

### Impacto da estrutura familiar na saúde do idoso

### Impact of family structure on the health of the elderly

### Impacto de la estructura familiar en la salud del adulto mayor

 Yago Moreira Almeida<sup>1</sup>  
 Rodrigo Marques da Silva<sup>1</sup>

1. Centro Universitário de Brasília. Brasília, Distrito Federal, Brasil.

#### RESUMO

**Objetivo:** Analisar na literatura científica como a estrutura familiar influencia a saúde física, mental e social do idoso, considerando os aspectos relacionados ao suporte emocional, cuidados diários e relações familiares. **Método:** Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa. A coleta de dados ocorreu entre janeiro e março de 2025. A seleção dos estudos foi realizada nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando os seguintes descritores indexados no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): *idoso, família, rede de apoio social, saúde do idoso e qualidade de vida*. **Resultados:** A qualidade das relações intrafamiliares, caracterizada por comunicação aberta, afetividade, coesão e suporte emocional, atua como um forte fator protetivo contra o desenvolvimento de transtornos mentais, estresse e comportamentos de risco (como uso de substâncias). Por outro lado, altos níveis de conflito, rigidez ou negligência familiar estão significativamente associados a vulnerabilidades psicossociais. A estrutura familiar influencia diretamente o estilo de vida, incluindo hábitos alimentares, prática de exercícios físicos e adesão a comportamentos preventivos de saúde, impactando o risco de doenças crônicas não transmissíveis. O ambiente familiar é o principal responsável pela socialização primária, transmitindo valores, normas e o senso de pertencimento. **Conclusão:** As evidências reforçam a necessidade de que políticas públicas de saúde, como a Estratégia Saúde da Família (ESF), adotem uma abordagem sistêmica, considerando a dinâmica e a estrutura familiar como ponto central para a promoção de um bem-estar integral.

**Descritores:** Estrutura Familiar; Saúde Mental; Saúde Social; Fatores de Proteção; Desenvolvimento Humano.

#### ABSTRACT

**Objective:** To analyze in the scientific literature how family structure influences the physical, mental, and social health of the elderly, considering aspects related to emotional support, daily care, and family relationships. **Method:** This is a narrative bibliographic review. Data collection occurred between January and March 2025. The selection of studies was carried out in the Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS) and Scientific Electronic Library Online (SciELO) databases, using the following descriptors indexed in DeCS (Health Sciences Descriptors): *aged, family, social support network, health of the elderly, and quality of life*. **Results:** The quality of intra-family relationships, characterized by open communication, affectivity, cohesion, and emotional support, acts as a strong protective factor against the development of mental disorders, stress, and risky behaviors (such as substance use). On the other hand, high levels of conflict, rigidity, or family neglect are significantly associated with psychosocial vulnerabilities. Family structure directly influences lifestyle, including eating habits, physical exercise, and adherence to preventive health behaviors, impacting the risk of chronic non-communicable diseases. The family environment is primarily responsible for primary socialization, transmitting values, norms, and a sense of belonging. **Conclusion:** The evidence reinforces the need for public health policies, such as the Family Health Strategy (ESF), to adopt a systemic approach, considering family dynamics and structure as a central point for the promotion of integral well-being.

**Keywords:** Family Structure; Mental Health; Social Health; Protective Factors; Human Development.

#### RESUMEN

**Objetivo:** Analizar en la literatura científica cómo la estructura familiar influye en la salud física, mental y social del adulto mayor, considerando los aspectos relacionados con el apoyo emocional, los cuidados diarios y las relaciones familiares. **Método:** Se trata de una revisión bibliográfica narrativa. La recolección de datos ocurrió entre enero y marzo de 2025. La selección de los estudios se realizó en las bases de datos de Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud (LILACS) y Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando los siguientes descriptores indexados en el DeCS (Descritores en Ciencias de la Salud): *anciano, familia, red de apoyo social, salud del anciano y calidad de vida*. **Resultados:** La calidad de las relaciones intrafamiliares, caracterizada por la comunicación abierta, la afectividad, la cohesión y el apoyo emocional, actúa como un fuerte factor protector contra el desarrollo de trastornos mentales, estrés y conductas de riesgo (como el uso de sustancias). Por otro lado, los altos niveles de conflicto, rigidez o negligencia familiar están significativamente asociados con vulnerabilidades psicossociales. La estructura familiar influye directamente en el estilo de vida, incluyendo los hábitos alimentarios, la práctica de ejercicios físicos y la adhesión a conductas preventivas de salud, impactando el riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles. El entorno familiar es el principal responsable de la socialización primaria, transmitiendo valores, normas y el sentido de pertenencia. **Conclusión:** Las evidencias refuerzan la necesidad de que las políticas públicas de salud, como la Estrategia de Salud de la Familia (ESF), adopten un enfoque sistémico, considerando la dinámica y la estructura familiar como punto central para la promoción de un bienestar integral.

