

FACULDADE LABORO
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DO IDOSO

MARIA BENEDITA MENDES

COMPORTAMENTO EMOCIONAL NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

São Luís - MA
2018

MARIA BENEDITA MENDES

COMPORTAMENTO EMOCIONAL NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde do Idoso, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Orientadora): Prof.(a).Fernanda Duarte Santos Matos

São Luís - MA
2018

Mendes, Maria Benedita

Comportamento emocional no processo de envelhecimento / Maria Benedita Mendes -. São Luís, 2018.

Impresso por computador (fotocópia)

17 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Saúde do Idoso) Faculdade LABORO. -. 2018.

Orientadora: Profa. Fernanda Duarte Santos Matos

1. Envelhecimento. 2. Aspectos biopsicossociais. 3. Expectativa de vida. I. Título.

CDU: 616-053.9

COMPORTAMENTO EMOCIONAL NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização em Saúde do Idoso, da Faculdade Laboro, para obtenção do título de Especialista.

Aprovado em: ____/____/____

BANCA EXAMINADORA

(Orientadora)

Examinador 1

Examinador 2

COMPORTAMENTO EMOCIONAL NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

MARIA BENEDITA MENDES¹

RESUMO

Ao se deparar com o envelhecimento populacional, percebe-se que a expectativa de vida está aliada ao crescimento de fatores de risco associados às doenças crônicas não transmissíveis, a acidentes domiciliares, as dificuldades econômicas e à tendência ao estresse emocional. Este estudo visa identificar o comportamento emocional no processo de envelhecimento, bem como alterações comportamentais, emocionais e de pensamento, com distúrbios do humor e/ou perda/diminuição do interesse pela vida. Tratou-se de uma revisão bibliográfica, de caráter descritivo e variáveis quantitativas. Foi realizada busca de artigos científicos na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que é composto pela Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), no idioma português, utilizando-se os seguintes descritores: Envelhecimento, aspectos biopsicossociais e expectativa de vida. Os critérios utilizados para os dados foram aqueles que trataram do tema “Comportamento emocional no processo de envelhecimento”. Os artigos obtidos foram submetidos a leituras com a finalidade de realizar uma análise interpretativa direcionada aos objetivos do estudo. As pessoas adquirem conhecimentos sobre o processo de envelhecimento, têm uma tendência natural para alterar o seu comportamento, demonstrando uma maior capacidade de compreensão em face de situações cotidianas.

Palavras-chave: Envelhecimento, aspectos biopsicossociais e expectativa de vida.

¹ Especialização em Saúde do Idoso pela Faculdade Laboro, 2018.

EMOTIONAL BEHAVIOR IN AGING PROCESS

ABSTRACT

When faced with an aging population, life expectancy is associated with the growth of risk factors associated with chronic non-communicable diseases, household accidents, economic difficulties and the tendency to emotional stress. This study aims to identify emotional behavior in the aging process, as well as behavioral, emotional and thinking changes, with mood disorders and / or loss / decrease of interest in life. It was a bibliographical review, of descriptive character and quantitative variables. It was carried out a search of scientific articles in the database of the Virtual Health Library (VHL), which is composed of Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (Lilacs) and Scientific Electronic Library Online (SciELO) using the following descriptors: Aging, biopsychosocial aspects and life expectancy. The criteria used for the data were those that dealt with the theme "Emotional behavior in the aging process". The articles were submitted to readings with the purpose of performing an interpretative analysis directed to the objectives of the study. people acquire knowledge about the aging process, have a natural tendency to change their behavior, demonstrating a greater capacity for understanding in the face of everyday situations.

Keywords: Aging, biopsychosocial aspects and life expectancy.

1 INTRODUÇÃO

Segundo o Ministério de Saúde (2013) os idosos têm grande participação na população, sendo que a representação de forma triangular com base alargada e pico estreito desses indivíduos em 1990 passa a modificar-se em 2010 e tende a aumentar para 2030 e 2050, evidenciando o envelhecimento populacional. Com esse crescimento acelerado da população acima dos 60 anos, Veras (2009) ressalva as inúmeras preocupações que o acompanham no decorrer do avanço de idade, devido ao aumento das incapacidades e variadas doenças crônicas e que afeta seu comportamento emocional.

