

---

# SAÚDE MENTAL DO IDOSO LONGEVO: PROMOÇÃO DA SAÚDE NO ÂMBITO DA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA

DANIELA JÉSSICA BEZERRA SALES<sup>1</sup>

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-8764-0903>

JULIANA JARINA LOURENÇO DA SILVA<sup>2</sup>

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-0173-8191>

GRACIANA DE SOUSA LOPES<sup>3</sup>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3615-9040>

MIRELIA RODRIGUES DE ARAUJO<sup>4</sup>

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6000-6840>

---

## RESUMO

**OBJETIVO:** Analisar os desafios e fatores que impactam a saúde mental de idosos longevos atendidos pela Estratégia Saúde da Família (ESF). De maneira mais precisa, examinar o que afeta saúde mental de idosos principalmente de 80 anos ou mais. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo, com abordagem qualitativa, baseado em revisão de literatura integrativa. A busca foi realizada nas bases BVS e SciELO, utilizando os descritores: “saúde mental”, “idosos”, “longevos” e “Estratégia Saúde da Família”. **RESULTADOS:** Os principais fatores que afetam a saúde mental dos idosos longevos são o isolamento social, doenças crônicas e fragilidade nos vínculos familiares. As ações promovidas pela ESF incluem acompanhamento contínuo, atividades educativas, suporte psicossocial e práticas integrativas, contribuindo para o envelhecimento saudável. **CONCLUSÃO:** A ESF tem papel essencial na promoção da saúde mental de idosos longevos. Reforçar essas ações e garantir o acesso aos cuidados especializados é fundamental para assegurar uma velhice digna e com qualidade de vida.

## ABSTRACT

**OBJECTIVE:** Analyze the challenges and factors that impact the mental health of elderly people served by the Family Health Strategy (ESF). **METHODOLOGY:** Descriptive study, with a qualitative approach, based on a literature review. The search was carried out in the BVS and SciELO databases, using the descriptors: “mental health”, “elderly”, “long-lived” and “Family Health Strategy”. **RESULTS:** The main factors that affect the mental health of older adults are social isolation, chronic diseases and fragile family ties. The actions promoted by the ESF include continuous monitoring, educational activities, psychosocial support and integrative practices, contributing to healthy aging. **CONCLUSION:** The ESF plays an essential role in promoting the mental health of older adults. Reinforcing these actions and ensuring access to specialized care is essential to ensuring a dignified old age with quality of life.

- 
1. Acadêmica de Enfermagem CEUNI-FAMETRO. E-mail: danielasalesenfermagem@gmail.com
  2. Acadêmica de Enfermagem CEUNI-FAMETRO. E-mail: julianadasilvaenfermagem@gmail.com
  3. Mestre em Enfermagem; Docente do CEUNI-FAMETRO. E-mail: gracilopess@hotmail.com
  4. Mestre em Enfermagem; Docente do CEUNI-FAMETRO. E-mail: mirelia.araujo@fametro.edu.br

---

## 1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno global de repercussão multifacetada, com profundas implicações sociais, econômicas, culturais e, sobretudo, sanitárias. No Brasil, esse processo ocorre de forma acelerada e desigual, desafiando a capacidade do sistema de saúde em oferecer cuidados que respondam às necessidades específicas dos idosos, em especial daqueles em fase de longevidade. Estimativas do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) apontam que, até 2050, o número de brasileiros com 80 anos ou mais deve ultrapassar os 11 milhões, refletindo não apenas o aumento da expectativa de vida, mas também a exigência de políticas públicas orientadas para a integralidade do cuidado.

A velhice, tradicionalmente concebida como um período de perdas, tem sido ressignificada à luz do conceito de envelhecimento ativo e saudável. No entanto, esse ideal só pode ser alcançado mediante condições estruturais, acesso universal a serviços de saúde, suporte social e intervenções que considerem as dimensões físicas, emocionais e mentais da pessoa idosa. A saúde mental, nesse contexto, surge como eixo central para a promoção da qualidade de vida na terceira idade. Transtornos mentais como depressão, ansiedade, declínio cognitivo e sofrimento existencial são prevalentes entre os idosos longevos, muitas vezes silenciosos, e, em grande parte, negligenciados nos níveis primários de atenção.

Barros et al. (2023) alertam que “[...] o declínio funcional, somado a vivências estressoras como o luto e o isolamento social, intensifica o risco de adoecimento mental na velhice”. Esses fatores, quando não acompanhados adequadamente, geram impacto direto na autonomia e na dignidade da pessoa idosa. A realidade vivida por muitos idosos no Brasil é marcada por ausência de redes de apoio, vulnerabilidade social, dificuldades de acesso aos serviços de saúde e invisibilidade institucional.

