



MEU IDOSO FAVORITO

Autor(res)

Anna Julia Miranda Do Espírito Santo

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNIVERSIDADE DE CUIABÁ - UNIC

Introdução

O envelhecimento é um processo natural que acomete todos os seres vivos ao longo da vida. É um processo que interfere em muitos fatores no corpo humano, como aspectos biológicos afetando células, órgãos e outras estruturas essenciais para o funcionamento

saudável do corpo, o psicológico afetando a mente com a diminuição da memória, a inteligência e o processamento rápido das informações, e, por fim, o social afetando as relações familiares e a convivência em comunidade, ou seja, altera não somente seu físico como também aspectos cognitivos e o seu meio coletivo.

Nos últimos anos, o crescimento populacional da pessoa idosa tem ganhado um destaque no mundo todo, isso porque com o aumento da qualidade de vida, que foi aumentando com a evolução da saúde, do crescimento urbano e da expansão da educação, a expectativa de vida das pessoas foram se ampliando a cada ano.

Objetivo

Este trabalho trata-se de um estudo de caso, intitulado “Meu Idoso Favorito”, desenvolvido ao longo do semestre com o objetivo de pesquisa da vida atual de uma pessoa idosa.

Logo, este estudo vai contribuir para o entendimento dos diversos aspectos do envelhecimento, através de um caso real de vida e experiência no mundo.

Material e Métodos

Foi utilizado a história real de uma pessoa idosa, o questionário de dependência, o histórico saúde-doença e a etapa do estado nutricional, sendo realizada as 4 entrevistas no local de trabalho desta em seu horário de descanso. Dessa forma, o estudo foi desenvolvido em 4 etapas de entrevistas a fim de compreender o processo do envelhercer e seus aspectos relevantes para a sociedade que estamos inseridos.

Resultados e Discussão

O processo de envelhecimento está diretamente relacionado à perda gradual das funções fisiológicas, influenciada pelos fatores genéticos e ambientais. Os aspectos relacionados à saúde do idoso envolvem diversos fatores que evidenciam o envelhecer, como



um processo fisiológico de diminuição da reserva funcional, que ocorre com o avançar da idade, a senescência. Paralelo a este processo, observamos uma condição de envelhecimento patológico, com problemas de saúde, a senilidade (JUNIOR et al., 2016).

Durante o envelhecimento vários processos fisiológicos se modificam. Por exemplo, no sistema nervoso central, ocorre uma diminuição do seu volume total (perda de neurônios e outras substâncias) e as fibras nervosas perdem a sua mielina - responsável pela velocidade de condução do estímulo nervoso (Straub et al., 2001; Berger e Mailloux-Poirier, 1995).

Conclusão

Foi possível compreender que, ainda que seja um tabu a palavra “idoso” e “envelhecer” para a sociedade em que estamos inseridos, o envelhecimento é algo inevitável na vida dos seres humanos, sua compreensão disso é essencial para a pessoa que está nesse processo, tenha um envelhecimento saudável. Neste trabalho fica evidente que uma vida bem vivida, com cuidados físicos, psicológicos, espirituais e sociais contribuem para um envelhecimento ativo, podendo prolongar sua longevidade.

Referências

- CHINA, Diego L. et al. Envelhecimento ativo e fatores associados, Revista KairósGerontologia, 2021. Acesso em: 26/07/2024. Disponível em:
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/53768/34973/160479>
- SANTOS, Flávia H. et al. Envelhecimento: um processo multifatorial, Psicologia em Estudo, 2009. Acesso em: 27/05/2024. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/pe/a/FmvzytBwzYqPBv6x6sMzXFq/?format=pdf&lang=pt>
- JUNIOR, José R. M. L. et al. Uso de Plantas Medicinais por Idoso: Conhecimento dos Riscos e Benefícios, Revista Nursing, 2015. Acesso em: 27/05/2024. Disponível em:
<https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/0726298>
- GARCIA, Aline. Et al. A Depressão e o processo de envelhecimento, Ciências e Cognição, 2006. Acesso em: 27/05/2024. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212006000100010