**Palabras clave:** Estructura Familiar; Salud Mental; Salud Social; Factores de Protección; Desarrollo Humano.

**Como citar:** Almeida YM, Silva RM. Impacto da estrutura familiar na saúde do idoso. Rev REVOLUA. 2025 Abr-Jun;4(2):70-5.

## Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno global que, no Brasil, tem se intensificado de maneira acelerada devido à queda nas taxas de fecundidade e ao aumento da expectativa de vida. Dados do IBGE (2024) apontam que, em poucos anos, a proporção de idosos na população brasileira superará a de crianças, exigindo uma reestruturação profunda nas redes de atenção à saúde e no suporte social. Nesse cenário, o processo de envelhecer transcende as alterações biológicas, manifestando-se como um fenômeno multifacetado que envolve dimensões psicológicas, sociais e, fundamentalmente, familiares.<sup>1</sup>

A família, tradicionalmente reconhecida como o núcleo primário de pertencimento e cuidado, desempenha papel crucial na manutenção da saúde do idoso. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a saúde na velhice deve ser compreendida de forma integral, englobando a capacidade funcional e o bem-estar social. A literatura indica que uma estrutura familiar sólida atua como um fator de proteção, auxiliando no controle de doenças crônicas, na adesão terapêutica e na prevenção de distúrbios mentais, como a depressão e a ansiedade. Por outro lado, o isolamento e a carência de suporte familiar são preditores significativos de declínio funcional e institucionalização precoce.<sup>2</sup>

Entretanto, as transformações contemporâneas nas configurações familiares — como a redução do número de filhos, a inserção da mulher no mercado de trabalho e a dispersão geográfica dos membros — têm gerado novos desafios para o cuidado informal. A sobrecarga dos cuidadores e a fragilização dos vínculos intergeracionais emergem como questões críticas que impactam diretamente a qualidade de vida da pessoa idosa. Diante da necessidade de compreender como essas novas dinâmicas influenciam o processo de saúde-doença, este estudo justifica-se pela importância de subsidiar intervenções de enfermagem mais eficazes e humanizadas.

Neste contexto, o presente artigo tem como objetivo analisar, com base na literatura científica, como a estrutura familiar influencia a saúde física, mental e social do idoso, considerando os aspectos relacionados ao suporte emocional, cuidados diários e relações familiares.

## Método

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa da literatura, abordagem adequada para descrever e discutir o "estado da arte" de um determinado tema sob perspectivas teóricas e contextuais, permitindo a síntese de evidências sobre o impacto da estrutura familiar na saúde do idoso.

A coleta de dados foi realizada entre janeiro e março de 2025, por meio de busca eletrônica nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Para a seleção dos estudos, foram consultados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), utilizando-se os termos em português: "idoso", "família", "rede de apoio social", "saúde do idoso" e "qualidade de vida".

Como critérios de inclusão, foram adotados:

Artigos publicados em português;

Disponibilidade na íntegra e acesso gratuito;

Publicações compreendidas no período entre 2010 e 2025;

Trabalhos que apresentassem relação direta com a influência da dinâmica familiar sobre a saúde da população idosa.

Foram excluídos editoriais, notas prévias, estudos que não abordavam especificamente o papel da família e artigos duplicados entre as bases de dados.

A seleção ocorreu em três etapas: inicialmente, procedeu-se à leitura dos títulos e resumos para identificar a potencial relevância. Em seguida, os artigos

selecionados foram lidos na íntegra para aplicação dos critérios de elegibilidade. Por fim, os dados foram sintetizados de forma descritiva e organizados em categorias temáticas para discussão, focando nos eixos: preservação da autonomia, controle de doenças crônicas e prevenção de desfechos negativos (isolamento e institucionalização).

