



@cuidados.alzheimer

O papel da família no envelhecer com felicidade



O envelhecimento traz consigo diversas mudanças, que vão desde a saúde até transformações na rotina e, principalmente, nas relações. Dessa forma a família tem um papel fundamental para que essa fase seja vivida com bem-estar, autonomia e alegria. Muitas vezes o convívio familiar é tudo que os idosos precisam, desde o acolhimento ao sentido de pertencimento, necessários para um envelhecer feliz.



Pequenos gestos que fazem toda a diferença!

A família pode contribuir muito para a qualidade de vida do idoso através de **simples gestos de carinho, escuta e participação** na sua rotina. Estar presente em sua rotina, como acompanhá-lo em uma ida ao mercado, manter conversas frequentes, demonstrar **interesse por suas histórias** e acompanhá-lo às consultas são atitudes que fortalecem vínculos. Até mesmo visitas rápidas se tornam valiosas, pois mostram ao idoso que **ele é querido e importante.**





É essencial também **incentivar a autonomia do idoso e respeitar suas decisões**, valorizando suas opiniões e sua experiência de vida. Criar um ambiente onde o idoso se sinta **ouvido, reconhecido e incluído** faz toda a diferença no seu bem-estar emocional, dessa forma ele vive essa fase com mais confiança, dignidade e felicidade.

Aproveitando o fim do ano que se aproxima, nós da **equipe Cuidados Alzheimer** gostaríamos de dizer que muitas vezes o maior presente que podemos oferecer a um idoso, seja ele pai, mãe, avô ou avó, é a nossa **presença e o tempo de qualidade**, não estar presente apenas fisicamente, mas sim se fazer presente, **aproveite cada momento com as pessoas que ama!**



Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site**!

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo e muitas outras informações!



<https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>

Gostou da publicação?



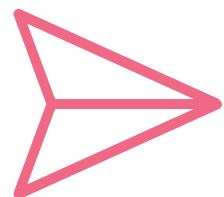
Salve



Curta



Comente



Compartilhe

Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso
Costa



Paola Paiva Monteiro
Enfermeira



Carolina Arcanjo dos Santos
Acadêmica de Enfermagem 7^o período



Gustavo Martins Lemos Tavares
Acadêmico de Enfermagem do 8^o
Período



Referências Bibliográficas:

RABELO, D. F.; SOBRINHO, L. A. Fatores Familiares Associados ao Suporte Social Percebido entre Pessoas Idosas. Rev. Subjetividades. v. 23, n. 1, 2023. Disponível em:

<https://ojs.unifor.br/rmes/article/view/13557>

RODRIGUES, E. F. S. et al. O papel da família na promoção do envelhecimento saudável em idosos: uma revisão integrativa. Rev. JRG de Estudos Acadêmicos. v. 7, n. 14, 2024. Disponível em:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/940>