

FEMINILIDADE, CORPO E ENVELHECIMENTO HUMANO: PERCEPÇÕES DA AUTOIMAGEM DE MULHERES IDOSAS NA VELHICE

FEMINITY, BODY AND HUMAN AGING: PERCEPTIONS OF THE SELF-IMAGE OF ELDERLY WOMEN IN OLD AGE

AMANDA SILVA PEREIRA **BONFIM**. Enfermeira graduada pela Associação de Ensino Superior do Piauí – AESPI, Teresina – PI.

MARIAAURICÉLIA SOUSA DA **SILVA**. Enfermeira graduada pela Associação de Ensino Superior do Piauí – AESPI, Teresina – PI.

JOSÉ ARNALDO MOREIRA DE CARVALHO **JUNIOR**. Enfermeiro, Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal do Piauí - UFPI; Docente do curso Bacharelado em Enfermagem da Associação de Ensino Superior do Piauí – AESPI, Teresina - PI.

ANTONIO WERBERT SILVA DA **COSTA**. Enfermeiro, pós-graduando em Docência do Ensino Superior pela Faculdade Sinapses, Teresina - PI.

AMANDA PEREIRA DE **AZEVEDO**. Enfermeira graduada pela Associação de Ensino Superior do Piauí – AESPI, Teresina – PI.

FRANCISCA WINOLA SILVA DA **COSTA**. Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Integral Diferencial – FACID, Teresina – PI.

Av Castelo do Piauí, 3506, apartamento 06, Bairro Buenos Aires, Teresina-PI. E-mail: werbert39@hotmail.com

RESUMO

Introdução: O envelhecimento populacional é um acontecimento característico, sobretudo dos países desenvolvidos e em grande parte dos países em progresso. Entre os aspectos do envelhecimento da população está o aumento da proporção de mulheres à medida que os idosos envelhecem. Objetivo: Analisar e descrever a percepção da autoimagem de mulheres na velhice, compreendendo como as mulheres idosas percebem as marcas da velhice sobre seus corpos diante das representações sociais negativas do envelhecimento humano. Metodologia: Tratou-se de uma pesquisa exploratória e descritiva, com abordagem qualitativa, as participantes foram mulheres idosas, com idade igual ou superior a 60 anos. A pesquisa foi realizada no Centro de Convivência de Idosos em Teresina - PI. O instrumento de coleta foi um roteiro de entrevista semiestruturado. O projeto foi encaminhado à comissão de Centro de Convivência de Idosos e ao comitê de ética da Universidade Paulista (UNIP) em cumprimento com a resolução 466/12, obtendo parecer favorável conforme o CAAE: 19373313.2.0000.5512. Resultados: A pesquisa foi constituída de 08 participantes do gênero feminino, sendo que dentre as participantes 50% apresentavam idade entre 61-64 anos e 50% tinham entre 72-76 anos. Considerando o estado civil, duas eram divorciadas, 04 viúvas, 01 casada e 01 solteira. A percepção dos idosos acerca de seus corpos e aparência física, não tem sido uma visão negativa ou de incapacidade. Conclusão: No presente estudo

observou-se que os danos advindos do processo de envelhecimento embora inevitáveis, não foram considerados como fator limitante para a grande maioria das idosas.

PALAVRAS-CHAVE: Percepção. Feminilidade. Envelhecimento.

ABSTRACT

Introduction: Population aging is a characteristic event, especially in developed countries and in much of the developing world. Among the aspects of population aging is the increasing proportion of women as the elderly grow older. Objective: To analyze and describe the perception of women 's self - image in old age, understanding how elderly women perceive the marks of old age on their bodies in the face of negative social representations of human aging. Methodology: This was an exploratory and descriptive study, with a qualitative approach, the participants were elderly women, aged 60 years or older. The research was carried out at the Center for the Coexistence of the Elderly in Teresina - PI. The collection instrument was a semi-structured interview script. The project was sent to the Committee for the Center for the Coexistence of Elderly People and to the ethics committee of the Paulista University (UNIP) in compliance with resolution 466/12, obtaining a favorable opinion under the CAAE: 19373313.2.0000.5512. Results: The research consisted of 08 female participants, of whom 50% were between 61-64 years old and 50% were between 72-76 years old. Considering the marital status, two were divorced, four widows, one married and one single. The perception of the elderly about their bodies and physical appearance has not been a negative or incapacitating view. Conclusion: In the present study, it was observed that the damages resulting from the aging process, although unavoidable, were not considered a limiting factor for the great majority of the elderly women.

