

A Importância dos centros de convivência e suas contribuições para a autonomia, integração social e promoção da qualidade de vida na terceira Idade.

Milena Hirata, Arquitetura e Urbanismo, Centro Universitário Integrado, Brasil
Isabely Marchese Cruz, Arquitetura e Urbanismo, Centro Universitário Integrado, Brasil

Ericka Alline Bine Razera, Arquitetura e Urbanismo, Centro Universitário Integrado, Brasil

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem se consolidado como uma das principais transformações demográficas contemporâneas, exigindo novas estratégias para atender às demandas da população idosa. O aumento da expectativa de vida e a redução das taxas de natalidade contribuíram para o crescimento significativo desse grupo etário, gerando desafios para os sistemas de saúde, assistência social e planejamento urbano (Scolari et al., 2020). Além disso, mudanças na estrutura familiar e o aumento de doenças crônicas têm reduzido a disponibilidade de cuidadores e comprometido a autonomia e qualidade de vida dos idosos (Derhun et al., 2019).

Nesse contexto, os centros de convivência para idosos surgem como importantes espaços de apoio social e promoção da saúde, oferecendo atividades físicas, culturais e recreativas que favorecem a socialização, o fortalecimento dos vínculos sociais e a manutenção da autonomia. Estudos indicam que idosos participantes desses espaços apresentam melhores índices de qualidade de vida e satisfação quando comparados àqueles institucionalizados, evidenciando a importância dessas iniciativas para o envelhecimento ativo e saudável (Dagios; Vasconcellos; Evangelista, 2015).

Sob a perspectiva da arquitetura e do planejamento urbano, torna-se necessária a criação de ambientes adequados e acessíveis destinados à população idosa, especialmente em municípios que apresentam carência de equipamentos públicos voltados a esse público. Espaços planejados de forma funcional contribuem para a inclusão social, incentivam práticas saudáveis e promovem maior bem-estar e qualidade de vida (Oliveira et al., 2025).

Dessa forma, este estudo delimita-se à análise da importância dos centros de convivência para idosos como espaços de promoção da socialização, saúde e qualidade de vida. A relevância do tema justifica-se pela crescente demanda por serviços voltados ao envelhecimento saudável e pela necessidade de compreender os impactos desses espaços no cotidiano dos idosos. Assim, o presente trabalho

tem como objetivo analisar a importância dos centros de convivência para idosos, destacando suas contribuições para a promoção da autonomia, fortalecimento das relações sociais e melhoria da qualidade de vida.

MÉTODO

O método deste resumo expandido caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica, de abordagem qualitativa e caráter exploratório, desenvolvida a partir da análise de cinco artigos científicos relacionados à importância dos centros de convivência para idosos e suas contribuições para a promoção da autonomia, fortalecimento das relações sociais e melhoria da qualidade de vida. A escolha pela pesquisa bibliográfica permitiu compreender, por meio de estudos já publicados, as principais discussões sobre o envelhecimento ativo e a relevância desses espaços na vida da população idosa.

Foram selecionados artigos que abordam diferentes perspectivas sobre os centros de convivência, incluindo aspectos relacionados à saúde física, bem-estar emocional, suporte familiar, autonomia e inclusão social. Entre os critérios observados nos estudos analisados, destacam-se pesquisas qualitativas com entrevistas individuais e análise de conteúdo, como apresentado por Derhun et al. (2019), que investigaram a percepção de familiares de idosos participantes de um centro de convivência, identificando impactos positivos nas relações familiares e no suporte à Rede de Atenção à Saúde. Da mesma forma, Scolari et al. (2020) analisaram as repercussões da participação dos idosos nesses espaços, evidenciando mudanças nos hábitos de vida e melhorias nos relacionamentos interpessoais.

Também foram considerados estudos de caráter quantitativo e comparativo, como o de Dagios, Vasconcellos e Evangelista (2015), que utilizaram os instrumentos WHOQOL-OLD e WHOQOL-bref para avaliar a qualidade de vida de idosos participantes de centros de convivência e idosos institucionalizados, constatando melhores índices de autonomia, participação social e bem-estar entre os não institucionalizados. De forma semelhante, Farias et al. (2017) utilizaram testes como a Escala de Equilíbrio de Berg, Timed Up and Go e o questionário SF-36 para verificar melhor mobilidade funcional, equilíbrio e qualidade de vida entre idosos participantes de centros de convivência.

Além disso, foi analisado o estudo de Oliveira et al. (2025), que contribui com a perspectiva arquitetônica ao discutir a importância de espaços planejados com acessibilidade, conforto e estímulos à convivência social, reforçando a necessidade de ambientes que favoreçam o envelhecimento saudável.

A partir da leitura, interpretação e comparação entre os autores, foi possível identificar elementos em comum e contribuições relevantes sobre a importância dos centros de convivência para idosos. Dessa forma, a metodologia adotada possibilitou a construção de uma base teórica sólida para compreender como esses espaços influenciam positivamente a qualidade de vida da população idosa e reforçam a necessidade de projetos arquitetônicos voltados ao envelhecimento ativo e à inclusão social.

REVISÃO DE LITERATURA

O envelhecimento populacional tem se tornado uma das principais transformações da sociedade atual, exigindo adaptações nas estruturas urbanas, sociais e arquitetônicas. Com o aumento da expectativa de vida e a redução das taxas de natalidade, cresce a necessidade de espaços que promovam autonomia, bem-estar e qualidade de vida para a população idosa. Nesse contexto, os centros de convivência para idosos se destacam como importantes equipamentos sociais, atuando como locais de socialização, promoção da saúde e fortalecimento das relações sociais.

