

**Resumo:** Os espaços de Convivência para o idoso no Brasil, destina-se ao segmento às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos em situação de vulnerabilidade, risco pessoal e social. Assim, o objetivo do estudo foi conhecer os benefícios e as estratégias utilizadas nos Núcleos e Centros de Convivência para idosos. Foi realizada revisão integrativa nas bases SCIELO e LILACS. Para tal foi utilizado os descritores Convivência; Idoso, Isolamento. Os resultados demonstram que os idosos participantes de centro de convivência apresentam melhor equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida quando comparados aqueles que não frequentam o espaço. Conclui-se que os espaços de convivência não seja apenas um local para atividade física, lazer, diversão e prevenção a doenças associadas ao processo do envelhecimento, mas sim, um ambiente que contribui para o autonomia, independência e inclusão social da pessoa idosa.

**Descritores:** Convivência, Idoso, Isolamento.

Spaces of coexistence for elderly: benefits and strategies

**Abstract:** The retirement communities in Brazil, are aimed at the segment of people aged 60 or over in a situation of vulnerability, personal and social risk. Thus, the objective of the study was to know the benefits and strategies used in this retirement communities. An integrative review was carried out at the SCIELO and LILACS databases. To this end, the descriptors were used Coexistence; Old, Isolation. The results show that elderly people living in retirement communities have better balance, functional mobility and quality of life when compared to those who do not attend the space. It is concluded that the living spaces are not only a place for physical activity, leisure, fun and prevention of diseases associated with the aging process, but rather an environment that contributes to the autonomy, independence and social inclusion of the elderly person.

**Descriptors:** Coexistence, Old, Isolation.

Espacios de convivencia para anciano: beneficios y estrategias

**Resumen:** Los espacios de Convivencia para el anciano en Brasil, se destina al segmento a las personas con edad igual o superior a 60 años en situación de vulnerabilidad, riesgo personal y social. Así, el objetivo del estudio fue conocer los beneficios y las estrategias utilizadas en los Núcleos y Centros de Convivencia para ancianos. Se realizó una revisión integrativa en las bases SCIELO y LILACS. Para ello se utilizaron los descriptores Convivencia; Ancianos, Aislamiento. Los resultados demuestran que los ancianos participantes de centro de convivencia presentan mejor equilibrio, movilidad funcional y calidad de vida cuando comparados aquellos que no frecuentan el espacio. Se concluye que los espacios de convivencia no son sólo un lugar para la actividad física, el ocio, la diversión y la prevención de las enfermedades asociadas al proceso del envejecimiento, sino un entorno que contribuye a la autonomía, independencia e inclusión social de la persona de edad.

**Descritores:** Convivencia, Ancianos, Aislamiento.

**Celia Maria Francisco**  
Doutora em Ciências da Saúde (EEUSP),  
Especialista em Geriatria e Gerontologia  
(UNIFESP). Docente do Centro Universitário  
São Camilo.  
**E-mail:** celia.francisco@prof.saocamilo-sp.br

**Marcia Abrantes Pinheiro**  
Pós Graduanda do Curso de Gerontologia do  
Centro Universitário São Camilo.  
**E-mail:** mcapinheiro5@gmail.com

Submissão: 27/03/2018  
Aprovação: 07/09/2018

## Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial<sup>1</sup>, um processo fisiológico que tem início na concepção e ocorre durante toda a vida<sup>2</sup>. Representa uma experiência distinta entre homens e mulheres, marcada por suas diferentes trajetórias de vida<sup>3</sup>.

O crescimento do número de idosos, aliado à diminuição do número de filhos, resulta na atual transição demográfica<sup>1</sup>, ocorrendo de forma muito rápida e progressiva, principalmente nos países em desenvolvimento, como o Brasil<sup>4</sup>.

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil será a sexta população mundial com o maior número de idosos, em 2025, atingindo 35 milhões, em números absolutos<sup>5</sup>, sendo que, sua população traz consigo não apenas demandas especiais de serviços públicos e de investimentos, mas modificações nas formas de olhar a vida, nos relacionamentos entre as pessoas e a cultura<sup>6</sup>.

Envelhecer não significa necessariamente adoecer. A menos que exista doença associada, o envelhecimento está associado a um bom nível de saúde. Além disso, os avanços no campo da saúde e da tecnologia permitiram para a população com acesso a serviços públicos ou privados adequados, uma melhor qualidade de vida nessa fase. Com isso, é fundamental investir em ações de prevenção ao longo de todo o curso de vida, em virtude do seu potencial para resolver os desafios de hoje e, de forma crescente, os de amanhã<sup>7</sup>.

