

**PÔSTER*****Cuidado individual, familiar e comunitário*****Envelhecer com prazer: uma visão multifocal**

Gedália Sousa da Silva Marques. CMS Carmela Dutra (SMSDC/RJ). gedaliamarques@gmail.com

**Introdução:** A saúde do idoso é um tema atual. Nos últimos anos, há aumento significativo de estudos abordando o envelhecimento trazendo um movimento crescente acerca de conhecer suas especificidades biológicas, sociais, culturais, econômicas e nutricionais para o rompimento de preconceitos excludentes.

**Objetivos:** Analisar alguns estudos científicos e comentar como a Estratégia Saúde da Família pode contribuir para a qualidade de vida do idoso oferecendo um envelhecer com prazer.

**Metodologia ou Descrição da Experiência:** De natureza qualitativa, realizou-se pesquisa exploratória descritiva, identificando na literatura ações de programas de saúde direcionadas à melhoria da qualidade de vida do idoso.

**Resultados:** É preciso compreender que, com o envelhecimento, o organismo sofre alterações que podem influenciar na ingestão e digestão adequada dos alimentos, assim como alterar a absorção de alguns nutrientes importantes. Porém estudos têm mostrado que doenças e limitações não são consequências inevitáveis do envelhecimento, mas dependem do acesso que a pessoa tem aos serviços preventivos e assistenciais para redução dos fatores de risco. O idoso tem sido privado, por vezes erroneamente, de se alimentar de forma prazerosa, pois o que lhe agrada em termos de alimentação parece ser inadequado para o seu consumo.

**Conclusão ou Hipóteses:** Como porta de entrada no SUS, a ESF deve acolher e desenvolver ações de alimentação e nutrição voltados a saúde do idoso, considerando os aspectos nutricionais e psicossociais pertinentes a esta parcela da população.

**Palavras-chave:** Envelhecimento; Prazer; Alimentação