



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM  
CURSO DE ENFERMAGEM**

**MARIA REGINA LACERDA DE ANDRADE**

**DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS ACERCA DA PERDA GRADATIVA  
DE AUTONOMIA: REVISÃO INTEGRATIVA**

**CAMPINA GRANDE  
2019**

MARIA REGINA LACERDA DE ANDRADE

**DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS ACERCA DA PERDA GRADATIVA  
DE AUTONOMIA: REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado a/ao Coordenação/ Departamento do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

**Orientador:** Prof. Dr. Manoel Freire de Oliveira Neto.

**CAMPINA GRANDE  
2019**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

A553d Andrade, Maria Regina Lacerda de.  
Desafios enfrentados pelos idosos acerca da perda gradativa de autonomia [manuscrito] : revisão integrativa / Maria Regina Lacerda de Andrade. - 2019.  
16 p.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2019.  
"Orientação : Prof. Dr. Manoel Freire de Oliveira Neto, Departamento de Educação Física - CCBS."  
1. Autonomia. 2. Envelhecimento. 3. Idosos. I. Título  
21. ed. CDD 613.043 8

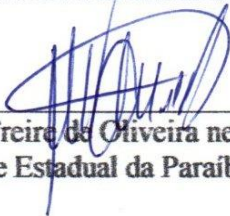
MARIA REGINA LACERDA DE ANDRADE

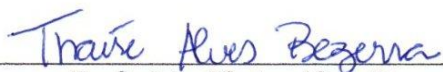
DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS ACERCA DA PERDA GRADATIVA DE  
AUTONOMIA: REVISÃO INTEGRATIVA


Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)  
apresentado a/ao Coordenação/Departamento  
do Curso de Enfermagem da Universidade  
Estadual da Paraíba, como requisito parcial à  
obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

Aprovada em: 17/06/2019.

BANCA EXAMINADORA

  
\_\_\_\_\_  
Prof. Dr. Manoel Freire de Oliveira Neto. (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Ma. Thaise Alves Bezerra  
Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

  
\_\_\_\_\_  
Profa. Dra. Lindomar Farias de Belém  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 MÉTODOS.....	7
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	8
3.1 Perda da autonomia no contexto social.....	11
3.2 Fatores que contribuem para a perda da autonomia.....	11
3.3 Medidas para manutenção da autonomia dos idosos.....	12
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
REFERÊNCIAS.....	13

## DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS ACERCA DA PERDA GRADATIVA DE AUTONOMIA: REVISÃO INTEGRATIVA

Maria Regina Lacerda de Andrade<sup>1</sup>

### RESUMO

**Introdução:** O processo de envelhecimento humano caracteriza-se por um conjunto de mudanças ao longo da vida, nos contextos sociais, biológicos, psicológicos, econômicos e funcionais. Durante o envelhecer, observa-se um aumento nas perdas, tanto físicas quanto sociais, déficits cognitivos e motores, surgimento de doenças crônicas, fraqueza muscular, e o comprometimento da capacidade funcional da pessoa idosa. A priorização do autocuidado dar-se pela busca da realização de atividades comumente executadas no cotidiano, que dependendo do agravo há perda parcial ou total da função. **Objetivo:** avaliar a produção científica acerca dos desafios enfrentados pelos idosos na perda gradativa de autonomia relacionada ao processo de envelhecimento. **Métodos:** trata-se de uma revisão integrativa realizada por meio da coleta de dados a partir de fontes secundárias. Priorizou-se em selecionar os artigos por meio da relevância com o tema estudado e os filtros utilizados, nas bases de dados selecionadas. Na primeira busca obteve-se 388 artigos na BVS e 24 na SciELO. **Resultados:** após análise criteriosa obteve-se o total de 08 artigos como resultado final do estudo, classificados em três eixos temáticos que possibilitaram a discussão: perda da autonomia no contexto social; fatores que contribuem para a perda da autonomia; medidas para a manutenção da autonomia dos idosos. **Considerações Finais:** Conclui-se que o processo de envelhecimento traz desafios a serem enfrentados, visto que com o passar dos anos a funcionalidade, dependência e autonomia do idoso sofrem declínio. Ressalta-se a importância das equipes multidisciplinares com enfoque na enfermagem desenvolverem ações para promoção a saúde da população idosa.