KEYWORDS: Perception. Femininity. Aging.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é hoje um acontecimento característico, sobretudo dos países desenvolvidos e em grande parte dos países em progresso (TAVARES et al., 2011). No Brasil o cenário não é muito diferente, segundo Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE), a perspectiva, de vida do brasileiro que em 1960 era de 55,8 passou a ser de 73,5 anos em 2009. Assemelhando a população dos idosos com a população total, foi observado, que no Brasil houve um considerável aumento na proporção de idosos, em relação a outros países da América Latina (MOURA; SOUZA, 2012).

A Organização Mundial da Saúde destaca que as populações atuais terão a oportunidade de viver até os 60 anos ou mais, e que esse aumento na população idosa está acontecendo rapidamente e em conjunto com a queda das taxas de fertilidade. Destacam também que o processo de envelhecer é algo valioso que nos fazem repensar as oportunidades que a vida avançada pode ter, como também os desdobramentos em seu futuro (WHO, 2015).

Entre os aspectos do envelhecimento da população brasileira está o aumento da proporção de mulheres à medida que os idosos envelhecem. Em 2000 para um grupo de 100 mulheres existia cerca de 81 homens; em 2050,

existirá aproximadamente 76. Esse fenômeno, se evidência entre os idosos com mais de 80 anos, chegando a 61 homens para cada 100 mulheres, atingido a proporção de quase duas mulheres para cada homem (WONG; CARVALHO; PERPÉTUO, 2009).

O envelhecimento é um processo fisiológico acumulativo, sequencial e irreversível, que provoca redução das capacidades físicas, psicológicas e comportamentais. Trata-se de um processo que pode ser influenciado positivamente por fatores socioeconômicos e culturais favoráveis, alimentação adequada, realização de atividades físicas, ocupação com atividades laborais e de lazer, assim como a vivência de relacionamentos sócio afetivos que proporcionem felicidade. O indivíduo que envelhece com qualidade de vida é aquele que cultiva um sentido para viver, se mantém autônomo e independente. Realiza suas necessidades diárias, busca seus objetivos e deseja concretizar seus sonhos pessoais e familiares (SANTOS et al., 2014).

Dentre as diversas variações fisiológicas e patológicas que ocorreram com o passar do tempo percebemos que a uma busca frequente da “juventude eterna”. As mulheres acabam se afligindo mais com a aparência que é intensificada pelo climatério, pois o corpo já não tem mais a mesma disposição, provocando muitas vezes uma distorção da imagem corporal (VALENÇA; NASCIMENTO; GERMANO, 2010).

Os programas destinados à promoção da saúde voltados para o envelhecimento saudável são estratégia que proporciona a eficácia na melhoria da qualidade de vida e da saúde dos idosos. Dessa forma os programas para a terceira idade são realizados para que se possa avaliar o valor dessas ações na promoção da saúde no envelhecimento e, com isso, possibilita a emancipação do idoso, como também o envelhecer saudável, podem ajudar a reduzir a ocorrência de problemas de saúde (SANTOS et al., 2013).

O cuidado de enfermagem voltado a este grupo populacional é fundamental ter caráter humanístico e humanizado, com respeito, solidariedade, dedicação, amor e carinho. O apoio oferecido pelo enfermeiro pode fazer emergir capacidade e autonomia dos idosos, de seus familiares e de outros envolvidos no processo de cuidado. Portanto cabe ao enfermeiro dedicar ações que proporciona maior qualidade de vida à pessoa idosa (SANTOS et al., 2013).

Diante dos desafios enfrentados por mulheres no período da velhice, o presente estudo tem como objetivo analisar e descrever a percepção da autoimagem de mulheres na velhice, compreendendo como as mulheres idosas percebem as marcas da velhice sobre seus corpos diante das representações sociais negativas do envelhecimento humano.

MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa exploratória e descritiva, com abordagem qualitativa. Realizada com idosas que se encontravam no Centro de Convivência de Idosos localizado em Teresina - PI, fundado em julho de 1977, na época da ditadura militar, pelo Secretário de saúde Dirceu Mendes Arcoverde, o programa nacional de centro social urbano era integrado pelo ministério do trabalho, da saúde, da cultura, previdenciário e social. Diversas atividades são realizadas dentro do centro com a finalidade de socialização dos idosos participantes bem como mostrar para o mesmo uma outra face da velhice: um fase da vida humana cheia de potencialidades, ganhos e conquistas.

As participantes foram mulheres idosas. Como critérios de inclusão das mesmas elencaram-se: idade igual ou superior a 60 anos que participassem de duas a três vezes por semana do Centro de Convivência de Idosos e que aceitassem fazer parte da pesquisa por meio de assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE).

Como critérios de exclusão: ter idade inferior que 60 anos de idade, não ser mulher e ter déficits cognitivos que influenciem na qualidade das respostas apresentadas pelas idosas.

Para produção dos dados utilizou-se um roteiro de entrevista semiestruturado, composto de perguntas fechadas (para caracterização das participantes) e abertas.

As respostas das participantes foram gravadas com a utilização de um aparelho do tipo mp3 player e após transcritos na íntegra, preservando as falas das participantes. Os dados da pesquisa foram analisados segundo os critérios metodológicos categorizados por Minayo (2015).

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética da Universidade Paulista (UNIP) para apreciação por parte do mesmo, tendo sua aprovação por meio do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE) nº 19373313.2.0000.5512.

O estudo realizou-se em conformidade com a resolução 466/2012, que trata do respeito e da dignidade humana e pela especial proteção da vida dos participantes e sujeitos da pesquisa envolvendo seres humanos. As participantes foram esclarecidas a respeito dos objetivos, da confidencialidade das informações coletadas, da não publicação de dados que as identificassem ou fatos que implicassem em algum prejuízo a estas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 01- Caracterização dos sujeitos

Entrevistada	Idade	Escolaridade	Estado Civil	Renda
E 01	61 anos	Superior completo	Solteira	5 SM
E 02	69 anos	Fundamental Incompleto	Viúva	1 SM
E 03	62 anos	Fundamental Incompleto	Viúva	1 SM
E 04	64 anos	Fundamental Incompleto	Viúva	1 SM
E 05	72 anos	Fundamental Incompleto	Casada	3,5 SM
E 06	73 anos	Fundamental Incompleto	Divorciada	1 SM
E 07	73 anos	Fundamental Incompleto	Divorciada	1 SM
E 08	76 anos	Fundamental Incompleto	Viúva	1 SM

Fonte: Pesquisa própria. SM= Salário mínimo.

Após realização das entrevistas, com o intuito de melhor organizar as falas e caracterizar as participantes entrevistadas, confeccionou-se um quadro apresentando de maneira objetiva o perfil das idosas que participaram desta pesquisa, Quadro 1.

O grupo de participantes da presente pesquisa foi constituído de 08 idosos do gênero feminino, sendo que dentre as participantes 50% apresentavam idade entre 61-64 anos e 50% tinham entre 72-76 anos. Considerando o estado civil, duas eram divorciadas, 04 viúvas, 01 casada e 01 solteira. Dentre as participantes 07 apresentaram ensino fundamental incompleto e 01 ensino superior completo. Em relação a renda familiar, 06 recebiam um salário mínimo, 01 recebia em média 3,5 salários mínimos e uma recebia 5 salários mínimos.

Ao avaliar o perfil socioeconômico, pessoal e familiar de 40 idosas do Clube da Vovó – MG, Almeida et al. (2015), constatou que as idades variaram entre 62 e 90 anos, com uma média de 75 anos, sendo que 57,5% estavam no grupo entre 70 a 79 anos, 27,5% tinham 80 anos ou mais e 15% tinham entre 60 e 69 anos. Em relação a escolaridade as mesmas apresentavam baixo nível de escolaridade, sendo que 72,5% apresentavam ensino fundamental incompleto, enquanto 03 tinham superior completo, assemelhando-se assim aos dados encontrados na amostra do presente estudo.

