

PRÁTICAS DE HUMANIZAÇÃO NA ASSISTÊNCIA AO IDOSO

Cristiane Ribeiro de Oliveira¹, Julia Vanso¹, Caroline Ribeiro Louro²

¹Graduandas do Curso de Enfermagem da Faculdade de Peruíbe;

²Docente de Enfermagem da Faculdade de Peruíbe.

RESUMO

Introdução: O crescimento da população idosa resultou na inversão da pirâmide etária brasileira e no maior número de idosos em relação a jovens e crianças. **Objetivo:** Investigar as possíveis ações para melhorar a assistência de enfermagem ao idoso, baseando-se no atendimento humanizado segundo a Política Nacional de Humanização. **Método:** O estudo foi desenvolvido através de revisão bibliográfica de natureza descritiva. As bases de dados foram Lilacs, Scielo, Bvsalud, revistas online de diversas faculdades do território brasileiro e sites governamentais, escolhidos por apresentarem bases históricas conceituais e relevância para o tema desta pesquisa. **Discussão dos resultados:** O estudo possibilitou descrever a importância da assistência de enfermagem ao idoso, baseando-se nas práticas lúdicas e nos princípios de humanização. Identificou também práticas de enfermagem para melhoria da assistência e a promoção do envelhecimento ativo e saudável. Acredita-se que a conservação funcional é determinante para a pessoa idosa, que sendo autossuficiente, desenvolve atividades de vida diárias com maior facilidade, sem a necessidade de terceiros, possibilitando maior longevidade e qualidade de vida. **Considerações finais:** São muitos os desafios impostos as pessoas idosas na busca de um envelhecimento saudável e ativo, além desses desafios naturais do envelhecimento, também precisam ser incentivadas a manter a sua independência física e mental. Para fazer isso é preciso buscar cuidados adequados e específicos diante das necessidades dos idosos, considerando uma assistência de enfermagem singular e humanizada.

Palavras-Chave: Humanização. Assistência de Enfermagem. Saúde do Idoso. Envelhecimento.

INTRODUÇÃO

A expectativa de vida dos brasileiros aumentou cerca de trinta anos no último século. O crescimento da população idosa resultou na inversão da pirâmide etária brasileira e no maior número de

idosos em relação à jovens e crianças. Esta população está cada vez mais preocupada com a sua saúde (IBGE, 2018).

A busca de soluções para as necessidades dos idosos, considerando a forma que encaram a velhice sob o aspecto social e emocional, com esperanças, desilusões e conflitos, torna-se indispensável perante este quadro (Valcarengi RV, 2015).

Cientistas e profissionais da saúde começaram a pensar mais sobre o dever de obter maiores conhecimentos para manter o bem-estar dos idosos e superar os diversos processos de doença, sendo indispensável a promoção da saúde e o incentivo de práticas que visam a manutenção da autonomia e um envelhecimento saudável (OLIVEIRA et al, 2017).

O progresso de envelhecer pode ser compreendido como uma ação natural, cientificamente chamado de senescência, que em circunstâncias normais, é considerado um processo fisiológico da diminuição progressiva da reserva funcional dos seres humanos. Porém, em circunstâncias de sobrecargas como, doenças, acidentes e estresse emocional, podem causar uma condição patológica (senilidade) que necessite de assistência (OLIVEIRA et al, 2017).

O quadro de mudança da pirâmide etária nacional (transição demográfica) acarreta grandes consequências ao sistema de saúde, visto que, com a população envelhecendo, é fundamental o avanço de novas técnicas e estratégias de prevenção de doenças, promoção a saúde, diagnóstico e tratamento. (MIRANDA, GABRIELLA, 2016).

Medidas para aperfeiçoar a qualidade de vida vem sendo argumentadas através do desenvolvimento de políticas que auxiliem para o bem-estar da terceira idade, apontando novos obstáculos para a saúde pública mundial (TÀNNUS et al, 2017).

A política nacional de saúde do idoso propaga a promoção do envelhecimento saudável, aprimorando o cuidado da capacidade funcional dos idosos, recobrando a saúde dos que adoeceram e regenerando aqueles que venham a ter sua capacidade funcional restringida, de modo a garantir-lhes continuação no meio em que vivem, realizando de forma independente suas funções na sociedade (TÀNNUS et al, 2017).