**Descritores:** Autonomia. Envelhecimento. Idosos.

### ABSTRACT

**Introduction:** The process of human aging is characterized by a set of changes throughout life, in social, biological, psychological, economic and functional contexts. During aging, there is an increase in both physical and social losses, cognitive and motor deficits, onset of chronic diseases, muscular weakness, and impaired functional capacity of the elderly person. The prioritization of self-care is given by the pursuit of activities commonly performed in daily life, depending on the impairment there is partial or total loss of function. **Objective:** To evaluate the scientific production about the challenges faced by the elderly in the gradual loss of autonomy related to the aging process. **Methods:** This is an integrative review carried out through the collection of data from secondary sources. It was prioritized to select the articles by means of relevance with the studied subject and the filters used, in the selected databases. In the first search was obtained 388 articles in the VHL and 24 in SciELO. **Results:** after a careful analysis, we obtained a total of 08 articles as final results of the study, classified in three thematic axes that allowed the discussion: loss of autonomy in the social context; factors that contribute to the loss of autonomy; measures to maintain the autonomy of the elderly.

---

<sup>1</sup> Discente de Graduação em Enfermagem na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.  
E-mail: maralacerdapb@hotmail.com

**Final Considerations:** It is concluded that the aging process presents challenges to be faced, since over the years the functionality, dependence and autonomy of the elderly suffer decline. It is important to emphasize the importance of multidisciplinary teams with a focus on nursing to develop actions to promote the health of the elderly population.

**Keywords:** Autonomy. Aging. Seniors.

## 1 INTRODUÇÃO

A população idosa tem aumentado consideravelmente nos últimos anos em grande parte do mundo, e principalmente em países desenvolvidos e em desenvolvimento, ocasionado pelo aumento da expectativa de vida da população, melhores condições de vida, avanço da medicina e uma preocupação maior no que se refere a saúde pública (OLIVEIRA et al., 2016). Esse crescimento progressivo reflete na sociedade como um problema de saúde pública, evidenciando a necessidade de buscar estratégias que promovam a qualidade de vida dessa população (SILVA; PRÁ, 2014).

O processo de envelhecimento humano caracteriza-se por um conjunto de mudanças ao longo da vida, nos contextos sociais, biológicos, psicológicos, econômicos e funcionais. No que se refere ao envelhecimento físico observa-se um declínio das capacidades, sejam elas cognitivas ou físicas, que podem estar relacionadas ao estilo de vida ou a fatores genéticos (FERREIRA; TAVARES; RODRIGUES, 2011). E assim com a longevidade da população, o perfil epidemiológico está se modificando. Viu-se a necessidade de uma política para esta população, e em 2006 foi aprovada a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), por meio da portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006, que tem a finalidade de recuperar, manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, considerando a idade a partir de 60 anos (BRASIL, 2006).

Durante o envelhecer, observa-se um aumento nas perdas, tanto físicas quanto sociais, déficits cognitivos e motores, surgimento de doenças crônicas, fraqueza muscular, e o comprometimento da capacidade funcional da pessoa idosa. Tal comprometimento interfere na saúde e no bem-estar do idoso, e, principalmente, na sua autonomia, tendo em vista que pode impedir ou dificultar a realização das atividades de vida diária, aumentando a responsabilidade da família e do sistema de saúde (REIS; TRAD, 2016).

A gerontologia é a ciência que estuda os aspectos fisiológicos, psicológicos, sociais relacionados ao envelhecimento do ser humano, para a assistência ao idoso, além disso possibilita e oferece uma gama de cuidados, objetivos e benefícios para o engajamento em atividades biopsicossociais. (CASEMIRO et al., 2016).

De acordo com Oliveira; Menezes (2011):

A capacidade funcional é definida como a aptidão de realizar as Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD) e Atividades Básicas de Vida Diária (ABVD), o que é de extrema importância para ter uma vida autônoma e independente (apud MARTEL, FLORA E LINI, 2018, p.14).

Tal estudo evidencia que os indivíduos institucionalizados tendem a ter maiores prejuízos funcionais na porção cognitiva, em decorrência do cerceamento nos fatores relacionados a resoluções dos seus problemas. Para a mudança dessa realidade seria necessário delegar que cada indivíduo, em condição minimamente favorável, tivesse autonomia para gerir seus próprios problemas. No entanto devido aos custos, os idosos são sentenciados a viver da forma que os seus responsáveis preconizam (MARTEL; FLORA; LINI, 2018).

No Brasil, o processo de envelhecer, em sua grande maioria, é inerente ao acometimento de patologias possivelmente evitáveis (BRASIL, 2006). A Rede de Atenção à Saúde (RAS) é organizada para garantir a integralidade do cuidado, no entanto existem lacunas acerca do conhecimento da dinâmica da Atenção Primária à Saúde pela população e da efetividade das ações ofertadas pelos demais serviços (BRASIL, 2010).