O envelhecimento representa uma série de consequências e que pode ser considerado biologicamente como a involução morfofuncional afetando os sistemas fisiológicos. No ponto de vista psíquico, o envelhecimento quando bem-sucedido, físico e psiquicamente contribui na mudança da fase de vida. Entretanto, a maioria das pessoas, não consegue se desligar dos valores da juventude e vivenciar a beleza dos anos vividos e das experiências adquiridas (MORAES; MORAES; LIMA, 2010).

O envelhecimento assusta, e a expectativa de vida aumenta através da experiência do dia-a-dia e convivência com outros idosos, além da esperança de viver mais e com qualidade, o que tem proporcionado cuidados necessários que incluem atividade física como foco fundamental na prevenção a alterações fisiológicas (LIMA; DELGADO, 2017).

Moraes; Moraes & Lima (2010) evidenciam ainda que a grande dificuldade encontrada no envelhecimento é limitada entre as mudanças cognitivas normais e patogênicas. Mediante as mudanças do envelhecimento as regiões mais sensíveis encontram-se no lobo frontal e, conseqüentemente no lobo temporal medial, cuja alterações dificultam o acesso às informações e aprendizado por conta das alterações dos órgãos dos sentidos (visão, audição, etc). O lobo frontal, apesar de não representar alteração na sua porção ventro-medial, é responsável pela regulação do comportamento social e emocional (MORAES, 2009).

Justifica-se a escolha deste tema inicialmente pela importância de avaliar a apresentação de fatores comportamentais que levam idosos a adquirirem alterações

emocionais. Questiona-se então: Quais comportamentos emocionais são afetados no processo de envelhecimento?

Este estudo visa identificar o comportamento emocional no processo de envelhecimento, bem como alterações comportamentais, emocionais e de pensamento, com distúrbios do humor e/ou perda/diminuição do interesse pela vida.

Tratou-se de uma revisão bibliográfica, de caráter descritivo e variáveis quantitativas. Foi realizada busca de artigos científicos na base de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que é composto pela Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), no idioma português, utilizando-se os seguintes descritores: Envelhecimento, aspectos biopsicossociais e expectativa de vida.

Foram levantados os artigos e selecionados para o estudo. Além disso, foram feitas consultas a programas e protocolos do Ministério da Saúde, bem como a documentos da Organização Mundial de Saúde (OMS) e Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS), livros técnicos, revistas científicas, teses e dissertações de graduação e mestrado.

Foram incluídos os artigos pesquisados que estavam na íntegra e com publicação em português e excluídos os trabalhos que se apresentavam incompletos e em línguas estrangeiras. Após a leitura minuciosa e criteriosa dos resumos dos periódicos e demais documentos consultados, foram selecionadas aquelas publicações que mais atendiam aos objetivos da pesquisa.

Os critérios utilizados para os dados foram aqueles que trataram do tema “Comportamento emocional no processo de envelhecimento”. Os artigos obtidos foram submetidos a leituras com a finalidade de realizar uma análise interpretativa direcionada aos objetivos do estudo.

Mediante a importância de um estudo mais aprofundado sobre a temática, compreendem-se assim os pontos de vista sobre o tema e como vem se configurando. Desse modo, houve uma necessidade em aprofundar, para que esse trabalho possa contribuir aos que se interessarem mais sobre o comportamento emocional do indivíduo que envelhece.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Processo de envelhecimento humano

A população mundial é representada por 2/3 da população idosa e segundo Bianco & Lopes (2015), o envelhecimento trata-se de processo natural que o ser humano passa como última etapa do ciclo vital, com mutações físicas, sociais e psicológicas. Entretanto, com o avanço da idade, o indivíduo passa por estabilização de perdas e ganhos, o que torna para o idoso negativo, contudo é fundamental para que o percurso de envelhecer ocorra de forma saudável (VANCARENCHI et al., 2011).