Em relação aos dados sociodemográficos Aires, Paz (2008), em seu estudo realizado com 176 idosos da Unidade de Saúde da Família de Frederico Westphalen-RS, constatou que a média de idade entre os idosos foi de 69,6 anos, com faixa etária predominante entre 60 e 69 anos. Na situação conjugal das pessoas idosas prevaleceram os casados (60,8%), seguidos da viuvez (32,9%).

Segundo Veras et al. (2015), em seu estudo com 20 idosos de um centro de convivência em Teresina-PI, houve a predominância de idade esta entre 60 e 69 anos. A situação financeira mostrou homogeneidade com a maioria sobrevivendo com uma aposentadoria. Do ponto de vista da escolaridade, também concordando com este estudo, maior parte possuía o ensino fundamental incompleto e apenas alguns referiram obter ensino médio completo. Quanto ao estado civil, contrariando com este estudo, a maioria dos participantes eram casadas.

VELHICE E AUTOIMAGEM: A PERCEPÇÃO DAS MULHERES IDOSAS ACERCA DE SEUS CORPOS

O envelhecimento é considerado um processo natural e inerente a todo ser humano, marcas tais como rugas, flacidez, clãs, constituem características físicas visíveis que demarcam o início desse processo. Para uns, essas marcas são sinônimos de fragilidade, enquanto para outros constitui um tempo marcado de boas recordações e novas vivências, como se evidencia nas seguintes falas:

(...) Feliz de quem chegar onde eu cheguei, muitos talvez não chegue, tenho orgulho de chegar onde cheguei (E03).

(...) não me acho velha, então pra mim essa palavra não existe, porque a gente diz velho, mas a gente ainda tem força pra tudo, graças a Deus... não me acho velha... sou muito satisfeita (E04).

(...) nada, pra mim nem sou velha, não é porque estou cheia de dor, reumatismo, tenho neuropatia, diabetes, mas não vou botar na minha cabeça que sou velha... me sinto bem demais (E 05).

(...) porque eu to velha e faço minhas coisas tudo... (E07).

(...) não tem velhice né, nossa terceira idade é ser feliz, é gostar das coisas, respeitar todo mundo e todo mundo respeitar a gente (E08).

A percepção dos idosos acerca de seus corpos e aparência física, não tem sido uma visão negativa ou de incapacidade, pois segundo a expressão de alguns deles, a velhice tem sido algo positivo, contrapondo os pensamentos modernos que veem na velhice um sinal de intensa fragilidade e declínio da beleza física.

(...) graças a Deus, ele deixou eu ser assim mesmo, estou vivendo muito bem e quero viver, não tenho complexo com minha vida... gosto do meu corpo (E08).

(...) se eu pudesse voltar atrás, não voltaria (E03).

(...) já fui cheia de carne, hoje me acho desse jeito, mas me sinto bem, não me desgosto com isso.. sou satisfeita (E04).

(...) o tempo tem que ser esse, eu ainda me considero em cima, não tenho um pingo de preocupação com meu corpo, com marca de nada não, eu quero saber se tenho saúde, se me movo com meus próprios pés, se me cuido direito (E07).

Embora existam percepções negativas a respeito do envelhecimento e das limitações impostas com sua chegada, essa necessita ser uma fase de aproveitamento e aceitação, pois depois de anos de trabalho, essa é a etapa de desfrute das boas vivências e experiências.

Os relatos encontrados revelam que a grande maioria ver seus corpos como sinônimo de conquistas do tempo vivido, e atribuem a Deus o fato de alcançarem tal fase da vida, tendo em vista a grande quantidade de adultos jovens, que não alcançam a fase do envelhecimento.

Segundo Sousa (2013), em seu estudo, envelhecer foi considerado normal, natural. Neste sentido, o fato de não ter alguma doença é algo de grande importância, pois a qualidade de vida desta população limita-se, em alguns casos, à sua saúde. Assim, estão satisfeitos com a sua velhice e com o decorrer das suas vidas.

Conforme retrata Veras et al. (2015) há quem viva sua velhice de uma maneira diferente, ou seja, vive uma velhice com satisfação, sabendo aproveitar cada momento desse período e superar as modificações que nela existem. Esses idosos são aqueles que construíram principalmente a sua autoestima elevada. Dessa forma o grupo vive um processo de envelhecimento bem sucedido, continuando ativo, realizando as atividades de acordo com seus limites e principalmente sem sentirem-se inferiores as pessoas mais jovens.

