

CONTRIBUIÇÕES DE GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS IDOSAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA DE SAÚDE.

CAROLINE RIBEIRO LIMA¹; HELENA KRUMREICH MALTZHAN²; IZABELLE CARVALHO QUITETE³; TULIANA LUZ E SILVA⁴; CAROLINE DE LEON LINCK⁵

¹*Universidade Federal de Pelotas – carolinelima0505@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – krumreich.helena@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – izzyquitete@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – tulianaluz2004@gmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas – carollinck15@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Este estudo destaca as contribuições dos grupos de convivência para a qualidade de vida de pessoas idosas na Atenção Primária à Saúde (APS). Tais grupos se mostram de grande relevância, especialmente por favorecerem a socialização e o fortalecimento dos vínculos interpessoais, promovendo a construção de redes de apoio. Além disso, contribuem para a autonomia desses idosos, estimulando sua capacidade funcional e motora, e o engajamento em atividades que incentivam o autocuidado, a autoestima e a participação ativa na comunidade (BRAZ, ZAIA E BITTAR, 2015).

Nesse contexto, os grupos de convivência ganham destaque como ambientes exclusivos, de qualidade ofertados às pessoas idosas. Que proporcionam o aprimoramento da criatividade, conexões interpessoais e buscam trazer experiências novas aos componentes do grupo, resultando na promoção da saúde física e mental dos participantes (FORCELINI E MERINÓ, 2024), fomentando qualidade de vida.

A qualidade de vida abrange diversos aspectos interligados, como as dimensões socioeconômicas, relações interpessoais, hábitos e estilos de vida, condições de saúde, acesso a recursos e oportunidades, entre outros fatores. Trata-se de um conceito amplo, que não se restringe apenas à ausência de doenças, mas inclui o bem-estar físico, mental e social (FERREIRA, MEIRELES E FERREIRA, 2018).

Nesta perspectiva considerando que o processo de envelhecimento é caracterizado por transformações estruturais, bioquímicas, psicológicas e funcionais, que podem impactar nas diferentes dimensões da saúde e da vida cotidiana (BRASIL, 2023), ações de promoção à saúde como grupos de convivência ofertados na APS se destacam como possibilidade de cuidado integral e multidimensional de baixa tecnologia e baixo custo que podem contribuir de forma significativa para a qualidade de vida da população idosa.

A partir do exposto, o presente trabalho tem como objetivo identificar na literatura científica as contribuições dos grupos de convivência para a qualidade de vida de pessoas idosas na APS.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, a qual permite a exploração do tema de maneira abrangente, possibilitando discutir diferentes perspectivas teóricas (JUNIOR *et al*, 2023). A busca foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS),

sendo selecionada a base de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde, com os descriptores: Qualidade de vida; Idosos; Grupos de convivência, apenas no idioma português e também foi utilizado o filtro de tempo de 6 anos, de 2019 a 2025.

Dessa forma, foram identificados 30 artigos elegíveis, no entanto após a seleção pelo assunto principal, permaneceram 23 artigos, os quais foram importados para o software Rayyan (versão gratuita). Nessa etapa, foi realizada a leitura dos títulos e resumos, sendo excluídos aqueles que não apresentavam relação com o objeto de estudo, restando, ao final, apenas 7 artigos para análise.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados apontam que os grupos de convivência exercem um papel significativo na melhoria da qualidade de vida dos idosos. Entre os principais benefícios, destacam-se a promoção da saúde e o estímulo ao envelhecimento ativo, especialmente por estarem, em sua maioria, vinculados à APS, o que facilita o acesso e a inserção dos idosos nesses serviços.

Além disso, os artigos enfatizam a relevância das atividades físicas e de lazer desenvolvidas nos grupos, as quais contribuem para a manutenção da capacidade funcional, favorecem a realização das atividades de vida diária e promovem maior autonomia (GUERRA *et al*, 2020; DOS SANTOS GOMES *et al*, 2020; TELES *et al*, 2021).

A inserção social também se apresenta como um aspecto recorrente nos artigos analisados, sendo considerada de grande relevância. Muitos idosos, com o avançar da idade, acabam se afastando do convívio familiar ou social, seja por sentirem-se um incômodo, seja pelas próprias limitações impostas pelo envelhecimento (MENESES, AGUIAR, MARTINS, 2021). Ademais, os grupos de convivência podem se tornar uma verdadeira rede de apoio para os idosos, especialmente para aqueles que não contam com familiares presentes ou que vivem em situações de isolamento social, além de construírem novas relações (BRAZ, ZAIA E BITTAR, 2015).

Além disso, os grupos de convivência contribuem para o aumento da autoestima, para o fortalecimento do sentimento de pertencimento e para a valorização da experiência de vida dos idosos, aspectos amplamente destacados nos estudos revisados (DOS SANTOS GOMES *et al*, 2020). Observa-se, ainda, uma maior prevalência de mulheres idosas nesses espaços, o que é significativo, pois muitas vezes elas se encontram em situação de maior vulnerabilidade em comparação aos homens (TELES *et al*, 2021).

Contudo, nesses momentos de participação nos grupos, essas mulheres passam a dedicar maior atenção ao autocuidado, aspecto que frequentemente foi negligenciado ao longo da vida em razão das múltiplas responsabilidades que assumiam, como esposas, donas de casa, mães, avós e cuidadoras de outros membros da família. Nesse espaço, elas encontram a possibilidade de ressignificar seus papéis sociais, priorizando a própria saúde e bem-estar, o que contribui para sentimentos de valorização pessoal, empoderamento e melhoria da qualidade de vida (SCORTEGAGNA *et al*, 2019).

