

ACÇÕES DE ENFERMAGEM PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO PROCESSO DE SENESCÊNCIA: REVISÃO INTEGRATIVA

NURSING ACTIONS TO PROMOTE MENTAL HEALTH IN THE SENESCENCE PROCESS: INTEGRATIVE REVIEW

**Karla Yhanne Fonseca Frazão¹, Larissa Fernanda Menezes dos Santos²,
Ingrid de Campos Albuquerque³, Larissa Di Leo Nogueira Costa⁴,
Thaysa Gois Trinta Abreu⁵ e Vanessa Moreira da Silva Soeiro⁶**

RESUMO

Introdução: No Brasil, o termo “idoso” se aplica a pessoas com 60 anos ou mais devido ao aumento da expectativa de vida, o que tem levado a um aumento dessa população no país. A atenção à saúde mental dos idosos é crucial para melhorar sua qualidade de vida. Apesar de associações negativas com a velhice, como finitude e inatividade, os idosos buscam participar ativamente em diferentes áreas e reafirmar seus direitos na sociedade. **Objetivo:** Analisar, à luz da literatura, evidências quanto às ações de enfermagem para o cuidado e manutenção da saúde mental de idosos durante o processo de senescência. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura com artigos publicados no período de 2014-2023, selecionados por acesso online utilizando as bases de dados: SciELO, LILACS e BDeinf. **Resultados:** Sete artigos selecionados enfatizaram a importância da interação social para idosos, permitindo que compartilhem suas experiências e se sintam valorizados na resolução de desafios diários. Além disso, destacaram a prática de atividades físicas e a realização de tarefas cotidianas como essenciais para a manutenção da saúde mental durante o envelhecimento. **Conclusão:** O enfermeiro desempenha um papel central no avanço dessas iniciativas, especialmente na atenção primária à saúde, sendo encarregado de facilitar momentos de interação e escuta com os idosos, orientar tanto o idoso quanto a família sobre a autonomia do indivíduo em suas atividades diárias e fomentar o bem-estar na terceira idade.

Palavras-chave: *Idoso; Saúde Mental; Enfermagem; Promoção da Saúde.*

ABSTRACT

Introduction: In Brazil, the term “elderly” applies to people aged 60 or over due to the increase in life expectancy, which has led to an increase in this population in the country. Attention to the mental health of the elderly is crucial to improving their quality of life. Despite negative associations with old age, such as finitude and inactivity, elderly people seek to actively participate in different areas and reaffirm their rights in

1 Discente do Curso de Enfermagem. Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: karla.yhanne@discente.ufma.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-1070-0215>

2 Discente do Curso de Enfermagem. Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: larissa.fms@discente.ufma.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-6870-6882>

3 Doutora em Saúde Coletiva. Universidade Federal do Maranhão, Coordenação do Curso de Enfermagem, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: ingrid.albuquerque@ufma.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4424-714X>

4 Doutora em Ciências da Saúde. Universidade Federal do Maranhão, Coordenação do Curso de Enfermagem, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: noqueira.larissa@ufma.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3206-612X>

5 Graduada em Enfermagem. Universidade Federal do Maranhão, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: thaysa.gois@discente.ufma.br. ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-3426-4584>

6 Doutora em Saúde Coletiva. Universidade Federal do Maranhão, Coordenação do Curso de Enfermagem, Pinheiro - MA - Brasil. E-mail: moreira.vanessa@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4299-1637>

society. Objective: To analyze, in light of the literature, evidence regarding nursing actions for the care and maintenance of the mental health of elderly people during the senescence process. Methodology: This is an integrative literature review with articles published in the period 2014-2023, selected through online access using the databases: SciELO, LILACS and BDEnf. Results: Seven selected articles emphasized the importance of social interaction for elderly people, allowing them to share their experiences and feel valued in solving daily challenges. Furthermore, they highlighted the practice of physical activities and carrying out daily tasks as essential for maintaining mental health during aging. Conclusion: The nurse plays a central role in the advancement of these initiatives, especially in primary health care, being responsible for facilitating moments of interaction and listening with the elderly, guiding both the elderly and the family about the individual's autonomy in their daily activities and promote well-being in old age.

