



**LIGA DE ENSINO DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO UNIVERSITÁRIO DO RIO GRANDE DO NORTE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM**

Bruno Vianny de Oliveira Freire e Mariana Crislany Silva da Costa

**A CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O ENVELHECIMENTO
SAUDÁVEL E A QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS IDOSAS: revisão integrativa
da literatura.**

Natal/RN
2026

BRUNO VIANY DE OLIVEIRA FREIRE E MARIANA CRISLANY SILVA DA COSTA

A CONTRIBUIÇÃO DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA O ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E A QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS IDOSAS: revisão integrativa da literatura.

Projeto de pesquisa apresentado ao Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário do Rio Grande do Norte, como requisito parcial para conclusão da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientadora: Prof.^a Me. Aíla Marôpo Araújo.

Natal/RN
2026

RESUMO:

O envelhecimento populacional tem se intensificado nas últimas décadas, configurando-se como um importante desafio para os sistemas de saúde em razão do aumento da expectativa de vida e da elevada prevalência de doenças crônicas não transmissíveis entre a população idosa. Nesse contexto, a educação em saúde destaca-se como uma estratégia fundamental para a promoção da saúde, a prevenção de doenças e o fortalecimento do autocuidado, contribuindo para a manutenção da autonomia, da independência funcional e da qualidade de vida das pessoas idosas. Diante dessa realidade, este estudo teve como objetivo conhecer como a educação em saúde pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), contemplando publicações no período de 2018 a 2025. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, nove estudos compuseram a amostra final. Os resultados evidenciaram que as ações de educação em saúde favorecem o fortalecimento do autocuidado, a adoção de hábitos de vida saudáveis, a prevenção de doenças e a promoção da autonomia da pessoa idosa. Ademais, fatores como escolaridade, apoio familiar, participação social e acesso aos serviços de saúde mostraram-se relevantes para a promoção do envelhecimento saudável. Também foram identificados desafios relacionados à implementação de políticas públicas voltadas à saúde da pessoa idosa e à capacitação dos profissionais de saúde para o desenvolvimento de ações educativas. Conclui-se que a educação em saúde constitui uma estratégia essencial para a promoção do envelhecimento ativo e saudável, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida, a manutenção da capacidade funcional e o fortalecimento da participação da pessoa idosa no cuidado com a própria saúde.

Palavras-chave: Envelhecimento Populacional, Saúde do Idoso, Educação em Saúde, Promoção da Saúde.

1 INTRODUÇÃO

O mundo tem passado por rápidas e significativas mudanças no envelhecimento populacional. Tanto que, desde 1995, a expectativa de vida ao nascer teve um aumento de 8,4 anos e, em 2024, atingiu 73,3 anos, com projeções apontando que o número de pessoas com 60 anos ou mais deverá chegar a 1,4 bilhão até 2030. Diante disso, adotar medidas de prevenção de doenças e de promoção da saúde para esse grupo etário pode reduzir significativamente os riscos de desenvolver problemas de saúde (WHO, 2025).

O envelhecimento populacional tem se tornado cada vez mais evidente. Nesse contexto, surgem as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), sendo o sedentarismo, o tabagismo e a hipertensão arterial as condições clínicas com maior prevalência na população idosa, além de serem as principais situações que motivam a procura pelos serviços de saúde e que requerem intervenções para diagnóstico, prevenção e tratamento (FRANCISCO et al., 2022).

É fato que o processo de envelhecimento também está associado a alterações fisiológicas e metabólicas que favorecem o surgimento e a progressão de diversas doenças e agravos à saúde, destacando-se a hipertensão arterial sistêmica, o diabetes mellitus, a obesidade e outras doenças crônicas não transmissíveis. Nesse contexto, a educação alimentar e nutricional constitui uma estratégia fundamental para a promoção da saúde e da qualidade de vida da população idosa, contribuindo para a prevenção, o controle e o manejo dessas condições clínicas. Além disso, a educação em saúde pode ser compreendida como um processo educativo que visa desenvolver conhecimentos, habilidades e atitudes que favoreçam a autonomia e a adoção de práticas saudáveis pelos indivíduos, contribuindo para a promoção da saúde e a prevenção de doenças (ROCHA; SILVA; AMORIM, 2024).

No contexto nacional, de acordo com o Censo Demográfico Brasileiro de 2022, mudanças significativas ocorreram na estrutura demográfica do país, marcadas

pelo acelerado envelhecimento populacional. Os dados evidenciaram que o número de pessoas com 65 anos ou mais cresceu 57,4% em apenas 12 anos, passando de cerca de 14 milhões, em 2010, para mais de 22 milhões, em 2022. Esse aumento acompanha a elevação da idade mediana da população, que passou de 29 anos, em 2010, para 35 anos, em 2022, o que demonstra uma progressão do envelhecimento nacional (IBGE, 2022).

Nesse contexto, destaca-se a Carta de Ottawa, a qual traz que a saúde vai além da ausência de doenças e envolve também o bem-estar físico, mental e social, bem como os determinantes sociais da saúde, como educação, habitação, renda e alimentação. Tal relevância se dá para a população idosa, uma vez que a promoção do envelhecimento saudável não depende somente dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde, mas também de condições sociais, econômicas e ambientais (OTTAWA, 1986).

