, Ana Carolina Lima Cavaletti; CALDAS, Célia Pereira. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*, [S.L.], v. 15, n. 6, p. 2931-2940, set. 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-81232010000600031>.

1823

9. JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; MEDEIROS, Bartolomeu Figueiroa de; BRITO, Ana Maria de. UM OLHAR SOBRE O PROCESSO DO ENVELHECIMENTO: a percepção de idosos sobre a velhice. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, [S.L.], v. 9, n. 2, p. 25-34, ago. 2006. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1809-9823.2006.09023>.

10. PARADELLA, Rodrigo. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. Agência IBGE notícias, 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: 26, set. 2023.

11. PARIOL, Carolina Liz Lopes et al. A influência da autoestima no processo do envelhecimento. *Diálogos Interdisciplinares*, v. 8, n. 1, p. 45-52, 2019.

12. PASKULIN, Lisiane Manganelli Girardi; CÓRDOVA, Fernanda Peixoto; COSTA, Francine M. da; VIANNA, Lucila Amaral Carneiro. Percepção de pessoas idosas sobre qualidade de vida. *Acta Paulista de Enfermagem*, [S.L.], v. 23, n. 1, p. 101-107, 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002010000100016>.

13. SCHERRER, Gerson; PASSOS, Kleyton Góes; OLIVEIRA, Leticia Meazzini de; OKUNO, Meiry Fernanda Pinto; ALONSO, Angélica Castilho; BELASCO, Angélica Goncalves Silva. Atividades de vida diária, sintomas depressivos e qualidade de vida de idosos.

Acta Paulista de Enfermagem, [S.L.], v. 35, p. 1-1, 2022. Acta Paulista de Enfermagem. <http://dx.doi.org/10.37689/acta-ape/2022a00237345>.

14. SCIAMA, Debora Sipukow; GOULART, Rita Maria Monteiro; VILLELA, Vera Helena Lessa. Envelhecimento ativo: representações sociais dos profissionais de saúde das unidades de referência à saúde do idoso. Revista da Escola de Enfermagem da Usp, São Paulo, v. 54, 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1980-220x2018056503605>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/7jXtCFr9bc6BRBR3KZ9HpFS/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2023.

15. SILVA, Alexandre Moreira de Melo; MAMBRINI, Juliana Vaz de Melo; ANDRADE, Juliana Mara; ANDRADE, Fabiola Bof de; LIMA-COSTA, Maria Fernanda. Fragilidade entre idosos e percepção de problemas em indicadores de atributos da APS: resultados do elsi-brasil. Cadernos de Saúde Pública, [S.L.], v. 37, n. 9, p. 1-1, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00255420>.

16. SILVA, Francisco Luis Cunha; SANTANA, Wilson Ribeiro de; RODRIGUES, Tatyanna Silva. ENVELHECIMENTO ATIVO: o papel da fisioterapia na melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa. Revista Uningá, [S.L.], v. 56, n. 4, p. 134-144, 5 abr. 2019. Editora UNINGA. <http://dx.doi.org/10.46311/2318-0579.56.euj2321>.

17. SILVA, Isnanda Tarciara da; PINTO JUNIOR, Elzo Pereira; VILELA, Alba Benemerita Alves. Autopercepção de saúde de idosos que vivem em estado de coresidência. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, [S.L.], v. 17, n. 2, p. 275-287, 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1809-98232014000200006>.

1824

18. SOUZA, Gislaine Alves de; GIACOMIN, Karla Cristina; FIRMO, Josélia Oliveira Araújo. A necessidade de cuidado na percepção de pessoas idosas em processo de fragilização. Cadernos Saúde Coletiva, [S.L.], v. 30, n. 4, p. 486-495, 21 nov. 2022. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x202230040506>.

19. TEIXEIRA, Jéssica Sobrinho; CORRÊA, Jimilly Caputo; RAFAEL, Carla Beatriz da Silva; MIRANDA, Valter Paulo Neves; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Envelhecimento e percepção corporal de idosos institucionalizados. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, [S.L.], v. 15, n. 1, p. 63-68, 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1809-98232012000100007>.

20. VILELA-JUNIO, Juscelino Francisco; SOARES, Vitor Marcilio Gomes; MACIEL, Ana Maria Sá Barreto. A importância prática da cinesioterapia em grupo na qualidade de vida de idosos. Acta Fisiátrica, [S.L.], v. 24, n. 3, p. 1-1, 2018. Universidade de São Paulo, Agência USP de Gestão da Informação Acadêmica (AGUIA). <http://dx.doi.org/10.5935/0104-7795.20170024>.

21. WOLLMANN, Patrícia Galdino de Andrade et al. ASSOCIAÇÃO ENTRE A AUTOPERCEPÇÃO DO ENVELHECIMENTO E A AUTOPERCEPÇÃO DA SAÚDE. Estud. Interdiscipl. Envelhec, Porto Alegre, v. 23, n. 3, p. 95-110, 2018.