

# ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS NOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA

AGING AND QUALITY OF LIFE OF ELDERLY IN COEXISTENCE GROUPS

Vinicius Ribeiro de Almeida<sup>1</sup>

Lucimary Bezerra F. A. Serapião<sup>2</sup>

**RESUMO:** Fatores como os avanços científicos têm permitido que os anos de vidas sejam prolongados. Como resultado disso, ocorre um constante crescimento da população idosa, conseqüentemente, é natural que nesta fase ocorra implicações por se tratar de um processo natural do ser humano, isto torna necessária a elaboração de políticas que propiciem que essa nova fase etária seja aceita de forma positiva e vivida com mais qualidade. Sendo assim, essa pesquisa objetiva a compreensão da perspectiva levantada pelos autores, a respeito do envelhecimento e qualidade de vida dos idosos nos grupos de convivência, como também, os resultados positivos gerados por essa atividade coletiva para uma maturidade em saúde a essas pessoas, estes grupos apresentam sua importância por tratar de espaços sociais, onde são desenvolvidas variadas atividades que exploram o potencial desses idosos. Diante disso, é feita a análise e organização de dados referentes ao assunto, na qual foram selecionados estudos realizados a partir do ano de 2015, em diferentes áreas que abordaram de forma conjunta; idosos, grupos de convivência e qualidade de vida. Os grupos de convivências apresentam sua importância por tratar de espaços sociais, onde são desenvolvidas variadas atividades que exploram o potencial desses idosos, para que eles exerçam seu papel perante a sociedade. Verifica-se que nessa ação em grupos, eles exploram e desenvolvem potencialidades, entram em contato e convivem com indivíduos como eles, fazendo trocas de experiências diminuindo assim o isolamento social e obtendo resultados positivos na sua qualidade de vida. Os resultados apontam que a participação nos grupos está relacionada a diminuição do isolamento social, ao aprimoramento de habilidades, no suporte emocional e em novos conhecimentos para lidar com doenças fortalecendo a prática do autocuidado. Essa afirmativa gera a constatação de que as atividades desenvolvidas nesses espaços precisam ser estimuladas e funcionais, pois são relevantes para a manutenção da saúde e qualidade de vida de seus participantes.

**Palavras-chave:** Idosos. grupos de convivência. qualidade de vida.

**ABSTRACT:** Factors such as scientific advances have allowed life years to be extended. As a result of this, there is a constant growth of the elderly population, consequently, it is natural that at this stage there are implications because it is a natural process of the human being, this makes it necessary to develop policies that allow this new age stage to be accepted in a way positive and lived with more quality. In this way, the research aims to understand the perspective raised by the authors, regarding aging and quality of life of the elderly in coexistence groups, as well as the positive results generated by this collective activity for a maturity in health for these people, these groups present their importance for dealing with social spaces, where various activities are developed that explore the potential of these elderly people. In view of this, the analysis and organization of data related to the subject is carried out, in which studies carried out from the year 2015 onwards were selected, in different areas that addressed jointly; elderly, social groups and quality of life. The coexistence groups are important because they deal with social spaces where various activities are developed that explore the potential of these elderly people, so that they can exercise their role in society. It is verified that in this action in groups, they explore and develop potentialities, come into contact and live with individuals like them, exchanging experiences, thus reducing social isolation and obtaining positive results in their quality of life. The results point to the participation in the groups as related to the reduction of social isolation, the improvement of skills, emotional support and new knowledge to deal with diseases, strengthening the practice of self-care. This statement generates the realization that the activities developed in these spaces need to be stimulated and functional, as they are relevant to the maintenance of the health and quality of life of their participants.

**Keywords:** Elderly. Coexistence groups. Quality of life

## 1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural, inevitável ao ser humano e um fenômeno mundial. No Brasil, o número de pessoas acima de 60 anos aumenta gradativamente. Segundo dados do IBGE (2018),

esse quantitativo pode dobrar até 2042. Acrescenta-se relevantemente que a população idosa, acima de 80 anos, também faz parte de um contexto ativo.

Desde 1940, taxas mais altas de crescimento têm sido observadas na realidade etária mais amadurecida. Isso quer dizer que o processo de envelhecimento da população brasileira não é novo. Camarano (2002), aponta que ele é visto como consequência de dois fatores: a alta fecundidade no passado e a redução da mortalidade de pessoas idosas que colaboram para o crescimento dessa classe. Então, tornam-se necessárias estratégias que permitam viver esses anos com mais qualidade.

KEYLLA TALITHA et al (2019) afirma que o aumento da proporção de idosos na população brasileira suscita a discussão acerca da necessidade de instrumentos e modelos teóricos que direcionem a prática em relação à saúde do idoso e compreendam a sua amplitude e complexidade.

Os grupos de convivências apresentam sua importância por tratar de espaços sociais, onde são desenvolvidas variadas atividades que exploram o potencial desses idosos, para que eles exerçam seu papel perante a sociedade, onde poderão desfrutar da companhia de alguém para escutá-los, fazendo com que seus relacionamentos sejam estreitados por meio de diversos momentos de lazer. (SCHOFFEN E SANTOS, 2018).

Considerando o constante crescimento da população idosa e as implicações que podem ocorrer neste processo natural do ser humano, torna-se necessária a elaboração de políticas que atendam e propiciem anos com mais qualidade. Essa importância dada na estruturação desse artigo detém-se por revisar estudos sobre a qualidade de vida de idosos que frequentam os grupos de convivência, indagando a seguinte problemática: qual a perspectiva dos autores a respeito do envelhecimento e qualidade de vida dos idosos, e quais os resultados positivos gerados pelos grupos de convivência para a maturidade saudável dessas pessoas.