Envelhecer com saúde e satisfação, decorre de um processo de auto aceitação da imagem e da vida, não vendo o fato de chegar a velhice como perda, pois embora as limitações físicas decorrentes da idade sejam inevitáveis, aprender a conviver com elas e superar as intempéries da vida é um processo que depende de cada ser humano em particular.

Conforme Kuznier e Lenardt (2011), o envelhecimento caracteriza também superação de momentos difíceis e obstáculos. Os idosos afirmam que as barreiras não os fazem desistir, visto que as circunstâncias complexas

aparecem na vida de todo ser humano e necessitam ser enfrentadas.

A visão preconceituosa sobre o envelhecimento muitas vezes decorre da insuficiente informação a respeito do processo, gerando significados e imagens negativas, comprometendo a vivência e a interação entre as pessoas. Esses significados compõem estereótipos que podem ou não levar à exclusão ou valorização dos idosos na comunidade.

A VELHICE LIBERTADORA: MULHERES IDOSAS E AS MARCAS DA VELHICE EM SEUS CORPOS

Do ponto de vista da velhice como um marco para a liberdade três casos merecem destaque nesse estudo. Pois para a grande maioria a fase mais jovem da vida foi marcada por uma sensação de “prisão” e falta de liberdade, seja pela presença do marido que interferia em suas decisões pessoais, ou pela presença dos filhos que exigiam cuidados ou ainda pela interferência dos pais para aquelas que não eram casadas. Tais fatos podem ser vistos nas seguintes falas:

(...) minha mãe não deixava, prefiro agora mesmo que sou eu e pronto, não curti, meu pai não deixou, levei muito fofo, tapão no pé da orelha, todo mundo ia brincar, curtir, e eu ficava só chorando (...); em 2008 eu cai no forró e não tenho ninguém pra me atrapalhar (E03).

(...) não quando eu era jovem não podia, por que tive seis filhos (E05).

(...) antes quando eu era casada e era nova, eu fui muito maltratada, tinha filho, meu marido me maltratava, e hoje, pra que vida melhor que a que eu tenho, tenho meu dinheirinho, vou pra onde eu quero (E07).

Os resultados deste estudo revelaram que o envelhecimento traz para a mulher uma liberdade que não pôde ser vivenciada na fase mais jovem da vida e o desejo de manter a autonomia em relação às atividades diárias no âmbito doméstico e na esfera social.

O envelhecimento pelos relatos encontrados foi caracterizado pela liberdade, pois os fatores considerados limitantes para o exercício dessa liberdade vão desaparecendo com a chegada da velhice, e apesar das dificuldades, desfrutar de momentos de lazer, entretenimento tornam-se mais freqüentes, do que na fase adulto jovem.

As atitudes relacionadas a liberdade na fase da velhice coincidem com as encontrada por Merighi et al. (2012) em seu estudo, uma vez que, ancoradas na perspectiva da saúde preservada, as mulheres percebem-se passíveis de ter uma vivência de lazer, tomada como uma necessidade de cuidado nesse período da vida, como se evidencia em algumas falas citadas pelas entrevistadas do estudo citado:

(...) eu sempre procuro fazer alguma coisa para me distrair. O que me distrai demais é o rádio, que é uma companhia para mim. Eu levanto e vou dormir com o rádio. E saio todo domingo com a minha irmã (E03).

(...) faço viagens, fico fora... Já viajei, fiz alguns cruzeiros

marítimos, já fui de avião para Fortaleza. Gosto de uma cervejinha. Acho a minha vida muito gostosa (E 08).

No referente às marcas da velhice no corpo físico, pôde-se observar que as características inerentes ao envelhecimento não interferem diretamente na sensação de liberdade vivenciada pelas entrevistadas, uma vez que as mesmas não consideram as marcas do envelhecimento como fator incapacitante para realizarem suas atividades, o que pode ser evidenciado nas seguintes falas:

(...) não sinto nada... hoje estou criando dois netos, ainda tenho dois filhos dentro de casa, trabalho até 10 horas da noite, tenho 62 anos, mas não me troco por certas meninas de 15 (E03).

