

PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL DE MULHERES IDOSAS DE UMA INSTITUIÇÃO DE LONGA PERMANÊNCIA DE UM MUNICÍPIO DA ZONA DA MATA MINEIRA

Amanda Gonçalves de Figueiredo¹
Caroline Souza Lopes Oliveira²
Kelly Aparecida do Nascimento³
Deyliane Aparecida de Almeida Pereira⁴
Ana Ligia De Souza Pereira⁵
Rodrigo Ataíde dos Santos⁶
Ana Paula Coelho Marcolino⁷
anapawlamarcolino@outlook.com

(4) Ciências da saúde

RESUMO

O presente estudo tem por objetivo compreender a percepção da imagem corporal entre mulheres idosas de uma Instituição de longa permanência de um Município da Zona da Mata Mineira. Trata-se de uma pesquisa qualitativa que utilizou como instrumento de coleta de dados uma entrevista individual semiestruturada. Realizada em uma Instituição de longa permanência em um município da Zona da Mata do Estado de Minas Gerais. As entrevistas ocorreram nas dependências da Instituição e utilizou como critério de inclusão da amostra, mulheres com idade a partir de 60 anos, devidamente cadastradas na Instituição. Os resultados da pesquisa apontam que as idosas institucionalizadas se sentem sozinhas, mas se sentem bem com a sua aparência, o envelhecimento é considerado algo natural, algo bonito. Mesmo que o envelhecimento esteja presente em nossas escolhas e hábitos de vida diários, não se pode fugir das alterações biopsicossociais inerentes ao processo e que deveriam ser melhores trabalhadas desde cedo nas escolas e nas famílias e incentivadas por políticas públicas para que a sociedade esteja preparada para envelhecer.

PALAVRAS-CHAVE: idosas; percepção; imagem corporal.

1 Graduada do 10º Período do curso de Enfermagem, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX- Matipó.

2 Graduada do 10º Período do curso de Enfermagem, Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX- Matipó.

3 Licenciada e Bacharel em Educação Física – UNEC. Graduada em Pedagogia – UNEC. Mestre em Meio Ambiente e Sustentabilidade - UNEC. Professora e Coordenadora de Pesquisa e Extensão da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

4 Licenciada e Bacharel em Educação Física - UFV. Mestre em Educação Física UFV. Doutoranda em Ciência da Nutrição – UFV. Professora da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó.

5 Graduada em Enfermagem. Mestre em Gestão Integrada do Território - UNIVALE. Professora do curso de enfermagem da Faculdade Vértice - UNIVÉRTIX- Matipó.

6 Graduado em Enfermagem – Mestre em Biologia Celular e Estrutural pela Universidade Federal de Viçosa.

7 Graduada em Enfermagem. Especialista em Docência do Ensino Superior. Professora da Faculdade Vértice –UNIVÉRTIX- Matipó.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com Santos (2018) o envelhecimento é definido como um processo natural caracterizado por alterações biológicas, físicas, sociais e culturais.

O processo de envelhecer é compreendido por duas formas, sendo uma positiva e uma negativa. As que consideram a velhice uma fase negativa, relacionando-a com a incompetência, dependência, limitação, degeneração física e mental, causando assim sentimentos como tristeza, mal humor, abandono, depressão, carência. Já as que consideram a mesma como uma fase positiva, a relaciona com autonomia, participação, capacidade e a adaptação à beleza do momento vivido (FIN, PORTELLA e SCORTEGAGNA, 2017).

Conforme Nascimento, Shimo, Pirolo e Marin (2017), homens e mulheres envelhecem de forma desigual. Além dos aspectos socioculturais, o corpo feminino está intimamente ligado às questões maternas, de fertilidade e beleza. O fato de ser idosa não exclui sua condição de ser mulher.

No período de cuidado com a imagem pessoal da mulher e análise sobre o que é beleza, são trazidas à memória, experiências e também exteriorizações de como idosas viveram seus processos em seu trajeto de vida. Embora vivenciem momentos específicos à condição etária, a institucionalização proporciona experiências, sentimentos e significados semelhantes, o que pode atuar na forma em que a idosa compreende e vive sua velhice (SALINET, 2018).