Keywords: *Elderly; Mental health; Nursing; Health promotion.*

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural ao ser humano, contudo, é necessário haver cuidados com a pessoa idosa visando melhorar sua qualidade de vida, por esse motivo é de suma importância que se cuide da saúde mental da pessoa idosa (OLIVEIRA *et al.*, 2022). Entretanto quando se fala em velhice, não raro relaciona-se o termo à finitude, incapacidade e inutilidade do indivíduo, sendo visto como um “problema” social, o que induz a uma visão negativa do processo de envelhecer, o que impacta na autopercepção e na saúde mental do idoso (JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2019).

Estima-se que até o ano de 2050 haverá dois bilhões de pessoas idosas no mundo, isso demonstra a necessidades de cuidados e cuidadores voltados a essa população. Durante esse processo ocorrem mudanças morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas com o aparecimento de diversas doenças. As alterações mais comuns entre os idosos são as neuropsiquiátricas, destacando-se a depressão, que constitui uma síndrome psiquiátrica multifatorial, com sintomas psicológicos, comportamentais e físicos. Pode-se afirmar que essa patologia é uma alteração emocional que eleva o índice de morbidade e mortalidade entre a população idosa (TREVISAN, 2016).

A qualidade de vida da população idosa está ligada a elementos que envolvem não apenas aspectos físicos, mas psicológicos e sociais. O bem-estar físico e mental, a inserção social, bem como a produtividade e uma boa estruturação familiar, cooperam fortemente para um envelhecimento saudável (MENEZES, 2018).

Na Atenção Primária à Saúde (APS), o profissional sob a égide da integralidade e longitudinalidade, o profissional está mais próximo do paciente, o que permite diagnosticar riscos e patologias em potencial, bem como atuar na promoção da saúde. Por isso, a participação do enfermeiro no processo de cuidado à pessoa idosa é essencial, especialmente, no tange ao resgate da independência, autonomia e autoestima do idoso, assim como às suas relações familiares e ao direito à cidadania (TREVISAN, 2016).

A promoção da saúde mental é um grande desafio em todos os cenários da saúde, e muitos profissionais ao se depararem com situações que requerem procedimentos voltados para essa área

acabam buscando informações na literatura. Entretanto, ainda há um acervo reduzido de informações e estratégias para a manutenção da saúde mental em todas as fases de vida do ser humano, principalmente na terceira idade, isso destaca a importância de incentivar estudos nesta área de uma vez que todos, independentemente da idade, caminham para um mesmo fim, o envelhecimento e a senescência (GOMES; XAVIER; SEQUEIRA, 2019).

Percebe-se que o sistema de saúde é alimentado pela força de trabalho da enfermagem em todos os âmbitos, desde o atendimento básico ao mais avançado, e que suas ações podem impactar significativamente na saúde da população idosa. Portanto, objetivou-se analisar, à luz da literatura, evidências quanto às ações de enfermagem para o cuidado e manutenção da saúde mental de idosos durante o processo de senescência.

METODOLOGIA

Revisão integrativa da literatura, com o objetivo de conhecer as ações de enfermagem que podem ser desenvolvidas com vistas à promoção da saúde mental da pessoa idosa no processo de senescência com base na literatura nacional. Foram realizadas as seguintes etapas: identificação do tema e seleção da questão norteadora; busca na literatura por meio da delimitação de descritores em saúde; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de artigos a serem selecionados; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; avaliação dos estudos incluídos na revisão; interpretação dos resultados; apresentação da revisão integrativa (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Previamente foi escolhido o tema “Ações de enfermagem para a promoção da saúde mental do idoso no processo de senescência”, seguindo a pergunta norteadora “Quais ações de enfermagem podem ser desenvolvidas com vistas à promoção da saúde mental da pessoa idosa no processo de senescência?”. Para estabelecer os termos chave foi utilizado uma estratégia voltada para pesquisa não clínica, denominada pelo acrônimo PICo (Paciente, Interesse e Contexto). Onde foram definidos como Paciente/População (P): Idosos; Interesse (I): Assistência de enfermagem na promoção da saúde mental do idoso e Contexto (Co): Processo de envelhecimento (senescência).

