

Cuidado da pele em idosos: Revisão sistemática de literatura

 <https://doi.org/10.56238/sevened2024.025-025>

Albertina Luisa Loriana Juchem

Bacharel em Estética. Mestranda em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade/ULBRA.
E-mail: lu.juchem@yahoo.com.br

ORCID: 0000-0001-9025-5215

Maria Isabel Morgan Martins

Orientadora/Doutora – Professora do Mestrado em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade/ULBRA.

ORCID: 0000-0003-1833-1548

Ana Maria Pujol Vieira dos Santos

Orientadora/Doutora – Professora do Mestrado em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade/ULBRA.

RESUMO

A pele é um órgão vital nos seres humanos que sofre com o impacto do envelhecimento intrínseco e, neste processo, ocorrem alterações fisiológicas que são responsáveis pelo afinamento da epiderme, da derme e da hipoderme, transformando-a em uma pele áspera, esbranquiçada, sem elasticidade, com rugas e sem viço. Este estudo teve como objetivo realizar uma revisão sistemática sobre a pele desidratada nas pessoas idosas e promover estratégias eficazes de cuidados. A coleta de dados foi realizada de novembro de 2023 a fevereiro de 2024, tendo sido incluídos artigos publicados entre 2018 e 2023, nos idiomas português, espanhol e inglês. No Portal PubMed, foram encontrados 129 artigos; na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), 47; no Portal CAPES, 22; e na Plataforma EBSCO, 317. Foram selecionados seis artigos que atendiam ao objetivo de estudo. Ficou evidenciada a necessidade de cuidados com a pele desidratada nas pessoas idosas, devido aos impactos causados pelo envelhecimento intrínseco. Foram identificados diferentes tipos de pele, por isso, a conduta nos cuidados deve ser individualizada. O autocuidado, os tratamentos como a limpeza e a hidratação de pele auxiliam na preservação da integridade da pele, e uma boa alimentação, ingerir água e utilizar produtos de uso tópico e oral são ferramentas importantes para atenuar rugas, diminuir a descamação e evitar o prurido e as lesões.

Palavras-chave: Cuidado, Envelhecimento de Pele, Idoso.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento intrínseco da pele, também conhecido como envelhecimento natural é um processo inevitável da pele, que ocorre com o avançar da idade, e que é influenciado por fatores genéticos e biológicos, independente de fatores externos como exposição ao sol, tabagismo e má alimentação. A pele envelhecida apresenta características como perda de elasticidade, diminuição da produção de colágeno e elastina, formação de rugas e linhas de expressão, além de ressecamento e afinamento da epiderme. Essas mudanças na pele podem ser percebidas a partir dos 30 anos, mas se tornam mais evidentes a partir dos 50 anos, devido à redução na atividade celular e na renovação da pele (Cruz *et al.*, 2019). O envelhecimento cronológico da pele pode se apresentar de formas e intensidades diferentes, que vai depender do nível socioeconômico em que a pessoa idosa está inserida e mesmo sendo um indivíduo independente e autônomo pode apresentar modificações na pele (Santos *et al.*, 2021).

Outras características do envelhecimento intrínseco incluem a perda de volume, densidade, e elasticidade da pele, que favorece o aparecimento de manchas senis e alterações na textura da pele causadas pelo ressecamento e a descamação da pele. Este processo de envelhecimento é próprio e faz parte do ciclo contínuo da vida, sendo importante cuidar da pele e adotar hábitos saudáveis para retardar os sinais do envelhecimento e controlar o desequilíbrio hídrico da pele. (Cruz *et al.*, 2020; Sousa *et al.*, 2019).

A hidratação da pele é essencial para prevenir e tratar os sinais de envelhecimento, já que a pele envelhecida tende a perder sua capacidade natural de retenção de água. A manutenção de uma boa hidratação é fundamental para minimizar a aparência de rugas e linhas finas, além de promover a saúde e a vitalidade da pele. É importante escolher produtos adequados para cada tipo de pele e idade, que forneçam hidratação e nutrientes essenciais para a pele envelhecida, que inclua a limpeza suave e a nutrição. A busca por uma pele saudável e bonita deve ser contínua ao longo da vida, para garantir a vitalidade e a beleza da pele mesmo na velhice (Gomes *et al.*, 2016).

Além da hidratação, é importante adotar hábitos de cuidados específicos para a pele envelhecida, que incluem limpeza suave da pele, a utilização de produtos com ingredientes antioxidantes e a prática de uma rotina de cuidados com a pele adequada (Gomes *et al.*, 2016). A busca por uma pele saudável e a prevenção dos sinais de envelhecimento, deve ser mantida ao longo da vida, para manter a vitalidade e a beleza da pele mesmo na velhice.