Nesse cenário, destaca-se o papel estratégico da Atenção Primária à Saúde (APS) e, em especial, da Estratégia Saúde da Família (ESF), como porta de entrada preferencial ao Sistema Único de Saúde (SUS) e como espaço privilegiado para a articulação de ações de prevenção, promoção, reabilitação e cuidado longitudinal. Segundo Souza et al. (2022), “[...] a ESF é responsável por operacionalizar ações em

---

grupo, oficinas de memória e atividades educativas que demonstram eficácia na redução de sintomas depressivos e no fortalecimento de vínculos afetivos”.

Diante desse panorama, o presente artigo teve como objetivo analisar os desafios e fatores que tem impacto direto com a saúde mental do idoso longo no âmbito da Estratégia Saúde da Família. Busca-se compreender, também, a relevância dessas práticas para a construção de um envelhecimento digno, humanizado e socialmente sustentado.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Contexto Geral do Envelhecimento**

O envelhecimento é um processo inerente à condição humana, caracterizado por uma sequência de transformações graduais que afetam o organismo em níveis biológico, psicológico, social e cultural. Longe de ser um evento homogêneo, o envelhecer é atravessado por fatores históricos, econômicos e ambientais, que tornam a experiência da velhice profundamente diversa entre os indivíduos. No Brasil, esse fenômeno adquire contornos ainda mais complexos diante da aceleração do envelhecimento populacional e da insuficiência de políticas públicas estruturadas para atender a essa nova configuração demográfica.

A partir de meados do século XX, com os avanços na medicina, nas condições sanitárias e no acesso a tecnologias de cuidado, observou-se um aumento significativo da expectativa de vida da população brasileira. Paralelamente, a redução das taxas de fecundidade e o êxodo rural contribuíram para a redefinição da pirâmide etária nacional, hoje mais próxima de uma estrutura etária envelhecida. Estimativas do IBGE (2022) apontam que, em 2050, aproximadamente 25% da população brasileira terá 60 anos ou mais, o que exige profundas reconfigurações na lógica de organização dos serviços de saúde, educação permanente dos profissionais e nas políticas de inclusão e proteção social.

Em paralelo, surge a figura do idoso longo — indivíduos com 80 anos ou mais — que representa um segmento populacional em franco crescimento e com necessidades ainda pouco compreendidas. Esse grupo, em geral, vivencia múltiplas perdas: funcionais, cognitivas, sociais e afetivas, exigindo estratégias de cuidado que

---

transcendam o modelo biomédico tradicional. Pereira et al. (2024) destacam que o envelhecimento bem-sucedido requer não apenas a manutenção das funções físicas e cognitivas, mas também o fortalecimento da autonomia, do senso de identidade e da participação ativa na vida comunitária.

Entretanto, esse processo não ocorre em um vácuo social. O envelhecimento brasileiro é profundamente marcado pelas desigualdades estruturais. Indivíduos que envelhecem em contextos de pobreza, exclusão educacional e precariedade no acesso aos serviços de saúde enfrentam condições muito mais adversas do que aqueles inseridos em ambientes com maior suporte institucional. Aguiar et al. (2024) alertam que os efeitos dessas desigualdades tendem a se acumular ao longo da vida, potencializando as vulnerabilidades na velhice, sobretudo em situações de crise, como a pandemia da COVID-19, que expôs e agravou as fragilidades das redes de proteção social existentes.

## **2.2 Fatores De Saúde Mental Do Idoso Longevo**

A saúde mental dos idosos longevos é impactada por uma complexa rede de fatores biopsicossociais, que interagem ao longo do tempo e se intensificam na velhice. Entre os fatores mais frequentes estão as perdas funcionais, o declínio cognitivo, a morte de entes queridos, a aposentadoria e a ruptura com atividades laborais ou sociais, o que pode provocar sentimentos de inutilidade, desesperança e solidão. Tais vivências, muitas vezes não acompanhadas por redes de apoio, contribuem para o surgimento de transtornos como depressão e ansiedade, sendo que esses quadros tendem a ser subdiagnosticados e negligenciados em função da idade.

De acordo com Souza Júnior et al. (2022), “[...] a incapacidade funcional está fortemente associada à maior prevalência de sintomas depressivos, especialmente quando acompanhada da perda de autonomia e da exclusão social”. Esse dado reforça a urgência de intervenções que não se limitem à prescrição medicamentosa, mas que ampliem a escuta e a valorização das vivências emocionais e relacionais do idoso. A promoção da saúde mental precisa, portanto, considerar os aspectos subjetivos do envelhecer e as experiências de sofrimento que não são visíveis nos exames clínicos.

