



ISSN: 2595-1661

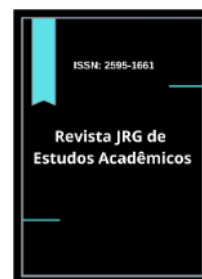
ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](https://portaldeperiodicos.capes.gov.br)

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



A percepção da pessoa idosa sobre o processo de envelhecimento

Elderly people's perception of the aging process

DOI: 10.55892/jrg.v8i19.2670

ARK: 57118/JRG.v8i19.2670

Recebido: 10/11/2025 | Aceito: 15/11/2025 | Publicado on-line: 17/11/2025

Victória Bugatti¹

<https://orcid.org/0000-0002-1138-9109>

<https://lattes.cnpq.br/2597645558636360>

Centro Universitário Patos de Minas, MG, Brasil

E-mail: vic.bugatti3@gmail.com

Cauê Bugatti²

<https://orcid.org/0000-0003-4198-9284>

<https://lattes.cnpq.br/7043755304023050>

Centro Universitário Patos de Minas, MG, Brasil

E-mail: cva.bugatti3@gmail.com

Júlia Sales Oliveira³

<https://orcid.org/0009-0004-5935-8004>

<https://lattes.cnpq.br/6830525166952345>

Centro Universitário Patos de Minas, MG, Brasil

E-mail: salesjulia.oliveira@gmail.com

Mateus Lopes de Faria⁴

<https://orcid.org/0000-0003-1157-3026>

<http://lattes.cnpq.br/5844026101388992>

Centro Universitário Patos de Minas, MG, Brasil

E-mail: mateusfaria@unipam.edu.br



Resumo

A pessoa é considerada idosa a partir dos 60 anos. No Brasil, existem 55,2 idosos com 65 anos ou mais para cada 100 crianças de 0 a 14 anos. Esse panorama destaca a fase tardia da vida adulta como uma etapa crucial do ciclo vital, caracterizada por mudanças físicas e psicológicas que podem agravar os desafios enfrentados por essa população. A partir disso, a autopercepção do envelhecimento representa um desafio constante, na medida em que envolve ganhos e perdas individuais e coletivas. Nesse viés, o objetivo deste artigo é abordar a percepção dos idosos sobre o envelhecimento, para compreender as questões e os fatores que influenciam esse processo e a experiência vivida por essa parte da população. Trata-se de uma revisão exploratória integrativa de literatura utilizando como critérios de inclusão artigos escritos em inglês e português, publicados de 2020 a 2024, relacionados à temática abordada e encontrados nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Scholar e, também, o Guia de Cuidados para a Pessoa idosa, do Ministério da Saúde (2023) e do Censo do IBGE. O estudo foi orientado a partir da

¹Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Patos de Minas.

²Graduando em Medicina pelo Centro Universitário Patos de Minas.

³Graduanda em Medicina pelo Centro Universitário Patos de Minas.

⁴Graduado em Medicina pela Universidade Federal de São João del Rei. Mestre em Saúde da Família pela Universidade Federal de Uberlândia. Especialista em Medicina de Família e Comunidade pela Sociedade Brasileira de Família e Comunidade.

questão: “Qual a percepção da pessoa idosa sobre o processo de envelhecimento?”. Constatou-se, assim, que a autoavaliação dos indivíduos idosos acerca do envelhecimento pode variar de positiva ou negativa, de acordo com o contexto e os fatores associados. Dentre os aspectos da avaliação positiva do envelhecimento pode-se destacar: fatores relacionados à família e à moradia; à escolaridade, à ausência de doenças crônicas incapacitantes e à adoção de um estilo de vida mais saudável. A avaliação negativa compreende dificuldades visual e auditiva, obesidade, atribuição de maior número de patologias e nível educacional baixo. Recomendam-se futuras pesquisas mais aprofundadas a respeito das interações entre fatores biopsicossociais da autopercepção na senilidade.

Palavras-chave: autopercepção; envelhecimento; biopsicossocial; idoso; qualidade de vida.