Foram delineados os seguintes objetivos específicos: apresentar a perspectiva dos autores acerca do envelhecimento; revisar estudos realizados sobre saúde e qualidade de vida de idosos nos grupos de convivência; os benefícios dessa ação coletiva na qualidade de vida dos idosos; analisar quais atividades estão mais relacionadas a resultados positivos na vida dos idosos e identificar que estratégias podem ser usadas para melhorar o modo de viver dos idosos.

Parte-se da hipótese que a partir da análise dos dados, é possível identificar as atividades que contribuem para a qualidade de vida dos idosos, e que pelos grupos de convivência, eles aprendem sobre a manutenção de sua própria saúde, a lidar com o adoecimento emocional, potencializar e desenvolver novas habilidades para terem uma melhor qualidade de vida.

Para comprovar essa proposição, é feita uma revisão em artigos relacionados a idosos de grupos de convivência e qualidade de vida. As fontes de informações utilizadas são as plataformas: Scielo, PubMed, BVS-Psi, além de outras confiáveis de pesquisa. Por conseguinte, é feito um mapeamento e análise das ideias dos autores e dos resultados obtidos nos estudos.

Ao final, conclui-se que os objetivos são atendidos, a problemática é respondida e a hipótese é confirmada indicando que os grupos de convivência têm relevância na qualidade de vida dos idosos e que as atividades desenvolvidas são fundamentais para atender de forma positiva essa população que está sob constante crescimento e que necessita de estratégias eficazes de cuidado.

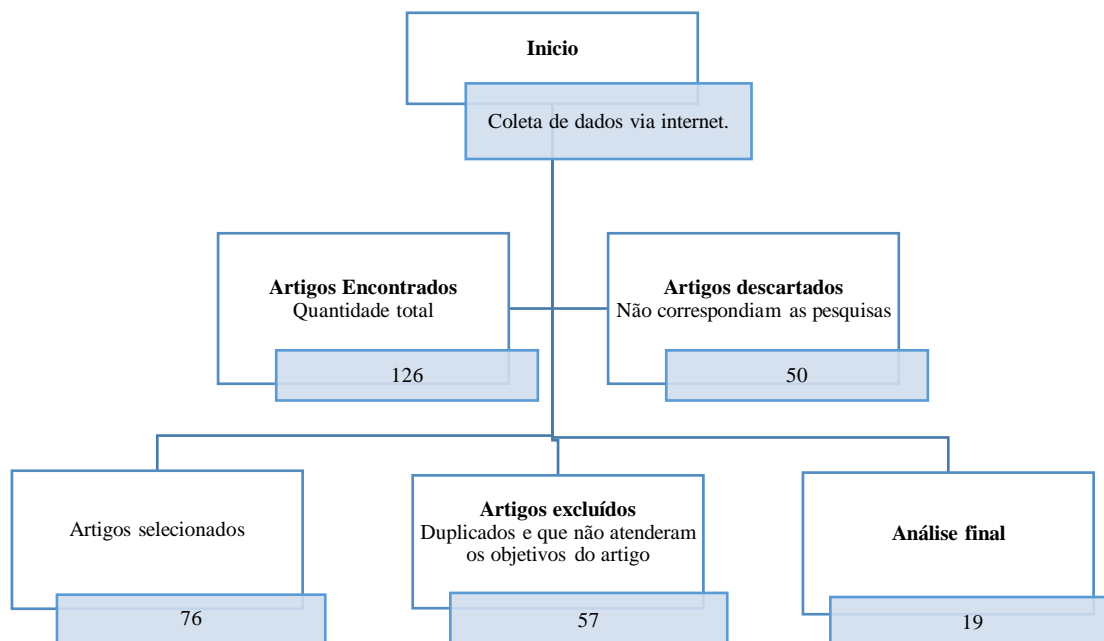
## 2 MÉTODOS

Trata-se de uma revisão sistemática, na qual foram selecionados estudos realizados a partir do ano de 2015, em diferentes áreas que abordaram de forma conjunta; idosos, grupos de convivência e qualidade de vida, foram excluídos os materiais que não correspondiam aos descritores. 126 artigos foram encontrados, desses, foram descartados aqueles que não correspondiam com o assunto pesquisado, restando 76. Recusou-se os duplicados e os que não atenderam aos objetivos, ficando 19 artigos para a análise e seleção final.

Na seleção dos artigos, utilizou-se como fontes de pesquisa as bases de dados: Scielo, PubMed e BVS – PSI. Foram apurados os estudos relacionados aos descritores, sendo descartados aqueles que não atendiam a proposta do estudo. Após a seleção, os dados foram organizados em duas tabelas; a primeira com os autores, tema dos estudos, ano de publicação, área da pesquisa e faixa etária. Na seguinte, ficaram organizados os objetivos, a metodologia e a conclusão.

Por fim, foi analisado a perspectiva dos autores em relação a relevância do tema e feito um levantamento dos resultados de cada estudo para concluir quais são os mais relevantes e geram resultados positivos.

No fluxograma, consta os procedimentos metodológicos.



Fonte: Dados da pesquisa, 2020.

Fluxograma 1 – Procedimentos metodológicos.

