



# 16º Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais

Tema: “40 anos da “Virada” do Serviço Social”

Brasília (DF, Brasil), 30 de outubro a 3 de novembro de 2019

---

Eixo: Política Social e Serviço Social

Sub-Eixo: Ênfase em Envelhecimento

## EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA UMA VELHICE BEM SUCEDIDA

Regeane Kelly Holanda do Carmo<sup>1</sup>

**Resumo:** Este artigo é uma reflexão teórica que tem o intuito de incentivar pesquisas acerca da temática de educação em saúde, para fins de conhecimento do processo de envelhecimento da população para uma velhice bem-sucedida. Sendo a educação fundamental em todas as faixas etárias como fonte de conhecimento para garantir autonomia do indivíduo e melhorar as condições de vida de forma particular e coletiva. O envelhecimento é um processo natural e individual do ser humano, dada as especificidades de cultura, localidade e religião, e vale ressaltar que cada pessoa, independentemente destas características, sofre o processo de envelhecimento de maneira distinta. Desde a percepção da transição demográfica, a questão do envelhecimento da população tem sido alvo de estudos e pesquisas, cujos resultados foram apresentados para o aumento da esperança de vida, os avanços tecnológicos em medicina e a criação de políticas públicas voltadas para a população idosa, porém, muito ainda tem que ser feito para efetivação da vida bem-sucedida da população idosa. O que se encontra ameaçada pelo atual (des)governo que muito tem retrocedido nos direitos da população e que afeta diretamente pessoas idosas.

**Palavras-Chave:** Saúde; Envelhecimento; Educação.

**Abstract:** This article is a theoretical reflection that aims to encourage research on the subject of health education, for purposes of knowledge of the aging process of the population for a successful old age. Being the fundamental education in all the age groups like source of knowledge to guarantee autonomy of the individual and to improve the conditions of life of particular and collective form. Aging is a natural and individual process of each human being, given the specificities of culture, locality and religion, and it is worth emphasizing that each person, regardless of these characteristics, undergoes the aging process in a different way. Since the perception of the demographic transition, the issue of population aging has been the subject of studies and research, whose results have been presented for the increase of life expectancy, technological advances in medicine and the creation of public policies aimed at the elderly population, however, much still has to be done to effect the successful life of the elderly population. What is threatened by the (des)government has much more portrayed in the rights of the population and those that are directly direct to the old people.

**Key words:** Health; Aging; Education.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo biológico em que o corpo e os organismos vão desacelerando com o passar dos anos. Deixa as pessoas fisicamente indefesas e sofrem um processo gradual de lentificação, tornando os passos, a fala, o raciocínio mais lento.

As desigualdades sociais atingem diretamente, também, e o envelhecimento é marcado por muitas mudanças e perdas. A velhice como expressão da questão social reflete diretamente no preconceito, exclusão social, invisibilidade da pessoa idosa entre outros.

---

<sup>1</sup> Estudante de Graduação, Universidade Federal do Pará, E-mail: regeholanda@outlook.com.

Nunca se houve no mundo a proporção de idosos tão números quanto atualmente. Em alguns países como o Brasil, já é uma realidade absoluta o crescimento da população idosa.

Atualmente a população do Brasil é de mais de 200 milhões de pessoas, destas, 16% é de população idosa, que tem idade igual ou superior a 60 anos. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil ainda é um país de jovens, no entanto, segue envelhecendo cada vez mais rápido.

Embora haja um leque de políticas públicas voltada para a população idosa, estas não estão sendo suficientes para garantir uma velhice bem-sucedida, pois, elas não são executadas como deveriam. Deixaram de ser prioridades, sendo cortadas as verbas para executar as políticas sociais para o envelhecimento saudável, não há como implementá-las. E então a pobreza, miséria e desigualdades são cada vez mais recorrentes. Sem o preparo, o país está envelhecendo diante do descaso e falta de prioridade nas políticas para qualidade de vida adequada.