Abstract

A person is considered elderly from the age of 60 onward. In Brazil, there are 55.2 elderly individuals aged 65 or older for every 100 children aged 0 to 14. This scenario highlights the later phase of adulthood as a crucial stage of the life cycle, characterized by physical and psychological changes that may intensify the challenges faced by this population. In this context, the self-perception of aging represents a constant challenge, as it involves both individual and collective gains and losses. From this perspective, the aim of this article is to address the perception of elderly individuals regarding the aging process, in order to understand the issues and factors that influence this process and the lived experience of this segment of the population. This is an integrative exploratory literature review that included articles written in English and Portuguese, published between 2020 and 2024, related to the topic, and found in databases such as the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Google Scholar, as well as in the Elderly Care Guide from the Brazilian Ministry of Health (2023) and data from the Brazilian Institute of Geography and Statistics (IBGE) Census. The study was guided by the question: “What is the perception of elderly individuals regarding the aging process?” The findings indicate that older adults’ self-assessment of aging can vary from positive to negative depending on the context and associated factors. Among the aspects related to a positive evaluation of aging are family and housing conditions, educational attainment, the absence of disabling chronic diseases, and the adoption of a healthier lifestyle. Negative evaluations, on the other hand, are associated with visual and hearing difficulties, obesity, a higher number of pathologies, and lower educational levels. Further research is recommended to deepen the understanding of the interactions among biopsychosocial factors influencing self-perception in old age.

Keywords: self-perception; aging; biopsychosocial; elderly; quality of life.

1. Introdução

De acordo com o Guia de Cuidados para a Pessoa idosa, do Ministério da Saúde (2023), no Brasil, idoso é considerado todo aquele indivíduo com idade igual ou superior a 60 anos. Segundo o Censo do IBGE, realizado em 2022, que avaliou o Índice de envelhecimento no país, foi registrado que há 55,2 pessoas com 65 anos ou mais para cada 100 crianças de 0 a 14 anos. De modo divergente, os resultados de 2010 apontavam o valor de 30,7 para a mesma medida. Com isso, observa-se um significativo avanço no processo de envelhecimento no país.

Gonçalves (2016) afirma que apesar de não ser um padrão que acontece com todas as pessoas, o ideal é que se tente entender cada processo do ciclo vital que acontece com os seres humanos, desde a etapa de concepção até o envelhecimento e, posteriormente, à morte, para que ocorra o desenvolvimento e o entendimento acerca de cada fase. Nesse sentido, Gonçalves Júnior e colaboradores (2023) afirmam que a vida adulta tardia, como mencionada por Gonçalves (2016), é uma etapa importante do ciclo vital, pois é marcada por transformações físicas e fatores mentais que podem agravar ainda mais os problemas enfrentados por essa parcela da sociedade diante da aceitação quanto à nova etapa de vida. Desse modo, Zanatta e colaboradores (2021) afirmam que o ato de envelhecer não pode ser interpretado como sinônimo de adoecimento e de demência. Essas alterações podem ocorrer nessa fase e também em qualquer outra etapa do ciclo vital. Para esses autores, o preconceito com a pessoa idosa leva à disseminação de sua imagem associada a aspectos negativos, como o declínio, a dependência, a decadência e ao sofrimento, de maneira a afetar tanto quem envelhece como aqueles que fazem parte de seu convívio.

Nesse sentido, Souza, Da Silva, Lins (2020) afirmam que a percepção da pessoa sobre o envelhecimento está relacionada com ganho e perdas. Os autores afirmam que para a população idosa, o processo de envelhecimento é um desafio diário, marcado por perdas individuais e coletivas, que envolvem o enfrentamento de preconceitos, de exclusões e de políticas públicas ineficazes, de modo a enfraquecer a imagem da pessoa idosa perante a si próprio. Além disso, o estudo realizado por Alves e colaboradores (2022) quanto à autopercepção das pessoas idosas ao envelhecimento, revelou que quanto menor a qualidade de vida, maior a percepção negativa do envelhecimento tanto próprio, como geral. Enfim, Souza, Da Silva e Lins (2020) e Cassol, Garcia e De Lima (2023) concordam ao afirmarem que as questões biológicas são, de fato, alteradas com a passagem das etapas do ciclo vital. No entanto, ressaltam que as experiências vividas devem ser valorizadas, bem como o processo de crescimento e o desfrute da idade mais avançada.

Portanto, o propósito deste artigo consiste em explicar a temática sobre a percepção da pessoa idosa sobre o envelhecimento a fim de compreender melhor as questões que envolvem esse processo, bem como os fatores que permeiam a própria experiência dessa parcela da população.