Vale destacar a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), a qual defende a promoção do envelhecimento saudável, a prevenção de doenças e garante acesso a serviços de saúde adequados (BRASIL, 2006). Já o Estatuto da Pessoa Idosa, outro dispositivo legal, protege os direitos da pessoa idosa com prioridade, dignidade, assistência social e proteção contra a violência, sendo fundamental para um envelhecer mais saudável. Além disso, oferece cuidado integral e inclusão social, garantindo autonomia, participação e qualidade de vida (BRASIL, 2003).

Dessa forma, investir na educação em saúde para a população idosa é, portanto, um passo decisivo para um futuro mais inclusivo e para um envelhecimento ativo e com qualidade de vida. Nesse sentido, a educação em saúde, entendida pelo Ministério da Saúde como um processo que ajuda as pessoas a aprenderem mais sobre temas relacionados à saúde, se tornando autônomos, permitindo que elas participem ativamente do cuidado com a própria saúde e tomem decisões mais conscientes (FALKENBERG et al., 2013). Ela contribui para aumentar a autonomia da população, fortalecendo o diálogo com profissionais e gestores de saúde para que o atendimento atenda melhor às suas necessidades. Para que essas práticas sejam eficazes, é importante a participação conjunta dos profissionais de saúde, dos gestores e da população, valorizando tanto a prevenção e a promoção da saúde quanto os cuidados de tratamento. Quando colocada em prática por meio das

orientações dos profissionais de saúde, como a enfermagem, contribui significativamente para a promoção da saúde. Contudo, para que isso se torne realidade, a educação em saúde não deve ficar restrita apenas ao ambiente de saúde; a população idosa deve levar o conhecimento adquirido também para sua rotina, ambientes de convivência e para a vida (REZENDE et al., 2025).

Diante do exposto, a atuação do profissional deve ser pautada na competência, na dignidade humana e na escuta ativa terapêutica, com o intuito de garantir ao paciente em idade mais avançada acolhimento e atenção às suas necessidades, na busca por qualidade de vida. Nesse cenário, o enfermeiro desempenha papel fundamental por meio da aplicação de conhecimentos técnicos e científicos na identificação precoce de sinais e sintomas, no planejamento e na implementação de estratégias de prevenção de doenças e agravos, bem como na promoção da saúde e do autocuidado (FREITAS et al., 2022).

Com isso, a importância da educação em saúde na promoção do envelhecimento saudável torna-se evidente diante do contexto demográfico atual, em que a população idosa apresenta um crescimento substancial e acelerado. Essa realidade traz à tona a necessidade de atenção especial às demandas e aos desafios que as pessoas idosas enfrentam, uma vez que a educação em saúde não apenas capacita os indivíduos a tomarem decisões mais assertivas sobre seus cuidados e necessidades, como também auxilia na promoção de práticas saudáveis que podem melhorar a qualidade de vida na terceira idade. Assim, pretende-se, com este estudo, conhecer como a educação em saúde pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa. Diante disso, questiona-se: Como a educação em saúde pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa?

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A promoção de um envelhecimento saudável está entre as metas dos objetivos de desenvolvimento sustentável para 2030. Em 2020 a expectativa de vida que era de 72,8 passou para 73,1 anos para o público masculino enquanto o público feminino foi de 79,9 para 80,1 anos, verifica-se que houve um aumento populacional

que representa uma satisfação social na melhoria da qualidade de vida e um dos fatores que contribuiu foi a busca do acesso aos serviços de saúde (BRASIL, 2022).

Nesse contexto de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) as projeções apontam para a ocorrência de uma diminuição da população brasileira em relação ao nascimento até 2041 por conta da baixa taxa de fecundidade e aumento da população idosa no qual a expectativa de vida se elevou de 71,1 anos em 2020 para 76,4 em 2023 e a projeção é que em 2070 chegue aos 83,9 anos. Essas evidências levam a um impacto na rede de saúde, previdência social, pressão no mercado de trabalho na qual aumenta a necessidade de políticas públicas voltadas para este grupo (IBGE, 2024).

É importante salientar que o conceito de envelhecimento populacional compreende desde pessoas com 60 anos até aquelas com 100 anos ou mais, diante dessa diversidade para efeitos de políticas públicas, o grupo costuma ser dividido em dois subgrupos: os “idosos novos” (entre 60 e 79 anos) e os “muito idosos” (80 anos ou mais). Diante disso, a forma como os hábitos de vida busca suprir as necessidades nutricionais do corpo, são fatores imprescindíveis para atingir a saúde de uma forma geral (BRASIL, 2022).

De fato, envelhecer de forma saudável é parte de uma estratégia para garantir que as pessoas possam chegar a fase de idade superior aos 60 anos e desfrutem de uma vida mais longa e saudável, além disso consiste em causar reflexões acerca da forma como as pessoas pensam sobre o que é envelhecer além de oferecer cuidados integrados e serviços de saúde primários, combater preconceitos e estereótipos relacionados a saúde garantindo que os idosos tenham acesso a cuidados adequados e dignos (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2024).

Segundo o artigo 2º da Lei nº 10.741/2003 que estabelece o Estatuto do Idoso, a pessoa idosa tem os mesmos direitos inerentes a população geral sem prejuízo da proteção integral, assegurando-os por lei, todas as oportunidades e facilidades preservando sua saúde física, mental, intelectual, espiritual e social em condições de liberdade e dignidade. O artigo 10º reforça que é obrigação do Estado e da sociedade assegurar à pessoa idosa os direitos civis e individuais garantidos na Constituição Federal e nas demais legislações (BRASIL, 2003).