Em 2000, estimava-se 2,15 milhões homens entre 60 a 64 anos de idade e 2,45 milhões de mulheres entre 90 a 100 anos e população mundial era formada por 5 mil homens e 8 mil mulheres. Quanto aos homens idosos brasileiros, apenas um terço se encontrava no grupo da faixa etária dos 60 a 64 anos e 0,1% eram centenários. Segundo a expectativa da Organização das Nações Unidas (ONU) estima-se cerca de 5,33 milhões de homens entre 60 e 64 anos e 6,10 milhões de mulheres entre 90 e 100 anos no ano de 2030. Com isso, haverá uma proporção significativa quanto a população idosa brasileira, especialmente pelo cuidado com a saúde que o idoso vem adquirido no seu cotidiano (LIMA, 2010).

De acordo com Freire Neto (2016), o envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. No Brasil, esse processo começou partindo dos anos 60 e com grandes mudanças a largos passos. No ano de 1940, enquanto os jovens faziam parte da população brasileira representada por 42%, os idosos representavam somente 2,5%. Em 2010, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) realizou o Censo e comprovou que a população de jovens foi reduzida para 24%, enquanto que a população idosa aumentou para 10,8%, ou seja, mais de 20,5 milhões de pessoas possuem mais de 60 anos de idade, representados por 400% se comparado ao índice anterior. A estimativa é que esse número se triplique nos próximos 20 anos.

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010) ressalva que atualmente, a expectativa de vida através da qualidade tem probabilidade a chegar aos 73 anos de idade. Com idade avançada, o comprometimento funcional passa por

algumas restrições na atividade de vida diária (AVD), envolvendo a qualidade de vida, principalmente quando há dificuldade ou necessidade de ajuda para efetivar atividades básicas nos cuidados pessoais, denominados nas Atividades de Vida Diária (AVD) e Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD) (SILVA, 2015).

O envelhecimento é um desafio enfrentado mundialmente, entretanto o Brasil enfrenta o acréscimo dessa transição muito mais que em países desenvolvidos. Nas últimas quatro décadas, a população idosa triplicou, com estimativa de 20 milhões em 2010 e previsão de aproximadamente 65 milhões para 2050, passando a representar metade da população brasileira (COSTA, 2010). A estimativa do envelhecimento relata que tal população tem crescido cada vez mais, o que faz pensar que o idoso valoriza ainda mais em obter qualidade de vida no seu cotidiano.

Com o aumento da expectativa de vida populacional do idoso, a procura pela qualidade de vida é incessante, especialmente no que diz respeito à prevenção dos efeitos deletérios do processo de envelhecimento humano. As mudanças de aspectos físicos, psicológicos e sociais confirmam a influência na capacidade funcional na terceira idade, oferecendo grande possibilidade aos aspectos biopsicossociais (LIMA; DELGADO, 2017).

Perceber o processo de envelhecimento é importante não somente para compreender a etiologia integrada aos processos degenerativos que lhe estão integrados, mas essencialmente para distinguir e desenvolver estratégias que diminuam os efeitos da senescência de maneira a garantir a existência do final do ciclo de vida de uma forma independente e qualitativamente positiva. Este método depende, especialmente não apenas na nossa qualidade genética mais, sobretudo dos hábitos que se adquire ao longo da vida. Pois nascer, crescer, e envelhecer são procedimentos naturais que se corroboram com o tempo, contudo, como ocorrem vai depender do histórico de vida aliado às potencialidades genéticas de cada um (FECHINE; TROMPIERI, 2015).

2.2 Aspectos psicológicos no processo de envelhecimento

O Envelhecimento é um processo dinâmico e progressivo com alterações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que produzem perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, acarretando maior vulnerabilidade e maior incidência de processo patológico, que terminam por deixar o indivíduo fragilizado (ROCHA, 2008).