2. Metodologia

O presente estudo consiste em uma revisão exploratória integrativa de literatura. A revisão integrativa visa, por meio da análise de vários estudos, chegar a conclusões gerais mantendo o rigor metodológico (Galvão; Sawada; Mendes, 2008). A revisão integrativa foi realizada em seis etapas: 1) identificação do tema e seleção da questão norteadora da pesquisa; 2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos e busca na literatura; 3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4) categorização dos estudos; 5) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa e interpretação e 6) apresentação da revisão.

Na etapa inicial, para definição da questão de pesquisa utilizou-se da estratégia PICO (Acrônimo para Patient, Intervention, Comparison e Outcome) (Santos; Pimenta; Nobre, 2007). Assim, definiu-se a seguinte questão central que orientou o estudo: “Qual a percepção da pessoa idosa sobre o processo de envelhecimento?” Nela, observa-se o P: população idosa; I: processo de envelhecimento; C: não se aplica; O: percepção.

Para responder a esta pergunta, foi realizada a busca de artigos envolvendo o desfecho pretendido utilizando as terminologias cadastradas nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCs) criados pela Biblioteca Virtual em Saúde desenvolvido a partir do Medical Subject Headings da U.S. National Library of Medicine, que permite o uso da terminologia comum em português e em inglês. Os descritores utilizados foram: percepção do envelhecimento, pessoas idosas, envelhecimento e autopercepção do envelhecimento. Para o cruzamento das palavras chaves utilizou-se os operadores booleanos “and”, “or” “not”.

Realizou-se um levantamento bibliográfico por meio de buscas eletrônicas nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Scholar. Além disso, foram utilizados dados do Guia de Cuidados para a Pessoa idosa, do Ministério da Saúde (2023) e do Censo do IBGE.

A busca foi realizada nos meses de agosto a novembro de 2024. Como critérios de inclusão, limitaram-se a artigos escritos em inglês e português, publicados, majoritariamente, nos anos de 2020 a 2024, que abordassem o tema pesquisado e que estivessem disponíveis eletronicamente em seu formato integral, foram excluídos os artigos que não se adequaram à temática da pesquisa, os que não possuíam uma boa metodologia, os que estavam incompletos, os que eram repetidos e os que eram trabalhos de conclusão de curso.

Após a etapa de levantamento das publicações, 72 artigos foram encontrados, dos quais foi realizada a leitura do título e do resumo das publicações considerando os critérios de inclusão: textos em português e em inglês, os que abordam a temática e os disponíveis gratuitamente na íntegra; e os de exclusão: textos em linguagem não selecionada, os repetidos, os divergentes da temática, os de acesso pago e os incompletos. Em seguida, realizou-se a leitura na íntegra das publicações, atentando-se novamente aos critérios de inclusão e de exclusão, sendo que 46 artigos não foram utilizados devido aos critérios de exclusão. Foram selecionados 26 artigos para análise final e para a construção da revisão.

3. Resultados e Discussão

AUTOR E ANO	TÍTULO	PRINCIPAIS ACHADOS
Colussi, E. L. <i>et al.</i> , 2019	Percepções de idosos sobre envelhecimento e violência nas relações intrafamiliares	Processo de envelhecimento na convivência intrafamiliar→fortalecimento de laços afetivos.
Carrara, F.F., 2020	Percepção do envelhecimento de meia idade e idosas que buscam por procedimentos estéticos	Um estudo, realizado com 70 mulheres de 40 a 75 anos, mostrou que mulheres entre 40 e 59 anos possuíam percepção negativa e crítica sobre o autoenvelhecimento.
Carneiro, D.G.S.; Magalhães, C.M.C., 2020	Percepção de idosos urbanos e ribeirinho sobre o processo de envelhecimento	Estudo transversal com 85 pessoas idosas→respostas negativas e conformistas em relação à pergunta:”o que é envelhecer para você?”
Carneiro, J.A. <i>et al.</i> ,2020	Autopercepção negativa da saúde: prevalência e fatores	Estudo com 360 pessoas idosas→autopercepção