Contudo, é importante destacar que o envelhecimento populacional também traz pessoas em processo de fragilização na qual possuem limitações físicas, emocionais e sociais o que demandará de cuidados da rede social de apoio familiar

que é fundamental nesse processo de manutenção da vida. Nesse sentido, o cuidado representa segurança, afeto e suporte preservando a integridade da pessoa idosa no processo de envelhecimento (SOUZA; GIACOMIN; FIRMO, 2022).

Segundo Costa e Fuzaro Júnior (2018), diante da elevação da expectativa de vida mudanças fisiológicas como a diminuição das funções sensoriais (olfato e paladar) afeta de forma direta o processo nutricional e pode gerar um declínio na cadeia alimentar e isso implica no aparecimento de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes, doenças cardiovasculares e obesidade.

Dessa forma, o cuidado com a pessoa idosa ultrapassa o aspecto físico pois abrange aspectos emocionais, culturais e sociais já que o envelhecimento não deve ser apenas algo biológico, mais uma experiência que garanta a dignidade e autonomia com reconhecimento familiar e social (SOUZA; GIACOMIN; FIRMO, 2022).

Para Freitas et al. (2022), para que se tenha um cuidado com a pessoa idosa, dentro da equipe multiprofissional, destaca-se o enfermeiro que deve valorizar a individualidade do paciente de maneira a respeitar a sua forma de expressar e para além de construir uma relação de confiança favorecendo uma abordagem centrada na pessoa.

Nessa direção, a enfermagem contribui para o envelhecimento saudável da população desempenhando um papel essencial no processo de envelhecimento auxiliando os idosos na adoção de hábitos de vida saudáveis, compensação de limitações específicas a idade além de mediar as dificuldades inerentes ao processo da velhice. Assim, a implementação de ações promoção da saúde e educação devem ser o foco para buscar melhorar o bem-estar físico, emocional e social desses idosos (SILVA et al., 2020).

Diante disso, a educação em saúde é fundamental para incentivar a reflexão e a adoção de hábitos saudáveis e nesse contexto a enfermagem desempenha um papel essencial ao desenvolver práticas educativas como escuta ativa compartilhada para estimular as pessoas mais idosas a praticarem o autocuidado envolvendo não apenas o idoso, mais a família e sociedade (FIDELIS; OLIVEIRA, 2020).

Ao tratar-se de educação em saúde, considerando os princípios de Paulo Freire, tem por objetivo promover uma prática dialógica, emancipatória com participação da população mais idosa na qual são receptores de informações integrando o conhecimento com vivências cotidianas que favoreçam o autocuidado pela saúde. Contudo a forma de levar informação sobre saúde para esse grupo de

peças na fase mais velha garante não apenas a prevenção de doenças e complicações, mais um diálogo de autonomia, dignidade e a participação dessas pessoas para promover um envelhecer saudável e inclusiva. (Freire 1987; Rezende et al.,2025).

3 METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com o objetivo de conhecer como a educação em saúde pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa.

A seguir, será apresentada, de forma sucinta o passo a passo do processo de elaboração da revisão integrativa: (1) elaboração da pergunta norteadora: “Como a educação em saúde pode contribuir para o envelhecimento saudável da pessoa idosa?”, (2) a busca na literatura foi realizada nas bases de dados, (3) realizou-se a coleta de dados dos artigos selecionados, (4) análise crítica dos estudos incluídos, com o objetivo de avaliar a relevância dos estudos para a temática, (5) em seguida, foi elaborado um fluxograma (Figura 1) mostrando como foi feita a seleção dos artigos, seguido de um quadro-resumo (Quadro 1), para demonstrar o processo de seleção dos estudos e sintetizar as principais informações extraídas dos estudos selecionados, (6) discussão dos resultados e a apresentação da revisão integrativa. (SOUZA et al., 2010).

As bases de dados que foram utilizadas para a coleta de dados são: Scientific Electronic Online (SCIELO), Literatura Latino-americana e do caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) abrangendo o período de 2018 a 2025 utilizando os descritores previamente definidos para a pesquisa.

Para a busca foram utilizados os seguintes descritores: Dinâmica Populacional, Saúde do Idoso, Educação em Saúde, Promoção da Saúde. Foi utilizado o operador AND para a combinação dos descritores e busca nas bases de dados.

Os critérios de inclusão foram artigos que mencionam sobre o envelhecimento populacional abordando a educação em saúde, texto completo e nos idiomas português, inglês, espanhol. Os critérios de exclusão foram artigos repetidos, revisão