### 3 RESULTADOS

De início, obteve-se 126 resultados nas plataformas, após selecionados, foram excluídos aqueles que não tinham relação com os descritores, os duplicados, os que não se relacionavam com a pesquisa e os que não atenderam aos objetivos, restando 19 para serem analisados.

Na tabela 1, consta os dados voltados aos autores, tema do estudo, ano de publicação, curso e faixa etária.

**Tabela 1**

<b>Tema do estudo</b>	<b>Autores</b>	<b>Ano</b>	<b>Área de conhecimento</b>	<b>Faixa etária/público</b>
Grupo de convivência de idosos, apoio psicossocial na promoção da saúde.	Laudicéia Noronha Xavier, Isabelle Cordeiro de Nojosa Sombra, Annatália Meneses de Amorim Gomes, Gisele Lopes Oliveira, Cryslany Portela de Aguiar, Rômulo Mágnus de Castro Sena.	2015	Enfermagem	60 a 70,9 anos
Qualidade de vida de idosos que participam dos grupos de convivência.	SILVA, Lidiane Maria, MACEDO, Daniela Cristina, VIEIRA, Fábio Henrique Antunes	2015	Enfermagem	64 a 87 anos
Qualidade de vida para avaliação de grupos de promoção da saúde.	Paula GR, Souza BN, Santos LF, Barbosa MA, Brasil VV, Oliveira LMAC	2015	Enfermagem	60 a 90 anos.
Qualidade de vida do idoso fragilizado e institucionalizado.	Lucélia Malaquias Cordeiro, Jéssica de Lima Paulino, Maria Eliana Peixoto Bessa, Cíntia Lira Borges, Saul Filipe Pedrosa Leite	2015	Enfermagem	Não citado no artigo
Atividades e motivação para a adesão em grupos de convivência para idosos.	Aline Oliveira Dias Moura, Luciana Karine de Souza	2015	Ed. Física Psicologia	60 a 79 anos.
Grupos de convivência para idosos participantes egressos e desinteressados.	Aline Oliveira Dias Moura e Luciana Karine de Souza	2015	Psicologia Social	Acima de 60 anos
Grupos de Convivência: Influência na qualidade de vida da pessoa idosa.	Sandra Maria Silva Soares, Virgínia Maria Mendes Oliveira Coronago.	2016	Enfermagem	Não citado no artigo
Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa.	Lívia Carvalho Viana Miranda, Sônia Maria Soares, Patrícia Aparecida Barbosa Silva	2016	Enfermagem	Acima de 60 anos
Efeitos do exercício físico em idosos fragilizados uma revisão.	Ana Paula Pillatt, Jordana Nielsson, Rodolfo Herberto Schneider.	2016	Fisioterapia	Não citado.

Acompanhamento do envelhecimento humano em centro de convivência.	Maria Martha Duque de Moura, Renato Peixoto Veras.	2016	Medicina	Não citado
Idosos e grupos de convivência: motivos para a não adesão	Luisa Stephanie Albuquerque Araújo, Andréa Carvalho Araújo Moreira, Cibelly Aliny Siqueira Lima Freitas, Maria Adelane Monteiro Silva, Danielle Rocha do Va.	2017	Enfermagem	60 a 82 anos
A importância dos grupos de convivência para os idosos como instrumento para a manutenção da saúde.	Schoffen LL, Santos WL.	2018	Enfermagem	60 anos
Percepção dos idosos em uma Unidade Básica de Saúde.	Ricardo Dias da Silva.	2018	Enfermagem	60 a 79 anos
Perfil epidemiológico e qualidade de vida n terceira idade: um estudo sobre idosos participantes de grupo de convivência	Agna Soares da Silva Menezes, Fabíola Rocha Ferreira, Mayara Cardoso Vieira de Jesus, Isabel Cristina Alves Pereira, Nayara Teixeira Gomes, Tatyane Carvalho Souto.	2018	Psicologia	60 a 90 anos.
Percepção dos idosos quanto aos benefícios da prática da atividade física	Elias Rocha de Azevedo Filho a, Isabelle Patrícia Soares Chariglione, Jéssica Thuane Cordeiro Silva b, Alliny Michelly Santos Vale, Elisângela Keylla Henrique Sales Araújo e Maria de Fátima Rodrigues dos Santos.	2018	Gerontologia Psicologia Enfermagem	60 anos
A concepção de envelhecimento com base na teoria de campo de Kurt Lewin e a dinâmica de grupos	Cinara Maria Feitosa Beleza, Sônia Maria Soares.	2018	Enfermagem	Não citado.
A percepção de idosos sobre a participação em atividades de um grupo de convivência	RAUBER, Liliane, COSTA, Arlete Eli Kunz da, PISSAIA, Luís Felipe.	2019	Enfermagem	Não citado.
Experiência em grupos de convivência de idosos: interfaces com a terapia ocupacional	Marciane Montagner Missio e Silvani Vargas Vieira.	2019	Terapia Ocupacional	Não citado.
Grupos de convivência como suporte na prevenção da depressão em idosos	Andreza Guimarães de Oliveira, Sanmille Santos Santiago de Abreu, Maria Aparecida Silva Santos Macedo, Stênio Fernando Pimentel Duarte, Luciana Araújo dos Reis, Pollyanna Viana Lima.	2019	Enfermagem	60 anos ou mais.