Hoje é um desafio pensar o processo de envelhecimento levando em consideração os recursos financeiros, pois deve-se pensar as maneiras que a pessoa deve chegar na velhice de maneira saudável, ativa com liberdade e autonomia e desfrute de lazer, cultura e qualidade de vida.

Hábitos saudáveis, boa alimentação, prática de atividades físicas, relações sociais entre gerações são necessárias para uma velhice bem-sucedida. O acesso ao lazer, cultura e entretenimento devem ser sempre pauta de políticas para o fortalecimento da discussão sobre um processo de envelhecimento eficaz.

A legislação brasileira traz diversas promulgações e diretrizes capazes de garantir tais direitos, porém, a falta de atenção e a corrupção fazem parte, infelizmente, do cotidiano de políticos do país e fragiliza esse segmento da população.

A Constituição brasileira de 1988 definiu a saúde como direito de todos e dever do Estado, reconhecendo assim, o direito universal a toda população por meio de um Sistema Único de Saúde (SUS), regulamentado em 1990, juntamente com as Leis nº 8.080 e nº 8.142 que descrevem os serviços, a participação da população e as bases de funcionamento do SUS, que foi regulamentado pela Lei nº 8.080/90 que dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) “a saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença”. Sendo assim, a saúde é fundamental para o processo de envelhecimento saudável.

Envelhecimento é uma palavra recente no Brasil. Ele é um processo natural e entende-se que ele existe desde o momento em que nascemos, e dura ao longo da vida, até chegar o momento da morte. Sendo necessário uma maior atenção no momento da velhice.

Para melhor compreensão, a velhice é o estado ou condição de velho. E velho por sua vez, quer dizer, aquele que tem muito tempo de vida.

E segundo a OMS, idoso é todo indivíduo com 60 anos ou mais. Todavia, para efeito de formulação de políticas públicas, esse limite mínimo pode variar segundo as condições de cada país. A exemplo o Benefício de Prestação Continuada (BPC) que exige idade mínima de 65 anos para aquisição deste.

Segundo o Ministério da Saúde (MS) “o envelhecimento populacional é uma resposta à mudança de alguns indicadores de saúde, especialmente a queda de fecundidade e de mortalidade e o aumento da esperança de vida”. Ou seja, o envelhecimento da população se dá ao mesmo tempo pela queda das taxas de natalidade, fecundidade e mortalidade. Poucas pessoas nascem e a média atual de filhos nascidos, por mulheres em seu período reprodutivo é de aproximadamente um. É quando podemos perceber a transição demográfica, quando o número de pessoas jovens cai enquanto o número de idosos aumenta.

A população idosa no Brasil cresceu a partir de melhorias nas condições de saúde e com o aumento significativo na transição demográfica, a partir de então surgiram novos debates acerca da população idosa.

A educação é fundamental em todas as idades, mas ela é fundamental desde o princípio da nossa vida. E como neste artigo é abordado a importância da educação em saúde para uma velhice bem-sucedida, relacionar a educação com a saúde é relevante, pois, tanto a educação quanto a saúde estão sendo alvo de cortes de verbas do atual (des)governo.

Se a educação fosse levada a sério desde suas bases, a população viveria em melhores condições. Todavia a falha da democracia faz com que a população padeça com os retrocessos inerentes de um governo fascista. O importante é fortalecer os vínculos geracionais, para agregar conhecimentos tanto da população mais jovem quanto da população mais vivida.

A educação em saúde é necessária para esclarecer e informar sobre os direitos previstos na legislação brasileira, para esperança de vida e uma velhice bem-sucedida.

A OMS estima que no Brasil, cerca de 2,3 milhões de idosos têm dificuldades para realizar atividades básicas do cotidiano, uma consequência das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Elas não têm uma causa específica e afetam a qualidade de vida do idoso e de quem está próximo, seja familiar ou cuidador.

As DCNT são doenças crônicas causadas por diversos fatores de risco modificáveis, dentre eles o tabagismo, consumo excessivo de álcool e outras drogas, má alimentação e sedentarismo são os principais. A exemplo das DCNT são as doenças cardiovasculares, diabetes, câncer, doenças crônicas respiratórias, obesidade e hipertensão arterial.