Ao se deparar com o envelhecimento populacional, percebe-se que a expectativa de vida está aliada ao crescimento de fatores de risco associados às doenças crônicas não transmissíveis, a acidentes domiciliares, as dificuldades econômicas e à tendência ao estresse emocional. Todos representados como sinais de alerta, sinalizando para as mudanças do cotidiano do cuidado em saúde. Mediante essas fragilidades, essa população necessita de atenção especializada sob a égide de políticas públicas voltadas para a promoção, manutenção e ampliação da qualidade de vida e de saúde (MENDES, 2012; NICOLATO; COUTO; CASTRO, 2016).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2014) estima que 4,3% da população são afetados psicologicamente e a depressão é uma das causas que mais incapacitam mundialmente. Importante observar quais aspectos psicológicos afetam os idosos, pois atinge a saúde de modo geral e, por conseguinte a capacidade funcional (HOFFMANN et al., 2010).

Para Tavares et al., (2012) há dois grupos que ressalvam os aspectos psicológicos no processo de envelhecimento:

- 1) Adaptar-se ao envelhecimento: Para o tipo construtivo, o idoso se encontra bem integrado, respeitado, estável e que desfruta de tudo o que a vida lhe proporciona. Do tipo dependente, onde o idoso é passivo, satisfeito e enfim pode descansar. Do tipo defensivo, o idoso se acha ativo, rígido, é disciplinado e se dedica a muitas atividades.
- 2) Quando o indivíduo não se adapta ao envelhecimento: Colérico, quando o idoso culpa o mundo e as pessoas pelos seus insucessos pessoais, tem pouca ambição quanto ao futuro, vida social instável e padrões econômicos precários e luta contra manifestações do envelhecimento e do tipo pessimista, que é o idoso

que não tem história de vida, não se gosta, é deprimido, isolado e geralmente exagera na falta de capacitação física e psicológica, se fazendo de vítima e tendo a morte como sua libertação da existência insatisfatória.

As dificuldades do processo de envelhecimento, na fase idosa, são definidas com a perda da utilidade social, incapacidade funcional, aposentadoria, doenças, degeneração física e mental, à sexualidade, e proximidade da morte, todas estas adversidades geram sentimentos negativos à pessoa idosa. Por outro lado, o convívio com muitas pessoas gera uma rede de amizade e a formação de outra família, com novas experiências, o que pode tornar a pessoa idosa mais “viva”.

Dessa maneira emergiram dois aspectos, a saber: Sentimentos e emoções positivas; e Sentimentos e emoções negativas.

O conceito que as pessoas têm de si mesmas sobre sua imagem é bastante variável e necessita ser levada em conta quando se reflete em acolhimento na área da saúde do idoso. Isso se justifica pela composição da imagem corporal, que começa a se estabelecer lá no início do desenvolvimento infantil, com alterações morfológicas. Por isso essa imagem se estabelece com influência do incremento psicológico e, portanto o emocional está sempre presente na formação da imagem que se tem de si mesmo (SILVA; BRITO, 2017).

A expectativa que o idoso tem de si sobre o processo do desenvolvimento do ciclo vital, torna-se significativo para compreender o fenômeno envelhecimento. Quando há dificuldades no enfrentamento do processo de envelhecer, o idoso passa por sofrimentos (CORDELLA, 2014).

Künzel (2014) evidencia os sentimentos negativos, como agravamento à saúde, pois geralmente são manifestados com a perda da vontade de viver, falta da alegria de permanecer no convívio família e social. Geralmente o idoso com sentimentos negativos se encontram desmotivados em continuar a buscar de seus ideais. Os sentimentos podem ser apresentados de várias formas na transição do envelhecimento, como manifestação de tristeza, depressão e/ou estresse, o que contribui como um sério problema de saúde pública (CAVALHEIRO, TOLFO; 2011).