(...) um pouco, porque as dores que eu sinto, não sentia... no que eu me levanto sentindo aquelas dores, com a labuta que eu vou fazendo, as dores vão desaparecendo do corpo, daí quando é a noite estou sem sentir nada...eu me sinto bem, no que vou trabalhando passa, não vou é me encostar, venho ai brinco, chego em casa dançando (E 04).

(...) impede não, pede é pra fazer, tenho muita disposição... tem vez que acabo de comer aí quero me deitar um pouco e vem aquele negócio me futucando, eu tenho que me levantar... tenho mais é que me movimentar (E07).

Esse mesmo fato foi evidenciado no estudo de Freitas, Queiroz e Sousa (2009), pois segundo o mesmo, as marcas advindas do envelhecimento não interferem na realização das atividades diárias, nem nas relacionadas ao lazer e entretenimento.

A velhice foi percebida como uma fase da vida marcada pelo sentimento de liberdade e vivencia de prazeres que foram de certa forma suprimidos por algum motivo durante a fase jovem da vida, e as dificuldades próprias dessa fase da vida, tais como doenças crônicas ou dificuldade referente a locomoção e dores não foram vistos como fator incapacitante ou limitante para a realização de atividades cotidianas.

MUDANÇAS CORPÓREAS PERCEBIDAS POR MULHERES IDOSAS: CONSIDERAÇÕES IMPORTANTES PARA O CUIDAR EM ENFERMAGEM

As marcas que acompanham o envelhecimento do corpo como organismo vivo são notórias, apesar de a grande maioria das pessoas lidar com o envelhecimento de forma benéfica e satisfatória, as alterações fisiológicas e sua facilitação no processo de doenças agudas ou crônicas são imprescindíveis:

(...) já apareceu outras doenças que eu nunca pensei na minha vida, fiz um tratamento de um câncer (...); os braços que eu não tenho mais força devido a cirurgia (E01).

(...) eu tenho 03 hérnias de disco (E02).

(...) hoje eu não me abaixo, não sento no chão, se eu cair eu não me levanto só (E05).

Entender que o processo de degeneração do corpo físico, a degradação da aparência tida como bela para a sociedade são imprescindíveis, e conviver com essas novas características deve ser uma nova e boa vivência para as mulheres, pois o que hoje a sociedade ver como perda, sem dúvida é o resultado de uma vida repleta de experiências e sabedoria.

Segundo o estudo de Oliveira e Menezes (2011), a maioria das pessoas idosas entrevistadas apresentava boa capacidade funcional e autonomia, e com a condição de realizar suas Instrumentais da Vida Atividades Diária (AVD's) de forma independente, necessitando de ajuda somente para algumas AIVD's, como o preparo dos alimentos, a realização das compras de alimentos e o uso de medicamentos, de transportes, a limpeza da casa e controle das finanças.

A preservação da autonomia e a capacidade de realizar a atividades de vida diária são características marcantes observadas na fala de algumas entrevistadas:

(...) eu dirijo carro, viajo só, faço minhas coisas tudo só, não me impede em nada, eu canto, danço, bebo (E01).

(...) eu faço tudo, varro casa, corto pau, limpo quintal, faço tudo não me empata de fazer nada, vou fazer 70 anos e não me impediu de nada ainda (E02).

(...) chego em casa dançando, as meninas dizem, ave Maria a mamãe nessa idade e não se aquieta, ligo o som dentro de casa e fico dançando, agradeço a Deus (E04).

Embora as doenças advindas do processo de envelhecimento e as limitações próprias da idade não sejam consideradas incapacitantes, o cuidado diário e a assistência por uma equipe de saúde são indispensáveis, uma vez que orientações e atividades preventivas nessa fase da vida são imprescindíveis. Esse cuidado pode ser evidenciado nas seguintes declarações:

(...) eu faço atividade física, faço hidroginástica (E02).

(...) todos os cremes que tem eu uso, que hidrata a pele, ando sempre de chapéu, roupas longas, mangas compridas para não queimar do sol, tenho hidratante, protetor solar... a gente tem que se cuidar em todos os sentidos da vida (E03).