Nesse sentido, Viana e Santos (2015) enfatizam que o entendimento de imagem corporal está relacionado com a influência de aspectos psicológicos, considerando que o cérebro é influenciado a pensar da forma com a qual a imagem é refletida no espelho.

Contudo, ter cuidado consigo é pertinente, durante toda a vida. Esse cuidar está relacionado com a formação do indivíduo, praticado em todos os momentos da vida, desde a mocidade, preparando-se pra vida; até a meia idade para apartar-se do tempo (FIN, PORTELLA e SCORTEGAGNA, 2017)

Nos estudos os autores preocuparam-se em abordar sobre as definições de Instituições de longa permanência, bem como para os aspectos físico-estruturais e organizacionais. Em nenhum estudo atentaram para as características das idosas de instituições asilares.

Assim sendo, delinea-se como questionamento para o presente estudo: como é a percepção sobre o processo de institucionalização de idosos que residem em uma instituição de longa permanência?

Nesse enfoque, questiona-se: Como é a percepção de mulheres idosas de uma Instituição de longa permanência de um Município da Zona da Mata Mineira sobre sua imagem corporal?

Nesse sentido, permite-se inferir que a história de nascimento pelo interesse nessa pesquisa deu-se a partir das aulas teóricas das disciplinas de Psicologia em Saúde e Assistência de Enfermagem na Saúde do Adulto e do Idoso que nos deram subsídios para aprofundar os conhecimentos concernentes a essa temática. Além disso, os trabalhos que tratam desse assunto são escassos.

Objetiva-se com esse estudo, compreender a percepção da imagem corporal entre mulheres idosas de uma instituição de longa permanência de um Município da Zona da Mata Mineira.

Em função da restrição de páginas definida pela normatização do Comitê Científico do FAVE, optou-se pela retirada na íntegra da Fundamentação Teórica do estudo, a fim de uma abordagem mais densa dos resultados e discussões

Os resultados obtidos pelo estudo concederão um amplo conhecimento para mulheres idosas sobre seu processo de envelhecimento e as transformações advindas e mediante a permanência em uma instituição. Além disso, servirá como auxílio para orientar profissionais da enfermagem na sistematização na assistência a essas pacientes, demonstrar-se dessa forma, a relevância da pesquisa.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa qualitativa que utilizou como instrumento de coleta de dados uma entrevista individual semiestruturada. A entrevista semiestruturada visa à padronização dos dados e permite maior detalhamento das respostas. Manzini (2004) saliente que é possível um planejamento da coleta de informações por meio da elaboração de um roteiro com perguntas que atinjam os objetivos pretendidos. O roteiro serviria, então, além de coletar as informações básicas, como um meio facilitador de interação com o informante e de direcionamento das análises de resultados.

O campo de estudo, uma Instituição de longa permanência em um município da Zona da Mata do Estado de Minas Gerais. As entrevistas ocorreram nas

dependências da Instituição e tiveram como critério de inclusão mulheres com idade a partir de 60 anos devidamente cadastradas na Instituição. Foram excluídas aquelas que possuíam a incapacidade cognitiva de compreender o comando verbal e atender ao mesmo. Assim, participaram do estudo nove idosas entre 60 a 87 anos.

O número de idosas que integraram a pesquisa foi obtido pelo método de exaustão, segundo Minayo (2002) a amostra é estabelecida a partir do momento em que as informações começam a se repetir, dando-se como concluída a etapa de coleta de dados. A execução do projeto aconteceu em um período de 15 dias. Início da coleta de dados dia 12 de agosto de 2019 e término da coleta dia 27 de agosto de 2019.

Para coleta de dados foi utilizada entrevista estruturada, gravada através de um aplicativo de gravador de áudio para *smartphone*. A entrevista teve como questionamento norteador: pensar no corpo envelhecido lhe traz que sentimentos? Como a senhora percebe seu corpo nessa fase da vida? Pensando em toda sua vida como mulher, o que mais contribuiu para o envelhecimento de seu corpo? Tais questões norteadoras da entrevista foram adaptadas do trabalho elaborado por Fernandes e Garcia (2010). Foram levantados ainda dados sociais tais como: faixa etária, escolaridade, renda, estado civil e número de gestações.