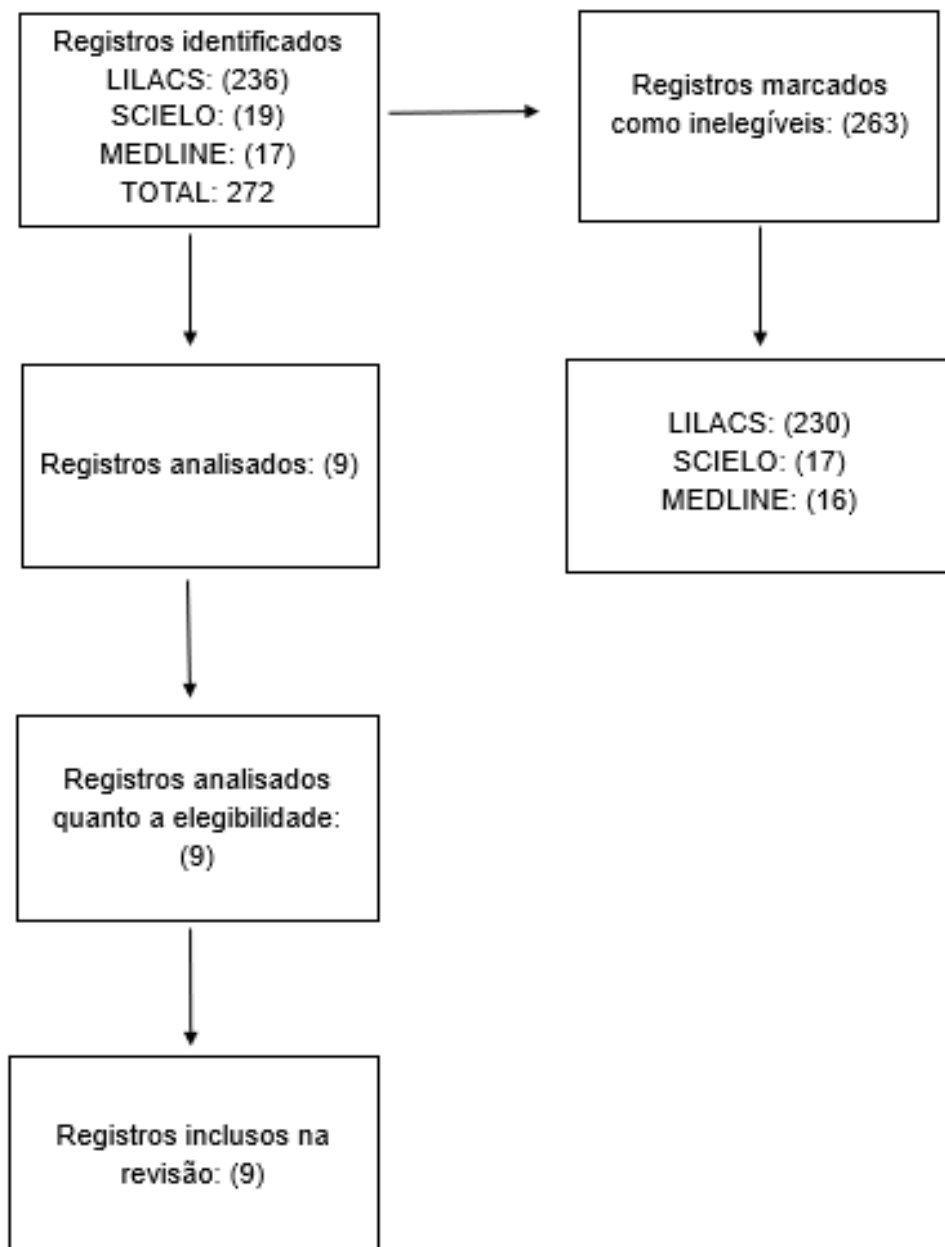
integrativa, relato de experiência, teses, dissertações, editoriais, boletins, protocolos e manuais.

Ao todo, foram identificados 272 estudos nas três bases de dados pesquisadas. Na base LILACS, foram encontrados 236 estudos, dos quais três atenderam aos critérios de inclusão e exclusão e foram selecionados para análise. Na SciELO, a busca resultou em 19 publicações, sendo selecionados três (3) artigos após a aplicação dos critérios estabelecidos. Já na base MEDLINE, foram encontrados 17 artigos, dos quais três (3) foram considerados elegíveis para compor a amostra final do estudo.

Após a leitura dos títulos, resumos e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 9 artigos foram selecionados para compor esta revisão integrativa da literatura.

Posteriormente, ao processo de seleção dos estudos foi organizado e apresentado por meio de um fluxograma, elaborado para demonstrar de forma clara as etapas de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos artigos. O fluxograma permite visualizar todas as etapas percorridas até a composição da amostra final do estudo.

Figura 1 – Fluxograma de como os estudos foram selecionados. Natal/RN, 2026.



Fonte: Elaborado com adaptação pelos autores com base em Page et al., (2021).

4 RESULTADOS

Os estudos analisados demonstraram que a educação em saúde contribui significativamente para o envelhecimento saudável da pessoa idosa ao promover conhecimentos e habilidades que favorecem o autocuidado, a adoção de hábitos saudáveis e a manutenção da capacidade funcional. Nesse sentido, destacaram-se o estímulo à prática regular de atividade física, a adoção de comportamentos promotores da saúde e a participação em atividades educativas comunitárias, fatores que se mostraram protetores por contribuírem para a preservação da independência, da autonomia e da qualidade de vida.

Além disso, os resultados evidenciaram a necessidade de capacitação dos profissionais de saúde para atender às demandas da população idosa com maior eficiência, qualidade e integralidade, fortalecendo as ações educativas e ampliando o acesso a informações que favoreçam a promoção da saúde e a prevenção de doenças.

Os estudos também apontaram que fatores sociais, como escolaridade, renda, apoio familiar e participação comunitária, influenciam significativamente a percepção de saúde e o bem-estar da população idosa, podendo potencializar os benefícios das ações de educação em saúde e favorecer um envelhecimento mais ativo e saudável.

As pesquisas ainda ressaltaram a importância do Sistema Único de Saúde (SUS) na assistência à pessoa idosa, especialmente no desenvolvimento de ações educativas voltadas à promoção da saúde. Entretanto, permanecem desafios relacionados à continuidade do cuidado e à efetiva implementação das políticas públicas destinadas a esse grupo populacional.