	associados entre idosos assistidos em centro de referência	negativa do envelhecimento sobre o estado de saúde.
Dos Santos, S.C. <i>et al.</i> , 2020	A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento	O envelhecimento necessita de maior suporte e de maior acesso aos serviços de saúde, de modo a permitir que esse seja dinâmico.
Schroyen, S. <i>et al.</i> , 2020	Impact of self-perception of aging on mortality of older patients in oncology	Há uma necessidade de modificar a atual visão negativa do envelhecimento por meio da divulgação de uma visão que defende o aumento do prazer e do crescimento do indivíduo.
Zielińska-Więczkowska, H.; Sas, K., 2020	The Sense of Coherence, Self-Perception of Aging and the Occurrence of Depression Among the Participants of the University of the Third Age Depending on Socio-Demographic Factors	Pode ser observada a correlação da autoavaliação positiva com fatores como a aceitação do local de residência, alegria de viver, atribuição dos filhos dos pais idosos.
Brasil, C.H.G. <i>et al.</i> , 2021	Autopercepção positiva de saúde entre idosos não longevos e longevos e fatores associados	Amostra com 1708 indivíduos → autoavaliação positiva acerca da própria saúde, com menor frequência menor naqueles com 80 anos ou mais.
Chnaider, J.; Nakano, T., 2021	Avaliação psicológica e envelhecimento humano: revisão de pesquisas	Necessidade da abordagem psicológica da pessoa idosa → poucos estudos a cerca dessa temática + visão negativa sobre o envelhecimento.
Da Costa M.; Medeiros, J.W. <i>et al.</i> , 2021	Percepção de adultos jovens acerca do envelhecimento	Estudo com 240 indivíduos de 20 a 40 anos → indivíduos mais jovens têm percepção positiva do envelhecimento, conhecendo os direitos das pessoas idosas e o papel do Estado como garantidor deles.
De Andrade Wollmann, P.G. <i>et al.</i> , 2021	A autopercepção do envelhecimento e sua relação com o perfil psicológico de gênero	Estudo com 224 indivíduos entre 60 e 94 anos → autopercepção positiva + satisfação da

		imagem corporal em mais de 80% em ambos os sexos No envelhecimento há relativo comprometimento das relações interpessoais devido a fatores psicológicos+ físicos+ declínio das funções corporais+conceitos pré-estabelecidos que estabelecem padrões de gênero. Dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2013→relação íntima entre escolaridade, ausência de doenças crônicas incapacitantes e adoção de um estilo de vida mais saudável para uma percepção positiva da própria saúde.
Gomes, M.M.F. <i>et al.</i> , 2021	Marcadores da autopercepção positiva de saúde de pessoas idosas no Brasil	
Seifert,A.,2021	Impact of the COVID-19 Pandemic on Self - Perception of Aging Among Older Adults	A autopercepção da idade pode sofrer influência de fenômenos pandêmicos e suas implicações.
Zanatta, C. <i>et al.</i> , 2021	Crenças de jovens a respeito do envelhecimento e a pessoa idosa	Estudo com 210 jovens→maioria de respostas positivas, sendo que 88,52% dos entrevistados tinham convivência com pessoas idosas, para a pergunta:"O que o envelhecimento parece para você?"
De Oliveira, F.M. <i>et al.</i> , 2022	The perception of adolescents about old aging and the alderly being	Estudo com 18 adolescentes entre 10 a 13 anos→visão positiva sobre o envelhecimento: aumento da sabedoria e do amadurecimento. Visão fisicamente estereotipado idoso→rugas+cabelo branco+prótese dentária.
Figueiredo Júnior, A.M. <i>et al.</i> , 2022	O processo de envelhecimento na sociedade: uma análise da literatura com foco na autopercepção dos	Predomínio da autopercepção positiva nas pessoas idosas.