A assistência da equipe de enfermagem se faz primordial no processo de envelhecer, por se tratar de uma equipe próxima ao paciente e capaz de orientar, ouvir e compreender as necessidades, aflições e dificuldades dos pacientes. Para Rinaldi et al. (2013), a assistência de enfermagem ao idoso deve ter como objetivo a manutenção e valorização da autonomia, para tanto é necessário avaliar o grau de dependência e instituir medidas voltadas para o alcance do maior grau possível de independência funcional e autonomia.

A partir de então, é preciso desenvolver um plano de intervenção que tente priorizar a melhoria da qualidade de vida, bem como o envelhecimento ativo, mantendo a capacidade funcional do idoso. Segundo Ronzani e Silva (2008), durante a assistência de enfermagem, faz-se necessário que haja uma identificação precoce dos agravos à saúde, bem como a adoção de práticas que promovam as trocas dialógicas e a de promoção à saúde.

De acordo com Whitaker (2010), promover a saúde não tem sido tão fácil, é necessário mais do que o acesso a serviços médicos-assistenciais de qualidade, é preciso enfrentar os determinantes da saúde em toda a sua amplitude, o que requer políticas públicas saudáveis, uma efetiva articulação intersetorial do poder público e a mobilização da população, ou seja, é necessário trabalhar a ideia que promover a saúde é um dever de todos.

Segundo o estudo de Santos et al. (2014), os profissionais de saúde devem lutar pela implantação de políticas públicas que facilitem promoção e prevenção, e os enfermeiros devem centrar sua atuação na educação para saúde e na assistência sistematizada privilegiando os cuidados domiciliares essenciais para a promoção e a prevenção do envelhecimento saudável.

Entender a participação da equipe de enfermagem frente ao processo de envelhecimento deve ser uma vivência diária, pois o fato dessa equipe ser capacitada a lidar com o ser humano de forma holística, o acompanhamento tanto na prevenção quanto nas enfermidades é imprescindível ao idoso.

CONCLUSÃO

No presente estudo observou-se que os danos advindos do processo de envelhecimento embora inevitáveis, não foram considerados como fator limitante para a grande maioria das idosas, e que a velhice foi considerada como uma fase produtiva da vida marcada por liberdade não vivenciada na fase jovem da vida, por fatores limitantes como filhos, pais ou esposos.

As marcas físicas próprias da velhice, não foram vistas como negativas, sendo que a grande maioria relatou gostar mais do corpo presente, mesmo que marcado pelas rugas, clãs e flacidez.

A equipe de enfermagem foi considerada essencial no processo de envelhecer com saúde, por tratar-se de uma equipe próxima ao paciente, capaz de prestar assistência hospitalar, domiciliar, familiar e sentimental.

Baseado no intenso processo de envelhecimento vivenciado no mundo nos últimos anos, e o grande número de mulheres que chegam a essa fase da vida, faz-se necessários estudos que abordem os aspectos do envelhecimento e que busquem entender como essa população se sente ao chegar nessa fase da vida, assim como despertar a equipe de enfermagem para uma prática humanizada e assistencialista.

REFERÊNCIAS

AIRES, M.; PAZ, A. A. Necessidades do cuidado aos idosos no domicílio no contexto de estratégia da saúde da família. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. n.29, v.1, p. 83-89, 2008. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/5284> Acesso em: 11 set. 2017.

ALMEIDA, V. A. et al. A Feminização da Velhice: em foco as características socioeconômicas, pessoais e familiares das idosas e o risco social. **Textos & Contextos**. v. 14, n. 1, p. 115 - 131, 2015. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.-php/fass/article/view/19830> Acesso em: 11 set. 2017.

FREITAS, M. C.; QUEIROZ, T. A.; SOUSA, J. A. V. O The meaning of old age and the aging experience of in the elderly. **Revista Escola de Enfermagem-USP**. V. 44, n.2, p. 407-412, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-6234201000020002-4&script=sci_abstract Acesso em: 11 set. 2017.

KUZNIER, T. P.; LENARDT, M. H. O idoso hospitalizado e o significado do envelhecimento. **Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro**. V.1, n.1, p.70-79, 2011. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/29> Acesso em: 11 set. 2017.