Diante do exposto, este estudo tem como objetivo realizar uma revisão sistemática sobre a pele desidratada nas pessoas idosas e promover estratégias eficazes de cuidados. Conhecer esses cuidados auxiliará e dará suporte aos profissionais e familiares buscando uma educação permanente de cuidados com a pele (Cruz *et al.*, 2020).

2 MÉTODO

Conduziu-se uma revisão sistemática de literatura com o objetivo de melhor compreender os cuidados da pele relacionados ao envelhecimento intrínseco. A pesquisa foi realizada nos portais PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Portal Capes e Plataforma Intuitiva EBSCO, no período entre outubro de 2023 e fevereiro de 2024. A seleção dos descritores e a estratégia de busca seguiram as diretrizes do formato PICO (população; intervenção; comparação; desfecho). Utilizou-se Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "Idoso" como população, "Cuidado" como intervenção/comparação e "Envelhecimento da pele" como desfecho, combinados com o operador lógico booleano *AND* para associar os termos relevantes. Nas bases de dados utilizadas, que preconizam o idioma inglês, foram empregadas as associações de três descritores: "*skin aging AND aged AND care*". Os idiomas selecionados para esta pesquisa foram inglês, português e espanhol.

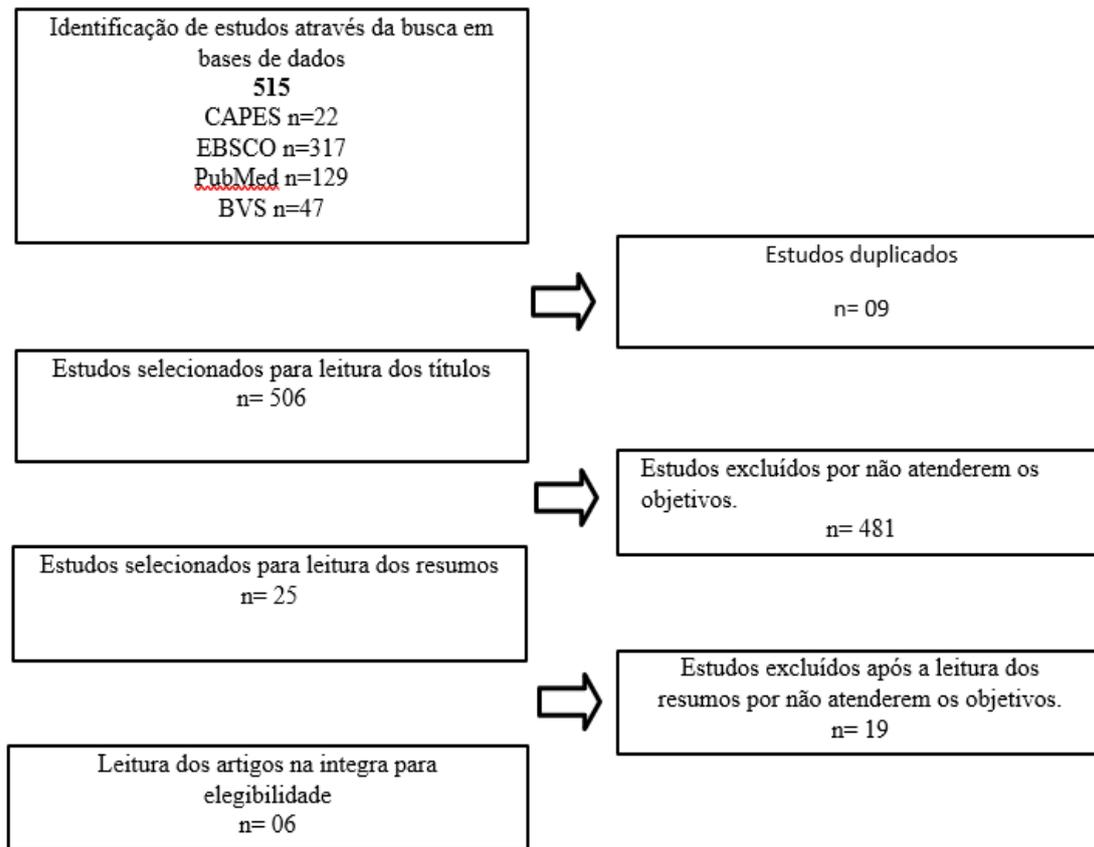
Os critérios de inclusão dos artigos foram títulos e assuntos relacionados aos cuidados com a pele do idoso; publicações de artigos em periódicos indexados, considerando-se o período entre 2016 e 2023. Os critérios de exclusão foram publicações duplicadas em mais de uma base de dados, dissertações e estudos que não se enquadram na temática.