Então faz-se necessário conceber e organizar os discursos e também as práticas na interface da educação e saúde. Para torná-las possíveis de intervir e transformar as condições de vida do indivíduo, visando alcançar a saúde como um direito de todos, como prevê a Constituição Federal de 1988.

Para OMS qualidade de vida é: “a percepção que o indivíduo tem sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nas quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupação.”

Saúde e qualidade de vida são frequentemente confundidas, mas ambas estão fortemente relacionadas e são importantes para uma velhice bem-sucedida. Então disponibilizar ações e serviços para a saúde no processo de envelhecimento do ser humano, é o maior desafio atualmente. Pois a precarização de meios para garantir a saúde é fortíssima.

## **METODOS E METODOLOGIA**

Para realizar este artigo foi necessário estudo bibliográfico que abordasse as temáticas de envelhecimento, envelhecimento ativo, educação, saúde, evolução histórica do Brasil e as política públicas voltada para a pessoa idosa no Brasil.

Foram utilizados fontes de dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Ministério da Saúde (MS), Estatuto do Idoso (Lei n 10741/03), a Constituição Federal de 1988, a Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS) Lei nº 8.742 de 07 de Dezembro de 1993.

Também artigos acadêmicos nas bases de dados do Scielo, Lylic e Bibliotecas virtuais da Fapesp por exemplo. Além de consultas de resultados de trabalhos de conclusão de curso envolvendo a temática abordada.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Nos últimos anos a questão do envelhecimento populacional tem sido preocupação não somente no Brasil, haja vista que este é um fenômeno mundial.

O envelhecimento é um processo natural do indivíduo no qual seu corpo e seu organismo vão perdendo habilidades biológicas com o tempo. Já o envelhecimento populacional é quando o número de idosos em um país aumentam em relação as demais faixas etárias. E o envelhecimento ativo é a otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida à medida que as pessoas ficam mais velhas.

A esperança de vida se dá pelas quedas das taxas de natalidade, fecundidade e mortalidade do Brasil. Para fins explicativos, a mortalidade é referente ao número de pessoas que morreram em determinado local, levando em consideração determinado período. A exemplo, a taxa de mortalidade infantil é o número de crianças que morrem no primeiro ano de vida, por cada mil crianças nascidas, durante o período de um ano em uma determinada região.

Já a taxa de natalidade é percentagem de nascimentos ocorridos em uma população, em determinado período e pode ser obtido por duas variáveis, a população geral e o número de nascidos. Fazendo a divisão da quantidade de nascimento pela população do período.

E a taxa de fecundidade é uma estimativa do número médio de filhos que uma mulher teria até o fim do seu período reprodutivo.

A legislação brasileira traz diversas políticas públicas voltadas para a população idosa no país. A atenção integral voltada ao idoso está incluída em ações e serviços do Sistema Único de Saúde (SUS), além de ter sido promulgada a Lei nº 10.741/03 que dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências.

O SUS é um dos maiores e mais complexos sistemas de saúde pública do mundo e é baseado nos princípios de universalidade, integralidade e equidade entre outros. Pois ele deve atender a todos sem discriminação de forma gratuita e sem necessidade de contribuição, este atendimento deve garantir a promoção, proteção e recuperação de forma integral do indivíduo, no intuito de diminuir as desigualdades inerentes à sociedade capitalista.

Todavia, muito ainda tem de ser feito para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo, como a garantia da efetivação dos seus serviços, responsabilidade na gestão, ampliação e manutenção do atendimento em rede, investimento na saúde básica e qualidade tanto no atendimento quanto na infraestrutura para melhor condição de trabalho dos profissionais que atuam na área da saúde.

Também, com o Pacto pela Vida, a saúde do idoso aparece como uma das seis prioridades entre as três esferas de governo sendo apresentada uma série de ações que

visam em última instância, à implementação de algumas das diretrizes da Política Nacional de Atenção à Saúde do Idoso.

