

CENTROS DE CONVIVÊNCIA E ENVELHECIMENTO ATIVO: EVIDÊNCIAS SOBRE QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS BRASILEIROS

DOI: 10.5281/zenodo.20076460

Wesley dos Santos Batista

Médico. Doutor em Saúde Pública (FICS) – Assunção/PY. Pós-graduado em Geriatria e Gerontologia – FACSPAR/INEPE. Pós-graduado em Cuidados Paliativos – Hospital Israelita Albert Einstein. Membro da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG). CEO IMID Cursos e Treinamentos. Docente no curso de Medicina – UNEF e UNIFAN. drwesleybatista@gmail.com

RESUMO: **Introdução:** O envelhecimento populacional no Brasil impõe desafios à promoção da qualidade de vida da pessoa idosa, demandando estratégias de cuidado integral. **Objetivo:** Analisar o perfil sociodemográfico dos idosos e o impacto das atividades desenvolvidas em centros de convivência em diferentes regiões brasileiras. **Métodos:** Estudo descritivo, de abordagem quantitativa, realizado com 160 idosos em quatro instituições nas regiões Norte, Nordeste e Sul. Utilizou-se questionário estruturado com variáveis sociodemográficas e percepção sobre as atividades ofertadas. **Resultados:** Observou-se predominância do sexo feminino (64%) e de indivíduos viúvos (52%). A faixa etária predominante foi entre 70 e 80 anos. Cerca de 88% eram aposentados. As atividades ofertadas apresentaram alta aceitação (91%), sendo associadas à melhora da qualidade de vida, sobretudo nos aspectos sociais e emocionais. A atuação interdisciplinar foi reconhecida por 100% dos participantes como fator positivo. **Conclusão:** Os centros de convivência configuram-se como importantes dispositivos para promoção do envelhecimento ativo, reduzindo o isolamento social e fortalecendo o bem-estar.

Palavras-chave: Envelhecimento Ativo; Idoso; Qualidade de Vida; Promoção da Saúde

1. Introdução

O envelhecimento populacional brasileiro ocorre de forma acelerada e heterogênea, trazendo desafios significativos para o sistema de saúde e para as políticas públicas. Nesse contexto, a promoção do envelhecimento ativo emerge como estratégia fundamental para garantir qualidade de vida e autonomia na velhice.

O conceito de envelhecimento ativo, proposto pela Organização Mundial da Saúde, baseia-se na otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem.

Os centros de convivência para idosos constituem espaços de socialização, aprendizado e cuidado, oferecendo atividades que estimulam aspectos físicos, cognitivos e emocionais. Essas instituições desempenham papel relevante na redução do isolamento social, fator frequentemente associado a desfechos negativos em saúde.

Além disso, a atuação de equipes interdisciplinares nesses espaços favorece uma abordagem integral do cuidado, alinhada às diretrizes da Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Diante desse cenário, este estudo busca analisar o perfil dos idosos participantes de centros de convivência e avaliar o impacto das atividades ofertadas na qualidade de vida.

2. Referencial Teórico

O envelhecimento ativo é um paradigma amplamente difundido na gerontologia contemporânea. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, a participação social é um dos pilares centrais para manutenção da autonomia e independência do idoso.

Estudos conduzidos por Alexandre Kalache destacam que ambientes favoráveis e redes de apoio social são determinantes para um envelhecimento saudável, especialmente em países com desigualdades sociais.

A qualidade de vida na velhice é multidimensional, envolvendo fatores físicos, psicológicos e sociais. Segundo Anita Liberalesso Neri, a interação social e o engajamento em atividades significativas estão diretamente associados ao bem-estar subjetivo.

Centros de convivência têm sido descritos como dispositivos eficazes na promoção da saúde, contribuindo para:

- Redução de sintomas depressivos
- Melhora da funcionalidade
- Fortalecimento de vínculos sociais

Além disso, a interdisciplinaridade no cuidado amplia a resolutividade das ações, integrando diferentes saberes e práticas.

3. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, transversal, de abordagem quantitativa.

3.1 Cenários do Estudo

O estudo foi realizado em quatro instituições:

- Centro de Convivência Teonizia Lobo de Carvalho (AM)
- Unidade Básica de Saúde Armando Mendes (AM)
- Centro de Convivência Dona Zazinha Cerqueira (BA)
- Centro Geriátrico São Francisco de Assis (RS)

3.2 Amostra

Participaram 160 idosos com idade ≥ 60 anos.

3.3 Instrumentos

Aplicou-se questionário estruturado contendo:

- Dados sociodemográficos
- Percepção sobre atividades ofertadas
- Avaliação subjetiva da qualidade de vida

3.4 Coleta de Dados

Realizada por pesquisadores treinados, mediante entrevistas presenciais.

3.5 Análise dos Dados

Os dados foram analisados por estatística descritiva (frequências, médias e proporções).

3.6 Aspectos Éticos

O estudo foi aprovado sob CAAE nº 51230521.8.0000.0053, respeitando a Resolução CNS 466/12, com assinatura do TCLE por todos os participantes.

4. Resultados

A amostra apresentou predominância do sexo feminino (64%), com destaque para:

- Centro São Francisco de Assis: 78,6%
- Centro Dona Zazinha Cerqueira: 67,9%

A maioria dos participantes era viúva (52%), evidenciando a importância dos centros como espaços de suporte social. A faixa etária variou entre 60 e 90 anos, com maior concentração entre 70 e 80 anos.

Quanto à situação ocupacional:

- 88% eram aposentados
- No Centro Armando Mendes, 100% estavam aposentados

As atividades ofertadas incluíram: Dança, Práticas esportivas, Palestras educativas e Oficinas culturais.

Essas atividades apresentaram elevada aceitação (91%) e foram associadas à melhora da qualidade de vida, especialmente nos domínios social e emocional. A atuação interdisciplinar foi reconhecida por 100% dos participantes como fator positivo no cuidado à saúde.

5. Discussão

Os resultados reforçam o papel dos centros de convivência como estratégias efetivas de promoção do envelhecimento ativo. A predominância feminina observada é consistente com a literatura, refletindo maior longevidade das mulheres e maior adesão a atividades coletivas. A elevada

proporção de idosos viúvos evidencia a importância desses espaços na mitigação do isolamento social, fator de risco para depressão e declínio funcional.

A alta aceitação das atividades demonstra que intervenções baseadas em participação social e estímulo físico e cognitivo são bem-sucedidas. Esses achados estão alinhados com as diretrizes da Organização Mundial da Saúde, que destacam a participação ativa como elemento essencial do envelhecimento saudável.

A atuação interdisciplinar emerge como diferencial importante, promovendo cuidado integral e centrado no idoso. Entretanto, destaca-se a necessidade de ampliação desses serviços, especialmente em regiões com menor cobertura, a fim de reduzir desigualdades no acesso ao envelhecimento saudável.

6. Conclusão

Os centros de convivência desempenham papel fundamental na promoção da qualidade de vida da pessoa idosa, contribuindo para:

- Redução do isolamento social
- Fortalecimento de vínculos
- Melhora do bem-estar emocional

A ampliação dessas iniciativas deve ser priorizada nas políticas públicas de saúde, com incentivo à atuação interdisciplinar e à inclusão social.

Referências

1. Organização Mundial da Saúde. Active ageing: a policy framework. Geneva: WHO; 2002.
2. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa.
3. Alexandre Kalache A. Envelhecimento ativo: um marco político.
4. Anita Liberalesso Neri AL. Qualidade de vida na velhice.
5. Veras RP. Envelhecimento populacional contemporâneo.
6. IBGE. Indicadores sociais do envelhecimento no Brasil.
7. WHOQOL Group. The World Health Organization quality of life assessment.