Diante das questões suscitadas e do agravamento da condição de saúde dos idosos, os serviços de atenção de média e alta complexidade, são por vezes a principal porta de entrada para esse público. Um grande desafio da equipe de saúde é estabilizar e reabilitar a pessoa idosa para a volta da condição mais viável de autonomia, levando em consideração todos os seus agravos. O profissional de enfermagem tornou-se peça-chave, sobretudo na ampliação e reabilitação do autocuidado. A priorização do autocuidado dar-se pela busca da realização de atividades comumente executadas no cotidiano, que dependendo do agravo há perda parcial ou total da função (NICOLATO; COUTO; CASTRO, 2016).

Os agravos de saúde perpassam várias faixas etárias, no entanto as pessoas idosas são mais afetadas devido ao preconceito, a incipiência da prevenção/educação em saúde e a baixa adesão dos gestores ao atendimento as necessidades da pessoa idosa. O profissional de saúde tem papel fundamental na recuperação e reinserção do idoso em seu cotidiano por meio do fortalecimento de ações voltadas para esse público (BRASIL, 2006).

A autonomia está diretamente ligada com o envelhecimento ativo, permitindo a liberdade moral, liberdade de pensamentos e independência para tomadas de decisões sobre a própria vida, com seus direitos de agir e decidir em seu cotidiano. A importância de estimular o idoso em participar de ações em grupos de convivências, para empoderar-se por meio da socialização com outros idosos, permitindo-se ser um idoso autônomo (LANGE et al, 2018).

Diante do crescimento da população idosa e das suas possíveis incapacidades funcionais ocasionadas pelo processo de envelhecimento e a perda da autonomia gradativa, torna-se importante analisar as produções científicas em torno desta temática a fim de evidenciar os fatores determinantes para ampliação e melhoria do cuidado à pessoa idosa. Com isso faz-se o seguinte questionamento: quais são os desafios decorrente da perda gradativa da autonomia relacionados ao processo de envelhecimento?

Perante o exposto, objetiva-se identificar a produção científica acerca dos desafios enfrentados pelos idosos na perda gradativa de autonomia relacionada ao processo de envelhecimento.

## 2 MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa realizada por meio da coleta de dados a partir de fontes secundárias, buscando artigos científicos, no período compreendido entre 2014 a 2018, que abordaram os desafios enfrentados por idosos acerca da perda gradativa de autonomia, indexados nas bases de dados bibliográficas: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), a pesquisa foi realizada entre fevereiro e maio de 2019.

De acordo com Ercole, Melo, Alcoforado (2014):

A revisão integrativa de literatura é um método que tem como finalidade sintetizar resultados obtidos em pesquisas sobre um tema ou questão, de maneira sistemática, ordenada e abrangente. É denominada integrativa porque fornece informações mais amplas sobre um assunto/problema, constituindo, assim, um corpo de conhecimento (ERCOLE; MELO; ALCOFORADO, 2014, p.9).

Para Souza, Silva e Carvalho (2010) é essencial que percorra-se alguns passos sistematizados com intuito de fundamentar o estudo, portanto no primeiro passo elaborou-se a pergunta norteadora junto com o objetivo do estudo.

O segundo caminho constitui a coleta dos artigos nas bases de dados nacionais com os seguintes descritores, verificados nos Descritores de Ciências da Saúde (DeCS): Autonomia envelhecimento e idosos. Sequencialmente os descritores foram interligados através do

operador Boleano “AND”, haja vista que as palavras continham significados diferentes, não havendo a necessidade de utilização dos demais operadores. Priorizou-se em selecionar os artigos devido a relevância com o tema estudado e os filtros utilizados, nas bases de dados selecionadas. Na primeira busca obteve-se 388 artigos na BVS e 24 na SciELO. Optou-se por alguns filtros como: artigo com acesso na íntegra, idioma em português, artigos de periódicos e publicações de 2014 a 2018. Após aplicação dos filtros resultaram 22 artigos na BVS e 7 artigos na SciELO para análise crítica e seleção final da amostra, onde obteve-se 7 artigos da BVS e 1 da SciELO. Observa-se, que não foi encontrado nenhum artigo sobre a temática no ano de 2018. Quanto aos critérios de inclusão adotou-se todos os itens supracitados dos filtros. No que tange ao processo de exclusão, os artigos que não tiveram os idosos como grupo do estudo ou amostra para análise, e artigos de revisão integrativa não integraram a seleção.