	idosos e na enfermagem	
Gao, F. <i>et al.</i> , 2022	Effects of physical and mental health factors and family function on the self-perception of aging in the elderly of Chinese community	Influência da família e de seu funcionamento na autopercepção positiva do envelhecimento.
Cassol, P.B.; Garcia,E.L.;De Lima, S.B.S., 2023	Envelhecimento e solidão: Narrativas de idosos não institucionalizados	Percepção positiva das pessoas idosas sobre o envelhecimento→experiência produtiva. Fator agravante para avaliação do processo: solidão.
Sun, N. <i>et al.</i> , 2023	Self-perception of aging and perceived medical discrimination	Manter a autopercepção positiva do envelhecimento pode contribuir para uma redução na percepção e na depreciação e denúncia do preconceito devido à idade.
Wu,Ya-Ling; Chao, Shan-Ru, 2023	The Effects of a Beauty Program on Self-Perception of Aging and Depression among Community-Dwelling Older Adults in an Agricultural Area in Taiwan	A aplicação de programas de beleza(maquagens e uso de óleos) levou a uma melhora na autoestima e na autopercepção positiva dos indivíduos idosos nas áreas psíquicas,físicas e sociais.
El-Sayed, M.M. <i>et al.</i> , 2024	Cognitive flexibility's role in shaping self-perception of aging, body appreciation, and self-efficacy among community-dwelling older women	Fatores que contribuem para a autopercepção de mulheres idosas: manutenção de uma visão positiva acerca das mudanças físicas da idade e valorização do próprio corpo para melhora do funcionamento físico
Lu, A. <i>et al.</i> ,2024	Association Between Self-Perception of Aging and Long-Term Mortality in Elderly Patients with Hypertension in Rural China: A Possible Beneficial Effect of Nut Intake	Autopercepção negativa do envelhecimento→ampliação da taxa de mortalidade de moradores de áreas rurais nas províncias chinesas.
Velaithan, V. <i>et al.</i> , 2024	The Association of Self-Perception of Aging and Quality of	Autopercepção negativa do envelhecimento→redução da satisfação da vida+aumento

Life in Older Adults: A de sintomas Systematic Review depressivos+solidão.

No envelhecimento há um relativo comprometimento das relações interpessoais devido a fatores psicológicos e físicos; assim como um declínio nas funções corporais em seus diversos aspectos. Sendo as considerações negativas acerca desse processo em grande parte influenciadas por conceitos pré-estabelecidos que disseminam padrões de gênero para os indivíduos (De Andrade Wollmann, P.G. et al., 2021). Esse processo também necessita de maior suporte e de maior acesso aos serviços de saúde de modo a permitir que o fenômeno seja dinâmico, pois apesar de apresentar empecilhos, ele deve ter seu valor reconhecido em seu aspecto mais amplo (Dos Santos et al., 2020). Chnaider e Nakano (2021) relataram a necessidade da abordagem psicológica da pessoa idosa, visto a pouca quantidade de estudos acerca dessa temática, assim como a existência de poucos instrumentos para tal aplicação, com destaque para a análise de dois construtos para a análise da autopercepção do envelhecimento: o “Sistema Compreensivo de Zulliger” e o “ROESCHACH- sistema compreensivo”.

O recente contexto pandêmico constituiu-se como um importante fator modificador da autopercepção da idade, pois de acordo com Seifert (2021), a classificação dos idosos como grupo frágil, durante a pandemia da Covid-19, levou a reflexões, nos indivíduos com mais de 65 anos, sobre sua própria vulnerabilidade reduzindo a autoavaliação positiva sobre a idade em um primeiro momento. Além disso, é válido destacar que a autopercepção do envelhecimento também pode variar de acordo com a faixa etária da população analisada. Em indivíduos mais novos, de 10 a 13 anos, pôde-se observar uma visão positiva acerca do envelhecimento com aumento da sabedoria e do amadurecimento, apesar da existência de relatos negativos que veem o processo como uma elevação da dependência e da deterioração da saúde. Já quando questionados sobre o indivíduo idoso, tais indivíduos relatam uma visão fisicamente estereotipada com destaque para a presença de “rugas”, “cabelos brancos” e “pessoas com prótese dentária” (De Oliveira et al., 2022).

Da Costa Medeiros e colaboradores (2021), em seus estudos, afirmam que em indivíduos com idade variando entre 20 e 40 anos manteve-se a perspectiva positiva do envelhecimento, na qual não há medo de envelhecer. Além disso, pode ser destacado o conhecimento acerca dos direitos pertencentes à população idosa, sendo ressaltado o papel fiscalizador do Estado como garantidor das leis vigentes. Outro fator que pode levar a diferentes interpretações acerca do próprio envelhecimento é a flexibilidade cognitiva entendida como a capacidade de se adaptar a mudanças realizando novas conexões, sendo observada a alta flexibilidade cognitiva em mulheres mais velhas, dessa forma, nota-se a existência de diferentes idades cerebrais em indivíduos com mesma idade cronológica (El-Sayed et al., 2024). Nesse sentido, vale destacar que a autoavaliação dos indivíduos idosos acerca do envelhecimento pode variar de positiva ou negativa, dependendo do contexto e dos fatores associados.