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

Tabela 1 - Mapeamento dos artigos para análise

Na tabela 2, foram organizados os dados referentes aos objetivos, metodologia e conclusão

## Tabela 2

	<b>Objetivos</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Conclusão</b>
<b>1</b>	Descrever e comparar as atividades e motivos da participação em grupos de convivência e comparar participantes egressos e desinteressados.	Pesquisa de campo e aplicação de entrevista semiestruturada	Resultados positivos com as práticas de atividades. São espaços onde os idosos podem ser expostos.
<b>2</b>	Analisar a percepção de idosos sobre a importância dos grupos de convivência.	Pesquisa de campo e aplicação de entrevistas semiestruturadas.	Os grupos de convivência propiciam convívio e interação. Suporte emocional, social e conhecimento para lidar com doenças. Aprimoramento de habilidades. Mudança de atitude.
<b>3</b>	Investigar os motivos que levam os idosos a não se interessar pelos grupos de convivência.	Realização de entrevistas e coleta de dados sociodemográficos.	Procuram por preocupação com a saúde. Busca por relacionamentos interpessoais.
<b>4</b>	Demonstrar a qualidade de vida dos idosos participantes dos grupos de convivência.	Revisão bibliográfica.	Melhorias na capacidade funcional, saúde mental, suporte social. Benefícios com a prática de atividades físicas. Melhoria na qualidade de vida comparado a aqueles que não participam.
<b>5</b>	Analisar o uso de avaliação da qualidade de vida como estratégia para avaliar o trabalho com grupos de promoção da saúde na comunidade.	Realização de entrevistas e aplicação do WHOQOL.	A avaliação da QV por meio do WHOQOL propicia um bom planejamento na condução de trabalhos com grupos. O trabalho com grupos possibilita: <u>aprendizagem, troca de experiências.</u>
<b>6</b>	Avaliar a qualidade de vida de idosos frágeis institucionalizados.	Aplicação de instrumentos para coleta de dados sociodemográficos e instrumentos que avaliam a qualidade de vida.	A presença de fragilidade não interferiu diretamente na qualidade de vida de idosos e apresentou associação significativa com motivo de institucionalização.
<b>7</b>	Refletir a importância dos grupos de convivência na qualidade de vida da pessoa idosa e identificar o papel do enfermeiro nas relações estabelecidas nos grupos de convivência entre o profissional e o idoso.	Análise de conteúdo bibliográfico.	O envelhecimento é um processo subjetivo. É importante que a população jovem se prepare para envelhecer. Necessário novos estudos em relação a satisfação em relação a sua qualidade de vida. O idoso não deve ser isolado do convívio social. Elaboração de políticas que contemplem essa fase da vida.
<b>8</b>	Identificar fatores associados a boa qualidade de vida de idosos de um Centro de Referência.	Aplicação de questionário e aplicação do WHOQOL.	A boa qualidade de vida está atrelada a prática de atividade física.
<b>9</b>	Refletir a importância dos grupos de convivência na qualidade de vida da pessoa idosa e identificar o papel do enfermeiro nas relações estabelecidas nos grupos de convivência entre o profissional e o idoso.	Análise de conteúdo bibliográfico.	O envelhecimento é um processo subjetivo. É importante que a população jovem se prepare para envelhecer. Necessário novos estudos em relação a satisfação em relação a sua qualidade de vida. O idoso não deve ser isolado do convívio social. Elaboração de políticas que contemplem essa fase da vida.
<b>10</b>	Explorar possibilidades de promoção da saúde em centros de convivência para idosos.	Revisão bibliográfica.	Rompimento do isolamento social; estabelecimento de ritmo e rotina organizada; construção de laços; transmissão de valores; a possibilidade de convivência intergeracional pode ser positiva.

11	Conhecer práticas pelos quais os idosos não participam dos grupos de convivência.	Pesquisa de campo. Formulário para coleta de dados.	Motivos pelos quais idosos não participam são: desinteresse, falta de tempo, trabalho, violência urbana, horário, falta de acompanhante e problemas de acesso. É necessária uma estratégia que desperte o interesse pela participação destes idosos nos grupos de convivência. Os GC fortalecem a prática do autocuidado. Melhora a saúde mental.
12	Conhecer a importância dos grupos de convivência para idosos e as atividades propostas pelos grupos de convivência.	Pesquisa de campo e aplicação de entrevista.	Melhorias por meio de atividades física e lúdico-educativa, além do convívio social.
13	Avaliar a percepção dos idosos participantes de um grupo de convivência.	Estudo de campo com aplicação de entrevista semiestruturada e questionário sociodemográfico.	Socialização, estabelecimento de vínculo, desenvolvimento de novas habilidades.
14	Descrever as características sociodemográficas e analisar a qualidade de vida de participantes de um grupo para a terceira idade.	Realizou-se uma pesquisa descritiva, de corte transversal e abordagem quantitativa com 24 idosos participantes de grupo de convivência. Utilizou-se um questionário sociodemográfico e o Whoqol-bref. Os dados foram coletados por meio de planilha e analisados pelo Software SPSS® (Statistical Package for the Social Science)	A população atingiu o melhor escore no domínio psicológico (69,10%), seguindo do físico (65,03%), das relações sociais (59,38%) e, por último, o domínio do ambiente (58,46%). O estudo revelou que 68,75% dos idosos estão satisfeitos com a vida.
15	Como a prática de atividade física proporciona alterações no estado de humor, na socialização e na qualidade de vida de idosos a partir de 60 anos.	Aplicação de questionário estruturado.	Os idosos perceberam benefícios com a prática da atividade física na redução do estresse, ansiedade e depressão, até mesmo no processo de socialização.
16	Refletir sobre a aplicabilidade da teoria de campo de Kurt Lewin na concepção de envelhecimento.	Estudos de reflexão, fundamentado na teoria de Kurt Lewin e na área de gerontologia que contemplassem a temática voltada ao envelhecimento e ao trabalho com grupos na perspectiva de Kurt Lewin.	A aplicabilidade dessa teoria na experiência de envelhecer pode valorizar a percepção dos próprios idosos como protagonistas de intervenções e dotados de julgamentos sobre bem-estar e qualidade de vida.
17	Identificar a percepção de idosos sobre a participação em um grupo de convivência.	Estudo descritivo exploratório e aplicação de entrevista semiestruturada	Melhorias na QV por meio de; atividade física; trocas de experiências; estabelecimento de vínculos; vida mais ativa. Propicia felicidade e motivação.
18	Descrever a experiência de acadêmicos de Terapia Ocupacional na inserção de idoso em uma comunidade	Foram realizadas atividades visando à integração de ações de ensino, pesquisa e extensão universitária, com foco na melhoria da qualidade de vida e condição de saúde das participantes através da prevenção de agravos e complicações, considerando as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) apresentadas pela maioria	As experiências evidenciaram que os grupos de Terapia Ocupacional permitiram a identificação de potencialidades e habilidades de uma população pouco valorizada produtivamente na sociedade, de forma que o grupo se constituiu como um espaço de ressignificação de vidas, superação de dificuldades cotidianas, aquisição de hábitos de vida saudáveis e ajuda para um envelhecimento ativo.