MERIGHI, M. A. B. et al. Mulheres idosas: desvelando suas vivências e necessidades de cuidado. **Rev Esc Enferm USP**. v.47, n.2, p.408-414, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342013000200019 Acesso em: 11 set. 2017.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa Social: Teoria, método e criatividade**. 34. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.

MOURA, G. A.; SOUZA, L. K. Autoimagem, socialização, tempo livre e lazer: Quatro desafios à velhice. **Textos & Contextos**. V. 11, n. 1, p. 172 -183, 2012. Disponível em: <http://revistaselettronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/view/9492> Acesso em: 11 set. 2017.

OLIVEIRA, L. P. B. A.; MENEZES, R. M. P. Representações de fragilidade para idosos no contexto Da estratégia saúde da família. **Texto Contexto Enferm**. v.20, n.2, p. 301-9, 2011. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072011000200012 Acesso em 11 Set. 2017.

RINALDI, F. C. et al. O papel da enfermagem e sua contribuição para a promoção do Envelhecimento saudável e ativo. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**. v.4, n.2, 2013. Disponível em: <http://periodicos.unb.br/index.php/rgs/article/view/22957> Acesso em: 11 set. 2017.

RONZANI, T. M.; SILVA, C. M. O Programa Saúde da Família segundo profissionais de saúde, gestores e usuários. **Ciênc. saúde coletiva**. v.13, n.1, 2008. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/registro/referencia/0000000928> Acesso em: 11 set. 2017.

SANTOS, I. E. et al. Atuação do enfermeiro na promoção da qualidade de vida na terceira idade segundo produções científicas brasileiras. **Revista Augustus**. V. 18, n.35, p. 51-62, 2013. Disponível em: <http://apl.unisuam.edu.br/revistas/index.php/revistaaugustus/article/view/196> Acesso em: 11 set. 2017.

SANTOS, A. A.P. et al. O papel do enfermeiro na promoção do envelhecimento

saudável. **Revista Espaço para a Saúde**. V.15, n.2, p. 21-28, 2014. Disponível em:

<http://www.uel.br/revistas/uel/index.php/espacoparasaude/article/view/11761>

Acesso em: 11 Set. 2017.

SOUSA, J. A. **Envelhecimento e mudanças corporais: percepção dos idosos sobre sua atual situação de vida**. Monografia (Bacharelado em enfermagem). 2013. 58 f. Faculdade de Ceilândia – Universidade de Brasília, 2013. Disponível em: www.bdm.unb.br/bitstream/10483/5928/1/2013_JanetteArnaldoSousa.pdf Acesso em: 11 Set. 2017.

TAVARES, V. O. et al. Interfaces entre a renda dos idosos aposentados rurais e o contexto familiar. **Textos & Contextos**. V. 10, n. 1, p. 94-108, 2011. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/view/8725> Acesso em: 11 set. 2017.

VALENCA, C. N.; NASCIMENTO, F. J. M.; GERMANO, R. M. Mulher no climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. **Saúde Soc.** v. 19, n. 2, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902010000200005&script=sci_abstract&lng=pt Acesso em: 11 set. 2017.

VERAS, M. L. M. et al. Processo de envelhecimento: um olhar do idoso. **R. Interd.** v. 8, n. 2, p. 119-128, 2015. Disponível em: <http://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/551> Acesso em: 11 set. 2017.

WHITAKER, D. C. A. O idoso na contemporaneidade: a necessidade de se educar a sociedade para as exigências desse “novo” ator social, titular de direitos. **Cad. Cedes, Campinas**. v. 30, n. 81, p. 179-188, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-32622010000200004 Acesso em: 11 set. 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World report on aging and health**. World Health Organization, 2015. Disponível em: <http://longevidadeadunicamp.org.br/?p=1379> Acesso em: 11 set. 2017.

WONG, R.L.R.; CARVALHO, J.A.M.; PERTÉTUO, I.H.O. **A estrutura da população brasileira no curto e médio prazos: evidências sobre o panorama demográfico com referência às políticas** In: Rede Interagencial de Informações para Saúde. Demografia e saúde: contribuição para análise de situação e tendências. Brasília, DF: OPAS; 2009. p.37-63.