Os dados foram analisados a partir das falas das entrevistadas, transcritas na íntegra e expostas na discussão após uma análise explicativa das respostas, abrangendo pontos de vista diferentes. Utilizamos o método de análise temática do discurso proposto por Minayo (2002), que fundamenta-se na busca de apreender e analisar o conteúdo referente às respostas dadas pelos sujeitos em estudo.

O estudo foi submetido ao Comitê de Ética de Pesquisas com Seres Humanos - CEP/UNIVÉRTIX a fim de obter o número do Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE). A confidencialidade das informações obtidas foi considerada e exposta através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para as entrevistadas. Além disso, respeitadas àquelas que não quiseram participar da pesquisa conforme a Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde (2012) que aprova as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Com o intuito de manter o anonimato das entrevistadas, as mesmas foram identificadas com codinomes de pedras preciosas.

Trata-se de um estudo que até o momento conta apenas com resultados preliminares. Uma discussão mais abrangente de todos os dados será realizada no trabalho de conclusão de curso finalizado.

3. CATEGORIAS EMERGENTES DA COLETA DE DADOS

Participaram do estudo nove idosas entre 60 a 87 anos. A expectativa de vida ao nascer nas décadas passadas era de menos de 50 anos, atualmente as projeções segundo estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), indicam que em 2060 a população de idosa com mais 60 anos será de 73 milhões de habitantes (CAMARGOS e GONZAGA, 2015).

Todas as entrevistadas são aposentadas e recebem um salário mínimo. Com relação à escolaridade, apenas três são alfabetizadas, o maior contingente de analfabetos encontrava-se na população de idosos, com idade igual ou superior a 60 anos. O fato de ter uma grande quantidade de idosos analfabetos comparando às outras faixas etárias é necessário ações do governo na esfera da educação, visto que ler é instrumento indispensável para a sobrevivência (SANTOS *et al.*, 2017).

No que se refere ao estado conjugal, há uma dominância de viúvas e separadas, sendo quatro são separadas, três viúvas e duas solteiras. A grande quantidade de idosos sem companheiro aumenta a possibilidade de que rede de apoio familiar é uma das razões da institucionalização. Ainda sobre as características sociodemográficas, foram observados notáveis índices de analfabetismo ou baixa escolaridade entre idosos institucionalizados (SANTIAGO *et al.*, 2016).

Os dados apresentados a seguir referem-se à três categorias que emergiram após a análise criteriosa do conteúdo dos relatos das idosas, coletados por meio das entrevistas. Com o intuito de descrever os resultados e resguardar suas identidades, as 9 idosas entrevistadas foram identificadas com nomes de pedras preciosas.

3.1 O PROCESSO DE ENVELHECER

Considerado um processo natural, o envelhecimento trata-se da diminuição funcional do ser humano, em alguns momentos esse processo não se dá por causas naturais, podendo ser por parte de uma sobrecarga; doença, estresse, trabalho, dentre outros fatores. Nos relatos abaixo, veremos a percepção e experiência de

mulheres sobre seus corpos no contexto do envelhecimento e o que contribuiu para esse processo (DÁTILO e CORDEIRO, 2015).

Eu tive um derrame e contribuiu. Eu ando puxando a perna. (Esmeralda, 66 anos.)

Trabalhava na roça, capinava milho, feijão e panhava café. Se não tivesse feito isso ficava só na cama engordando. (Rubi, 60 anos).

Quando eu era mais nova, era magrinha igual a vocês, mas ai ganhei 17 filhos com a parteira. (Diamante, 86 anos).

O idoso tem particularidades bem conhecidas, mais doenças crônicas e fragilidades, mais custos, menos recursos sociais e financeiros. Envelhecer, ainda que sem doenças crônicas, envolve alguma perda funcional. Com tantas situações adversas, o cuidado do idoso deve ser estruturado de forma diferente da que é realizada para o adulto mais jovem (VERAS e OLIVEIRA, 2018).

Existe sempre uma forte percepção do corpo envelhecido, especialmente em relação ao que lhe acontece: enrugamento, descolorimento dos cabelos, menor agilidade, problemas de saúde e outros acontecimentos (FREITAS, 2015).