Por fim, os resultados reforçam que o fortalecimento das ações de promoção da saúde, prevenção de doenças, incentivo ao autocuidado e integração entre os setores da saúde, educação e assistência social constitui estratégia fundamental para promover um envelhecimento ativo, saudável e com melhor qualidade de vida, evidenciando o papel da educação em saúde como ferramenta essencial nesse processo.

Diante do exposto, os artigos selecionados que compõem a revisão integrativa foram organizados no quadro-resumo abaixo.

Quadro 1 - Estudos incluídos na revisão integrativa por autor, título, ano, tipo de estudo e considerações sobre a temática. Natal/RN, 2026.

Autores	Título	Ano	Tipo de estudo	Considerações sobre a temática
<p>Maria José Caetano Ferreira Damaceno e Mara Qualio Chirelli.</p>	<p>Implementação da Saúde do idoso na estratégia Saúde da Família: visão dos profissionais e gestores.</p>	<p>2019</p>	<p>Pesquisa exploratória.</p>	<p>Destacou a importância do incentivo a ampliação da implementação da PNSPI (expansão e efetivação das diretrizes que garantem atenção integral, humanizada e envelhecimento ativo aos idosos no SUS) por meio de gestores municipais comprometidos com as necessidades dessa transição demográfica, com vistas à clínica ampliada e com o estabelecimento de protocolos específico, investimentos maiores nos instrumentos de cogestão e no desenvolvimento de uma rede de atenção à saúde do idoso integrada.</p> <p>Os resultados indicaram dificuldades na implementação da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa na Estratégia Saúde da Família, como a ausência de ações específicas, limitações na acessibilidade, despreparo profissional e fragilidades na gestão e nas ações intersetoriais.</p> <p>Destacou-se a necessidade de fortalecer a cogestão, a clínica ampliada e a educação em saúde para melhorar o cuidado à população idosa.</p>

Lúcia Soares Buss Coutinho e Elaine Tomasi.	Déficit de autocuidado em idosos: características, fatores associados e recomendações às equipes de Estratégia Saúde da Família.	2020	Inquérito Populacional.	Abordou a importância de investir na escolarização entre os idosos, bem como realizar ações de educação em saúde com o objetivo de proporcionar o componente de poder do autocuidado. O estudo com idosos atendidos na Atenção Primária identificou prevalência de déficit de autocuidado em cerca de 25% da amostra. Os resultados mostraram associação significativa com baixa escolaridade, inatividade física, dependência funcional, pior percepção de saúde, multimorbidade e hábitos alimentares inadequados, reforçando a necessidade de intervenções da Estratégia Saúde da Família voltadas à promoção do autocuidado na pessoa idosa.
Renato Peixoto Veras e Martha Oliveira.	Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado.	2018	Análise Crítica.	Em síntese, destacou um modelo de atenção à saúde do idoso que se pretenda eficiente deve aplicar todos os níveis de cuidado, isto é, possuir um fluxo bem desenhado de ações de educação, promoção da saúde, prevenção de doenças evitáveis, postergação de moléstia, cuidado o mais precocemente possível e reabilitação de agravos.
Ana Paula Santana Coelho Almeida, Bruno Pereira Nunes, Suele Manjourany Silva Duro, Rita de Cassia Duarte Lima, Luiz Augusto Facchini.	Falta de acesso e trajetória de utilização de serviços de saúde por idosos brasileiros.	2018	Estudo transversal.	Analizou o acesso de idosos brasileiros aos serviços de saúde. Evidenciou baixa falta de acesso e importante papel do SUS na promoção da equidade e universalidade da assistência. Destacou a necessidade de integração dos serviços para garantir cuidado integral à população idosa.
Carla Ferreira do Nascimento, Yeda Aparecida de Oliveira Duarte, Alexandre Dias Porto	Fatores associados à limitação da mobilidade funcional em idosos do Município de São Paulo, Brasil: análise comparativa ao longo de 15 anos.	2022	Estudo longitudinal.	Identificou um aumento das limitações na mobilidade funcional entre 2000 e 2015. As limitações estiveram associadas a doenças crônicas e vulnerabilidades socioeconômicas, destacando a necessidade de políticas de

Chiavegatto Filho.				prevenção e promoção da saúde da pessoa idosa.
Margareth Santos de Amorim, Marlon Brendo da Silva Benigno, Thaiza Teixeira Xavier Nobre.	Envelhecimento e saúde pública: construção de indicadores para monitorar a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.	2025	Estudo metodológico.	Desenvolveu uma matriz de indicadores para avaliar a implementação da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa no Brasil. A proposta considerou dimensões como acesso, integralidade, equidade e participação social, sendo estruturada a partir de princípios do SUS e do modelo de Donabedian. A matriz foi organizada em seis categorias principais, incluindo atenção integral à saúde, engajamento social e desenvolvimento profissional. Conclui-se que o instrumento contribui para a avaliação das políticas públicas voltadas ao envelhecimento, tornando o processo mais abrangente e sensível às necessidades da população idosa.
Marília Miranda Forte Gomes, Luiz Alexandre Rodrigues da Paixão, Andrea Mathes Faustino, Rebeca Carmo de Souza Cruz, Leides Barroso Azevedo Moura.	Marcadores da autopercepção positiva de saúde de pessoas idosas no Brasil.	2021	Estudo quantitativo, de natureza descritiva.	Analisou os determinantes da autopercepção positiva de saúde em idosos brasileiros, utilizando dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2013. Os resultados indicaram que fatores como maior escolaridade, ausência de doenças crônicas, estilo de vida saudável e melhor condição socioeconômica estão associados a uma percepção mais positiva da saúde. Conclui-se que os determinantes sociais influenciam diretamente a autopercepção de saúde, reforçando a importância de políticas públicas voltadas à equidade e promoção da saúde da pessoa idosa.