---

Outro fator agravante está relacionado ao preconceito etário, o chamado “ageísmo”, que se manifesta em diversas esferas sociais e institucionais, incluindo os serviços de saúde. Cordeiro et al. (2020) alertam que “[...] a atribuição de sintomas depressivos como inerentes à idade dificulta o diagnóstico precoce e a adesão ao tratamento, limitando a efetividade das intervenções”. Esse preconceito pode levar à banalização do sofrimento mental, impedindo o idoso de receber o cuidado necessário, o que reforça ainda mais a invisibilidade da saúde mental na velhice.

Adicionalmente, o suporte social e familiar exerce papel protetivo essencial na saúde mental do idoso longo. Barros et al. (2023) apontam que “[...] a manutenção de redes de apoio e a inserção em atividades coletivas contribuem para a prevenção de quadros de sofrimento emocional e aumentam o senso de pertencimento dos idosos à comunidade”. O convívio social, a participação em grupos e a proximidade com familiares fortalecem o autocuidado, a autoestima e a motivação do idoso para buscar ajuda e manter-se ativo.

A trajetória de vida e as experiências acumuladas ao longo dos anos também moldam a forma como o idoso vivencia sua saúde mental. Aqueles que enfrentaram situações de violência, pobreza extrema, abandono ou negligência tendem a apresentar maior vulnerabilidade emocional na velhice. Assim, o sofrimento psíquico não deve ser entendido como um fenômeno isolado da idade, mas como resultado das condições materiais e simbólicas que atravessam toda a vida. Esse entendimento demanda uma abordagem interseccional que reconheça o papel das desigualdades sociais na configuração do adoecimento psíquico.

Outro ponto relevante refere-se à dificuldade de comunicação dos sintomas emocionais por parte dos idosos. Muitos expressam seu sofrimento por meio de queixas físicas recorrentes ou alterações comportamentais que não são imediatamente identificadas como manifestações psíquicas. Isso reforça a importância de uma escuta qualificada, sensível e contextualizada por parte dos profissionais de saúde, evitando que esses sinais sejam medicalizados ou negligenciados. O cuidado integral deve, portanto, incorporar dimensões afetivas, culturais e subjetivas.

Por fim, é fundamental incluir dimensões muitas vezes ignoradas no debate sobre saúde mental de idosos, como sexualidade, espiritualidade e propósito de vida.

---

Segundo Júnior et al. (2022), “a sexualidade, quando reconhecida e respeitada, tem efeito positivo sobre a qualidade de vida e os indicadores de saúde mental, contribuindo para a construção de um envelhecimento mais pleno”. Da mesma forma, práticas espirituais e religiosas podem oferecer suporte emocional e sentido existencial, funcionando como fatores de resiliência frente às adversidades da longevidade.

## **2.3 A Estratégia Saúde da Família como Dispositivo de Promoção em Saúde Mental**

A Estratégia Saúde da Família (ESF), como principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS), ocupa posição estratégica na promoção da saúde mental do idoso longo. Por seu caráter territorializado, longitudinal e multiprofissional, a ESF permite a construção de vínculos contínuos com os usuários e suas famílias, favorecendo a detecção precoce de alterações emocionais e a implementação de intervenções integradas. Essa proximidade é essencial para a promoção de saúde e prevenção de agravos mentais nessa população.

As ações coletivas em grupo são uma das estratégias que vêm sendo adotadas com êxito nas unidades da ESF. Souza et al. (2022) evidenciam que “[...] oficinas de memória, educação em saúde e rodas de conversa são práticas eficazes desenvolvidas na ESF, pois contribuem para a redução de sintomas depressivos e para o fortalecimento das habilidades cognitivas e emocionais dos idosos”. Esses espaços promovem não apenas o bem-estar psicológico, mas também a socialização, a troca de saberes e o senso de pertencimento, aspectos fundamentais para um envelhecimento saudável.

A consulta de enfermagem tem se mostrado como espaço privilegiado para escuta, acolhimento e planejamento de cuidados personalizados. Alves et al. (2019) afirmam que “[...] a atuação da enfermagem é determinante para a construção de vínculos terapêuticos que favorecem a detecção precoce de alterações no estado emocional dos idosos e o encaminhamento oportuno”. O acompanhamento sistemático realizado por enfermeiros, agentes comunitários e outros membros da equipe de saúde fortalece o cuidado centrado na pessoa e respeita as singularidades da trajetória de vida de cada idoso.