Na velhice, seus primeiros e salientados sinais se manifestam na aparência e fragilidade física, o que ninguém consegue ignorar. Assim pode-se observar nos seguintes relatos:

O cabelo mudou, a pele agora tá melhor. (Safira, 60 anos).

Percebo nada não, saúde mais fraca, mas alimento bem. (Ametista, 87 anos).

Cansada e fraca. (Jade, 60 anos).

O envelhecimento faz parte de um processo que, individualmente, implica trajetórias de vida e, coletivamente, se compõe sob influências de ordem sociocultural. A velhice indica “ser velho”, ou seja, o resultado do processo de envelhecimento que as pessoas têm vivenciado em contextos específicos de seu ciclo de vida. A natureza do saber desses processos influencia a percepção do corpo envelhecido por parte das idosas (FERNANDES e GARCIA, 2010).

Desta maneira, quando questionadas sobre o pensamento que lhe acomete ao se olhar no espelho, temos os seguintes relatos:

Vejo uma velha, gosto porque sou eu. (Jade, 60 anos).

Penso que tô mais velha né!? Mas uso creme, cuidado (Rubi, 60 anos).

Vejo uma velha... (Diamante, 86 anos).

3.2 OS SENTIMENTOS QUE PERMEIAM O ENVELHECER

Envelhecer pode ser expresso por dois sentidos, um negativo e outro positivo. As pessoas consideram como uma fase da vida negativa associam-na a uma degeneração física e mental, bem como incapacidade, fatores esses que desencadeiam a solidão, depressão e mau humor. Já as pessoas que relacionam a velhice a uma fase positiva da vida, valorizam a autonomia física e mental, independência e integração à beleza da experiência de vida (FIN, PORTELLA e SCORTEGAGNA, 2017).

Sinto ruim né? Que não era assim, era diferente. Mas é a vida nós tudo vamos passar por isso tudo. (Esmeralda, 66 anos).

Mãe solteira, eu sofri demais na vida, lutei demais. Agora mais bem cuidada. (Safira, 60 anos).

É bom ficar mais velha, quanto mais velha melhor. (Rubi, 60 anos).

A população idosa apresenta maior vulnerabilidade para problemas de saúde e os transtornos do humor. Muitos apresentam tristeza em experimentar essa etapa, queriam ficar ao lado da família. Quando esses sintomas persistem e são acompanhados de apatia, indiferença e desesperança apresentam sinais claros de depressão, o que é comum nesse nos idosos (LIMA *et al.*, 2016).

Vontade de morrer (Diamante, 86 anos).

Não choro por causa do meu corpo não, mas eu choro por causa das minhas criancinhas (Pérola, 60 anos).

A institucionalização favorece a vivência de perdas em vários aspectos, o aumento da fragilidade, que podem complicar patologias preexistentes, desencadeando confusões mentais e perda da independência (KRATZ, SCHNEIDER, SONEGO e RUDNICKI, 2018).

Só não quero morrer velha em cima da cama, quero morrer nova. Quero adoecer e morrer na hora. (Diamante, 86 anos).

Dei derrame sou diabética então vai modificando. Não passo mais maquiagem no rosto. (Esmeralda, 66 anos).

Uma vida com qualidade está associada a aspectos importantes, como bem-estar, autoestima, capacidade funcional, cultura, suporte familiar, dentre outros (BRANDÃO e ZATT, 2015). O que é evidenciado nas seguintes experiências:

Pra mim desde que eu não esteja sentindo nada, é a mesma coisa de ser nova. (Ametista, 87 anos).

Graças a Deus dou conta de tudo, eu tomo banho, lavo o cabelo, lavo minha roupa não preciso de ninguém pra tomar conta de mim. (Rubi, 60 anos).

3.3 PERCEPÇÃO E ACEITAÇÃO IMAGEM CORPORAL

Para avaliação da percepção corporal, foi utilizada a escala de silhueta de Stunkard. Essa escala é composta por nove silhuetas que se diferem entre magreza à obesidade. O participante escolhe o número da silhueta que considera mais parecido com a sua imagem real e também aquela que gostaria de se parecer (CALUÊTE et al., 2015).

Ao se avaliarem dentro da escala da silhueta sobre como se vêem e como gostariam, houve considerável predominância entre as respostas que se viam de um jeito, mas gostaram de ser de outro, dando-se 6 respostas divergentes; 2 estavam satisfeitas com a forma que se vêem, e não gostariam de mudar, havendo uma exclusão por limitações visuais.