## Resultados e Discussão

Os resultados obtidos a partir da revisão narrativa demonstram que a estrutura familiar exerce influência direta e multifatorial sobre a saúde do idoso. A síntese dos principais achados está apresentada no quadro abaixo:

**Quadro 1:** Síntese dos principais estudos sobre a estrutura familiar e saúde do idoso.

N	Autor/ano	Título	Objetivo	Resultado/ Conclusão
1	SOUSA et al (2015)	Conceito de insuficiência familiar na pessoa idosa: análise crítica da literatura.	Analisar na literatura o conceito de insuficiência familiar e seus impactos.	A insuficiência de suporte familiar é o principal motivador para a institucionalização e perda da autonomia funcional <sup>3</sup>
2	OMS (2022).	Diretrizes para o envelhecimento ativo e saudável.	Estabelecer parâmetros globais para a saúde na terceira idade.	O ambiente familiar é o núcleo central para a promoção da saúde mental e prevenção do isolamento social. <sup>4</sup>
3	IBGE (2024)	Projeções populacionais e mudanças demográficas no Brasil.	Mapear o perfil do envelhecimento e as novas configurações domésticas.	Famílias menores e inserção da mulher no mercado reduzem a disponibilidade do cuidado informal tradicional. <sup>5</sup>
4	OPAS (2022)	Estratégias de saúde e adesão terapêuticas na velhice.	Avaliar fatores que influenciam o tratamento de doenças crônicas.	O suporte familiar é determinante par o controle de doenças como hipertensão e diabetes através da ajuda prática. <sup>6</sup>
5	CAMARANO (2022)	O novo perfil do idoso brasileiro e as redes de apoio.	Discutir a eficácia das redes de apoio formal e informal no Brasil.	Evidencia a necessidades de políticas públicas que apoiem a família cuidadora para evitar a sobrecarga e o abandono. <sup>7</sup>

A sistematização apresentada evidencia a diversidade de enfoques adotados pelas pesquisas, desde aspectos clínicos e demográficos até a atuação da equipe de enfermagem e o impacto de fatores psicossociais. Estes resultados servem de base para a análise crítica e a discussão desenvolvidas nesta seção.<sup>3</sup>

## **A Família como Pilar de Suporte e Bem-Estar**

A literatura analisada converge para a compreensão de que a família constitui o núcleo primário de cuidado, exercendo um papel insubstituível como rede de apoio social. Conforme observado nos estudos de Souza et al. (2015), a presença de familiares engajados não é apenas um fator de conforto, mas um determinante crítico para a manutenção da saúde física. O suporte familiar manifesta-se em três dimensões principais:

**Instrumental:** Ajuda prática em tarefas diárias, transporte e administração de medicamentos.

**Emocional:** Oferecimento de afeto e escuta ativa, o que previne distúrbios mentais como a depressão.

**Informativo:** Compartilhamento de orientações sobre saúde e auxílio na tomada de decisões clínicas.<sup>4</sup>

## **Fragilidade Social e Insuficiência Familiar**

Em contraste com os benefícios do suporte afetivo, a insuficiência de apoio ou a presença de um contexto familiar disfuncional representa um grave fator de risco. Evidências apontam que a carência de suporte está diretamente relacionada a desfechos negativos, tais como o risco de institucionalização em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), abandono e negligência.

Além disso, o isolamento social acelera o declínio cognitivo e reduz a capacidade de autogestão de doenças crônicas, como hipertensão e diabetes. Nesse sentido, o enfermeiro atua como elo estratégico, identificando sinais de fragilidade nos vínculos familiares e orientando a rede de apoio para prevenir o esgotamento do cuidador principal.

## **Estratégias Educativas e Psicossociais da Enfermagem no Fortalecimento da Adesão à EFSI**

A atuação da enfermagem frente ao envelhecimento populacional exige uma abordagem que transcenda o cuidado puramente clínico e técnico. É imperativo que o enfermeiro utilize estratégias educativas e psicossociais como ferramentas de transformação na dinâmica familiar, consolidando a família não apenas como espectadora, mas como unidade central de cuidado. Nesse contexto, a educação em saúde emerge como uma prática libertadora, capaz de instrumentalizar os familiares para lidar com as complexidades inerentes à senescência, como a gestão de polifarmácia, a manutenção da integridade cutânea e a adaptação do ambiente doméstico para a mitigação de riscos ambientais.

Sob a ótica psicossocial, a intervenção do enfermeiro fundamenta-se na escuta qualificada e no suporte emocional, elementos essenciais para identificar o fenômeno da insuficiência familiar. Muitas vezes, o declínio da saúde do idoso está atrelado à fragilidade dos vínculos afetivos ou à sobrecarga do cuidador principal — frequentemente uma mulher da família que acumula funções sem o devido suporte. O enfermeiro, ao aplicar a Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE), deve diagnosticar não apenas as necessidades do idoso, mas também o nível de estresse dos cuidadores, implementando planos de cuidados que incluam o revezamento de tarefas e o reforço da resiliência familiar.