Foi instituída pela Lei nº 8.842/94, regulamentada em 03 de Junho de 1996 através do Decreto 1.948/96, que amplia os direitos dos idosos, haja vista que, desde a Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS) Lei nº 8.742 de 07 de Dezembro de 1993, a atenção à população idosa haviam sido garantidas de forma restrita.

A Estratégia Saúde da Família (ESF) busca promover a qualidade de vida da população brasileira e intervir nos fatores que colocam a saúde em risco, como falta de atividade física, má alimentação e o uso de tabaco, com atenção integral, equânime e contínua. Atende o idoso dada as suas especificidades.

Entre outras leis, há instituições, programas e políticas voltadas para atenção ao idoso de forma geral. Todavia, falta eficácia no atendimento, na infraestrutura, na sua execução de fato para dar suporte ao processo de envelhecimento.

Além disso, garantir educação para promover a saúde seria uma grande estratégia de propagação dos direitos, juntamente com real execução das leis brasileiras para efetivar uma velhice bem-sucedida. Os desafios são grandes e englobam uma intervenção intersetorial e multiprofissional.

No processo de envelhecimento do ser humano é possível perceber uma lentificação na capacidade de exercer atividades básicas do cotidiano. Entretanto, praticar exercícios físicos ajuda na longevidade. É possível envelhecer bem, de forma digna e com qualidade de vida, incluindo atividades que cuidem não apenas do corpo mas também da mente.

É importante dar autonomia ao idoso para escolher de que forma ele gasta seu tempo, respeitando sempre suas limitações e ajudando na adaptação cognitiva e sensorial. Manter o vínculo com familiares, amigos e vizinhança é tão importante como fazer novas amizades.

Atividades físicas como hidroginástica, natação, dança, caminhada, pilates e outras são necessárias, bem como fazer aquilo que goste seja crochê, teatro, poesias, por exemplo.

Estimular a memória com jogos de raciocínio lógico, assistir ao programa de televisão favorito é muito bom. Assim como viajar, passear e visitar familiares e amigos.

Hábitos saudáveis e boa alimentação darão um gás no condicionamento físico para exercer uma velhice bem-sucedida. E porque não dizer um salário digno que sirva não apenas para a subsistência, mas para viver a vida de forma confortável.

O Brasil não precisa de mais políticas públicas, especialmente para a população idosa, aparatos legais existem para atender os idosos seja na área da saúde, cuidado, lazer e bem-estar. Faz-se necessária a execução real das políticas que já existentes. Pois

envelhecer é necessário, mas envelhecer com qualidade de vida, alimentação saudável, relações sociais estáveis, atividades físicas, autonomia e independência são fundamentais para uma velhice bem-sucedida.

## REFERENCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. **Sistema Único de Saúde (SUS)**: estrutura, princípios e como funciona. Brasília.

BRASIL, Planalto. **Lei Nº 8.742, de 7 De Dezembro De 1993**. Dispõe sobre a organização da assistência social e dá outras providências. Brasília, 1993.

BRASIL, Planalto. **Lei Nº 10.741, de 7 De Outubro De 2003**. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, 2003.

DA SILVA SANTOS, Caroline; ANGÉLICA PEREIRA, Joyce. **Políticas Públicas para idosos no Brasil**. Rev. Dig. Bue. Air. Ano 18. N 183. Ago. 2013

IBGE. Censo Demográfico.

MARIA BUENO, Ermelinda; MAURA GOMES, Sandra; GELEHRTER DA COSTA LOPES, Ruth. **A percepção dos idosos sobre a qualidade de vida no ambiente institucional**. Rev. Por. de Div. n 22. Ano II. Jun. 2012.

Disponível em: <http://www.sites.epsjv.fiocruz.br/dicionario/verbetes/edusau.html>  
Acesso em: 23 de jun de 2019.

Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2019/04/sem-preparo-brasil-envelhece-com-pobreza-avaliam-especialistas.shtml> Acesso em: 23 de jun de 2019.

Disponível em: <https://g1.globo.com/jornal-nacional/noticia/2019/05/22/ibge-mostra-envelhecimento-da-populacao-no-brasil.ghtml> Acesso em: 23 de jun de 2019.