O corpo envelhecido já não possui a beleza estética do corpo jovem, mas tem a vivência madura das emoções. Por isto, a velhice deve ser um tempo de maturidade e de participação (SIMÕES, MOURA e MOREIRA, 2016).

Quando questionadas como está sendo envelhecer, podemos observar os seguintes relatos:

É triste né, a gente vai acabando a idade bonita e vem a idade mais velha. Tudo nessa vida passa. (Esmeralda, 66 anos).

Igual sempre, cabelo só que mudou. (Opala, 60 anos).

Conformada, já estou velha quer dizer que não sou nova mais. (Ametista, 87 anos).

Segundo Mari *et al.* (2016) é importante que, em vez da negação do envelhecimento e o fim, as pessoas entendem esse processo, já que ele é irremediável. É de suma importância que desenvolvam uma percepção positiva de sua vivência para que trabalhem em função do seu bem-estar e sua saúde. O que é evidenciado nas seguintes relatos:

Eu me acho linda, maravilhosa. (Turmalina, 60 anos).

Ta bom, tô ficando velha mesmo. (Safira, 60 anos).

O toque afetivo aumenta a autoestima do idoso, a autoconfiança, deixando-o bem consigo mesmo, melhorando inclusive o convívio com os outros idosos asilados. No contexto profissional, um dos principais mediadores da afetividade para com os idosos asilados é o profissional de enfermagem, por estar em contato próximo com estes. Mas, ressalta-se a grande importância de uma equipe multidisciplinar para o atendimento integral (RODRIGUES *et al.*, 2015).

O envelhecimento é considerado algo natural, algo bonito, que não deve ser tratado ou evitado, mas sim aceito. As entrevistadas foram unânimes em declarar que não sentem vergonha do seu corpo. Assim pode-se evidenciar:

Nunca tive não, sempre gostei de mim mesma. (Esmeralda, 66 anos).

Não, nunca. Bonito e elegante. (Turmalina, 60 anos).

Não, tudo bonito. (Jade, 60anos).

As mulheres demonstram satisfação com seu próprio corpo, quebrando possíveis preconceitos relativos ao corpo envelhecido, atribuindo-lhe beleza e outras características nobres, talvez por estarem atreladas a outra imagem interna de si mesmas (FIN, PORTELLA e SCORTEGAGNA, 2017).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados obtidos no decorrer dessa pesquisa, fica claro que o envelhecimento sofre mudanças por diversos aspectos que podem interferir fisiologicamente, na autoestima e no processo de aceitação dessa fase. Mesmo que o envelhecimento esteja presente em nossas escolhas e hábitos de vida diários, não

se pode fugir das alterações biopsicossociais inerentes ao processo e que deveriam ser melhores trabalhadas desde cedo nas escolas e nas famílias e incentivadas por políticas públicas para que a sociedade esteja preparada para envelhecer

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, Vanessa Cardoso; ZATT, Gisele Beatriz. Percepção de idosos, moradores de uma instituição de longa permanência de um município do interior do Rio Grande do Sul, sobre qualidade de vida. **Revista Aletheia**, Rio Grande do Sul; v.46, p.90-102, jan/abr. 2015.

BRASIL, Conselho Nacional de Saúde. Aprova as seguintes diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisa envolvendo seres humanos. Resolução nº 466 de 12 de dezembro de 2012. **Diário Oficial da União**. Brasília, 12.dez.2012. Secção1, p.59

CALUÊTE, Maria Emília Evaristo et al. Influência do estado nutricional na percepção da imagem corporal e autoestima de idosas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro; v.18, n.2, p.319-326, abr/jun, 2015.

CAMARGOS, Mirela Castro Santos; GONZAGA, Marcos Roberto. Viver mais e melhor? Estimativas de expectativa de vida saudável para a população brasileira. **Cad. Saúde Pública**. 2015, v.31, n.7, p.1460-1472, 2015.

DÁTILLO, Gilsenir Maria Prevelato de Almeida; CORDEIRO, Ana Paula (orgs.). Envelhecimento humano: diferentes olhares. São Paulo: **Cultura Acadêmica**, 2015. 296 p.