		dos participantes do grupo de idosos.	
19	Avaliar sinais de depressão em idosos participantes e não participantes de grupo de convivência.	Estudo exploratório, aplicação de mini exame do estado mental, questionário sócio demográfico e escala de depressão Back.	Inclusão social e redução da depressão.

Tabela 2, continuação

Fonte: dados da pesquisa, 2020.

Tabela2 - Mapeamento dos objetivos, metodologias e conclusões dos artigos analisados.

#### 4 DISCUSSÃO DE RESULTADOS

De acordo com AGNA et al (2018), o envelhecimento é compreendido como um fenômeno mundial que afeta os campos físicos, emocionais e psicológicos, causa limitações e aparecimento de doenças e que também vai implicar no sistema de saúde. Então pode-se entender como sendo uma questão de saúde pública, principalmente em países em desenvolvimento como o Brasil, nos espaços em que a população é de baixa renda, situação que dificulta o autocuidado dentro de sua própria residência. E como citado por Camarano (2002), estes dados vão indicar o crescimento da população idosa, que ocorre por fatores diversos como a alta taxa de fecundidade, no passado e no presente, o avanço da ciência, que permitiu prolongar os anos de vida. Então compreende-se que é preciso pensar estratégias que permitam aos anos acrescidos a possibilidade de serem vividos com mais qualidade. Pois, se esses anos a mais são dominados por declínios na capacidade física e mental, as implicações para as pessoas mais velhas e para a sociedade é muito mais negativa (SCHOFFEN E SANTOS, 2018).

De acordo com os dados analisados nos estudos, diversos benefícios relacionados à qualidade de vida dos idosos estão relacionados com as atividades desenvolvidas nos grupos de convivência. Nesses espaços, eles exploram e desenvolvem potencialidades.

Constata-se que os grupos de convivência permitem que os participantes entrem em contato simultâneo, fazendo trocas de experiências, diminuindo o isolamento social e gerando resultados positivos na sua qualidade de vida. A diminuição do isolamento é apontada como um dos motivos que estimulam à participação do idosos nestes ambientes, eles estabelecem vínculos nesses grupos e desenvolvem novos aprendizados, além estabelecerem uma rotina organizada, hábitos mais saudáveis e uma vida mais ativa. CORDEIRO et al (2015), traz resultados que apontam para benefícios relacionados ao compromisso social e estabelecimento de laços. Destacamos alguns dos relatos no estudo analisado: *Eu tenho um compromisso, semanalmente, de estar aqui, 'me' sinto bem quando venho pra cá! (Idoso 9). O grupo traz a oportunidade de fazermos novos amigos! (Idoso 1).*

Os resultados apontam que a participação melhora no aprimoramento de habilidades, no suporte emocional e em novos conhecimentos para lidar com doenças fortalecendo a prática do autocuidado. Os dados indicam que ocorrem melhorias em relação ao domínio psicológico, físico e social. Segundo o mesmo estudo, os grupos de convivência também ajudam na redução do estresse, ansiedade e na depressão. Conforme relato dos entrevistados no estudo: *eu vivia dentro de casa, 'me'*