Vale a pena destacar que para a manutenção da independência é necessário que o idoso possua boas condições de vida. No passar do tempo as circunstâncias em relação a independência e autocuidado podem se modificar e os profissionais que constituem a equipe multidisciplinar tem como desafio recuperar a saúde do idoso o mais próximo possível ao cenário anterior (FERREIRA, TAVARES, RODRIGUES, 2018). Cabe então, a essas equipes, o cuidado integral, baseando-se nas políticas de saúde, para a melhoria das condições de vida deste idoso, de forma respeitosa e acolhedora (ALVES et al., 2018).

O enfermeiro é um dos profissionais que faz parte da equipe multidisciplinar e possui papel de condutor da equipe de enfermagem, alicerçado pela qualidade da assistência e segurança do paciente, com habilidades necessárias que essa demanda de saúde requer, afim de garantir o bem-estar e qualidade de vida dos idosos (CONRAD, 2017).

A aplicação do conhecimento e o aprimoramento das práticas diárias do cuidado ao paciente pela equipe de enfermagem devem levar em consideração os preceitos da política nacional de humanização (SANTANA, 2011).

Partindo desta explanação, este trabalho levanta o seguinte problema: Quais ações baseadas na humanização podem melhorar a assistência ao idoso?

Com base neste questionamento, este trabalho busca subsídios dentro do contexto da humanização, saúde do idoso e assistência de enfermagem, elencar, por meio de revisão bibliográfica, ações para assistência humanizada e empática aos idosos.

OBJETIVO

O objetivo deste trabalho é investigar as possíveis ações para melhorar a assistência de enfermagem ao idoso, baseando-se no atendimento humanizado segundo a Política Nacional de Humanização.

MÉTODO

O estudo foi desenvolvido através de revisão bibliográfica de natureza descritiva. As bases de dados foram Lilacs, Scielo, Bvsalud, revistas online de diversas faculdades do território brasileiro e sites governamentais, escolhidos por apresentarem bases históricas conceituais e relevância para o tema desta pesquisa. Foram encontrados 40 artigos e 32 foram os escolhidos por apresentarem relação com o objetivo do trabalho.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

ENVELHECIMENTO

O Brasil envelhece de maneira rápida e progressiva. Na atualidade, o país possui a quinta maior população idosa do mundo. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população idosa do Brasil é composta por 28 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais, sendo 13,7% da população

total do país. A expectativa de vida para homens e mulheres se expandiu, sendo 77,6 anos para mulheres e 70,6 para homens (LIMA CCS, 2018).

O envelhecimento é um processo de desgaste do corpo e das células, principalmente após atingir a idade adulta. O ser humano atravessa as fases: nascer, crescer e envelhecer, passando assim pela última etapa da vida, sinalizando como o fim de tudo (VYG J, KEMEDY BK, 2015).

Cada indivíduo tem consciência de que, a cada dia que passa está envelhecendo, mesmo com o progresso de tecnologias para retardar o processo de envelhecimento o máximo possível, esse fenômeno acontecerá, sendo uma condição natural e inevitável (VYG J, KEMEDY BK, 2015).

Nesta etapa da vida o corpo expõe sua maior fragilidade, podendo comprometer a autonomia do indivíduo. A atenção à saúde do idoso tem como possibilidade a reabilitação da saúde e a manutenção do autocuidado, otimizando a oportunidade de melhoria, da participação e segurança ao paciente idoso (Pereira KCR, 2017).

A fim de tornar melhor a qualidade de vida desta população e auxiliar para que os idosos descubram possibilidades para uma vida com maior qualidade, apesar das constantes limitações decorrentes do processo de envelhecimento, faz-se necessário intensificar os cuidados voltados para este público (Pereira KCR,2017).

As limitações e dependências características da idade contribuem para que essa parcela da população esteja sujeita a discriminação das pessoas, abandono e maus-tratos familiares (Morais AOD,2016).

Essa etapa da vida necessita da capacitação dos profissionais de saúde para uma assistência adequada, que atue na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa e na busca de um envelhecimento saudável, possibilitando a criação de um ambiente benéfico e favorável, proporcionando segurança, dignidade e participando de suas respectivas atividades como cidadãos com plenos direitos (Morais AOD,2016).