A autopercepção positiva sobre o envelhecimento predomina na análise com pessoas idosas (Zanatta et al., 2021; Figueiredo et al., 2022; Cassol, Garcia e De Lima, 2023; Brasil, C. H. G. et al., 2021) afastando do estereótipo de fragilidade, muitas vezes associado ao envelhecimento (Figueiredo et al., 2022). Nesse sentido, a vontade de viver do indivíduo se sobrepõe aos desafios impostos no dia a dia (Cassol, Garcia e De Lima, 2023). Dentre os fatores que levam a essa autoavaliação positiva

do envelhecimento pode-se destacar fatores relacionados à família e à moradia, como a aceitação do local de residência, a alegria de viver, a atribuição dos filhos de cuidar dos pais idosos (Zielińska-Więczkowska; Sas, 2020). Também vale destacar a convivência intrafamiliar por propiciar um fortalecimento de laços afetivos com destaque para o papel da família em oferecer suporte (Colussi et al., 2019). A rede de apoio familiar mostra-se relevante por propiciar um melhor conforto espiritual e auxílio nas atividades da vida diárias permitindo um melhor enfrentamento das mudanças propiciadas pelo próprio avançar da idade (Gao et al., 2022). Além disso, merece destaque, também, a convivência com outros idosos como fator influenciado da análise positiva (Zanatta et al., 2021). Fatores relacionados ao indivíduo idoso também se mostraram relevantes para uma autoavaliação positiva desse processo. Gomes e colaboradores (2021) utilizaram dados referentes à Pesquisa Nacional de Saúde, de 2013, com uma amostra de 11,8 milhões de pessoas idosas e observaram uma íntima relação entre a escolaridade, a ausência de doenças crônicas incapacitantes e a adoção de um estilo de vida mais saudável. Vale destacar também a prevalência da satisfação da imagem corporal (De Andrade Wollmann et al., 2021), a manutenção de uma visão positiva acerca das mudanças físicas decorrentes idade e valorização do próprio corpo como importantes para a melhora do funcionamento físico (El-Sayed et al., 2024). Por fim, observa-se que medidas podem ser adotadas para a ampliação dos fatores citados. Como por exemplo, a aplicação de programas de beleza com o fornecimento de maquiagens e o uso de óleos essenciais levou a uma melhora da autoestima, a um maior contato interpessoal e a um momento para relaxamento os quais contribuíram para um aumento da autopercepção positiva dos indivíduos idosos atuando em áreas psíquicas, físicas e sociais que fazem parte do próprio indivíduo (Wu e Chao et al., 2023). Já dentre os ganhos da autopercepção positiva nas pessoas acima de 60 anos, pode-se citar a melhora na qualidade de vida, a melhora na saúde física e mental (Velaithan et al., 2024) e, também, pode ser observado uma redução na depreciação e uma denúncia do preconceito devido à idade (Sun et al., 2023).

Por outro lado, os aspectos da avaliação negativa do envelhecimento e seus fatores associados, podem ser observados com mais frequência em determinados contextos analisados. Os pesquisadores Carneiro e Magalhães (2020), por exemplo, observaram, por meio de um estudo transversal com 85 idosos do meio urbano e ribeirinho, em que foi questionado “o que é envelhecer para você?” e obtiveram respostas ligadas ao contexto negativo e conformista. Fato também observado no estudo de Carneiro e colaboradores (2020), em que foi realizada uma pesquisa na cidade de Montes Claros, com 360 idosos, no qual se nota que a autopercepção negativa sobre o estado de saúde prevaleceu na amostra analisada aliada a sintomas depressivos e à faixa etária de 65 a 79 anos. Dentre os fatores que podem influenciar a autoavaliação negativa acerca do envelhecimento em idosos pode-se elencar a depressão, (Cassol; Garcia e De Lima, 2023; Brasil, C. H. G. et al., 2021), a dificuldade visual, a dificuldade auditiva, a obesidade (Brasil et al., 2021) e o próprio estereótipo do idoso (Chnaider e Nakano, 2021). Tal percepção negativa também pode vir acompanhada de uma visão global mais negativa com destaque para a atribuição de um maior número de patologias como alteração no sono e ansiedade ao processo de envelhecimento, em relação às mulheres idosas- acima de 60 anos (Carrara, 2020). O estudo de Lu e colaboradores (2024) abordou a autopercepção negativa do envelhecimento como um fator relevante para a ampliação da taxa de mortalidade de indivíduos moradores de áreas rurais de províncias chinesas. Fato também observado pelo estudo de Schroyen e colaboradores (2020) que observou 140 pacientes idosos, com idade média de 72,9 anos, em sua maioria mulheres, com nível educacional baixo