---

A articulação da ESF com o Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF-AB) amplia a capacidade resolutiva da atenção básica, integrando profissionais como psicólogos, terapeutas ocupacionais e assistentes sociais. Machado et al. (2021) demonstram que “ações complementares como a meditação, a acupuntura e o relaxamento apresentaram resultados positivos na redução da ansiedade e do estresse entre idosos institucionalizados, podendo ser adaptadas ao contexto da atenção básica”. Essas práticas integrativas valorizam o cuidado ampliado e humanizado, com foco na subjetividade e no bem-estar global do idoso.

A valorização dos saberes populares e das práticas culturais locais também deve ser incorporada nas estratégias da ESF. Muitas vezes, os idosos longevos têm uma relação profunda com práticas religiosas, benzimentos ou remédios caseiros, que funcionam como dispositivos de cuidado em suas comunidades. Ao reconhecer esses saberes, os profissionais de saúde criam um ambiente de respeito mútuo, fortalecendo o vínculo terapêutico e evitando práticas impositivas ou descontextualizadas. A valorização do contexto sociocultural amplia a efetividade das ações de saúde mental.

Outro aspecto relevante é a busca ativa e o cuidado domiciliar. Muitos idosos que apresentam sinais de sofrimento mental vivem sozinhos, em isolamento ou negligência familiar. A ESF, por meio de suas visitas domiciliares, pode identificar essas situações precocemente e articular redes de apoio intersetoriais. A presença dos profissionais no território permite compreender o idoso em seu ambiente de vida, favorecendo intervenções mais sensíveis e contextualizadas.

Por fim, a formação continuada das equipes da atenção primária é indispensável. Silva et al. (2022) destacam que “[...] a capacitação dos profissionais da APS para lidar com os desafios da saúde mental do idoso é um componente essencial para a qualificação do cuidado e a efetividade das ações”. A sensibilização para as questões gerontológicas e a saúde mental na velhice deve ser parte permanente da política de educação em saúde, com enfoque na escuta qualificada, empatia e abordagem multidimensional.



---

## **2.4 A Ética, Política e Justiça Social no Cuidado à Saúde Mental do Idoso**

O cuidado em saúde mental na velhice não deve se restringir à abordagem clínica e terapêutica convencional. Trata-se de uma prática que demanda compromisso ético com os direitos humanos, justiça social e valorização da vida em todas as suas etapas. Monteiro, Martins e Schoeller (2022) reforçam que “[...] a APS precisa ser repensada à luz das novas necessidades de saúde, sobretudo o envelhecimento populacional e o aumento da longevidade, que demandam práticas mais integradas, acolhedoras e resolutivas”. Isso exige uma mudança de paradigma nas políticas públicas e nos serviços de saúde.

É necessário reconhecer que o sofrimento mental na velhice está fortemente relacionado às desigualdades estruturais que atravessam a vida dos idosos. Fatores como pobreza, baixa escolaridade, racismo, sexismo e exclusão territorial agravam o adoecimento psíquico e dificultam o acesso a cuidados de qualidade. Nesse sentido, o cuidado ético deve considerar os determinantes sociais da saúde e atuar na redução das iniquidades que impactam a saúde mental dos idosos longevos.

O cuidado ético, nesse contexto, não pode ser neutro ou tecnocrático. Ele deve ser pautado pela escuta, empatia, respeito e reconhecimento da história de vida do outro. Cuidar com ética implica ver o idoso como sujeito de direitos e não como objeto de intervenção. Significa promover o cuidado com o outro, e não apenas do outro, conforme destacado por autores que defendem uma abordagem humanizada e centrada na pessoa.

Outro aspecto ético relevante diz respeito ao papel das famílias no cuidado de idosos com sofrimento mental. A sobrecarga de cuidadores informais, muitas vezes mulheres, é um problema negligenciado pelas políticas públicas. A ausência de apoio e reconhecimento institucional pode gerar adoecimento psíquico dos próprios cuidadores, agravando o ciclo de vulnerabilidade. É necessário criar políticas de apoio aos cuidadores, com formação técnica, suporte emocional e benefícios sociais.

Ademais, o idoso deve ter o direito de participar ativamente das decisões sobre seu tratamento e projeto terapêutico. A autonomia, mesmo diante de limitações cognitivas ou físicas, deve ser respeitada e estimulada. A construção de espaços



---

participativos, como os conselhos de saúde, é fundamental para que as políticas públicas reflitam as necessidades reais da população idosa e promovam o exercício pleno da cidadania.

A atuação intersetorial é outro eixo ético e político fundamental. A saúde mental do idoso não pode ser responsabilidade exclusiva do setor saúde. É preciso articular ações com a assistência social, cultura, habitação, educação e justiça, promovendo um cuidado ampliado que respeite a dignidade da pessoa idosa em todos os seus aspectos. Essa abordagem reforça a visão do cuidado como prática de solidariedade e justiça.