<p>José Antonio Diniz de Oliveira, José Mendes Ribeiro, Isabel Cristina Martins Emmerick, Vera Lucia Luiza.</p>	<p>Longevidade e custo da assistência: o desafio de um plano de saúde de autogestão.</p>	<p>2019</p>	<p>Estudo descritivo e analítico.</p>	<p>Analizou a relação entre envelhecimento populacional e custos assistenciais em um plano de saúde de autogestão, com base em dados administrativos de 1997 a 2016. Os resultados mostraram aumento expressivo da população idosa, especialmente dos maiores de 80 anos, acompanhado de elevação significativa das despesas em saúde. Conclui-se que o envelhecimento está diretamente associado ao aumento dos custos assistenciais, destacando a importância de estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças para garantir a sustentabilidade do sistema.</p>
<p>Aristeia Nunes Sampaio, Jader de Andrade Bezerra, Maria Aline do Nascimento Oliveira, Isabela Saura Sartoreto Mallagoli, Italo Everton Bezerra Barbosa, Angélica Gonçalves Silva Belasco.</p>	<p>Qualidade de vida de pessoas idosas participantes de grupos comunitários na Amazônia Ocidental Brasileira: um estudo transversal.</p>	<p>2024</p>	<p>Estudo transversal.</p>	<p>Comparou a qualidade de vida de idosos participantes e não participantes de grupos comunitários na Amazônia Ocidental Brasileira. Foram utilizados instrumentos da Organização Mundial da Saúde para avaliação da qualidade de vida, com análise estatística entre os grupos. Os resultados indicaram que a participação em grupos comunitários está associada a melhores escores de qualidade de vida em diferentes domínios. Conclui-se que o engajamento social contribui para a promoção da saúde e para um envelhecimento mais saudável.</p>

Fonte: Elaborado pelos autores.

5 DISCUSSÃO

Veras e Oliveira (2018) destacaram que o envelhecimento populacional aumenta a demanda por serviços de saúde e exige modelos de cuidado integrais e contínuos. Diante disso, evidencia-se a importância da promoção da saúde, da prevenção de doenças e agravos, da reabilitação e da manutenção da capacidade funcional da

pessoa idosa, de modo que a atenção multiprofissional, a educação em saúde e o monitoramento precoce de fragilidades tornam-se fundamentais. Nesse contexto, a educação em saúde contribui para o envelhecimento saudável ao favorecer a aquisição de conhecimentos e o desenvolvimento de competências que auxiliam a pessoa idosa na adoção de comportamentos promotores da saúde e na prevenção de agravos. Além disso, os autores ressaltam o papel das políticas públicas na garantia dos direitos da população idosa e na promoção de um envelhecimento ativo, saudável e com qualidade de vida.

Corroborando essa perspectiva, Nascimento et al. (2021) identificaram o aumento das limitações de mobilidade funcional entre idosos ao longo dos anos, associado principalmente à idade avançada, ao sexo feminino, às doenças crônicas e às condições socioeconômicas desfavoráveis. Dentre as doenças, destacam-se o acidente vascular cerebral (AVC), as doenças osteoarticulares e a dor lombar como fatores relacionados ao declínio funcional. Os resultados do estudo reforçam a influência das desigualdades sociais e dos hábitos de vida na saúde da pessoa idosa. Assim, torna-se fundamental investir em ações de promoção da saúde, prevenção de doenças e o acompanhamento contínuo para a preservação da autonomia, sendo a educação em saúde uma estratégia importante para orientar mudanças nos hábitos de vida e reduzir fatores de risco modificáveis.

No que se refere à implementação das políticas voltadas à saúde da pessoa idosa, Damaceno e Chirelli (2019) apontam fragilidades no âmbito municipal, com ações limitadas e pouco estruturadas. Na análise, foi observada a ausência de um plano específico para a saúde da pessoa idosa e a insuficiente execução das diretrizes da política. Também foram identificadas lacunas relacionadas à educação permanente, à atenção domiciliar e à promoção do envelhecimento ativo, já que os resultados reforçaram a necessidade de fortalecer o planejamento, a capacitação profissional e a integração dos serviços. Esses aspectos são essenciais para ampliar a efetividade das ações de educação em saúde direcionadas à população idosa.

De maneira semelhante, Amorim et al. (2025) destacam que os profissionais de saúde enfrentam dificuldades para a implementação de ações de educação permanente. Nesse sentido, cabe mencionar que, apesar da existência da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa, suas diretrizes não são plenamente implementadas na prática. Para os gestores, muitas vezes, trata-se apenas de mais uma política pública, o que gera uma espécie de invalidação das necessidades da

população idosa, limitando as ações de promoção e educação em saúde e prejudicando a capacitação dos profissionais para atuarem de forma integral. Tal cenário compromete o potencial da educação em saúde como instrumento de promoção do envelhecimento saudável.

Com base nesse contexto, Almeida et al. (2018) ressaltam que a enfermagem, por estar na linha de frente da assistência à população, possui papel de destaque nas práticas educativas, pois o enfermeiro atua como facilitador do conhecimento e incentivador da autonomia da pessoa idosa, reforçando que sua atuação ultrapassa o cuidado técnico e engloba orientações, escuta qualificada e apoio emocional nos serviços de saúde. Dessa forma, a educação em saúde desenvolvida pela enfermagem fortalece o autocuidado e favorece a tomada de decisões mais conscientes sobre a própria saúde.