**Tabela 1:** Seleção dos artigos

Bases de Dados	Busca Inicial	Limite de Busca	Crítérios de Inclusão e Exclusão
BVS	388	22	7
SciELO	24	7	1
Total	412	29	8

Fonte: Elaborada pela Autora, 2019.

No terceiro momento os artigos foram incluídos em 2 quadros, o primeiro quadro contempla: título, periódico, autor/ ano, tipo de estudo; o segundo quadro descreve: título, objetivos, resultados e discussões.

Na quarta etapa realizou-se um aprofundamento na temática dos artigos analisando a pertinência com a questão norteadora do estudo. Os artigos selecionados trouxeram especificidades a respeito do autocuidado e da perda da autonomia e/ou a dinâmica de enfrentamento vivência acerca do declínio das funções fisiológicas.

O quinto e sexto passos trataram de demonstrar os resultados e discussões sobre os artigos relacionados aos idosos com perda da autonomia, assim como as condições que favorecem a manutenção ou o resgate de condições minimamente mais autônomas de vida.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que tange a seleção dos artigos pertinentes à pesquisa, foram encontrados o total de 412 artigos, após aplicação dos filtros, análise baseada no objetivo proposto para a pesquisa e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão restaram 08 artigos. Destes, 62,5% (5) dos artigos foram publicados em 2014, 25% (2) publicados em 2015 e 12,5% (1) em 2017. Destaca-se que não há publicações no ano de 2018 acerca do tema estudado. Podendo ser visto no Quadro 1.

**QUADRO 1** – Caracterização dos artigos quanto ao título, o periódico publicado, autor/ ano de publicação e o tipo de estudo.

Título	Periódico	Autor/ Ano	Tipo de estudo
--------	-----------	------------	----------------

O autocuidado de idosas octogenárias: desafio à Psicologia	Revista Kairós Gerontologia	Bertoletti, 2014	Estudo exploratório descritivo Abordagem qualitativa
Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas	Revista Eletrônica de Enfermagem	Mozer, 2014	Estudo transversal de cunho populacional
Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos	Revista Kairós Gerontologia	Gonzalez, 2014	Estudo qualitativo descritivo, pesquisa em campo
Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos	Ciência & Saúde Coletiva	Chiossi, 2014	Estudo transversal
Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos	Revista Psico USF	Borges, 2014	Estudo qualitativo e quantitativo
A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento	Revista Kairós Gerontologia	Ribeiro, 2015	Abordagem qualitativa
Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias	Revista Kairós Gerontologia	Alfieri, 2015	Estudo transversal
“Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais	Revista Eletrônica de Comunicação Informação & Inovação em Saúde	Barbosa, 2017	Pesquisa qualitativa

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2019.

Em relação aos periódicos a Revista Kairós de Gerontologia representa 50% (4) do total de periódicos selecionados. Os demais artigos compreendem os seguintes periódicos, correspondendo cada um a 12,5% da amostra: Revista Eletrônica de Enfermagem, Ciência & Saúde Coletiva, Revista Psico USF, e Revista Eletrônica de Comunicação Informação & Inovação em Saúde. Podendo ser visualizado no Quadro 1.

Após análise de leitura crítica e qualitativa dos artigos selecionados, emergiram três eixos temáticos que possibilitaram a discussão: perda da autonomia no contexto social; fatores que contribuem para a perda da autonomia; medidas para a manutenção da autonomia dos idosos. Os resultados obtidos que possibilitaram o processo de análise estão demonstrados no Quadro 2, que caracteriza os estudos em relação ao objetivo, resultados e conclusão correspondentes.