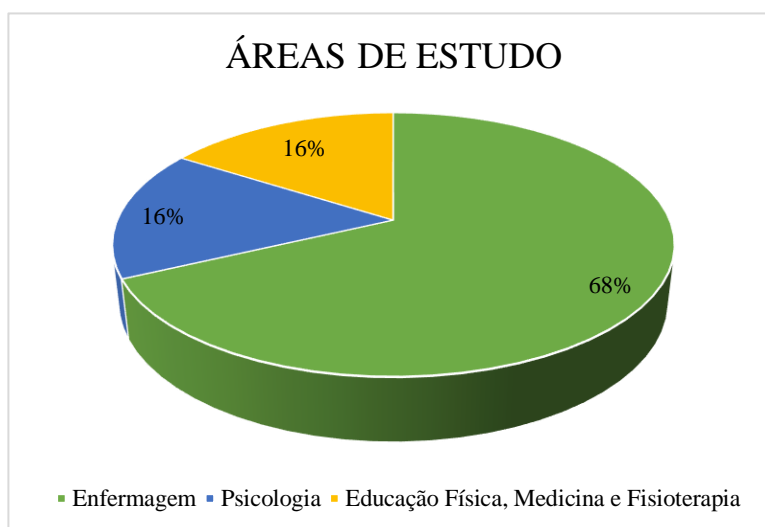
*estressava muito, medo do meu filho que usa aquelas coisas, pedindo dinheiro para comprar mais, o olho vermelho e agressivo comigo e, graças ao grupo, posso dizer que sou outra pessoa.*

Atividades educativas também são importantes para qualidade de vida dos idosos, os estudos demonstram que o vínculo estabelecido com o professor orientador tem grande relevância. O estudo de CORDEIRO et al (2015), relata que os profissionais com atitude de caráter intervencionista podem fornecer uma gama de informações aos idosos para instrumentalizá-los, a fim de que possam refletir acerca de sua realidade de vida e de sua cultura. Por meio dessa atividade, o usuário pode se achar estimulado a participar do processo educativo, elaborando e realizando questionamentos, quando necessário. Além disso, o fornecimento de informações sobre os problemas que estes idosos enfrentam, contribui para a construção de conhecimento e prática do autocuidado, então é interessante pensar na psicoeducação como um recurso eficaz na manutenção da qualidade de vida do idoso e na percepção desse em relação ao envelhecimento, fazendo com que ele enxergue esta etapa de maneira mais positiva. Está expresso em uma verbalização registrada no estudo: *idoso: estava com uma doença, eu procurei o grupo para saber mais.*

Das ações mais praticadas e que estão relacionadas com a melhoria da qualidade de vida dos idosos, pode-se observar a atividade física, a ela os próprios idosos associam os benefícios físicos e cognitivos, a redução das fragilidades e a vida mais ativa. Fala dos idosos registrado no estudo analisado: *Tinha dores nas juntas o tempo todo e ao participar do grupo com os exercícios, foi muito bom, hoje posso dizer que estou bem melhor. Com o tempo observei mudanças no meu corpo, antes não tinha força nas pernas para fazer caminhada, hoje vou até o centro da cidade andando e não fico mais cansada.*

Outro aspecto importante é que existem poucos estudos na área da psicologia que contemplem o assunto, 68% dos artigos encontrados e analisados são de áreas referentes aos cursos de enfermagem, 16% da área da psicologia seguido de educação física, medicina e fisioterapia que representam 16%. Conforme apresentado no Gráfico 1.

Gráfico 1 - Áreas de estudos pesquisados



**Fonte: dados da pesquisa, 2020.**

Dos estudos encontrados que tratam de temas no campo da Psicologia, observou-se transitar sobre assuntos, como “Grupo de convivência de idosos: apoio psicossocial na promoção da Saúde” de Laudicéia e col (2015), “Grupos de convivência para idosos: participantes, egressos e desinteressados” de Aline Oliveira e col (2015), “Grupo de convivência: percepção dos idosos em uma unidade básica de saúde” de Ricardo Dias (2018), não sendo identificados estudos que apresentem as práticas/intervenções da Psicologia nesse contexto, sugerindo a inexistência de estudos ou a publicação em outras línguas, já que tal pesquisa se delimitou a publicações em português.

## 5 CONCLUSÃO

Os dados analisados apresentam a importância de pensar nos grupos de convivência como um espaço que contribui na melhoria da qualidade de vida dos idosos, estes possibilitam a interação, aprendizado e criação de vínculos. Os benefícios apresentados estão associados à participação desses indivíduos nos espaços de convivência, possibilitando uma melhor qualidade de vida, com menos chances de desencadear quadros de ansiedade, estresse e depressão.

As atividades desenvolvidas nestes espaços são relevantes para a manutenção da saúde, qualidade de vida de seus participantes e quando estimuladas geram resultados positivos nos campos emocional, físico e psíquico.

A pesquisa mostra a importância dos grupos de convivência e da elaboração de estratégias que melhorem a qualidade de vida da população idosa que está em constante ascensão.

Ainda existem poucos estudos realizados na área da Psicologia que contemplem os benefícios da área na saúde e qualidade de vida do idoso. São importantes pesquisas que contemplem os espaços de convivência na manutenção da qualidade de vida, que proponham um trabalho cauteloso com o idoso e que considere o envelhecimento e a subjetividade que ele representa em cada um propondo uma maior reflexão acerca da velhice.