A política nacional do idoso (Lei nº8.842/94 e Decreto 1.948/96) tem como objetivo assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade, proporcionando o envelhecimento saudável, promovendo a prevenção e tratamento de doenças e garantindo que essa população permaneça em seu meio social (Ferreira BR,2018).

O processo de envelhecer com qualidade de vida é resultado do viver sem incapacidades, com autonomia para exercícios de suas funções, o que possibilita independência ao idoso, no ambiente socioeconômico e cultural (Guedes MBOG, 2017).

Para que isso aconteça, os profissionais de saúde devem considerar a importância de uma assistência abrangente ao público idoso, que envolva não só o cuidado com o corpo, mas também o cuidado do ser como um todo, levantando a importância da humanização no cuidar de indivíduos idosos (BRASIL, 2012; MOREIRA, CALDAS, 2019)

HUMANIZAÇÃO NA SAÚDE

No momento que se fala de humanização na saúde, rapidamente se pode ver como um processo, uma ideologia ou forma de prestar assistência ao paciente. Pode-se dizer que a humanização expõe uma forma de cuidar, compreender, abordar, sentir e respeitar o paciente como um todo (Alves DFC, 2017).

O aparecimento e as especulações que norteiam a humanização na saúde iniciaram por intermédio das diretrizes do Ministério da Saúde (MS) que criou, em 2000, o Programa Nacional de Humanização da Assistência Hospitalar (PNHAH), objetivando trazer melhorias no cuidado e atenção aos pacientes hospitalizados (Moraes AMM, 2017).

No ano de 2003 estabeleceu-se a Política Nacional de Humanização (PNH), desde então, foram empregadas e difundidas no dia a dia de toda a rede do Sistema Único de Saúde (SUS) (Moraes AMM, 2017).

A humanização é uma das políticas prioritárias do setor da saúde, no momento atual em implantação no Brasil, visto que promover saúde e humanizar o cuidado a saúde são acontecimentos de longo prazo, dinâmicos e profundamente relacionados com a forma com que se manifestam. Humanizar é uma ligação profundamente humana, produção do cuidado de saúde (Lima AA, 2018).

Contanto, a prática da humanização, considerando a Política de Humanização do SUS, se dá através da troca de conhecimentos entre usuários da rede, profissionais e sobretudo na forma de trabalhar em equipe, isto é, a humanização é uma construção de atitudes, que se encontra em sintonia com uma proposta de corresponsabilidade e qualificação (Lima ES, 2017).

Humanizar é proteger as pessoas com enfoque na preservação das funções fisiológicas, psicológicas e sociais para possibilitar bem-estar para sua saúde, seguindo o princípio de que, cada paciente tem o direito a atenção de qualidade, respeito pela dignidade pessoal e informação explicada no tempo adequado. A humanização tem favorecido uma gestão do cuidado com base nas pessoas (Ferreira BR, 2018).

A amplitude da humanização é indispensável para que os cuidados humanizados se constituam, ainda mais quando se fala em cuidado com os idosos. A atenção a este público é ardilosa quando

consideradas as doenças que podem surgir com a idade, requerendo uma atenção maior do enfermeiro e de outros profissionais que estejam cuidando do idoso (Figueiredo SEFMR,2018).

A estrutura dos cuidados está na humanização e, quando executada, proporciona o aperfeiçoamento na qualidade de vida do indivíduo (Figueiredo SEFMR,2018).

A atenção humanizada começa com um bom convívio entre os profissionais de saúde e pacientes, um fenômeno vivenciado uns pelos outros (Garcia IF,2016).

PRÁTICAS DE ENFERMAGEM PARA A PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL

A imagem da pessoa idosa está sendo modificada nas últimas décadas, em razão de aspectos culturais e sociais, essa que anteriormente era tida como improdutiva, e que sofria com a exclusão social e da família, tem mostrado uma nova personalidade, em especial devido ao ponto de vista de envelhecimento ativo (Daniel et al, 2016).

Acredita-se que a conservação funcional é determinante para a pessoa idosa. Uma pessoa idosa autossuficiente desenvolve suas atividades de vida diárias com facilidade, sem a necessidade de terceiros, possibilitando maior longevidade e qualidade de vida (Alves et al, 2017).

