



**Anais da VIII Semana da Diversidade Humana (ISSN 2675 – 1127) — 09 a 11 de outubro de 2023 — Centro Universitário São Lucas — Porto Velho**

**Sobre A Qualidade De Vida E Os Impactos Do Convívio Social Na Saúde**

## **Mental Dos Idosos**

**Karine Rodrigues de Azevedo, Centro Universitário São Lucas (UNISL),**  
[azevedokarine2023@gmail.com](mailto:azevedokarine2023@gmail.com)

**Sergyane Aguiar Rebouças Da Silva, Centro Universitário São Lucas (UNISL)**  
[Sergyane Aguiar Rebouças da Silva](mailto:Sergyane.Aguiar.Rebouças.da.Silva)

**Vitória Amanda Silva Moreira Centro Universitário São Lucas (UNISL)**  
[moreiraamanda.pvh@gmail.com](mailto:moreiraamanda.pvh@gmail.com)

**Nicolly Vieira Brito, Centro Universitário São Lucas (UNISL),**  
[valelanicolly@gmail.com](mailto:valelanicolly@gmail.com)

**Weidila Nink Dias, Centro Universitário São Lucas (UNISL),**  
[weidilanink@gmail.com](mailto:weidilanink@gmail.com)

**INTRODUÇÃO:** Embora no artigo 230 da Constituição da República Federativa no Brasil afirme que “A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida” no país, chegar a este último estágio da vida significa enfrentar muitos desafios como o enfrentamento da pobreza, como mostra uma pesquisa do IBGE em 2019. Portanto, com o envelhecimento, muitas preocupações se tornam parte do cotidiano das pessoas da terceira idade, como questões sobre aposentadoria, medicação e até mesmo questões familiares e o abandono. Observando essas condições que permeiam a sociedade brasileira, é necessário refletir sobre o que é qualidade de vida e quais intervenções são necessárias para promover a saúde mental e melhor experiência para as pessoas da terceira idade. O World Health Organization Quality of Life (WHOQOL) - Grupo de pesquisa em qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde, define qualidade de vida como um conceito abrangente que envolve não só a saúde física, mas também o estado psicológico, o nível de independência, as relações sociais, as crenças pessoais e outras características envolvidas em seu meio ambiente, incluindo um sistema de valores que envolvem metas, expectativas, padrões e preocupações. É através do convívio social que se analisa o ambiente para o desenvolvimento do processo de envelhecer. A rede de apoio para a pessoa idosa não necessariamente está ligada aos papéis sociais, mas sim pelas interações compartilhadas e relações estabelecidas. A manutenção de uma rotina repetitiva, e pouco estimulante influencia na individualidade, autonomia e na qualidade de vida do idoso. Para promover um envelhecimento saudável, é importante manter uma vida ativa fortalecendo o papel social do idoso e a promoção à saúde. As realizações de

atividades em grupos, trabalhos educativos de autocuidado junto a família, rodas de conversas e prática de exercícios são de grande importância, assim melhorando as condições física, social e psíquica dos idosos. **OBJETIVO:** O estudo teve como objetivo apontar os fatores sociais que impactam na qualidade de vida do idoso e como o convívio social pode ajudar a melhorar a saúde mental dos indivíduos da terceira idade. A principal justificativa é entender como o crescimento populacional de pessoas idosas, as condições socioeconômicas e o conceito sobre qualidade de vida influenciam na experiência da vivência no último estágio da vida. **METODOLOGIA:** O presente estudo, através da utilização de ferramentas como o Google Acadêmico, PePSIC e Scielo, blogs e noticiários e entrevistas, teve como objetivo realizar uma revisão bibliográfica através de leitura de artigos e pesquisas, explorar questões como a percepção de qualidade de vida, convívio social e dados sobre o aumento de idosos no Brasil e expectativa de vida. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foi percebido a partir desta pesquisa, que essa etapa da vida é cercada por diversos paradigmas como uma fase tomada por limitações e incapacidade, entretanto os idosos diversas vezes são excluídos da sociedade e este pode ser um fator causador de sofrimentos psicológicos, juntos com sentimentos de impotência e abandono, portanto é necessário que durante essa fase da vida os idosos ainda sejam inseridos no cotidiano e na vida social, quebrando esse paradigma de dependência, pois é possível encontrar idosos saudáveis e em ótimas condições gerais. É constatado também que o governo precisa estar presente através de políticas públicas para a valorização e o cuidado com a terceira idade, sendo possível garantir o bem estar físico, mental e social do indivíduo independente da fase da vida em que se encontra. Portanto, é importante reconhecer esses fatores e apoiar os idosos em suas necessidades de saúde mental e social, promovendo o bem-estar e a qualidade de vida na terceira idade. **CONCLUSÃO:** Consequentemente uma boa qualidade de vida pode proporcionar aos idosos a autonomia e a independência necessárias para manter um estado emocional equilibrado. Isso inclui a capacidade de realizar atividades do dia a dia, de se manter fisicamente ativo e de desfrutar de momentos de lazer e entretenimento. Portanto, conclui-se que a qualidade de vida e o convívio social são fatores interdependentes e essenciais para a saúde mental dos idosos. Investir em iniciativas que promovam a interação social positiva, bem como garantir condições que propiciem uma boa qualidade de vida, são medidas fundamentais para o bem-estar e a felicidade dessa população.

**Palavras-chave:** Velhice, Direitos Humanos, Saúde Mental, Interação Social