FERNANDES, Maria das Graças Melo; GARCIA, Loreley Gomes. O corpo envelhecido: percepção e vivência de mulheres idosas. **Interface-Comunic**, Paraíba; v.14, n.35, p.879-90, out./dez. 2010.

FREITAS, João Miguel Faria de. **O processo de envelhecimento: relação da qualidade de vida e atitudes face ao envelhecimento com a ideação suicida na população idosa**. Mestrado Integrado em Psicologia. Universidade de Lisboa 2015
Disponível em: https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/23204/1/ulfpie047701_tm.pdf
Acesso em: 20.jul.2019.

FIN, Thais Caroline; PORTELLA, Marilene Rodrigues; SCORTERGAGNA, Silvana Alba. Velhice e beleza corporal das idosas: conversa entre mulheres. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro; v. 20 n.1, p.77-87.

KRATZ, Vivian Cristina Lederer et al. Promoção de saúde de idosos institucionalizados e crenças quanto ao envelhecer: projeto intergeracional. **Revista Saúde e Pesquisa**, Maringá(PR); v.11, n.2, p.277-286, 2018.

LIMA, Ana Maraysa Peixoto Lima Depressão em idosos: uma revisão sistemática da literatura, **R Epidemiol Control Infec**, Santa Cruz do Sul, v.6, n.2, p. 97-103, 2016.

MANZINI, Eduardo José. Entrevista semiestruturada: análise de objetivos e de roteiros. In: Seminário Internacional sobre pesquisa e estudos qualitativos, 2, 2004, Bauru. A pesquisa qualitativa em debate. **Anais Bauru**: USC, 2004. 10p.

MARI, Fernanda Rigoto et al. O processo de envelhecimento e a saúde: o que pensam as pessoas de meia-idade sobre o tema. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro; v.19, n.1, p.35-44, 2016.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social**: teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2002.

NASCIMENTO, Renata Fernandes do; SHIMO, Antonieta Keiko Kakuda; PIROLO, Sueli Moreira; MARIN, Maria José Sanches. Percepções de idosas em relação às modificações do seu próprio envelhecimento e do companheiro e a influência na vivência de sua sexualidade. **Atas CIAIQ**, Portugal, v.2, p.402 a 410, jul.2017.

RODRIGUES, Daniele Duarte *et al.* A importância da afetividade para a qualidade de vida do idoso em instituições de longa permanência; **Anais Congresso Internacional Envelhecimento Humano**, v. 2, n.1, 2015.

SANTIAGO, Livia Maria *et al.* Condições sociodemográficas e de saúde de idosos institucionalizados em cidades do sudeste e centro-este do Brasil. **Geriatr Gerontol Aging**, Rio de Janeiro, v.10, n.2, p.86-92, 2016.

SALINET, Allana. **A mulher idosa no contexto da institucionalização**: autoimagem, auto estima, beleza e cuidado na velhice. Orientador: Marilene Rodrigues Portella. 2018. f.71. Dissertação (Pós- Graduação em envelhecimento Humano) – Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade de Passo Fundo, Passo Fundo, 2018.

SANTOS, Jaciane Maria Soares dos *et al.* **Percepção da imagem corporal e estado nutricional de idosas praticantes e não praticantes de exercício físico**. Carmem Lygia Burgos Ambrósio, 2018.67f. Monografia (graduação em nutrição). Centro Acadêmico de Vitória, Universidade Federal de Pernambuco. Vitória de Santo Antão, 2018.

SIMÕES, Regina; MOURA, Marcia Marques de; MOREIRA, Wagner Wey. Esperando a morte: o corpo idoso institucionalizado. **Revista Polêmica**. Rio de Janeiro; v.16, n.3, p.42-61, jul/set, 2016.

VERAS, Renato Peixoto; OLIVEIRA, Martha. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. *Ciênc. saúde colet.* v. 23, n. 6, Jun, 2018.

VIANA, Helena Brandão; SANTOS, Mariana Ribeiro dos. Análise de percepção da imagem corporal e satisfação com a vida em idosos praticantes de hidroginástica. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, 18(2), pp. 299-309, abr./jun. 2015.