Primeiramente, os artigos foram lidos e selecionados com base em seus títulos. Em seguida, os resumos foram analisados para verificar a elegibilidade para inclusão. Para os artigos selecionados, foi feita a leitura completa. As informações extraídas de cada estudo incluíram: nomes dos autores, ano de publicação, objetivos, metodologia, instrumentos utilizados e principais resultados.

3 RESULTADOS

A consulta inicial resultou em 515 artigos e, após aplicados os critérios de inclusão e exclusão, restaram seis publicações. Na Figura 1, descreve-se as etapas da seleção dos artigos.

Figura 1. Fluxograma da seleção dos artigos



Fonte: elaborada a partir dos dados da pesquisa (2024).

A extração dos dados dos seis artigos foi conduzida por meio da coleta de informações: nome dos autores, ano de publicação, país onde o estudo foi conduzido, objetivo da pesquisa, descrição dos métodos utilizados e principais resultados. Esses dados foram organizados no Quadro 1, para análise posterior.

Quadro 1 – Dados dos artigos selecionados

Autor	Ano	Objetivos	Método	Principais Resultados
<i>Cruz et al.</i>	2021	Analisar os cuidados com a xerose cutânea em idosos.	Revisão integrativa	Pele desidratada é uma complicação senil que contribuí para a piora da qualidade de vida e do aumento da incidência de lesões graves de pele. Intervenções como hidratação oral e da pele, educação para o autocuidado e uso de produtos.
<i>Santos et al.</i>	2021	Identificar fatores associados ao desenvolvimento de lesões e ou alterações de pele em idosos em cuidados perioperatório.	Estudo descritivo	Principais alterações na pele foram hematoma/ equimose e eritema. Idosos com mais de 71,92 desenvolveram mais lesões comparado aos mais jovens.
<i>Cruz et al.</i>	2020	Construir e validar um instrumento para avaliar, prevenir e tratar xerose cutânea.	Estudo metodológico de validação de conteúdo	Construção do instrumento é válida e confiável, permitindo e otimizando o trabalho dos profissionais.
<i>Cruz et al.</i>	2019	Identificar os cuidados da enfermagem para avaliar, prevenir e tratar a xerose cutânea.	Estudo descritivo e quantitativo	Necessidade de observar a importância da educação permanente com o propósito de otimizar a qualidade dos cuidados e importar-se com a carência de instrumentos e protocolos direcionados aos quadros de ressecamento da pele em pessoas idosas.
<i>Sousa et al.</i>	2019	Prevenir lesões de pele (LP).	Estudo de revisão integrativa	Além da mudança de decúbito de duas em duas horas, é fundamental a hidratação da pele, para evitar lesões.
<i>Gomes et al.</i>	2016	Identificar as melhores intervenções para prevenir lesões por fricção.	Estudo de revisão integrativa	Manter a homeostase cutânea, a alimentação e nutrição, a hidratação, a proteção e evitar acidentes com a pele, através de um ambiente seguro.

Fonte: elaborado a partir dos dados da pesquisa (2024).

4 DISCUSSÃO

A ausência de sintomas como coceira em idosos não implica que os cuidados com a pele possam ser negligenciados, sublinhando a importância do conhecimento especializado dos profissionais de saúde (*Cruz et al.*, 2019). É importante otimizar a avaliação visual para contribuir com diagnósticos mais precisos, utilizando instrumentos e protocolos que auxiliem na obtenção de informações essenciais para cuidados preventivos e na manutenção da qualidade da pele. O conhecimento dos profissionais deve ser continuamente fortalecido em relação aos cuidados com a pele dos idosos, promovendo a saúde nos ambientes institucionalizados. *Sousa et al.* (2019) indicaram que o uso de hidratantes pode ter um impacto positivo significativo nesses contextos. A frequência adequada desses cuidados é crucial para prevenir a desidratação cutânea e o prurido, que podem levar a arranhões e lesões (*Gomes et al.*, 2016).

A pele desidratada em idosos é um problema comum e sério, que pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e na saúde geral. Os resultados descritivos mencionados confirmam essa situação, mostrando que mesmo os idosos autônomos acabam desenvolvendo mudanças na pele

devido à desidratação. A desidratação da pele pode levar a complicações, como o surgimento de lesões graves, que podem se tornar um grande problema para os idosos. Por isso, é essencial que sejam realizadas intervenções eficazes para prevenir e tratar a desidratação da pele (Cruz *et al.*, 2021; Santos *et al.*, 2021).