**QUADRO 2** –caracterização dos artigos selecionados em relação ao objetivo, resultados e conclusão.

<b>Título</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Resultados</b>	<b>Conclusão</b>
O autocuidado de idosas octogenárias: desafio à Psicologia	Produzir conhecimento acerca da percepção das idosas octogenárias sobre o autocuidado.	Os idosos encontram dificuldades em exercer a sua cidadania, devido aos estereótipos culturais da velhice que os discriminam por suas limitações e incapacidades.	A compreensão do idoso sobre envelhecimento é a medida fundamental ao desenvolvimento do autocuidado.
Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas	Avaliar a necessidade de cuidado autorreferida e a funcionalidade entre idosas religiosas.	Quando relacionada à idade os indivíduos que afirmaram necessidade de cuidado apresentam média de 85 anos.	Constatarem-se prevalências significantes nos relatos de necessidade de autocuidado relacionado ao desempenho das AVD.
Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos	Verificar suas estratégias pessoais e recursos sociais para uma velhice ativa.	Apesar de algumas limitações físicas, evidenciaram bons níveis de independência e de autonomia, com buscas diárias por serviços e resolução direta de problemas.	Conclui-se que homens idosos podem ser bons cuidadores da própria saúde.
Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos	Verificar a autopercepção de idosos ativos sobre o impacto de mudanças vocais e auditivas senescentes em sua vida diária, e a influência desta autopercepção na qualidade de vida.	A dificuldade auditiva influencia nas atividades cotidianas, e qualidade de vida do idoso.	Observa-se que, mesmo em idosos considerados ativos há um impacto das modificações comunicativas nas atividades diárias, principalmente no que se refere às questões auditivas.
Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos	Identificar a saúde autopercebida e a concepção de envelhecimento saudável em homens idosos, e avaliar suas percepções da própria qualidade de vida, em níveis globais e em domínios específicos, antes e após a participação em uma intervenção psicoeducativa em grupo.	Desafios enfrentados nos fatores físicos e fatores psicossociais Ressalta-se a necessidade de bons hábitos para o alcance de um envelhecimento saudável.	Permitiu verificar como eles estão se engajando em espaços de promoção de saúde e forneceu uma compreensão de experiências de envelhecimento ativo entre idosos do sexo masculino.

A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento	Compreender os hábitos de vida que os idosos tiveram quando jovens e a influência destes em sua saúde e envelhecimento.	A juventude se desperdiça em prazeres prejudiciais à saúde, incluindo álcool e tabaco. A grande maioria não se prepara para o futuro, não busca o cuidado com a saúde.	A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida, se relacionam com seu processo de envelhecimento e sua saúde atual.
Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias	Verificar e comparar o equilíbrio postural de indivíduos de diferentes faixas etárias.	Os valores médios das variáveis de desempenho motor nas diferentes faixas etárias, onde os piores resultados foram apresentados pelos indivíduos pertencentes ao grupo dos que possuíam 60-69 anos.	Conclui-se que o equilíbrio postural vai diminuindo conforme vai aumentando a faixa etária.
“Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais	Objetiva apresentar uma análise dos sentimentos e comportamentos de idosos que residem sozinhos pós-queda em casa e as soluções dadas por eles para evitar novos acidentes.	Os dados foram classificados como alterações físicas do ambiente e alterações comportamentais.	Os idosos consideram a queda como um fenômeno inevitável e possuem conhecimentos sobre os riscos, a perda da autonomia e a possibilidade de não residir mais sozinhos foram citados como elementos de medo.

Fonte: Dados da pesquisa, 2019.

### 3.1 Perda da autonomia no contexto social

Nesta temática enquadra-se os artigos que abordam as associações da perda de autonomia com as questões sociais de vulnerabilidade, bem como o preconceito existente na tomada de decisão de si mesmo. De acordo com Bertoletti e Junges (2014), expuseram as dificuldades que os idosos encontram para exercerem sua cidadania, devido aos meios culturais do envelhecimento que os discriminam por suas limitações e incapacidades de realizar suas atividades de vida diária.

O estudo de Barros et al (2016) identificou os fatores relacionados à capacidade funcional em idosos residentes em ILPIs, mostra-se a importante missão de coordenadores das instituições em manter um olhar para o social e a saúde desses idosos, destacando a importância de mais pesquisas sobre esse assunto, e a presença de equipes multidisciplinares inseridas nesse contexto para oferecer um cuidado integral e promover melhor qualidade de vida.

A família é a base fundamental para manutenção do reconhecimento social, sobretudo no enfrentamento de questões conflituosas vivenciadas pela a população idosa, no entanto paulatinamente com o passar da idade, os papéis tendem a se inverterem. Os pais passam de ser ativo para um ser passivo nas relações (MENDES et al., 2005).

O envelhecimento na sociedade está intimamente ligado com o ser que envelhece, para o enfrentamento das dificuldades encontradas, apresenta-se um suporte de apoio social definidos em redes de apoio, nas quais encontram o apoio formal nos centros de saúde através do cuidado integral dos profissionais multidisciplinares e em grupos de convivência fortalecendo a autonomia e inclusão social (ARAUJO et al., 2012).

O apoio informal se dar através da família, amigos, vizinhos e comunidade em geral, pois são importantes para a manutenção da qualidade de vida e é a base de apoio emocional, social e cultural. Contribuindo para um envelhecimento pautado em apoio a todas as mudanças corporais, físicas e mentais que vem com o processo gradativo do envelhecimento (ARAÚJO et al., 2012).