e com câncer de mama e conclui-se que, até mesmo em casos mais graves, a autopercepção negativa pode contribuir para um aumento dos índices de mortalidade. Vale ressaltar também, que a redução da satisfação da vida, o aumento de sintomas depressivos e a solidão compõem-se como fatores influenciadores da autopercepção negativa sobre o envelhecimento (Velaithan et al., 2024).

4. Conclusão

Nesse estudo, a literatura analisada sobre a autopercepção dos idosos em relação ao envelhecimento revela a complexidade desse fenômeno, no que tange os aspectos físicos e psicológicos, além das interferências sociais e culturais. Ainda que subjetivas, as percepções negativas, por vezes associadas à deterioração física e ao isolamento do convívio social, são significativamente influenciadas por estereótipos e pela insuficiência de suporte, de modo essencial, na limitação do acesso aos serviços de saúde. A despeito desse aspecto, há evidências de idosos que consideram positivo o envelhecer, uma vez que mantêm relações interpessoais sólidas e vivem em ambientes familiares de apoio.

Outro aspecto salientado envolve as disparidades nas percepções, as quais podem ser explicadas por fatores contextuais, como o impacto da pandemia de COVID-19 na autoavaliação dos idosos e a influência de estigmas sociais sobre o avançar da idade. Além disso, a presença de doenças crônicas, a depressão e as dificuldades sensoriais, estão diretamente ligadas à autopercepção pessimista do envelhecimento. Portanto, entende-se que a redução da satisfação da vida pode contribuir para uma ampliação da mortalidade, enquanto a flexibilidade cognitiva e o estilo de vida saudável empregam um papel favorável na assimilação desse processo.

Dessa forma, é imprescindível a aplicação de políticas públicas e intervenções de saúde, as quais promovam o apoio psicológico e a inclusão social dos idosos. Recomenda-se futuras pesquisas mais aprofundadas a respeito das interações entre fatores biopsicossociais da autopercepção na senilidade, com intuito de produzir ferramentas de avaliação psicológica eficazes e programas que sustentem a promoção do envelhecimento ativo e saudável.

Referências

ALVES, A. F. M. O. *et al.* Fatores relacionados à autopercepção sobre o envelhecimento de idosos cadastrados em uma Unidade de Atenção ao Idoso. **Saude e pesqui. (Impr.)**, p. e10957-e10957, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. **Guia de cuidados para a pessoa idosa** [recurso eletrônico] / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Gestão do Cuidado Integral. Brasília: Ministério da Saúde, p.164,2023.

BRASIL, C. H. G.*et al.* Autopercepção positiva de saúde entre idosos não longevos e longevos e fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, p. 5157-5170, 2021.

CARNEIRO, D. G. S.; MAGALHÃES, C. M. C. Percepção de idosos urbanos e ribeirinho sobre o processo de envelhecimento. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 2263-2277, 2020.

CARNEIRO, J. A. *et al.* Autopercepção negativa da saúde: prevalência e fatores associados entre idosos assistidos em centro de referência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 909-918, 2020.

CARRARA, F. F. Percepção do envelhecimento: mulheres de meia idade e idosas que buscam por procedimentos estéticos. **ID online. Revista de psicologia**, v. 14, n. 49, p. 38-50, 2020.

CASSOL, P. B.; GARCIA, E. L.; DE LIMA, S. B. S. Envelhecimento e solidão: narrativas de idosos não institucionalizados. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 97, n. 1, p. e023012-e023012, 2023.

CENSO 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. **Agencia IBGE notícias**, 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>. Acesso em 01 ago 2024.

CHNAIDER, J.; NAKANO, T. C. Avaliação psicológica e envelhecimento humano: revisão de pesquisas. **Interação psicol**, v. 25, n. 3, p. 371-83, 2021.

COLUSSI, E. L. *et al.* Perceptions of the elderly on aging and violence in intrafamily relationships. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 22, n. 04, p. e190034, 2019.