Por fim, é urgente fortalecer a participação social dos idosos nas instâncias de controle e formulação de políticas. A escuta ativa de suas demandas, vivências e perspectivas permite que o cuidado seja construído de forma dialógica, plural e respeitosa. O reconhecimento da velhice como etapa legítima da vida humana exige uma sociedade mais justa, inclusiva e atenta à diversidade da experiência de envelhecer.

### **3 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo exploratório descritivo, do tipo Revisão Integrativa da Literatura (RIL), que segundo Severino (2013), é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como livros, artigos, teses etc.

A coleta de dados foi realizada a partir de bases de dados dispostas na internet Bibliotecas Virtuais em Saúde (BVS): Biblioteca Científica Eletrônica Online e (SCIELO) Sistema Online de Busca onde utilizamos termos como “saúde mental”, “idosos”, “longevos” e “Estratégia Saúde da Família”.

#### **Etapas de desenvolvimento da pesquisa.**

---

**Identificação do Problema**

**Elaboração dos Critérios de Inclusão e Exclusão**

**Avaliação das Publicações Seleccionadas**

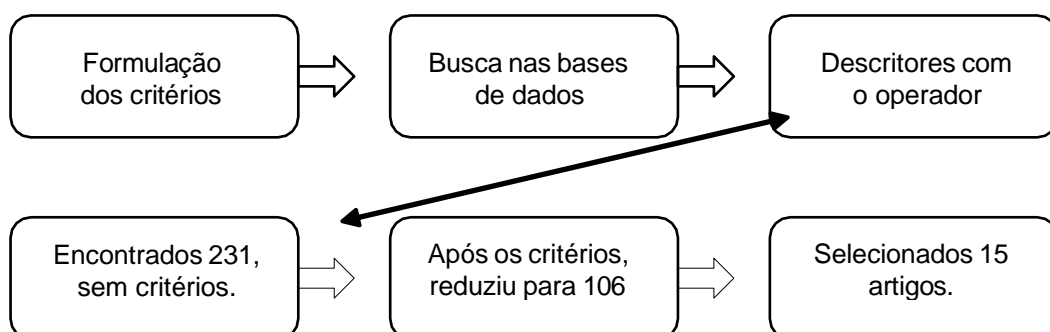
**Leitura e Interpretação dos Estudos**

**Organização e Síntese Completa**

Como critério de inclusão, artigos, teses e dissertações publicados na íntegra nas bases de dados seleccionadas e publicados nos últimos 5 anos. Como critério de exclusão, resumos, textos publicados parcialmente, ou que não disponham de informações completas sobre autor ou pesquisa, assim como artigos indexados em sites não científicos e estudos que não foram publicados.

Para a fase da construção da discussão dos resultados e referencial teórico, realizamos a análise dos artigos seleccionados para, em seguida, compararemos os dados evidenciados após a leitura dos artigos e acrescentarmos ao referencial teórico. Nessa fase, também será possível identificar possíveis lacunas do conhecimento, assim como evidenciarmos pontos essenciais para estudos futuros. Os resultados serão apresentados na conclusão do estudo de forma clara e concisa, buscando responder a problemática do estudo com ênfase nos objetivos propostos.

#### **Fluxograma das etapas de seleção dos artigos para a revisão.**



## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

### Quadro 1:

Artigos selecionados para revisão.

Nº	AUTOR/ANO IDIOMA BASES DE DADOS	TÍTULO	RESULTADOS
1	AGUIAR, A. D.; et al. SciELO Português 2024	Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da COVID-19	Identifica que fatores como redes de apoio e acesso a cuidados psicossociais foram determinantes para a qualidade de vida dos idosos durante a pandemia.
2	ALMEIDA, F. L.; et al. SciELO Português 2024	Vínculo terapêutico e adesão ao cuidado em idosos: um estudo na Estratégia Saúde da Família	O vínculo terapêutico fortalece a adesão ao cuidado, sendo fundamental para a saúde mental dos idosos na ESF.
3	BARROS, E. B. C.; et al. SciELO Português 2023	Associação da autopercepção de sentimentos depressivos e do desempenho cognitivo com a prevalência de depressão em idosos quilombolas	Destaca a alta prevalência de depressão e a necessidade de intervenções direcionadas a essa população para prevenir o agravamento do quadro mental.
4	CORDEIRO, R. C.; et al. SciELO Inglês 2020	Mental health profile of the elderly community: a crosssectional study	A pesquisa mostra que o acompanhamento contínuo e a intervenção precoce podem reduzir os riscos de transtornos mentais em idosos.
5	DENARDI, T. C.; et al. SciELO Inglês 2022	Screening for common mental disorder in elderly residents in the countryside	Conclui que a detecção precoce de transtornos mentais é fundamental para garantir intervenções eficazes, especialmente em áreas rurais.
6	MACHADO, B. D.; et al. Português 2021 BVS	Autocompaixão e ações de promoção à saúde mental como moderadores da ansiedade entre idosos institucionalizados	A autocompaixão tem um papel moderador na redução da ansiedade, sendo uma estratégia útil em ambientes institucionais.
7	MENDES, et al. SciELO Português 2023	Redes de apoio familiar e intergeracionalidade na saúde mental de idosos longevos	Conclui que o suporte familiar e a interação entre gerações desempenham um papel crucial na saúde mental dos idosos longevos, com foco na prática da ESF.
8	MONTEIRO, M. C. D.; et al. SciELO Inglês 2022	Evaluation of the health level of the elderly: patient care team considerations	Destaca a importância de uma abordagem integral e personalizada no cuidado de idosos, com ênfase no apoio psicológico.