2.3 O lugar social do idoso no âmbito da família

Pode-se considerar a família com um sistema ou uma unidade cujos membros podem ou não estar relacionados ou viver junto, pode conter ou não crianças, sendo elas de um único pai ou não. A família pode ser também um agrupamento de pessoas que moram no mesmo ambiente, mas que podem ter interesse e expectativas diferentes acerca de um determinado tema ou objeto de desejo. Nela existe um vínculo entre os membros e as funções de cuidado constituem proteção, alimentação e socialização (TONINI; FIGUEIREDO, 2010).

O primeiro apoio que o idoso pode contar é o da família, pois junto com seus familiares, o idoso se sente mais seguro em qualquer ambiente. O idoso se encontra vulnerável a diversas situações, como estresse e ansiedade, que por sua condição de vida e que por sua vez, pode apresentar um quadro de regressão na sua idade cronológica, demonstrando comportamentos infantis e exagerada dependência (SILVA, 2007).

O papel da família é cuidar, estimular, estar presente, ser suporte seguro e confiável, pois é no âmbito familiar que os seus complementares buscam apoio, compreensão e vislumbram probabilidades. A relação da família com o idoso por vezes é tensa, mas o convívio para maioria é harmonioso, o que enseja entender o ser humano como ser único dotado de competências, e que, apesar de algumas limitações, é capaz de se relacionar e desenvolver atividades (BORBA et al., 2011).

Fava, Silva e Silva (2014) cita que não se pode negar a importância da participação da família no processo do envelhecimento, mas é preciso que este apoio seja preparado pela família para que o idoso consiga gerir sua própria vida e suas necessidades, o que guarda íntima relação entre a qualidade de vida do idoso e o comportamento emocional.

A inclusão da família no cuidado diminui as dificuldades enfrentadas pelo idoso na relação a sua condição de vida, sentimentos de perda, pela dificuldade de comunicação e interação. A não remissão dos sintomas, os fracassos sociais e o comportamento *anormal* do idoso contribuem para o surgimento de tensões no núcleo familiar, fator que altera sua rotina diária (BORBA et al., 2011).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

No processo de envelhecimento, a pessoa idosa pode sofrer alterações de diversas ordens, favorecedoras de condições de fragilidade, muitas vezes, associadas a uma doença crônico-degenerativa ou a um quadro emocional. O envelhecimento é uma parte importante de todas as sociedades humanas, refletindo as mudanças biológicas, mas também as convenções sociais e culturais, envelhecer diz respeito as perdas das funções normais que ocorrem com o passar dos anos. Estas perdas de funções começam a ficarem mais evidentes após os 60 anos

São diversos os fatores influenciadores no quanto se vive e como se envelhece. Entre eles pode-se citar a herança genética, o acesso a tratamento médico e medidas preventivas, a exposição a agentes ambientais e o estilo de vida que se vive. Não se compreende como é possível o idoso ter comportamentos emocionais que podem ser de formas positiva ou negativa. Mas quando as pessoas adquirem conhecimentos sobre o processo de envelhecimento, têm uma tendência natural para alterar o seu comportamento, demonstrando uma maior capacidade de compreensão em face de situações cotidianas.

A compreensão e a paciência são ingredientes fundamentais para lidar sua condição de vida e até, mesmo com os que ainda estão na idade adulta, com o processo de envelhecimento pessoal. É necessário estar consciente das alterações que podem ocorrer e não entrar em negação, mas sim aceitar o ciclo da vida.