Ao longo das últimas décadas, esse cenário se traduziu em uma série de iniciativas por parte de organizações governamentais e privadas, visando

ao atendimento das necessidades dos homens e das mulheres idosas<sup>6</sup>.

Juntamente com as modificações da estrutura etária da população e da criação de serviços públicos para idosos, sujeitos responsáveis por essa nova configuração, constata-se a importância da formação especializada de profissionais para atender de maneira qualificada as necessidades dessa parcela da população. Além disso, compreender a multidimensionalidade das atitudes perante a velhice, as suas múltiplas causas e, sobretudo, as relações recíprocas que existem entre esses precursores do comportamento e as condições dos idosos, é de fundamental importância para a gerontologia<sup>8</sup>.

Aumentar a informação e levar as pessoas e as instituições a pensarem de forma mais positiva e realística sobre os idosos e a velhice, pode contribuir com uma mudança de atitude que em longo prazo pode ser benéfica e estratégica para a sociedade. Entretanto, esse esforço por si só não é suficiente para modificar a maneira pela qual a sociedade trata seus idosos. É necessário também promover a educação ao longo de toda a vida para todos os cidadãos. A educação é um importante agente promotor de novos comportamentos e de novas formas de pensar valores, crenças e expectativas sociais e individuais sobre a velhice<sup>8</sup>.

O Centro de Convivência para Idosos (CCI), tem por finalidade fortalecer a autonomia e o envelhecimento saudável, prevenir o isolamento social e proporcionar a educação continuada. Os idosos inscritos no projeto têm acesso a atividades físicas, socioeducativas, paralelamente aos cursos e atividades regulares, palestras sobre

temas diversos, bem como de atividades artísticas e culturais, como serestas, bailes e oficinas de artesanato realizadas de forma gratuita<sup>9</sup>.

Conforme a norma técnica dos serviços socioassistenciais de proteção social básica, a caracterização do Núcleo de Convivência de Idosos (NCI), tipificado como Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV) por meio da Portaria nº 46/SMADS/2010 e alterado pela Portaria nº 09/SMADS/2012, destina-se ao segmento do idoso com idade igual ou superior a 60 anos em situação de vulnerabilidade e risco pessoal e social, além de contribuir para o fortalecimento dos pilares do envelhecimento ativo, visto que preconiza ações que têm como objetivo a prevenção de agravos que possam provocar o rompimento de vínculos familiares, sociais e a prevenção de situações de isolamento social<sup>10</sup>. Assim, destaca-se a relevância científica e social de se investigar as condições que interferem no bem-estar na senescência e os fatores associados à qualidade de vida de idosos, no intuito de criar alternativas de intervenção e propor ações e políticas na área da saúde, buscando atender às demandas da população que envelhece<sup>11</sup>.

Nesse sentido, torna-se relevante conhecer os benefícios e as estratégias que são utilizadas nos espaços de convivência entre os idosos, visto que as situações que desencadeiam impactos no âmbito de saúde, familiar e social do idoso são decorrentes das perdas e ganhos que estão presentes na história de vida de cada indivíduo, e que produzem mudanças significativas

principalmente para aqueles que vivenciam a fase da velhice.

## **Material e Método**

Pesquisa de revisão integrativa, no qual foram consideradas as seguintes etapas: seleção da questão temática, seleção dos estudos de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados, análise dos dados, interpretação dos resultados e apresentação da revisão.

As buscas foram realizadas no período de agosto de 2017 a março de 2018 nas bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SCIELO). Os descritores utilizados foram estabelecidos de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): convivência, idoso e isolamento.

Foram considerados como critérios de inclusão todos os artigos disponíveis na íntegra eletronicamente, publicados nas bases nacionais entre o período do ano de 2011 a 2017, e que constavam o assunto proposto e resultados relacionados ao benefício e estratégias nos espaços de convivência para o idoso. Como critérios de exclusão, os artigos que não constavam no resumo uma ou mais palavras-chaves definidas, e que não apresentavam o artigo na íntegra foram excluídos.

Os dados relativos aos estudos selecionados foram sintetizados com a finalidade de proporcionar uma análise minuciosa de forma descritiva, considerando as variáveis de interesse e separados em três eixos temáticos que

convergiam pela similaridade dos seus resultados, são eles: os aspectos que legitimam a importância dos espaços de convivência para idosos, benefícios no contexto de saúde e social dos idosos oriundos das vivências em espaços de convivência, estratégias em espaços de convivência, levando em conta os aspectos positivos e negativos.