9	<b>PEREIRA, C. A.; et al.</b> <b>SciELO</b> <b>Inglês</b> <b>2024</b>	Factors associated with aboveaverage cognitive performance in long-lived older adults	Identifica que a manutenção de atividades cognitivas e a socialização são determinantes para o alto desempenho cognitivo dos idosos longevos.
10	<b>ROCHA, T. A. H.; et al.</b> <b>BVS</b> <b>Português</b> <b>2023</b>	Oficinas terapêuticas como estratégia de promoção da saúde mental na atenção primária	As oficinas terapêuticas são eficazes na redução de sintomas ansiosos e depressivos, além de estimularem a socialização e o fortalecimento cognitivo.
11	<b>SILVA, M.J.F.; et al.</b> <b>BVS</b> <b>Português</b>	A promoção de saúde mental em idosos não-institucionalizados atendidos pelo SUS: gerações do fazer saúde	Conclui que as estratégias de promoção de saúde mental, como o apoio emocional e atividades comunitárias, são eficazes para idosos não institucionalizados.
12	<b>SOUZA, A. P.; et al.</b> <b>SciELO</b> <b>Português</b> <b>2022</b>	Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa	A revisão mostra que intervenções simples e integradas podem promover a saúde mental dos idosos na atenção primária, melhorando sua qualidade de vida.
13	<b>Barros, et al.</b> <b>SciELO</b> <b>Português</b> <b>2023</b>	Comprometimento cognitivo e fatores associados em uma população de idosos	Déficits cognitivos estão ligados a baixo nível educacional e menor interação social.
14	<b>Bueno, A. de A. et al.</b> <b>SciELO</b> <b>Inglês</b> <b>2023</b>	Overview of nursing ethics teaching in Brazilian public higher education institutions	Reforça a necessidade da ética no cuidado ao idoso, principalmente no contexto da saúde mental.
15	<b>Souza Júnior, E. V. et al.</b> <b>SciELO</b> <b>Inglês</b> <b>2023</b>	Is self-esteem associated with the elderly person's quality of life?	Alta autoestima está associada a melhor qualidade de vida e menor ocorrência de sintomas depressivos.
16	<b>Souza Júnior, E. V. et al.</b> <b>SciELO</b> <b>2022</b> <b>Português</b>	Efeitos da sexualidade nos transtornos mentais comuns e qualidade de vida de idosos	Sexualidade ativa está associada à menor prevalência de transtornos mentais.
17	<b>Torres, A. G. et al.</b> <b>BVS</b> <b>Português</b> <b>2024</b>	Sintomas ansiosos e depressivos em idosos assistidos pela ESF em áreas rurais	A ESF é fundamental na detecção precoce e no cuidado em saúde mental no campo.

A análise dos artigos selecionados revelou uma série de insights significativos sobre a saúde mental de idosos longevos, especialmente no contexto da Estratégia Saúde da Família (ESF). A seguir, são apresentados os resultados das pesquisas e a discussão sobre as práticas e intervenções existentes para esse público, com base nas evidências encontradas.

---

Machado et al. (2021) demonstram a eficácia de oficinas terapêuticas como uma ferramenta de promoção da saúde mental em idosos institucionalizados. Tais práticas, que incluem atividades como meditação e exercícios de autocompaixão, contribuem significativamente para a redução da ansiedade e melhoram a qualidade de vida dos idosos. Este achado é corroborado por Silva et al. (2020), que enfatizam a importância da promoção da educação em saúde, em especial nas práticas de autocuidado e prevenção, sendo uma área frequentemente negligenciada nos atendimentos aos idosos não institucionalizados atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

O estudo de Souza et al. (2022) também reforça a relevância de atividades em grupo, como oficinas de memória e alfabetização em saúde, que atuam na redução de sintomas depressivos, estimulando a socialização e prevenindo o isolamento social, fator de risco significativo para a saúde mental de idosos.