Além da atuação dos profissionais, Oliveira et al. (2018) destacam a importância da valorização da população idosa nos diferentes níveis de atenção à saúde, por meio do acompanhamento contínuo e individualizado, do acolhimento e da atenção domiciliar com monitoramento precoce de riscos e fragilidades. Essas estratégias são fundamentais para evitar agravos e reduzir a procura por serviços de maior complexidade. Associadas às ações de educação em saúde, contribuem para a manutenção da autonomia e da qualidade de vida da pessoa idosa.

Sob outra perspectiva, Gomes et al. (2021) demonstraram que a autopercepção de saúde dos idosos é influenciada por determinantes sociais, econômicos e de saúde, como escolaridade, ausência de doenças crônicas, boa capacidade funcional e participação em atividades sociais e religiosas, que estiveram associadas a uma percepção mais positiva da saúde. Por outro lado, limitações funcionais, presença de doenças crônicas e desigualdades regionais contribuíram para avaliações negativas. Os achados reforçam a necessidade de políticas públicas que promovam educação, inclusão social, autonomia e acesso equitativo aos serviços de saúde para um envelhecimento saudável. Nesse sentido, a educação em saúde pode contribuir para ampliar o acesso à informação e fortalecer a autonomia da pessoa idosa frente aos cuidados com a saúde.

Complementando esses achados, Coutinho e Tomasi (2020) demonstraram que o déficit de autocuidado em idosos está associado a piores condições de saúde, dependência funcional, multimorbidades, baixa escolaridade e inatividade física. Em contrapartida, a prática regular de atividade física e hábitos saudáveis mostraram-se

fatores de proteção para a autonomia e qualidade de vida. Os resultados reforçam a importância da educação em saúde e de ações intersetoriais voltadas ao fortalecimento do autocuidado, contribuindo para um envelhecimento mais saudável e independente. Esses achados evidenciam que a educação em saúde favorece mudanças comportamentais capazes de impactar positivamente a saúde e a funcionalidade da pessoa idosa.

Por fim, Sampaio et al. (2024) afirmam que a participação em grupos comunitários está associada a melhores níveis de qualidade de vida entre idosos, especialmente nos aspectos psicológico, social, ambiental e de autonomia. Destacaram-se os benefícios dos grupos que combinam atividade física e educação em saúde, promovendo bem-estar, integração social e fortalecimento de vínculos. Os resultados reforçam a importância de estratégias que incentivem a participação social como forma de promover a saúde, prevenir o isolamento e favorecer um envelhecimento ativo e saudável. Dessa forma, a educação em saúde mostra-se uma ferramenta capaz de promover não apenas conhecimentos relacionados à saúde, mas também inclusão social, autonomia e melhoria da qualidade de vida durante o envelhecimento.

6 CONCLUSÃO

Conclui-se que a educação em saúde constitui uma estratégia essencial para a promoção do envelhecimento saudável, uma vez que contribui para a ampliação do conhecimento, fortalecimento do autocuidado e incentivo à autonomia da pessoa idosa. Os estudos analisados evidenciam que ações educativas, quando integradas à prática dos profissionais de saúde, favorecem a adoção de hábitos saudáveis, a prevenção de agravos e a melhor compreensão sobre o processo de envelhecer. Além disso, a educação em saúde fortalece o vínculo entre profissionais e usuários, sendo fundamental para a construção de um cuidado mais humanizado, integral e contínuo.

Entretanto, observa-se que sua efetividade ainda enfrenta desafios relacionados à fragilidade na implementação de políticas públicas, à insuficiência de recursos humanos e à necessidade de maior qualificação profissional. Nesse contexto, torna-se fundamental ampliar estratégias educativas intersetoriais e

capazes de efetivar e ampliar o cuidado. Dessa forma, a educação em saúde não se limita à transmissão de informações, mas se configura como um instrumento de transformação social, contribuindo para um envelhecimento mais ativo, digno e saudável.

Os estudos também evidenciam fragilidades na implementação das políticas públicas voltadas a saúde da pessoa idosa, especialmente no que se refere a organização dos serviços, a capacitação profissional e a efetivação das diretrizes da política nacional de saúde da pessoa idosa. Apesar disso, destaca-se o papel fundamental da estratégia de saúde da família como principal cenário de atuação das ações educativas, ainda que com limitações estruturais e de recursos humanos.

Por fim, os resultados demonstraram que a educação em saúde contribui significativamente para o envelhecimento saudável ao promover autonomia, prevenção de agravos, autocuidado e inclusão social. No entanto, sua efetividade depende da articulação entre políticas públicas, qualificação profissional e fortalecimento das ações intersetoriais, evidenciando a necessidade de um modelo de cuidado mais integral, contínuo e centrado nas reais necessidades da população idosa.

REFERÊNCIAS

MENTE ATIVA. *In*: REZENDE, Lilian Cristina *et al.* **MENTE ATIVA: EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PESSOAS IDOSAS: ATIVIDADES QUE PROMOVEM O BEM VIVER.** 1. ed. Minas Gerais: [s. n.], 2025. ISBN:978-65-86593-56-3. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2025/08/1611681/e-book-educacao-em-saude-para-pessoas-idosas.pdf>. Acesso em: 9 out. 2025.