Existem hoje diversas organizações, instituições filantrópicas, e políticas de saúde públicas e privadas que disponibilizam espaços de convivência e de atividades que se destinam a integração e socialização da pessoa idosa, como forma de lazer e bem-estar (Duarte et al, 2019).

Os projetos costumam elaborar um ambiente de convivência, que possa ampliar as relações sociais, trabalhar os aspectos físicos, fortalecer a função motora e proporcionar a abertura de espaços públicos que estimule a prática corporal regular (Duarte et al, 2019).

A prática de atividade física tem sido descrita como fundamental no que se refere aos benefícios relacionados a saúde e qualidade de vida, especialmente para pessoas idosas, pois o nível de atividade física diminui com o progresso da idade, o que costuma provocar efeitos negativos para saúde (Ribeiro et al., 2017).

Sua prática está relacionada a melhora da qualidade de vida, além de outros benefícios, abrangendo o aumento da longevidade, redução da mortalidade e problemas funcionais. Estudos apontam que nunca é tarde para começar atividade física, pois os benefícios serão evidentes mesmo em indivíduos anteriormente sedentários (Malafaia & Buglia, 2019).

Nesse sentido, para um envelhecimento ativo e equilibrado, relacionado a fatores biopsicossociais, revela-se necessário a promoção de mudanças nas relações humanas, com o objetivo de que os idosos não

sejam submetidos a indiferenças e afastamento social, mas que fiquem incentivados a buscar o seu bem-estar (FERREIRA OGL, et al, 2012).

Esse encorajamento pode ser efetuado por meio de grupos de convívio entre idosos, com dinâmicas e oficinas, discutindo o processo de envelhecimento, com a finalidade de que este seja ativo e saudável, incluindo o indivíduo, a família e da sociedade (SARAIVA LB, et al., 2017). Desta forma, pode-se assegurar que pessoas com mais de sessenta anos conquistem a longevidade ativo e consciente da necessidade do autocuidado durante esse processo (FORMIGA LMF, et al., 2017).

Além disso, é dever do profissional de enfermagem, adjunto a uma equipe multiprofissional, promover a saúde, através de planos terapêuticos singulares que envolvam o cuidado físico, psicossocial e social, no sentido de ofertar ações de saúde efetivas (ILHAS, et al., 2016).

As estratégias educativas em saúde praticadas, em especial pela enfermagem, proporcionam motivação, compreensão e assistência frente as diferentes necessidades cognitivas, sociais, psicossociais e comportamentais necessárias na atenção ao idoso (CARVALHO KM, et al., 2018). Além do mais, tais oficinas costumam ser espaços que proporcionam escuta qualificada e troca de informações entre os participantes, possibilitando aos idosos de expor suas dúvidas, pensamentos e experiências sem julgamentos (RIBEIRO PL, et al., 2019).

Outo fator que contribui para ao bem-estar dos idosos, são as práticas de atividades em grupo, além de promover a integração entre as pessoas, a dança, atividades físicas, lúdicas e educativas são capazes de identificar possíveis alterações cognitivas, motoras e temporais que os participantes das atividades podem apresentar, o que ajuda na detecção precoce de doenças como o Alzheimer. Além disto, as interações em grupo têm efetividade para contribuir com a melhoria da qualidade de vida e da saúde, pois incentiva a pessoa idosa a socializar, participar, criar laços, além de propiciar benefícios ao equilíbrio e auxiliar no desenvolvimento, colaboram para que o idoso tenha mais autonomia e independência no cotidiano (MIRANDA AS, et al., 2020; LANGE C et al., 2018).

Para que os idosos vivenciem um envelhecimento saudável, é indicado que preservem e fortaleçam sua independência, autonomia, relações interpessoais e lazer, participando ativamente de jogos de memória, dama, dominó e atividades físicas, entre outros. Estes jogos estimulam o raciocínio e a percepção corporal e social, proporcionando satisfação e bem-estar, vivenciando produtivos momentos de convivência, trabalhando as funções físicas, psicomotoras e emocionais do indivíduo (Chariglione IPF, Janczura GA., 2013).

As atividades físicas associadas as atividades lúdicas oferecem um fator de proteção contra doenças crônicas degenerativas, que são a maior preocupação da saúde pública (Chodzko, zajto et al., 2009).