## 5 REFERÊNCIAS

- ABREU, Sanmille Santos Santiago de; DUARTE, Stênio Fernando Pimente; LIMA Pollyanna Viana; MACEDO, Maria Aparecida Silva Santos; OLIVEIRA, Andreza Guimarães de; REIS, Luciana Araújo dos. Grupos de convivência como suporte na prevenção da depressão em idosos. *Rev Enferm Contemp*, Salvador, 2019 Abril. 8(1):17-24 Doi: 10.17267/2317-3378rec.v8i1.1637 | ISSN: 2238-2720. Disponível em < <https://cutt.ly/chNoPOc>>. Acesso em: 11. Março. 2020.
- ADELANE, Maria; ALINY, Cibelly; CARVALHO, Andréa; ROCHA, Danielle; STEPHANIE, Luísa;. Idosos e grupos de convivência: motivos para a não adesão. *SANARE, Sobral - V.16 Suplemento n.01*, p.58-67, 2017. Disponível em <https://cutt.ly/mhNoXyc>. Acesso em: 11. Março. 2020.
- APARECIDA, Patrícia; CARVALHO, Lívia; MARIA, Sônia. Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(11):3533-3544, 2016. Disponível em < <https://cutt.ly/zhNo4ym>>. Acesso em: 11. Março. 2020.
- AREOSA, Sílvia Virgínia Coutinho; COUTO, Analie Nunes; MONTAÑÉS, María Concepción Menéndez; WICHMANN, Francisca Maria Assmann;. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. Departamento de Educação Física e Saúde. Universidade de Santa Cruz do Sul. Santa Cruz do Sul, RS, Brasil. Disponível em < <https://cutt.ly/syjs5Xe>>. Acesso em: 11. Março. 2020.

- BRITO, Eulina Alves Sousa; GURGEL, Lucineide Coqueiro; SANTAA, Willma José de; SOUSA, Alex Alves Sobral de; SOUSA, Carmelita Maria Silva; SOUSA, Francisco Rafael Soares de; VIEIRA, Patrícia Dore. Contribuição da atividade física para a qualidade de vida dos idosos: Uma Revisão Integrativa da Literatura. *Id on Line Rev.Mult. Psic.*, 2019, vol.13, n.46, p. 425-433 ISSN: 1981-1179. Disponível em < <https://bityli.com/bzq3E> >. Acesso em: 11. Março. 2020.
- CANÇADO, Flávio Aluizio Xavier; DOLL, Johannes; GORZONI, Milton Luiz. Tratado de geriatria e gerontologia / Elizabete Viana de Freitas ... [et al.]. - 3.ed. - [Reimpr.]. - Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. Disponível em <https://cutt.ly/MhNpt8Q> Acesso em: 11. Março. 2020.
- CARDOSO Mayara; CARVALHO, Tatyane; CRISTINA, Isabel; JESUS, Vieira; ROCHA, Fabíola; SOARES, Agna; TEIXEIRA, Nayara. Perfil epidemiológico e qualidade de vida na terceira idade: um estudo sobre idosos participantes de grupo de convivência. *REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2018. Vol. 10 (3), 1612-1620. Disponível em <https://cutt.ly/6hNpsqF> Acesso em: 11. Março. 2020.
- CARVALHO, Poliana Fialho de; HORTA, Natália de Cássia; LACERDA, Tatiana Teixeira Barral de; SILVA, Emília Isabel da; SOUZA, Jéssica Alves de; SOUZA, Marina Celly Martins Ribeiro de. Avaliação da qualidade de vida do idoso institucionalizado com sinais de demência. *Estud. interdisciplinar. envelhec.*, Porto Alegre, v. 24, n. 2, p. 81-95, 2019. Disponível em < <https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/download/84716/55867> >. Acesso em: 11. Março. 2020.
- CORDEIRO, Isabelle; LOPES Gisele; MÁGNUS Rômulo; MENESES, Annatália; NORONHA, Laudicéia; PORTELA Cryslyny. Grupo de convivência de idosos: apoio psicossocial na promoção da saúde. *Rev Rene*. 2015. Disponível em < <https://cutt.ly/2hNpIUC> > Acesso em: 11. Março. 2020.
- CORONAGO, V.M.M.O. ; SOARES, S.M.S. Grupos de Convivência: Influência na Qualidade de Vida da Pessoa Idosa. *Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, Janeiro de 2016, vol.10, n.33, p. 127-140. ISSN: 1981-1179. Disponível em < <https://cutt.ly/jhNpIS1> >. Acesso em: 11. Março. 2020.
- ELIANA, Maria; FILIPE, Saul; LIMA, Jéssica; LIRA, Cíntia; MALAQUIAS, Lucélia. Qualidade de vida do idoso fragilizado e institucionalizado. *Acta Paul Enferm*. 2015; 28(4):361-6. Disponível em < <https://cutt.ly/fhNpXan> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- FÁTIMA, Maria; KEYLLA Elisângela; MICHELLY, Alliny; PATRICIÁ, Isabelle; ROCHA, Elias; THUANE, Jéssica. Percepção dos idosos quanto aos benefícios da prática da atividade física: um estudo nos Pontos de Encontro Comunitário do Distrito Federa. *Rev Bras Ciênc Esporte*. 2019;41(2):142---149. Disponível em < <https://cutt.ly/ZhNp0Hb> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- FONSECA, Suzana Carielo da. O envelhecimento ativo e seus fundamentos. *Portal Edições Envelhecimento*. 1. Ed. - São Paulo 2016. Disponível em < <https://cutt.ly/TyVPABt> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- HERBERTO, Rodolfo; NIELSSON, Jordana; PAULA, Ana. Efeitos do exercício físico em idosos fragilizados: uma revisão sistemática. *Fisioter Pesqui*. 2019;26(2):210-217. Disponível em < <https://cutt.ly/shNp5tg> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- PRADO, Shirley Donizete; SAYD Jane Dutra. A gerontologia como campo do conhecimento científico: conceito, interesses e projeto político. Departamento de Nutrição Social, Instituto de Nutrição da Uerj. Rua São Francisco Xavier 524, 12o andar, Bloco D, Pavilhão João Lyra Filho, Maracanã, 20550-900, Rio de Janeiro RJ. Disponível em < <https://cutt.ly/lyjcsC20> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- KARINE, Luciana; OLIVEIRA, Aline. Atividades e motivação para a adesão em grupos de convivência para idosos. *Estud. interdiscipl.envelhec.*, Porto Alegre, v. 20, n. 3, p. 755-769, 2015. Disponível em < <https://cutt.ly/0hNatqz> > Acesso em: 16. Julho. 2020.