DA COSTA MEDEIROS, J. W. *et al.* Percepção de adultos jovens acerca do envelhecimento. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 17, p. e68101724176-e68101724176, 2021.

DE ANDRADE WOLLMANN, P. G. *et al.* A autopercepção do envelhecimento e sua relação com o perfil psicológico de gênero. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 24, n. 1, p. 161-178, 2021.

DE OLIVEIRA, F. M. *et al.* A percepção de adolescentes sobre o envelhecimento velhice e o ser idoso. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 13, p. e162111335150-e162111335150, 2022.

DOS SANTOS, S. C. *et al.* A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3486-3503, 2020.

DE SOUZA, T. J. N.; DA SILVA, J. J. B.; LINS, A. E. S. Percepção de idosos sobre o envelhecimento em um projeto extensionista. **Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, v. 5, n. 8, p. 29-39, 2020.

EL-SAYED, M. M. *et al.* Cognitive flexibility's role in shaping self-perception of aging, body appreciation, and self-efficacy among community-dwelling older women. **BMC nursing**, v. 23, n. 1, p. 220, 2024.

FIGUEIREDO JÚNIOR, A. M. *et al.* O processo de envelhecimento na sociedade: uma análise da literatura com foco na autopercepção dos idosos e na

enfermagem. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 17, p. e9694-e9694, 2022.

GALVÃO, C. M.; SAWADA, N. O.; MENDES, I. A. C. A busca das melhores evidências. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 37, p. 43-50, 2003.

GAO, F. *et al.* Effects of physical and mental health factors and family function on the self-perception of aging in the elderly of Chinese community. **Brain and Behavior**, v. 12, n. 9, p. e2528, 2022.

GOMES, M. M. F. *et al.* Marcadores da autopercepção positiva de saúde de pessoas idosas no Brasil. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 34, p. eAPE02851, 2021.

GONÇALVES, J. P. Ciclo vital: início, desenvolvimento e fim da vida humana possíveis contribuições para educadores. **Revista Contexto & Educação**, v. 31, n. 98, p. 79-110, 2016.

GONÇALVES JUNIOR, A. R. *et al.* A auto percepção do homem idoso sobre os impactos do envelhecimento e da institucionalização em seu desenvolvimento da personalidade. **Projeto Integrado**, 2023.

LU, A. *et al.* Association Between Self-Perception of Aging and Long-Term Mortality in Elderly Patients with Hypertension in Rural China: A Possible Beneficial Effect of Nut Intake. **Clinical Interventions in Aging**, p. 357-366, 2024.

SANTO, C. M. D. C.; PIMENTA, C. A. D. M.; NOBRE, M. R. C. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 15, p. 508-511, 2007.

SCHROYEN, S. *et al.* Impact of self-perception of aging on mortality of older patients in oncology. **Cancer medicine**, v. 9, n. 7, p. 2283-2289, 2020.

SEIFERT, A. Impact of the COVID-19 pandemic on self-perception of aging among older adults. **Gerontology and Geriatric Medicine**, v. 7, p. 2333721421999320, 2021.

SOUZA, T., DA SILVA, I. I. B., LINS, A. E. S. Percepção de idosos sobre o envelhecimento em um projeto extensionista. São Paulo: **Revista Remecs.**, v. 5, n. 8, p. 29-39, 2020.

SUN, N. *et al.* Self-perception of aging and perceived medical discrimination. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 71, n. 10, p. 3049-3058, 2023.

VELAITHAN, V. *et al.* The association of self-perception of aging and quality of life in older adults: a systematic review. **The Gerontologist**, v. 64, n. 4, p. gnad041, 2024.

WU, Ya-Ling; CHAO, Shan-Ru. The effects of a beauty program on self-perception of aging and depression among community-dwelling older adults in an agricultural area in Taiwan. In: **Healthcare**. MDPI, p. 1377, 2023.

ZANATTA, C. *et al.* Crenças de jovens a respeito do envelhecimento e a pessoa idosa. **RevistaValore**, v. 6, p. 183-200, 2021.

ZIELIŃSKA-WIECZKOWSKA, H.; SAS, K. The sense of coherence, self-perception of aging and the occurrence of depression among the participants of the university of the third age depending on socio-demographic factors. **Clinical Interventions in Aging**, p. 1481-1491, 2020.