Além disso, Souza Júnior et al. (2022) identificaram que a autoestima está positivamente associada à qualidade de vida de idosos, apontando que a autoestima é um fator preditor de saúde mental, especialmente em contextos de envelhecimento. A realização de atividades que favoreçam o fortalecimento da autoestima e a autoimagem pode ser considerada um componente crucial na estratégia de cuidado para idosos longevos. Isso é ainda mais relevante quando se considera que a saúde mental não se limita à ausência de doenças, mas abrange também aspectos como a percepção de bem-estar e satisfação com a vida.

O declínio funcional, comum no envelhecimento, pode restringir a autonomia e a capacidade do indivíduo para realizar atividades diárias, o que, somado à vivência do luto, pode contribuir para o surgimento de sentimentos de solidão, desesperança e baixa autoestima. De acordo com os autores, esses fatores não apenas afetam o bem-estar psicológico do idoso, mas também podem comprometer sua saúde física, agravando condições crônicas pré-existentes ou dificultando o manejo de novas enfermidades.

A pesquisa de Barros et al. (2023) revelou que o comprometimento cognitivo entre os idosos, especialmente em populações com acesso limitado a cuidados de saúde especializados, está frequentemente associado a dificuldades no diagnóstico e tratamento de condições psiquiátricas. Em muitos casos, os sintomas de depressão e

---

ansiedade podem ser subestimados, ou até confundidos com o processo natural de envelhecimento, o que dificulta a implementação de estratégias preventivas eficazes. Cordeiro et al. (2020) apontam que a avaliação da saúde mental dos idosos precisa ser mais assertiva, com o uso de instrumentos adequados para detectar os sinais iniciais de transtornos, além de estratégias de acompanhamento contínuo. A literatura mostra que muitas intervenções na ESF ainda carecem de um olhar mais atento e especializado para esses sintomas, o que impede uma intervenção precoce.

Outro ponto levantado por Torres et al. (2024) é a necessidade de adaptação das políticas públicas para incluir a saúde mental dos idosos em todas as fases do atendimento, desde o diagnóstico até o acompanhamento contínuo, com a atuação de equipes interdisciplinares. Isso é particularmente necessário em áreas rurais ou periféricas, onde os serviços de saúde ainda são limitados e as condições de acesso são mais precárias. A ESF, como apontado por Rocha et al. (2023), tem um papel crucial nesse processo, pois pode ser um ponto de contato contínuo e de baixo custo para a implementação de ações preventivas.

A revisão de Souza Júnior et al. (2022) destaca que os profissionais de saúde, especialmente os da ESF, precisam ser mais capacitados para lidar com as especificidades da saúde mental do idoso, com ênfase em questões como a intergeracionalidade e o fortalecimento das redes de apoio familiar. Isso reflete a proposta de Mendes e Carvalho (2023), que enfatizam o papel das redes familiares e intergeracionais no cuidado à saúde mental de idosos longevos, sugerindo que ações de integração familiar e comunitária podem melhorar os resultados do cuidado.

Os achados das pesquisas reforçam a necessidade de uma abordagem integral, que não apenas trate os sintomas da saúde mental dos idosos, mas também busque prevenir o agravamento dessas condições. Para as questões emocionais e psicossociais envolvidas no envelhecimento. Por fim, os estudos analisados apontam para a necessidade de políticas públicas mais assertivas, que integrem as necessidades de saúde mental dos idosos com a lógica da Atenção Primária à Saúde.

É fundamental que a promoção da saúde mental do idoso não seja tratada como um aspecto isolado, mas que seja incorporada como parte do cuidado integral oferecido nas unidades da ESF. A experiência de países com modelos exitosos de

---

atenção à saúde mental do idoso, como o modelo de saúde comunitária, poderia ser incorporada à realidade brasileira para expandir e qualificar os cuidados oferecidos a essa população.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa destacou que a prevalência de transtornos mentais, como depressão e ansiedade, é um problema significativo entre os idosos, especialmente em áreas vulneráveis e rurais, onde o acesso a serviços especializados é limitado. Além disso, foi salientado que o processo de envelhecimento envolve não apenas questões fisiológicas, mas também psicológicas e sociais, o que exige uma abordagem integrada e multidisciplinar.