- KARINE, Luciana; OLIVEIRA, Aline. Grupos de convivência para idosos: participantes, egressos e desinteressados. *Estud. pesqui. psicol.*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 1045-1060, 2015. Disponível em < <https://cutt.ly/LhNaiV1> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- LEITE, Jair Kleyson Sousa; SOARES, Jandson De Oliveiras; LIMA, Beatriz Santana de Souza; MONTEIRO, Elaine Kristhine Rocha; SANTOS, José Augustinho Mende. Avaliação do sentimento de pessoas idosas institucionalizadas. *Revista Eletrônica Estácio Saúde* ISSN1983-1617 (online). Santa Catarina. Vol.9. Número 1. 2020. Disponível em < <https://cutt.ly/6yjaP7S> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- LOURENÇO, Tiago Trocato. Sentimentos de Solidão e Depressão em Idosos Institucionalizados. (Projeto de Mestrado em Gerontologia). – Instituto Politécnico de Castelo Branco. Escola Superior de Educação. Disponível < <https://cutt.ly/ryjaV0K> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- MACEDO, Daniela; SILVA, Lidiane; VIEIRA, Fábio. Qualidade de vida dos idosos que participam de grupos de convivência. *Simpósio de Ciências Avançadas 13-14-15-16*. Outubro. 2015. Disponível em < <https://cutt.ly/EhNadZw> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- Missio MM, Vieira SP. Experiência em grupos de convivência de idosos: interfaces com a terapia ocupacional. *Rev Bras Promoç Saúde*. 2019;32:7436. Disponível em < <https://cutt.ly/PhNakwL> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- MOURA, Maria Martha Duque de; VERAS, Renato Peixoto. Acompanhamento do envelhecimento humano em centro de convivência. *Physis Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 27 [ 1 ]: 19-39, 2017. Disponível em <https://cutt.ly/nhNacaK>. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- RAUBER, Liliâne; COSTA, Arlete Eli Kunz; PISSAIA, Luís Felipe. A percepção de idosos sobre a participação em atividades de um grupo de convivência. *REVISTA ESPAÇO CIÊNCIA & SAÚDE*, Cruz Alta – RS v. 7, n. 1, p. 1-8, jul./2019. Disponível em < <https://cutt.ly/0hNaQm1> > Acesso em: 16. Julho. 2020.
- SCHOFFEN LL, Santos WL. A importância dos grupos de convivência para os idosos como instrumento para manutenção da saúde. *Rev. Cient. Sena Aires*. 2018; 7(3): 160-70. Disponível em < <https://cutt.ly/YhNaYQD> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- SILVA, R. D. Grupo de convivência: percepção dos idosos em uma unidade básica de saúde. *REFACS, Uberaba, MG*, v. 6, n. 3, p. 432-438, 2018. Disponível em: < <http://seer.uftm.edu.br/revistaeletronica/index.php/refacs/article/view/2160/pdf> >. Acesso em: 20. Julho. 2020.
- SILVA, Ricardo Dias da. *REFACS (online)* 2018; 6(3):432-438. Grupo de convivência: percepção dos idosos em uma unidade básica de saúde. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 2018, 6(3), ISSN: 2318-8413. Disponível < <https://cutt.ly/RhNdBwH> >. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- SOUZA BN, Paula GR, Oliveira LMAC, Santos LF, Barbosa MA, Brasil VV. Quality of life assessment for health promotion groups. *Rev Bras Enferm [Internet]*. 2016; 69(2):222-9. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2016690206i>. Acesso em: 16. Julho. 2020.
- BARBOSA, Keylla Talitha Fernandes, OLIVEIRA, Fabiana Maria Rodrigues Lopes de, FERNANDES, Maria das Graças Melo. Vulnerabilidade da pessoa idosa: análise conceitual. Disponível em < <https://cutt.ly/nhNftKa> >. Acesso em: 21. Dezembro. 2020..

---

**Recebido em:** 12 de junho de 2020  
**Avaliado em:** 14 de julho de 2020  
**Aceito em:** 21 de dezembro de 2020

---

<sup>1</sup> Bacharelado em Psicologia pela Faculdade de Ciências Humanas e Exatas do Sertão do São Francisco (FACESF)  
E-mail: [viniciusalmeida.20@outlook.com](mailto:viniciusalmeida.20@outlook.com)

<sup>2</sup> Professora orientadora, docente do curso de Psicologia e Coordenadora do Serviço-Escola de Psicologia da Faculdade de Ciências Humanas e Exatas do Sertão do São Francisco (FACESF), Psicóloga, Pós-Graduada em Administração Escolar e Planejamento Educacional pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), Pós-Graduada em Neuropsicologia pela CPHD-CPN/UNIFESP, Pós-Graduada em Terapia Cognitivo-Comportamental pela NTCBA-FACCAT. Com formação em Reabilitação Neuropsicológica pelo INAP-CPN/UNIFESP. E-mail: [prof.lucimarybezerra@gmail.com](mailto:prof.lucimarybezerra@gmail.com)