## **Resultados e Discussão**

Foram encontrados 4859 artigos, sendo 3629 na base de dados LILACS, 1230 na SCIELO. Destes, 4825 artigos foram excluídos após verificar o título e resumo. Posteriormente foi realizada a leitura minuciosa de 34 artigos completos e selecionados 8 estudos.

Desse modo, os resultados apresentados foram discutidos de acordo com os três eixos temáticos evidenciados nos artigos.

### **a) Os aspectos que legitimam a importância dos espaços de convivência para idosos**

No Brasil, com o gradativo aumento da população idosa, surgiram alguns programas educacionais voltados principalmente ao lazer. A primeira experiência brasileira de educação para adultos maduros e idosos foi implementada pelo Serviço Social do Comércio (SESC). Os Grupos de Convivência surgiram na década de 1960, com programação elaborada com base em programas de lazer. Eram assistencialistas, pois não ofereciam instrumentos necessários para os sujeitos recuperarem a autonomia desejada. A partir da década de 1980, as universidades começaram a abrir espaço educacional para a população idosa e para profissionais interessados

no estudo das questões do envelhecimento, predominando a oferta de programas de ensino, saúde e lazer<sup>12</sup>.

A dificuldade de acesso aos serviços de saúde faz com que muitos idosos só recebam os primeiros cuidados em estágios avançados de adoecimento. Assim, a missão importante dos centros de convivência é melhorar a saúde e a qualidade de vida dos idosos, proporcionando-lhes atividades que contribuam para que sejam menos afetados por doenças crônicas, prevenindo incapacidade e recuperando autonomia com programas de reabilitação<sup>13,14</sup>.

Ocorre que os espaços de convivência trazem uma reflexão sobre o papel e o lugar da pessoa idosa na sociedade e suas possibilidades de contribuição considerando como uma das fases do desenvolvimento humano.

Corroborando com um estudo que possibilitou a reflexão sobre o significado de participação social para algumas idosas que frequentam um centro de convivência, fazendo-nos crer que estão conquistando seu espaço na sociedade de maneira diferente<sup>6</sup>.

Outro estudo realizado em centro de convivência mostrou que existia um número reduzido de idosos vulneráveis quando comparados com outros estudos feitos em comunidade ou centros de saúde onde eram sedentários, reforçando que pessoas idosas que frequentam CCI são mais ativos<sup>2</sup>.

Em contrapartida, este mesmo estudo mostrou que a presença de síndrome da fragilidade associou-se ao desempenho cognitivo em idosos, a ausência de suporte social (morar

sozinho, ausência de cuidador familiar, abandono dos familiares) favorece a ocorrência por tornar o idoso menos ativo socialmente<sup>2</sup>.

Observa-se então que se por um lado a falta de suporte social e familiar desencadeiam situações de desgastes que interferem negativamente no processo saúde doença dos idosos, podendo levar a limitação e perda de autonomia nas tomadas de decisões, por outro lado outros o superam, tornando-se mais ativos.

Por exemplo, uma pesquisa mostrou que a aposentadoria não representou a troca da produtividade pela inatividade entre os idosos, pelo contrário estes se mantinham ativos e socialmente engajados<sup>9</sup>.

Esse resultado mostra que o cenário tende a mudar, cada vez mais os idosos serão inseridos no mercado de trabalho, tornando-os mais produtivos e participativos socialmente. Isto deve-se não somente ao aumento da expectativa de vida, mas também ao um novo engajamento por parte dos diversos atores inseridos nos equipamentos sociais sustentados por políticas e programas voltados para esta faixa etária.

Desta forma, os motivos dos aspectos benéficos e estratégicos que legitimam a importância dos espaços de convivência para idosos foram variados e, dentre alguns benefícios identificados, foram relatados aspectos de superação em relação a determinados eventos de vida e melhora no convívio social e familiar, proporcionando para a pessoa idosa laços afetivos e oportunidades para expressão de sentimentos<sup>15</sup>.

## **b) Benefícios no contexto de saúde e social dos idosos oriundos das vivências em espaços de convivência.**

Atualmente as pesquisas possibilitam reflexões acerca dos benefícios que se pode alcançar ao incentivar homens a se integrarem em programas que ofereçam aos idosos, oportunidades valiosas de desenvolvimento pessoal e de ocupação do tempo livre. Seria interessante buscar estratégias de captação de homens idosos na comunidade, levando-os a tomar conhecimento da existência de projetos sociais direcionados aos idosos e a reconhecer os benefícios potenciais da própria participação<sup>9</sup>.

Isto é importante porque a medida que avança a idade, aumentam os efeitos deletérios sobre os sistemas orgânicos no envelhecimento, tornando o idoso mais susceptível à doenças, agravos e complicações.