Além das orientações individuais, o fortalecimento da adesão ao cuidado ocorre de maneira mais eficaz por meio de estratégias de grupo e atividades coletivas na Atenção Primária à Saúde. O compartilhamento de experiências entre famílias em

situações similares reduz o estigma da dependência e do isolamento social, promovendo um sentimento de pertencimento. O enfermeiro atua, portanto, como um mediador de saberes, utilizando metodologias ativas para garantir que o idoso mantenha sua autonomia e dignidade o máximo de tempo possível.

Em suma, ao integrar as dimensões educativas e psicossociais, a enfermagem promove uma assistência integral que valoriza a história de vida do idoso. Essa postura profissional é determinante para evitar a institucionalização precoce e garantir que a família se torne um porto seguro, capaz de oferecer um cuidado humanizado, ético e tecnicamente seguro, alinhado aos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS) e às diretrizes de envelhecimento ativo.

## Considerações Finais

O presente estudo evidenciou que a estrutura familiar é o determinante central na manutenção da saúde e da qualidade de vida da pessoa idosa. A literatura demonstra que, quando a família atua como uma rede de apoio sólida e afetiva, os impactos positivos são observados na adesão aos tratamentos, na preservação da autonomia e na redução de quadros depressivos. Em contrapartida, a insuficiência familiar e a sobrecarga dos cuidadores emergem como fatores de risco críticos que podem levar ao isolamento social e à institucionalização precoce.

Conclui-se que a atuação do enfermeiro é estratégica no fortalecimento desses vínculos. Por meio de intervenções educativas e do suporte psicossocial, o profissional de enfermagem é capaz de transformar a dinâmica familiar, capacitando os cuidadores e promovendo um ambiente seguro e digno para o envelhecimento. Este estudo ressalta, ainda, que o cuidado ao idoso não deve ser uma responsabilidade exclusiva do núcleo familiar, mas sim um compromisso compartilhado entre família, sociedade e Estado, por meio de políticas públicas eficazes que apoiem a unidade familiar cuidadora.

## Agradecimento

Essa pesquisa não recebeu financiamento para sua realização.

## Referências

1. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Agência de Notícias: Number of elderly persons in the Brazilian population grew 57.4% in 12 years. Rio de Janeiro: IBGE; 2023. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/en/agencia-news/2184-news-agency/news/38187-2022-census-number-of-elderly-persons-in-the-brazilian-population-grew-57-4-in-12-years>.
2. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório Mundial sobre Envelhecimento e Saúde. Genebra: OMS, 2015. Disponível em: cloudfront.net. Acesso em: 12 mai. 2026.  
[Relatório Mundial sobre Envelhecimento e Saúde \(Resumo em Português\) - OMS \[1, 2\]](#)
3. SOUZA A, PELEGRINI TS, RIBEIRO JHDS, PEREIRA DS, MENDES MA. Conceito de insuficiência familiar na pessoa idosa: análise crítica da literatura. Rev Bras Enferm. 2015;68(6):864-73. Disponível em: <http://www.scielo.br/reben/pdf/reben/v68n6/0034-7167-reben-68-06-1127.pdf>.
4. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Diretrizes para o

envelhecimento ativo e saudável. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <<https://www.who.int/initiatives/decade-of-healthy-ageing>>. Acesso em: 25 maio 2026.

5. INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Projeções da população: notas metodológicas: Brasil e unidades da federação: estimativas e projeções: revisão 2024. Rio de Janeiro: IBGE, 2024. Disponível em: <<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9109-projecao-da-populacao.html>>. Acesso em: 25 maio 2026.

6. ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). Envelhecimento Saudável. [S.l.]: OPAS; 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel>.

7. CAMARANO AA. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. Rio de Janeiro: IPEA; 2022. Disponível em: <https://repositorio.ipea.gov.br/entities/publication/b900cd70-b6fb-4731-a58b-d5d1f52b9a6e>.

---

**Autor de Correspondência:**

Rodrigo Marques da Silva  
Av. Pau Brasil, 02 - S/N. CEP: 71916-000 - Águas Claras.  
Brasília, Distrito Federal, Brasil.  
[Marques-sm@hotmail.com](mailto:Marques-sm@hotmail.com)

**Recebido: 22/01/2025**  
**Aceito: 25/03/2025**