



ENVELHECIMENTO E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS NOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA

VINÍCIUS RIBEIRO DE ALMEIDA; LUCIMARY BEZERRA F A SERAPIÃO

Introdução: Os avanços científicos têm permitido que os anos de vidas sejam prolongados. Como resultado disso, ocorre o constante crescimento da população idosa, consequentemente, torna necessária a elaboração de políticas que propiciem que essa nova fase etária seja vivida com mais qualidade. Segundo dados do IBGE (2018), esse quantitativo pode dobrar até 2042. **Objetivo:** Sendo assim, este resumo se objetiva à apresentar a perspectiva levantada pelos estudos, a respeito do envelhecimento e qualidade de vida dos idosos nos grupos de convivência, como também, os resultados positivos gerados por essa atividade coletiva para uma maturidade em saúde a essas pessoas. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática, na qual foram selecionados estudos realizados a partir do ano de 2015, em diferentes áreas que abordaram de forma conjunta diante disso, é feito a análise e organização de dados referentes ao assunto. **Resultados:** Verifica-se que há diversos pontos positivos nessa ação em grupo, diversos benefícios relacionados à qualidade de vida dos idosos estão relacionados com as atividades desenvolvidas nos grupos de convivência e na socialização com outros da mesma faixa etária. Nesses espaços, eles exploram e desenvolvem potencialidades, pois estes entram em contato e convivem com indivíduos como eles. Os resultados apontam que a participação melhora no aprimoramento de habilidades, no suporte emocional e em novos conhecimentos para lidar com doenças fortalecendo a prática do autocuidado diminuindo assim o isolamento social e obtendo resultados positivos na sua qualidade de vida. **Conclusão:** Conclui-se que há melhorias em relação ao domínio psicológico, físico e social. Os grupos de convivência também ajudam na redução do estresse, ansiedade e na depressão. Essa afirmativa gera a constatação de que as atividades desenvolvidas nesses espaços precisam ser estimuladas e funcionais, pois são relevantes para a manutenção da saúde e qualidade de vida de seus participantes.

Palavras-chave: **IDOSOS; GRUPOS DE CONVIVÊNCIA; QUALIDADE DE VIDA; GERONTOLOGIA; SAÚDE MENTAL**