### **3.2 Fatores que contribuem para a perda da autonomia**

O tema sobre os fatores que contribuem para a perda da autonomia foi abordado na maioria dos artigos selecionados, correspondendo a quatro artigos.

Um dos estudos selecionados relacionou a perda da autonomia e a necessidade do cuidado com a idade dos indivíduos, geralmente acima dos 85 anos, com o desempenho das Atividades de Vida Diárias (AVD). Fernandes (2015) avaliou idosos longevos com idade a partir de 80 anos nas condições epidemiológicas, saúde e avaliação cognitiva, analisando o grau de independência e dependência de acordo com as informações adquiridas, em que dá maior ênfase a dependência do idoso relacionada a fatores associados ao risco de quedas, tendo em vista que a mobilidade da maioria necessita de supervisão, pois quanto maior for a idade, há o aumento da dependência e conseqüentemente o declínio funcional.

Os demais estudos que apresentaram resultados para esta temática, apontam a dificuldade auditiva, a falha no desempenho motor e equilíbrio postural, as dificuldades em guardar e recuperar informações e as alterações físicas do ambiente e comportamentais, como fatores predisponentes para a perda de autonomia do idoso, de acordo com Chiossi et al. (2014) e Alfieri et al. (2015). Gerando ainda mais a dependência do serviço de terceiros, assim como a impossibilidade de residirem sozinhos concomitantemente com o sentimento de medo decorrente de todo o processo de envelhecimento e dependência.

De acordo com o processo de envelhecimento ocorrem mudanças significativas com o sistema musculoesquelético, começam a perceber o declínio da marcha e flexibilidade que estão ligados com a perda de autonomia, em que os fatores correlacionados são a dependência, incapacidade e sedentarismo (SCHENATTO et al., 2009).

### **3.3 Medidas para manutenção da autonomia dos idosos**

Foram encontrados dois estudos com essa abordagem, que apontam alguns aspectos relevantes para a melhoria e manutenção da autonomia e conseqüentemente da qualidade de vida. Gonzalez e Seidl (2014), Borges e Seidl (2014). Entre esses achados, destacam-se a prevenção e o acompanhamento do autocuidado do idoso, promoção da saúde em diversos meios sociais e a promoção da saúde associada à assistência de Enfermagem.

Destaca-se a importância de avaliar a capacidade funcional dos idosos, tendo em vista o aumento da expectativa de vida nos próximos anos. Segundo Teles et al. (2017) abordaram através da avaliação de atividades instrumentais de vida diária, constatando-se a importância dos profissionais da Estratégia Saúde da Família (ESF), em ter um olhar diferenciado para os idosos, planejando ações para que desenvolvam sua capacidade funcional e assim melhorem a qualidade de vida.

De acordo com Assis et al. (2014) e Barbosa et al. (2014), ambos os estudos avaliaram o nível da capacidade funcional de idosos em Estratégia Saúde da Família (ESF), através de escalas e questionários sobre AIVD (atividades instrumentais de vida diária) e ABVD (atividades básicas de vida diária). Mostra-se a importância dos profissionais da ESF traçar ações, visando intervenções terapêuticas para melhorar a qualidade de vida e para que tenham

um envelhecimento saudável com autonomia, assim minimizando os fatores que interferem na capacidade funcional dos idosos.

Já Souza e Azevedo (2014) mostram a importância da atividade física para os idosos desenvolverem força muscular e equilíbrio, e que os exercícios sejam adaptados por meio de um profissional, para assim minimizar os riscos de tornar-se dependente funcional, assim viver com qualidade de vida e aproveitar a melhor idade com independência.

Na mesma abordagem Antonelli et al. (2017) fazem um apanhado utilizando o índice de Katz que aborda a independência e autonomia dos indivíduos, incluindo atividades básicas de vida diária. Pois, destaca-se a importância do envelhecer saudável para se preservar a capacidade funcional, possibilitando que os cuidadores ofereçam aos idosos a independência e autonomia de acordo com seu limite, compreendendo a importância do prolongamento da funcionalidade na terceira idade.

#### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o processo de envelhecimento traz desafios a serem enfrentados, visto que com o passar dos anos a funcionalidade, dependência e autonomia do idoso vai sofrendo declínio.

Alguns fatores contribuem para a perda de autonomia, como o declínio funcional natural do envelhecimento que é significativo e perceptível a mudança no equilíbrio postural, movimentos e flexibilidade, limitados de acordo com a idade. A preservação da autonomia no contexto social está associada a dois apoios fundamentais, apoio formal dos grupos de convivências e equipes multidisciplinares, e o apoio informal que se dar através da rede de amizades e familiares, pois o idoso com estas bases fortalecidas encontram-se dispostos a enfrentamentos da autonomia e independência diante da sociedade.