Este estudo encontrou como limitação escassez de estudos centrados nos longevos que dificultam a compreensão de aspectos específicos relacionados à manifestação, diagnóstico e manejo de sintomas ansiosos e depressivos nesse grupo etário. Além disso, a falta de dados robustos limita a formulação de políticas públicas e estratégias de cuidado direcionadas a essa população em crescimento.

As ações preventivas e as estratégias terapêuticas, como oficinas de saúde mental e a promoção de um vínculo terapêutico forte entre os profissionais da ESF e os idosos, mostraram-se eficazes na redução dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida dessa população. Além disso, observou-se a necessidade urgente de capacitação dos profissionais da saúde para lidar de forma mais eficiente com as demandas emocionais e psicológicas dos idosos.

Apesar de suas contribuições, este estudo também abre novas questões a serem exploradas em futuras pesquisas, como a relação entre características culturais das comunidades e as práticas de saúde mental, além da necessidade de estudos longitudinais para acompanhar a evolução da saúde mental dos idosos ao longo do tempo. O uso de novas tecnologias, como a telemedicina, também se apresenta como uma área promissora para melhorar o acesso aos cuidados em regiões mais distantes.

Em resumo, este estudo confirma a importância de uma abordagem holística e inclusiva para a saúde mental dos idosos longevos, destacando o papel fundamental



---

da Estratégia Saúde da Família, das políticas públicas de saúde e das práticas intergeracionais no enfrentamento dos desafios do envelhecimento. O fortalecimento contínuo da saúde mental, aliado a uma formação adequada dos profissionais, é essencial para garantir um envelhecimento saudável, com qualidade de vida e bem-estar para os idosos.

## 6 REFERÊNCIAS

AGUIAR, A. D.; et al.. Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da covid-19: fatores associados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 27, p. e230287, 2024.

ALMEIDA, F. L. et al. Vínculo terapêutico e adesão ao cuidado em idosos: um estudo na Estratégia Saúde da Família. *\*Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia\**, v. 27, p. e230221, 2024.

BARROS, E. B. C. et al.. Associação da autopercepção de sentimentos depressivos e do desempenho cognitivo com a prevalência de depressão em idosos quilombolas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 26, p. e230076, 2023.

BARROS, E. M. M. A. H.; et al.. Comprometimento cognitivo e fatores associados em uma população de idosos. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 31, n. 4, p. e31040493, 2023.

BUENO, A. DE A. et al.. Overview of nursing ethics teaching in Brazilian public higher education institutions. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 76, p. e20220808, 2023.

CORDEIRO, R. C. et al.. Mental health profile of the elderly community: a crosssectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 1, p. e20180191, 2020.

DENARDI, T. C. et al.. Screening for common mental disorder in elderly residents in the countryside: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, p. e20210875, 2022.

MACHADO, B.D; et al. Autocompaixão e ações de promoção à saúde mental como moderadores da ansiedade entre idosos institucionalizados. *Rev. Eletr. Enferm.*, 2021; 23:63826.

---

MENDES, A. M.; CARVALHO, M. M. Redes de apoio familiar e intergeracionalidade na saúde mental de idosos longevos. \*Ciência & Saúde Coletiva\*, v. 28, n. 6, p. 1933-1941, 2023.

MONTEIRO, M. C. D.; MARTINS, M. M. F. P. DA S.; SCHOELLER, S. D.. Evaluation of the health level of the elderly: patient care team considerations. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 75, n. 1, p. e20201277, 2022.

PEREIRA, C. A.; et al.. Factors associated with above-average cognitive performance in long-lived older adults. Estudos de Psicologia (Campinas), v. 41, p. e210207, 2024.

ROCHA, T. A. H. et al. Oficinas terapêuticas como estratégia de promoção da saúde mental na atenção primária. \*Revista de Saúde Pública\*, v. 57, p. 112-118, 2023.

SILVA, M.J.F.; et al. A promoção de saúde mental em idosos não-institucionalizados atendidos pelo SUS: gerações do fazer saúde. Extensio: R. Eletr. de Extensão, ISSN 1807-0221 Florianópolis, v. 17, n. 36, p. 159-166, 2020.

SOUZA JÚNIOR, E. V.; et al.. Efeitos da sexualidade nos transtornos mentais comuns e na qualidade de vida de pessoas idosas. Cogitare Enfermagem, v. 27, p. e83253, 2022.

SOUZA JÚNIOR, E. V.; et al.. Is self-esteem associated with the elderly person's quality of life?. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 75, p. e20210388, 2022.

SOUZA, A. P.; et al.. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, n. 5, p. 1741–1752, maio 2022.

TORRES, A. G.; et al. Sintomas ansiosos e depressivos em pessoas idosas assistidas pela Estratégia Saúde da Família em áreas rurais de Campo Grande/MS. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 27, p. e240028, 2024