Um exemplo, os idosos que participam de centro de convivência apresentam melhor equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida do que idosos da mesma comunidade que não participam dos centros. No entanto, alguns CCI reforçam a complexidade do lazer como esfera da vida humana, não considerando também como um espaço para convivência social onde as relações, os diálogos, a participação social e o empoderamento também acontecem<sup>3</sup>.

Pôde-se identificar outras mudanças pessoais relatadas pelos próprios idosos ao longo da participação nas atividades de um outro projeto. Os idosos traduzem sentimentos ratificados de uma inesperada reconcepção de aposentados para felicidade<sup>16</sup>.

Percebe-se que o idoso atual está conquistando seu espaço na sociedade, garantindo seus desejos com autonomia, independência e superando o comprometimento da capacidade funcional das mais diversas formas.

O que reforça a ideia que a participação social contribui para a qualidade de saúde individual e coletiva, portanto deve ser estimulada em todo o curso da vida, entendendo que o envelhecimento é um processo e a velhice uma etapa deste caminhar. Para tal, deve-se entender o fenômeno do envelhecimento, garantindo o direito participativo, e potencializar os desejos individuais de cada pessoa.

Evidenciado em um estudo, no qual os idosos percebem que envelhecer é inevitável e fazem desta experiência, uma vivência prazerosa<sup>6</sup>.

### **c) Estratégias em espaços de convivência, levando em conta os aspectos positivos e negativos.**

Diante da necessidade de construção de múltiplas estratégias de suporte àqueles que necessitam de proteção e cuidados, perguntamos: a quem cabe o cuidado da criança e do idoso? Responder a esta questão supõe traçar paralelos entre ambos<sup>1</sup>.

Neste sentido, nos centros de Convivência há estudos que apontam para o uso de medidas de qualidade de vida a partir da autoavaliação do idoso. “Que nota darei ao dia hoje?” - aumenta a autoestima, o senso de governabilidade e permite a construção de um plano de cuidados singular e a cada dia<sup>13,14,17,18,19,20,21</sup>.

Por isso, como estratégia, levando em considerações a troca de informações e

experiências, bem como os contatos informais do dia a dia contribuem para aproximar os interlocutores. Na rede de cuidados, o lugar dos diversos atores precisa ser discutido e negociado permanentemente, pois as necessidades e possibilidades do idoso também mudam.

Para tanto, os espaços de comunicação, como grupos reflexivos e rodas de conversa, reafirmam a importância da construção coletiva (idosos, cuidadores e profissionais) do cotidiano no espaço. Cabe integrar e formar coordenadores de oficinas a partir de propostas de acompanhamento do envelhecimento humano<sup>13</sup>.

Uma estratégia identificada nos estudos foi o trabalho com os profissionais que atuam em centro de convivência, estes reconhecem que a educação gerontológica é fundamental para incrementar as suas habilidades para a realização do trabalho<sup>8</sup>.

Ainda que os CCI buscam integrar participantes idosos de ambos os sexos, na percepção de alguns coordenadores, estes espaços nem sempre refletem condições mais favoráveis para a vivência do lazer por parte de homens idosos ou acreditam que a participação se limita aos homens casados<sup>3</sup>.

Reforça-se então a importância da qualificação dos profissionais como estratégias para a qualidade dos serviços oferecidos em equipamentos sociais.

## **Conclusão**

As discussões subsidiadas pela literatura científica resultaram que os espaços de convivência proporcionam para a pessoa idosa laços afetivos e oportunidades para expressão de



sentimentos, independência, autonomia, qualidade de vida, melhor mobilidade na marcha e a sensação de felicidade. Foi possível identificar alguns quesitos que otimizam os resultados da interação entre assistentes e assistidos, tais como a dedicação e o respeito ao idoso para viabilizar suas potencialidades; o fortalecimento de laços sociais obtidos por meio de estratégias nas atividades propostas pelos centros de convivência; também os benefícios observados em ações que prezam pelo bem-estar físico e social dos idosos.

Os espaços de convivência oferecem alternativas de participação, ocupação e convívio do idoso, a fim de possibilitar ao idoso a escolha das que são de seu interesse proporcionando sua integração a família e a sociedade. Espera-se que os idosos alcancem a emancipação cidadã, que consigam perceber que para viver é natural envelhecer, enfrentar os desafios do cotidiano, desenvolver estratégias de superação, resiliência em qualquer momento do ciclo de vida, inclusive na velhice e fortalecer vínculos sociais, possibilitando que os estereótipos de inutilidade e marginalização sejam ressignificados.