Entre as intervenções sugeridas, destaca-se a importância da hidratação oral e da pele, que são medidas simples e eficazes para manter a pele saudável e prevenir complicações. Além disso, a educação para o autocuidado é fundamental, pois muitos idosos podem não estar cientes da importância de cuidar da pele adequadamente. O uso de produtos dermatológicos específicos também pode ser uma excelente opção para prevenir e tratar a desidratação da pele em idosos, garantindo assim uma melhoria na qualidade de vida e na saúde da pele. Para manter e recuperar a sua integridade, percebe-se um aumento na utilização de instrumentos e produtos cada vez mais personalizados para suprir os cuidados e prevenir lesões graves, garantindo uma melhor qualidade de vida desses indivíduos (Cruz *et al.*, 2021; Santos *et al.*, 2021).

A orientação dos cuidados e o asseio pessoal com a pele devem abranger tanto os domicílios quanto as instituições, evidenciando o controle e a assiduidade dessa conduta, para obter controle dos casos de desidratação cutânea. Investigar recursos como medidas de rotina e prevenção, evitando desconforto e o comprometimento da qualidade de vida desses indivíduos. (Sousa *et al.*, 2018).

Portanto, é necessário que os profissionais de saúde estejam atentos a essa questão e ofereçam orientações e intervenções adequadas para prevenir e tratar a desidratação da pele em idosos, assegurando assim uma melhor qualidade de vida e bem-estar para essa população (Cruz *et al.*, 2021; Santos *et al.*, 2021). Por fim, percebe-se a necessidade de cursos para cuidados com a pele, já que é clara a urgência na otimização da educação e no conhecimento de profissionais que tenham o propósito de melhorar a qualidade desses cuidados. Outra questão relevante é a escassez de instrumentos e ou protocolos reconhecidos para o processo e manejo da pele desidratada em pessoas idosas (Cruz *et al.*, 2019).

Todos os estudos, em comum reforçam a importância da atenção com a pele, fragilizada e vulnerável durante os manuseios e a necessidade diária de cuidados, uma vez que a prevenção poderá evitar lesões elementares e desconforto nos pacientes. O uso de estratégias planejadas e pontuais permitem uma ação abrangente e segura.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo em vista os aspectos apresentados, as instruções com os cuidados da pele e higiene adequados são determinantes para a integridade da pele da pessoa idosa, percebe-se que a desidratação cutânea vem sendo considerada uma complicação universalizada que prejudica as populações com mais de 60 anos.



Destaca-se o desgaste físico que o envelhecimento da pele apresenta, favorecido pelo trauma mecânico, transformando em um desafio para familiares e profissionais, exigindo maior interesse e empenho de todos. Diante do exposto, é necessário que se pense em políticas educacionais que garantam aos profissionais conhecimento e às pessoas idosas o direito ao tratamento de forma humanizada e eficaz.



REFERÊNCIAS

CRUZ, R. A. de O. *et al.* Cuidados de enfermagem para avaliar, prevenir e tratar a xerose cutânea em pessoas idosas. *Aquichan, Chía*, v. 19, n. 4, p. e1943, ago. 2019. DOI: <https://doi.org/10.5294/aqui.2019.19.4.3>. Disponível em: <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/10491/5329>. Acesso em: 1 nov. 2023.

CRUZ, R. A. de O. *et al.* Validação de instrumento para cuidado da pessoa idosa com xerose cutânea. *Cogitare Enfermagem, Paraíba*, v. 25, p. e67951, 2020. dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.67951. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/67951/pdf>. Acesso em: 1 nov. 2023

CRUZ, R. A. de O. *et al.* Avaliação de medidas de prevenção e tratamento da xerose cutânea em idoso: uma revisão integrativa. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental, João Pessoa*, v. 13, p. 241-248, jan./dez. 2021. DOI: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v13.826>. Disponível em: https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/8261/pdf_1. Acesso em: 1 nov. 2023.

GOMES, B. E. *et al.* Sistematizando o conhecimento acerca da prevenção das lesões do tipo skin tears na pele senil. *Revista Enfermagem Atual in Derme, São Paulo*, v. 77, p. 75-80, abr. 2016. DOI: <https://doi.org/10.31011/reaid-2016-v.77-n.15-art.377>. Disponível em: Acesso em: 30 out. 2023.

SANTOS, W. F. dos *et al.*, A. Lesões de pele em idosos em cuidados perioperatórios. *Revista Científica de Enfermagem, Brasília*, v. 11, n. 35, p. 463-472, set. 2021. DOI: <https://doi.org/10.24276/rrecien2021.11.35.463-472>. Disponível em: <https://www.recien.com.br/index.php/Recien/article/view/475/494> Acesso em: 01 nov. 2023.

SOUSA, J. R. de *et al.* Prevenção de lesão por pressão em pacientes internados na unidade de terapia intensiva: um enfoque nas medidas preventivas. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research, Piauí*, v. 25, n. 2, p. 120-123, fev. 2019. Disponível em: https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103_214004.pdf. Acesso em: 1 nov. 2023.