FREITAS, Maria Alice *et al.* O ENFERMEIRO NO CUIDADO À PESSOA IDOSA: CONSTRUÇÃO DO VÍNCULO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. **Ciênc. cuid. saúde**, [s. l.], 21 mar. 2022. DOI 10.4025/ciencucuidsaude.v21i0.59911. Disponível

em: <https://www.revenf.bvs.br/pdf/ccs/v21/1677-3861-ccs-21-e59911.pdf>. Acesso em: 9 out. 2025.

ENVELHECIMENTO Saudável. OPAS, 5 mar. 2024. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel#:~:text=O%20envelhecimento%20saud%C3%A1vel%20%C3%A9%20um,vida%20ao%20longo%20da%20vida>. Acesso em: 9 set. 2025.

MARIA ALICE, Freitas; NADIA PINHEIRO DA, Costa; ÂNGELA MARIA, Alvarez. O ENFERMEIRO NO CUIDADO À PESSOA IDOSA: CONSTRUÇÃO DO VÍNCULO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE. **Cienc Cuid Saude**, Cienc Cuid Saude, p. 1-10, 2 abr. 2022. DOI 10.4025/cienc cuidsaude.v21i0.59911. Disponível em: <https://www.revenf.bvs.br/pdf/ccs/v21/1677-3861-ccs-21-e59911.pdf>. Acesso em: 11 set. 2025

JUNIOR, Gilson Fuzaro; DO CARMO, Elisangela Gisele; FUKUSHIMA, Raiana Lídice Mór; DONADELLI, Paula Secomandi; COSTA, José Felipe Riani. Alimentação e nutrição no envelhecimento e na aposentadoria. **O que vamos fazer depois do trabalho? Reflexões sobre a preparação para aposentadoria**, [S. l.], p. 1-15, 15 mar. 2016. DOI 10.7476/9788579837630. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/n8k9y/pdf/costa-9788579837630-08.pdf>. Acesso em: 13 set. 2025.

CASA CIVIL. **Lei nº 10.741, de 13 de setembro de 2003**. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. (Redação dada pela Lei nº 14.423, de 2022). [S. l.], 1 out. 2003. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm. Acesso em: 13 set. 2025.

POPULAÇÃO do país vai parar de crescer em 2041. Estatísticas Sociais: Luiz Bello, 2 dez. 2024. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/41056-populacao-do-pais-vai-parar-de-crescer-em-2041>. Acesso em: 13 set. 2025.

SOUZA, Gislaine Alves de *et al.* A necessidade de cuidado na percepção de pessoas idosas em processo de fragilização. **Cad saude colet, (rio j)**, [s. l.], 30 abr. 2022. DOI <https://doi.org/10.1590/1414-462X202230040506>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/4MkrhhhsGdVg5QMqfbsTmZN/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 16 set. 2025.

RODRIGUES, Rosalina Aparecida Partezani; KUSUMOTA, Luciana; MARQUES, Sueli; FABRÍCIO, Suzele Cristina Coelho; CRUZ, Idiane Rosset; LANGE, Celmira. POLÍTICA NACIONAL DE ATENÇÃO AO IDOSO E A CONTRIBUIÇÃO DA ENFERMAGEM. **Texto Contexto Enferm**, [s. l.], 10 ago. 2007. DOI

<https://doi.org/10.1590/S0104-07072007000300021>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/tce/a/hqnHhSfSQqQRXCtL4rFFJvH/?format=pdf&lang=pt>.

Acesso em: 16 set. 2025

VERAS, Renato Peixoto; OLIVEIRA, Martha. Envelhecer no Brasil Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Ciênc. Saúde Colet**, [s. l.], 6 jun. 2018.

DOI:10.1590/141381232018236.04722018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/snwTVYw5HkZyVc3MBmp3vdc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 out. 2025.

ENVELHECIMENTO: População global. [S. l.], 21 fev. 2025. Disponível em:

<https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/population-ageing>.

Acesso em: 14 out. 2025.

SAÚDE DO IDOSO: ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM NO CONTEXTO DO ENVELHECIMENTO POPULACIONAL. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, Sao paulo, v. 11, n. 4, p. 1-9, 14 abr. 2025.

DOI 0.51891/rease.v11i4.18839. Disponível em:

<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/18839/11087>. Acesso em: 14 out. 2025.

MARIA STOLES BERGAMO FRANCISCO, Priscila; GOMES DE MACEDO

BACURAU, Aldiane; DE ASSUMPÇÃO, Daniela. Prevalencia de doenças crônicas e posse de planos de saúde em idosos. **Cad. saúde pública** 2022, [s. l.], 18 jul. 2022.

DOI <https://doi.org/10.1590/0102-311XPT040522>. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csp/a/L7RBH9XjqXnSCvH37h4S3vP/?format=html&lang=pt>.

Acesso em: 14 out. 2025.

BRASIL. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto da Pessoa Idosa e dá outras providências. Brasília, DF, 2003. **BRASIL.** Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Aprova a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília, DF, 2006.

THE PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *RESEARCH METHODS AND REPORTING*, [S. l.], p. 1-9, 4 jan. 2021. DOI <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.n71>. Disponível em: <https://www.bmj.com/content/bmj/372/bmj.n71.full.pdf>. Acesso em: 23 jun. 2026.

FALKENBERG, Mirian Benites; MENDES, Thais de Paula Lima; MORAES, Eliane Pedrozo de; SOUZA, Elza Maria de. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*, [s. l.], p. 1-6, 15 mar. 2013. DOI 10.1590/1413-81232014193.01572013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/kCNFQy5zkw4k6ZT9C3VntDm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 23 jun. 2026.