Assim, conclui-se que apesar de alguns espaços de convivência ainda serem considerados apenas um local para atividade física, lazer, diversão e prevenção a doenças associadas ao processo do envelhecimento, por outro lado, percebe-se que outras CCI estão transformando em um ambiente que contribui para o empoderamento da pessoa idosa a fim de lutarem pela garantia de direitos e ações transformadoras, fortalecendo estratégias que possam mobilizar os

idosos para o benefício da inclusão, desenvolvimento da autonomia e da sociabilidade.

## Referências

1. Moura MMD, Veras RP. Acompanhamento do envelhecimento humano em centro de convivência. Rio de Janeiro: Physis Rev Saúde Coletiva. 2017; 27(1):19-39.
2. Camposa DM, Felipe LA. Perfil da Fragilidade em Idosos Participantes de um Centro de Convivência em Campo Grande-MS: J Health Sci. 2016; 18(4):224-8.
3. Santos PM, Marinho A. Grupos de convivência para idosos como espaços de lazer (também) para homens: o olhar dos coordenadores em Florianópolis (SC) Motrivivência. 2016; 28(47):128-144.
4. Cervato AM, Derntl AM, Latorre MRDO, Marucci MFN. Educação nutricional para adultos e idosos: uma experiência positiva em Universidade Aberta para a Terceira Idade. Rev Nutr. 2005; 18(1):41-52.
5. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Projeção populacional do Brasil. Comunicação Social. Rio de Janeiro: IBGE. 2013.
6. Ruoco MTM, Brêtas ACP, Figueiredo EN Idosa só fica em casa? Rev Enferm UERJ. 2014; 22(5):693-8.
7. Kalache A. O mundo envelhece: é imperativo criar um pacto de solidariedade social. Ciênc Saúde Coletiva. 2008; 13(4):1107-11.
8. Bissoli PGM, Cachioni M. Educação Gerontológica: breve intervenção em Centro de Convivência-dia e seus impactos nos profissionais Gerontologia, Revista Kairós. 2011; 14(4): 143-164.
9. Gonzalez LMB, Seidl EMF. Envelhecimento ativo e apoio social entre homens participantes de um Centro de Convivência para Idosos. Revista Kairós Gerontologia. 2014; 17(4):119-139.
10. Brasil. Norma técnica dos serviços socioassistenciais proteção social básica. São Paulo, novembro de 2012. Disponível em: <[http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/assistencia\\_social/arquivos/norma\\_tecnica.pdf](http://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/assistencia_social/arquivos/norma_tecnica.pdf)>. Acesso 25 ag.2017.

11. Fleck MPA, Chachamovich E, Trentini CM. Projeto WHOQOL-OLD: método e resultados de grupos focais no Brasil. *Rev Saude Publica*. 2003; 37(6):793-799.
12. Cachioni, M. Universidades da Terceira Idade: das origens à experiência brasileira. In: NERI, A.; DEBERT, G. (Org.) *Velhice e sociedade*. Campinas: Papirus. 1999; 141-178.
13. Veras RP, Camargo JR., K. Idosos e universidade: parceria para a qualidade de vida. In: VERAS, R. P. et al. *Terceira idade: um envelhecimento digno para o cidadão do futuro*. Rio de Janeiro: Relume-Dumará UnATI/UERJ. 1995; 11-27.
14. VERAS, R.P., Experiências e tendências internacionais de modelos de cuidado para com o idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2012;171(1):231-238.
15. Miyamoto MT, Chubaci YR. Centro dia para idosos: As motivações que levam os idosos a utilizá-lo. *Nursing (São Paulo)*. 2016; 17(220):1176-1178.
16. Silveira NDR, Lodovici FMM, Bitelli FSPG. Atividades educacionais participativas e seus efeitos benéficos, na vida pessoal e social, de pessoas idosas - caso da Faculdade da Idade da Razão (FIR/FIG/UNIMESP). *Rev Kairós Gerontologia*. 2013, 16(5):325-343.
17. Hawkins WE.; Ducan D.F.; Mcdermott RJ. A health assessment of older Americans: some multidimensional measures. *Prev Med*. 1988; 17(3):344-56.
18. Neri A. Velhice e qualidade de vida na mulher. In: \_\_\_\_\_. (Org.) *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas*. Campinas: Papirus. 2001; 161-200.
19. Kuczmarksi M, Cotugna N. Outcome evaluation of a 3-year senior health and wellness initiative. *J Community Health*. 2009; 34(1):33-9.
20. Paschoal SMP. Qualidade de vida na velhice. In: FREITAS, E. V. et al (Org.) *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2011. 99-106.
21. Wichmann F. et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. *Rev Bras Geriatria Gerontologia*. 2013; 16(4): 821-832.