REFERÊNCIAS

- BIANCO, C. A; LOPES, R. G. C. What is that? **Revista Portal de Divulgação**, 8, Mar. 2011. Disponível em: <http://www.portaldoenvelhecimento.org.br/revista/index.php>. Acesso em: 30 de março de 2018
- BORBA, L. O; PAES, M. R; GUIMARÃES, A. N; LABRONICI, L. M; MAFTUM, M. A. A família e o portador de transtorno mental: dinâmica e sua relação familiar. **Rev Esc Enferm USP**. Vol. 45, n. 2, p:442-9, 2011.
- BRASIL. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira 2013**, Rio de Janeiro: IBGE; 2013. Disponível em: <http://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv66777.pdf>. Acesso em: 29 de março de 2018
- COSTA, F. N. **Envelhecimento no Brasil**. Revista Abril, 2010.
- FAVA, M. C; SILVA, N. R; SILVA, M. L. Avaliação da sobrecarga em cuidadores familiares de pacientes de um Centro de Atenção Psicossocial. **Barbarói**, Santa Cruz do Sul, n.41, p.<41-55>, jul./dez. 2014.
- FECHINE, Basílio Rommel Almeida; TROMPIERI, Nicolino. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. **InterSciencePlace**, v. 1, n. 20, 2015.
- FREIRE NETO, J. B. **Envelhecimento no Brasil e Saúde do Idoso: SBGG divulga Carta Aberta à população**. 2016. Disponível em: <http://sbgg.org.br/envelhecimento-no-brasil-e-saude-do-idoso-sbgg-divulga-carta-aberta-a-populacao-2/>. Acesso em: 02 de abril de 2018
- HOFFMANN EJ, RIBEIRO F, FARNESE JM, LIMA EWB. Sintomas depressivos e fatores associados entre idosos residentes em uma comunidade no norte de Minas Gerais, Brasil. **J Bras Psiquiatr**. 2010; v. 59, n. 3, p:190-7.
- IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Censo Demográfico 2010**. Dados da expectativa de vida conforme último censo demográfico. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1275mp;id_pagina=1 – 15k>. Acesso em: 30 de março de 2018.
- KÜNZEL, R. M. **A depressão no meio ambiente do trabalho e sua caracterização como doença ocupacional**. Artigo. - Centro Universitário Univates. Lajeado - RS, março de 2014.

LIMA, Alisson Padilha de; DELGADO, Evaldo Inácio. A melhor idade do Brasil: aspectos biopsicossociais decorrentes do processo de envelhecimento. **ACTA Brasileira do Movimento Humano**, v. 1, n. 2, 2017.

LIMA, Thaís Jaqueline Vieira de et al. Humanização na atenção à saúde do idoso. **Saúde e Sociedade**, v. 19, p. 866-877, 2010.

MENDES, E. V. **O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde: o imperativo da consolidação da estratégia da saúde da família**. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2012.

MORAES, Edgar Nunes de. **Princípios básicos de geriatria e gerontologia**. Belo Horizonte: Coopmed; 2009.

MORAES, Edgar Nunes de; MORAES, Flávia Lanna de; LIMA, S. D. P. P. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Revista Medicina Minas Gerais**, v. 20, n. 1, p. 67-73, 2010.

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. **Enferm. Cent. O. Min.** 2016 mai/ago; vol. 6, n. 2, p. 2199-2211.

REBELO, Helder. Psicoterapia na idade adulta avançada. **Análise psicológica**, v. 25, n. 4, p. 543-557, 2012.

ROCHA, F. **Um estudo com base populacional de hábitos de sono, prevalência e fatores associados a insônia**. Universidade de Brasília, Brasília (Tese, doutorado em ciências da saúde), 2008.

SILVA, A. M. **O acompanhante do paciente adulto hospitalizado: percepção dos enfermeiros** (dissertação). Guarulhos – SP, Universidade Guarulhos, 2007.

SILVA, M. V. M. **Qualidade de vida e capacidade funcional de idosos participantes de grupos de convivência**. 23f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia)- Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2015.

SILVA, Olga Moreno; BRITO, Josy Quélvia Alves. O Avanço da Estética no Processo de Envelhecimento: Uma revisão de literatura. **Id on Line REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 11, n. 35, p. 424-440, 2017.

TONINI, T; FIGUEIREDO, M. A. de. **SUS e PSF para enfermagem: práticas para o cuidado em saúde coletiva**. São Paulo: Ed. Yends, 2010.

VANCARENCHI, R. V; et al. Alterações na funcionalidade/cognição e depressão em idosos institucionalizados que sofreram quedas. **Acta paulenferm** 2011; vol. 24, Supl. 6, p:828-833.

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 43, n. 3, p:548-554, maio/jun. 2009.