As atividades lúdicas vêm contribuindo de maneira significativa para a melhora da autoestima. De acordo com o estudo de Jorge e Jesus (1999), podem possibilitar vários benefícios, como trabalhar as emoções, melhorar a afetividade, estimular a convivência, reduzir o nível de ansiedade e angustias, além de fortalecer as funções psíquicas e cognitivas (Jorge, L,& Jesus, 1999).

Nota-se que essas atividades lúdicas e grupais são terapêuticas, motivadoras, que possibilitam momentos de bem-estar físico, mental e socialização, onde em sua forma interativa acaba diminuindo o processo natural do envelhecer, possibilitando a melhora na qualidade de vida. Principalmente, contribui para o estímulo de várias habilidades, das quais são elas: memória, criatividade, motoras, trabalhos em equipe, fortalecimento da autonomia, entre outras (SANTOS, 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo possibilitou descrever a importância da assistência de enfermagem ao idoso, baseando-se nas práticas lúdicas e nos princípios de humanização. São muitos os desafios impostos as pessoas idosas na busca de um envelhecimento saudável e ativo, além desses desafios naturais do envelhecimento, também precisam ser incentivadas a manter a sua independência física e mental. Para fazer isso é preciso buscar cuidados adequados e específicos diante das necessidades dos idosos.

As práticas de humanização aplicadas pela equipe de enfermagem, tem um papel muito importante no cuidado dos idosos, para a melhora da qualidade de vida, já que a maioria dos idosos apresentam alguma dificuldade por causa da idade, como desequilíbrio postural, alterações sensoriais, motoras e dificuldades de locomoção, diante disso o cuidado de enfermagem não está restrito apenas a assistência terapêutica do paciente, mas também tem grande influência na qualidade de vida desse público alvo.

Para isso é necessário que a equipe de enfermagem busque participar de várias áreas de saúde do idoso, como na realização de atividades lúdicas e terapêuticas como, escuta terapêutica, atividades em grupo com jogos e brincadeiras, musicoterapia, dentre outras.

Humanizar a assistência de enfermagem aos é fundamental para promover um envelhecimento saudável e ativo.

REFERÊNCIAS

Alves DFC, Mourão LF, Marques ADB. Processo de Humanização na Assistência de Enfermagem à parturiente. Fortaleza; Instituto Centro de Ensino Tecnológico;2017.

Alves, O. Costa Filho, M, dos Santos, P.& Sartorello, R. (2017). A manutenção da capacidade funcional como qualidade de vida no envelhecimento no município de São Paulo/SP. In Revista científica. Disponível em: <http://revista.unilago.edu.br/endex.php/revista-cientifica/artecle/vew/57>.

Alvarenga, G., Yassuda, M., & Cacheone, M. (2019). Inclusão digital com tablets entre idosos: metodologia e impacto cognitivo. *Psicologia, saúde & Doenças*, 20(2), 384-401
<https://doi.org/10.15309/119psd200209>.

CARVALHO KM, et al. Intervenções educativas para promoção da saúde do idoso: revisão integrativa. *Acta Paul Enferm.*2018.

Chariglione IPF, Janczura GA. Contribuições de um treino cognitivo para a memória de idosos institucionalizados. *Psico-usf, Bragança Paulista.*2013;18(1):13-22.

Chodzko-Zajko, W. J., Proctor, D. N., Fiatarone Singh, M. A., Minson, C. T., Nigg, C. R. Salem, G. J., & Skinner, J. S. (2009). Exercise and physical activity for older adults. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 1510-1530.

Daniel, F, Caetano, E. Monteiro, R, & Amaral, I (2016). Representações sociais do envelhecimento ativo num olhar genderizado. *Análise psicológica*, 34(4), 353-364. <http://doi.org/10.14417/ap-1020>

Duarte. S., Almeida, Bruno, Schuerne, L & Soares, R. (2019). Saúde e socialização: reflexões acerca do núcleo universitário da terceira idade. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/199255>.

Ferreira BR, Silva FP, Rocha FCV, et al. Acolhimento ao Idoso na Atenção Básica: Visão do Usuário. *Ver. Fund. Care. Online.*2018.

FERREIRA OGL, et al. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência Funcional. Texto Contexto Enferm, Florianópolis,2012;21(3):[513-8].