Por fim, outro ponto relevante evidenciado nos estudos é a contribuição dos grupos de convivência para a saúde emocional dos idosos. A participação nesses espaços favorece a criação de laços de amizade, proporciona momentos de descontração e ajuda a reduzir o estresse decorrente de problemas do cotidiano familiar. Cabe mencionar que as atividades desenvolvidas nos grupos, como

dinâmicas, jogos, oficinas e práticas educativas estimulam a cognição, auxiliando na preservação das funções mentais, o que impacta positivamente no bem-estar geral e na qualidade de vida (DE CARVALHO *et al.*, 2019).

4. CONCLUSÕES

Após a análise dos estudos selecionados, evidencia-se a importância dos grupos de convivência e o impacto positivo que eles exercem na qualidade de vida das pessoas idosas, promovendo saúde, autonomia e bem-estar aos idosos.

Esses achados evidenciam que a participação em grupos de convivência contribui para a redução do isolamento social e da sensação de solidão entre os idosos, além de favorecer o fortalecimento de vínculos e a formação de novas amizades. Os grupos de convivência têm grande importância no suporte emocional e na promoção da saúde mental, reduzindo sentimentos de solidão e oferecendo um espaço seguro para expressão de emoções e troca de experiências.

Os estudos destacaram ainda a importância dos grupos para as mulheres idosas, evidenciam que elas passam a se sentir mais valorizadas e escutadas nos grupos de convivência, algo que por muito tempo lhes foi negado em diferentes contextos sociais e familiares. Nessas vivências, elas encontram espaço para expressar suas necessidades e desejos, dedicando-se a si mesmas de forma integral, o que contribui para o fortalecimento da autoestima.

Outro aspecto relevante refere-se à melhora da autonomia e da funcionalidade física, que se refletem positivamente na realização das atividades do dia a dia, colaborando na manutenção da independência das pessoas idosas.

Portanto, os grupos de convivência se configuram como estratégia relevante para a promoção da saúde e da qualidade de vida na população idosa, levando em consideração os artigos analisados. Desta forma é fundamental investir em pesquisas que contribuam na ampliação desta estratégia na APS, indicando possibilidades de reestruturação da atenção à saúde às pessoas idosas com foco no cuidado multidimensional com estratégias qualificadas e de baixo custo, com vistas a melhoria da qualidade de vida da população.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. **Guia de cuidados para a pessoa idosa**/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Gestão do Cuidado Integral. — Brasília : Ministério da Saúde, 2023. 164 p. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_cuidados_pessoa_idosa.pdf
Acesso: 20 de ago. 2025.

BRAZ, I. A.; ZAIA, J. E.; BITTAR, C. M. L. Percepção da qualidade de vida de idosas participantes e não participantes de um grupo de convivência da terceira idade de Catanduva (SP). **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 20, n. 2, 2015. Disponível em:
<https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/48261/35459> Acesso em: 15 de ago. 2025.

DOS SANTOS GOMES, A. C. M. *et al.* Quality of life among elderly participants in social centers: an integrative review/Qualidade de vida em idosos participantes de

centros de convivência: uma revisão integrativa. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 12, p. 579-585, 2020. Disponível em:
<https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/8834/pdf> Acesso em: 19 de ago. 2025.

DE CARVALHO, C. J. G. et al. Relação entre independência funcional e qualidade de vida de idosos participantes de grupos de convivência. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 2, p. 589-605, 2019.

FERREIRA, L. K.; MEIRELES, J. F. F.; FERREIRA, M. E. C. Avaliação do estilo e qualidade de vida em idosos: uma revisão de literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, p. 616-627, 2018. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/Zmscq4PbSMfwNPHmyLmQhqk/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 15 de ago. 2025.

JÚNIOR, R. N. C. C. et al. Revisão integrativa, sistemática e narrativa-aspectos importantes na elaboração de uma revisão de literatura. **Revista ACB: Biblioteconomia em Santa Catarina**, v. 28, n. 1, p. 11, 2023. Disponível em:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8970882> Acesso em: 17 de ago. 2025.

FORCELINI, F.; MERINO, G. S. A. D.. Grupos vinculados ao NETI-UNAPI: características e implicações. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v. 21, n. 49, p. 32-49, 2024. Disponível em:
<https://periodicos.ufsc.br/index.php/extensio/article/view/97592> Acesso em: 05 de ago. 2025.

GUERRA, S. da S. et al. Experiências de pessoas idosas que participam de grupos de convivência. **Rev. Pesqui.(Univ. Fed. Estado Rio J., Online)** , p. 263-268, 2020. Disponível em:
<https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/8431/pdf> Acesso em: 19 de ago. 2025.

MENESES, K. F; AGUIAR, A. C. de S. A.; MARTINS, L. A.. Elderly conception on coexistence groups/Concepção de pessoas idosas sobre grupos de convivência. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 13, p. 123-129, 2021. Disponível em:
https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/7928/pdf_1 Acesso em: 19 de ago. 2025.

SCORTEGAGNA, H. De M. et al. Cuidado de si em um grupo de convivência de idosas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 22, p. e180164, 2019. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/sttvvhSc38476TmZ7h9M4d/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 19 de ago. 2025.

TELES, M. A. B. et al. Qualidade de vida de idosas participantes de um grupo de convivência no município de Bocaiúva-MG. **Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 4, n. 2, p. 75-89, 2021. Disponível em:
<http://revista.escoladesaude.pr.gov.br/index.php/rspp/article/view/503> Acesso em: 19 de ago. 2025.