Entretanto, algumas medidas podem ser tomadas para favorecer a manutenção da autonomia do idoso, como a prevenção e promoção para a saúde, relacionada ao autocuidado do idoso para melhor qualidade de vida.

Esse estudo apresentou algumas limitações como: poucos artigos disponíveis na íntegra, nos últimos cinco anos e de acordo com os critérios de inclusão, o que dificultou para realização da seleção dos artigos. No entanto essas limitações não comprometeram a qualidade metodológica, desenvolvimento e à escrita do estudo.

Diante do exposto necessita-se de um número maior de investigações voltadas para essa temática, e que se correlacionem com a prática profissional de enfermagem na promoção da saúde, visando oferecer subsídios para desenvolvimento de ações voltadas a população idosa. Ressalta-se a importância deste estudo para os profissionais de saúde, enfatizando os enfermeiros, pois mostra-se a necessidade de profissionais ativos que foquem na população idosa e tracem ações de promoção a saúde e apoio nas ESF, para contribuir com a autonomia do idoso.

#### REFERÊNCIAS

ALFIERI, F. M.; Equilíbrio e mobilidade funcional em indivíduos independentes para o autocuidado de diferentes faixas etárias. **Revista Kairós, Gerontologia**, São Paulo, v.18, n.4, p. 151-163, out.- dez., 2015.

ASSIS, V. G.; et al. Prevalência e fatores associados à capacidade funcional de idosos na Estratégia Saúde da Família em Montes Claros, Minas Gerais. **Revista Brasileira de**

**Geriatrics e Gerontology**, v. 17, n. 1, p. 153-163, jan. /mar., 2014.

ARAUJO, C. K.; et al. Vínculos familiares e sociais nas relações dos idosos. **Revista Jovens Pesquisadores**. Santa Cruz do Sul-RS, n. 1, p. 97-107, 2012.

ANTONELLI, G.; et al. Avaliação da capacidade funcional de idosos em uma instituição de longa permanência de Guarapuava- Paraná. **Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc**. Santa Cruz do Sul-RS, v. 18, n. 3, p. 160-63, Jul./Set., 2017.

BARBOSA, B. R. et al. Avaliação da capacidade funcional dos idosos e fatores associados à incapacidade. **Revista Ciência & saúde coletiva**. [s.l.], v.19, n.8, p.3317-25, Jan./ Ago., 2014.

BARBOSA, M. D.; LUCENA, T. F. R.; MACUCH, R. S. “Caiu, tchau e bença”: os sentimentos, comportamentos e soluções de idosos após a queda em residências unipessoais. Reciiis – **Rev Eletron Comun Inf Inov Saúde**. Maringá – PR, v. 11, n.3, p. 1-16, jul.- set. 2017.

BARROS, T. V.P.; et al. Capacidade funcional de idosos institucionalizados: revisão integrativa. **ABCS Health Sci**. [s.l.], v.41, n. 3, p.176-180, 2016.  
DOI:<http://dx.doi.org/10.7322/abcshs.v41i3.908>

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 Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528\\_19\\_10\\_2006.html](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html). Acesso em: 18 Jun. 2019.

BRASIL, **MINISTÉRIO DA SAÚDE**, PORTARIA Nº 4.279, DE 30 DE DEZEMBRO DE 2010, Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília-DF Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt4279\\_30\\_12\\_2010.html](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt4279_30_12_2010.html). Acesso em: 18 Jun. 2019.

BORGES, L. M.; SEIDL, E. M.F.; Saúde autopercebida e qualidade de vida de homens participantes de intervenção psicoeducativa para idosos. **Psico-usf**. [S.l.], v. 19, n. 3, p.421-31, dez. 2014. FapUNIFESP (SciELO).<http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712014019003005>

BERTOLETTI, E.; JUNGES, J. R., O autocuidado de idosas octogenárias: desafios à Psicologia. **Revista Kairós; Gerontologia**. São Paulo SP, v. 17, n. 3, p. 285-303, set. 2014, FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

CASEMIRO, F. G. et al., Impacto da estimulação cognitiva sobre depressão, ansiedade, cognição e capacidade funcional em adultos e idosos de uma universidade aberta da terceira idade. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. Rio de Janeiro, v.19, n.4 p.683-94, 2016.

CHIOSSI, J. S. C. et al. Impacto das mudanças vocais e auditivas na qualidade de vida de idosos ativos. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 19, n. 8, p.3335-42, ago. 2014.