Segundo Derhun et al. (2019), os centros de convivência desempenham papel fundamental no suporte às famílias e à Rede de Atenção à Saúde, funcionando como alternativa ao cuidado exclusivo familiar e à institucionalização. A participação do idoso nesses espaços reduz a sobrecarga dos familiares, melhora as relações familiares e contribui para a manutenção da independência e autonomia.

Scolari et al. (2020) reforçam que a inserção dos idosos nesses ambientes promove mudanças positivas nos hábitos de vida, melhora dos relacionamentos interpessoais e fortalecimento do sentimento de pertencimento social. Atividades recreativas, culturais e físicas ajudam na autoestima, reduzem o isolamento social e favorecem a saúde mental e emocional.

Dagios, Vasconcellos e Evangelista (2015) compararam idosos participantes de centros de convivência com idosos institucionalizados e verificaram melhores índices de qualidade de vida entre os não institucionalizados, principalmente nos aspectos físicos, psicológicos e sociais. Já Farias et al. (2017) observaram que idosos participantes desses espaços apresentaram melhor equilíbrio, mobilidade funcional e qualidade de vida, demonstrando a importância das atividades físicas e da convivência coletiva.

Na perspectiva arquitetônica, Oliveira et al. (2025) destacam que os centros de convivência devem ser planejados para atender às necessidades físicas, emocionais e cognitivas dos idosos. A arquitetura precisa garantir acessibilidade, segurança, conforto e estímulo à convivência social.

Entre os principais elementos arquitetônicos estão rampas, corrimãos, pisos antiderrapantes, ausência de desníveis e banheiros adaptados, garantindo mobilidade e prevenção de acidentes. A iluminação adequada, boa ventilação e conforto térmico são essenciais para o bem-estar e a permanência no espaço. Áreas verdes, jardins e espaços externos também contribuem para a saúde mental e o contato com a natureza.

Além disso, é importante que o centro possua salas para atividades físicas, oficinas, espaços culturais, áreas de descanso e convivência, com mobiliário confortável e ergonômico. A sinalização interna deve ser clara e acessível, facilitando a orientação dos usuários.

Dessa forma, os centros de convivência para idosos são fundamentais para a promoção do envelhecimento ativo e saudável. Quando aliados a um planejamento arquitetônico acessível e humanizado, tornam-se espaços capazes de fortalecer a autonomia, melhorar a qualidade de vida e promover maior inclusão social da população idosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As considerações finais deste estudo evidenciam que os centros de convivência para idosos desempenham um papel fundamental na promoção do envelhecimento ativo, saudável e com maior qualidade de vida. Esses espaços contribuem significativamente para o fortalecimento da autonomia, da independência funcional e das relações sociais, além de reduzirem o isolamento, a vulnerabilidade emocional e a sobrecarga familiar.

A partir da análise dos artigos estudados, foi possível compreender que a participação dos idosos em atividades físicas, recreativas, culturais e de socialização favorece melhorias na saúde física e mental, no bem-estar emocional e no sentimento de pertencimento social. Além disso, os centros de convivência se apresentam como alternativas importantes ao processo de institucionalização, proporcionando um envelhecimento mais humanizado e integrado à comunidade.

No âmbito da arquitetura, observa-se que o planejamento adequado desses espaços é essencial para potencializar seus benefícios. Ambientes acessíveis, seguros, confortáveis e pensados para atender às necessidades específicas da população idosa tornam-se fundamentais para garantir autonomia, inclusão e permanência ativa desses usuários.

Dessa forma, conclui-se que investir em centros de convivência para idosos, aliados a projetos arquitetônicos humanizados e funcionais, representa uma importante estratégia de valorização da terceira idade e de construção de cidades mais preparadas para o envelhecimento populacional. Esses espaços não apenas promovem saúde e bem-estar, mas também fortalecem a dignidade e a participação social da pessoa idosa.

PALAVRAS-CHAVE: Centros de convivência para idosos. Qualidade de vida. Relações familiares. Bem-estar. Envelhecimento ativo.

AGRADECIMENTOS: Agradecemos à nossa orientadora pela dedicação, orientação e apoio ao longo do desenvolvimento deste trabalho. Sua contribuição foi fundamental para a construção e aprimoramento desta pesquisa, oferecendo direcionamentos importantes, incentivo constante e compartilhando conhecimentos que enriqueceram significativamente este estudo. Sua orientação foi essencial para a realização deste projeto acadêmico.

REFERÊNCIAS

DERHUN, Flávia Maria; SCOLARI, Giovana Aparecida de Souza; CASTRO, Vivian Carla de; SALCI, Maria Aparecida; BALDISSERA, Vanessa Denardi Antoniassi; CARREIRA, Lígia. O centro de convivência para idosos e sua importância no suporte à família e à rede de atenção à saúde. *Escola Anna Nery*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2, 2019.

OLIVEIRA, Júlia Cabral; SOUZA, Melissa Pádua Paulino de; GRANATO, Natália Gonçalves; GANDINI, João Marcelo Danza. Centro de convivência para idosos. *Revista Contemporânea*, v. 5, n. 4, p. 1–18, 2025.

ANDRADE, Aline et al. Centros de convivência para idosos no Brasil: uma revisão narrativa de literatura. *Revista Kairós-Gerontologia*, São Paulo, v. 21, n. 4, p. 273–292, 2018.

SCOLARI, G. A. S. et al. A participação no centro de convivência para idosos: repercussões e desafios. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 5, p. 1–10, 2020.

DAGIOS, P.; VASCONCELLOS, F. A.; EVANGELISTA, R. A. Avaliação da qualidade de vida: comparação entre idosos participantes de centro de convivência e institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 2, p. 321–332, 201

XVI
CONCCEPAR
INTERNACIONAL
2026