Figueiredo SEFMR, Barbosa DFM, Rodrigues WTS. Humanização no Setor Hospitalar: uma pratica a ser Revisada. Cuiabá Universidade de Cuiabá;2018.

Guedes MBOG, Lima KC, Caldas CP. Apoio Social e o cuidado integral à saúde do idoso. Natal: Universidade Federal do Rio grande do Norte;2017.

FORMIGA LMF, et al. Envelhecimento ativo: revisão integrativa. Rev.Interd. Ciên. Saúde,2017.

Garcia IF, Rodrigues ICG, Santos VLP. Humanização na hotelaria hospitalar: um diferencial no cuidado com o paciente. Curitiba: centro Universitário Internacional Uninter;2016.

ILHA S, et al. Envelhecimento ativo: reflexão necessária aos profissionais de enfermagem/saúde. Rev fundam.care.online,2016.

Jorge, L., & Jesus, M. M. (1999). Jogos e atividades lúdicas na idade avançada. In caderno de Psicologia.

Lima AA, Jesus DS, silva TL. Densidade tecnológica e o cuidado humanizado em enfermagem: a realidade de dois serviços de saúde. Salvador: Faculdade Regional A Bahia; 2018.

Lima ES, Oliveira A, Esteves AF. Cuidar do idoso na atenção primaria de saúde: dificuldades enfrentadas pelo enfermeiro. Manaus: universidade Federal do Amazonas;2017.

Lima CCS. Lei nº13.466/2017 e alteração do estatuto do idoso: uma contradição do rol de prioridade especial para pessoas com mais de 80 anos. Revista Caderno Ibero-Americano de Direito Sanitário.2018.

Morais AOD, Oliveira AEF, Matos CCS. A saúde do idoso e a saúde da família. São Luiz;2016.p.82.

Morais AMM, Barros ACS, Cardoso AVO. Importância da assistência de enfermagem humanizada. São Luiz: faculdade de Ciências e tecnologia do maranhão(FACEMA);2017.

Malafaia,F.L.,& Buglia, S.(2019). Prescrição de atividade física em idosos: nunca é tarde demais para combatermos o sedentarismo. Derc.Org.br. Disponível em: <https://www.derc.org.br/06REDERC-1-edicao-2019> atividade fisica idosos-pags 14-18 pdf

Moreira MD, Caldas CP. A importância do cuidador no contexto da saúde do idoso. Esc Anna Nery R Enferm 2007 set; 11 (3): 520 -5. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v11n3/v11n3a19.pdf>

MIRANDA SA, et al. Aplicabilidade de atividades lúdicas como parâmetro na reconhecimento do Alzheimer precoce na Atenção Básica de Saúde. Rev. Eletrônica Acervo Saúde, Abril,2020;(44), e 2250.

OLIVEIRA, F.A.;et al, Estratégias educativas para promoção da saúde de idosos de um centro de convivência. Revista Conexão UEPG, V. 13, n.3, p.500-511,2017:

Pereira KCR, Pereira KCR, Natal S. Avaliação da gestão municipal para as ações da atenção à saúde do idoso. Florianópolis. Universidade Federal da Santa Catarina; 2017.

RIBEIRO PL, et al. Oficinas lúdico-pedagógicas como estratégia para promoção da saúde no processo de envelhecer .Rev. Ciênc. Ext. v.15, n.3,p.122-136,2019.

SANTANA,M,E; CONCEIÇÃO,V.M; SOUZA, R.F; DIAS,S,E;ARAÚJO,J,S;SANTOS,L.M.S.A percepção do acadêmico de enfermagem sobre a sistematização da assistência de enfermagem,2011.Campo Grande(MS) Disponível em:<https://www.abeneventos.com.br/16senpe/senpe-trabalhos/files/0134.pd>

SARAIVA LB, et al. Avaliação Geriátrica Ampla e sua Utilização no cuidado de enfermagem a Pessoa Idosa. J Health Sci 2017.

TANNUS,R.A, et al. Envelhecimento saudável-Promoção de Saúde. In: Anais do Congresso de Ensino, Pesquisa e Extensão da UEG,(CEPE)2017.Disponível em:<https://www.anais.eug.br/endex.php/cepe/article/view/6894/4489>.

Vijg J, Kennedy BR. The Essence of Aging. New York: Albert Einstein College Of Medicine;2015

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/pnab.pdf>