ERCOLE, F. F.; MELO, L. S.; ALCOFORADO, C. L. G. C. Revisão Integrativa versus Revisão Sistemática. **Rev Min Enferm**. [s.l.], v.18, n.1: p. 9-11, jan./mar., 2014.



FERREIRA, P. C. S.; TAVARES, D. M. S.; RODRIGUES, R. A. P. Características sociodemográficas, capacidade funcional e morbidades entre idosos com e sem declínio cognitivo. **Acta Paul Enferm.** [s.l.], v.24, n.1, p. 29-35, 2011.

FERNANDES, D. S. Avaliação da capacidade funcional de idosos longevos amazônidas. **Dissertação (Mestrado em Enfermagem)** - Universidade do Estado do Pará, Belém, 92 f., 2015.

GONZALEZ, L. M. B.; SEIDL, E. M. F. Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo-SP, v.17, n. 4, p.119-39, dez. 2014, FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

LANGE, C. et al. Promoção da autonomia de idosos rurais no envelhecimento ativo. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [s.l.], v. 71, n. 5, p.2411-17, out. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0570>

MARTEL, M. R. F; FLORA, G. D.; LINI, E. V. Avaliação da Capacidade Funcional de Idosos Institucionalizados em um Município de Pequeno Porte do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. **Revista Contexto & Saúde**, [s.l.] v. 18, n. 35, p.13-18, jul./dez. 2018.

MENDES, M. R. S. S. B.; et al. A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo - SP v. 18, n. 4, p.422-26, dez. 2005.

MOZER, N. M. S.; PASQUALOTTI, A.; PORTELLA, M. R. Necessidade de cuidado e funcionalidade entre idosas religiosas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**. Universidade Federal de Goiás. Passos Fundo - RS, v. 16, n. 3, p.619-624, 30 set. 2014. <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v16i3.21589>.

NICOLATO, F. V.; COUTO, A. M.; CASTRO, E. A. B.; Capacidade de autocuidado de idosos atendidos pela consulta de enfermagem na atenção secundária à saúde. **Revista de Enfermagem do Centro-oeste Mineiro**, [s.l.] v. 6, n. 2, p.2199-2211, 29 jun. 2016. <http://dx.doi.org/10.19175/recom.v6i2.1016>.

OLIVEIRA, L. P. B. A. D.; MENEZES, R. M. P. D. Representações de fragilidade para idosos no contexto da estratégia saúde da família. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 20, n. 2, p. 301-309, 2011.

OLIVEIRA, D. V. et al. Capacidade Funcional e Percepção do Bem-Estar de Idosas das Academias da Terceira Idade. **Estud. interdiscipl. envelhec.** Porto Alegre-RS, v. 21, n. 1, p. 91-106, 2016.

REIS, L. A.; TRAD, L. A. B., Percepção de idosos com comprometimento da capacidade funcional acerca do suporte familiar. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo-SP, v.19, n. 22, p. 175-189, 2016.

RIBEIRO, M. S.; CENDOROGLO, M. S.; LEMOS, N. F. D. A percepção dos idosos acerca de seus hábitos de vida e comportamento de autocuidado quando jovens e a influência destes na saúde e envelhecimento. **Revista Kairós, Gerontologia**, São Paulo-SP, v.18, n.2, p. 81-101, abril-jun. 2015.

SILVA, A.; PRÁ, K. R. D. Envelhecimento populacional no Brasil: o lugar das famílias na proteção aos idosos. **Argumentum**. Vitória-ES, v. 6, n. 1, p. 99-115, jan./jun. 2014.

SOUZA, C. A. B.; AZEVEDO, M. V. G. T. Avaliação de capacidade funcional de idosos praticantes de atividade física de uma unidade básica de saúde de santos-sp. **Revista UNILUS Ensino e Pesquisa**, [s.l.], v. 12, n. 26, jan./mar. 2015.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é isso? Como fazer isso? **Einstein-São Paulo**, [s.l.], v. 8, n. 1, p.102-106, mar. 2010. FapUNIFESP (SciELO), <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

SCHENATTO, P. et al. Relação da aptidão muscular e amplitude articular, por faixa etária, na marcha do idoso. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s.l.] v. 12, n. 3, p.377-89, dez. 2009.

TELES, M. A. B. et al. Avaliação da capacidade funcional de idosos cadastrados em uma estratégia saúde da família. **Revista de Enfermagem UFPE**. Recife-PE, v. 11, n. 6, jun., 2017.