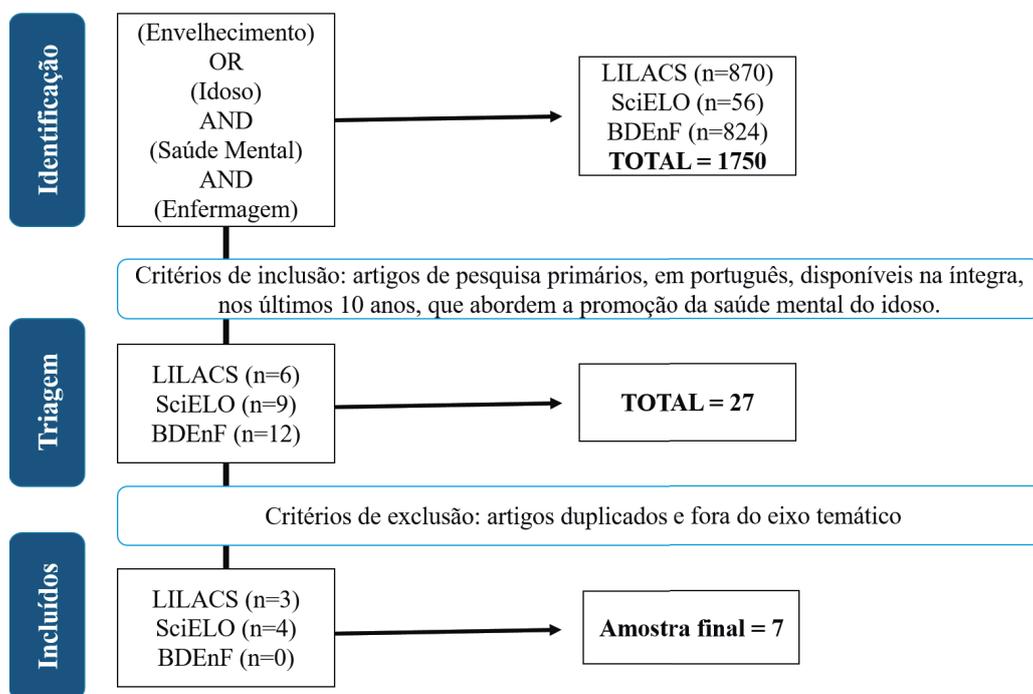
Em seguida, foram selecionados os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e Medical Subject Headings (MeSH): “Envelhecimento”, “Idoso”, “Enfermagem”, “Saúde Mental”. Após a definição dos descritores, as pesquisas foram realizadas com o uso dos operadores booleanos “OR” (entre os dois primeiros descritores) e “AND”. O levantamento dos artigos foi realizado entre abril e maio de 2024. Os artigos foram selecionados por meio de busca nas bases de dados virtuais: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Base de Dados em Enfermagem (BDEnf).

Os critérios de inclusão foram: artigo de pesquisa primário, estudos que apresentem ações desenvolvidas no contexto nacional (Brasil), por profissionais de enfermagem para promoção da saúde

mental do idoso; publicado no idioma português, referentes aos últimos dez anos (2014-2023), disponíveis em acesso aberto, na íntegra. Foram excluídos os artigos duplicados nas bases de dados.

A seleção foi feita de maneira minuciosa, utilizando o guia dos Principais Itens para Relatar Revisões Sistemáticas e Meta-análises (PRISMA). Dessa forma, no presente estudo, foram encontrados 1.750 artigos nas bases de dados relacionados ao tema. Logo após a aplicação dos devidos filtros, o dado amostral foi reduzido para 27 artigos e seguiu-se das seguintes etapas: 1. Leitura dos títulos dos artigos encontrados na busca; 2. Leitura dos resumos dos artigos selecionados pelo título, a fim de verificar se eram compatíveis com o objetivo do estudo; 3. Leitura crítica e completa dos artigos que preenchem os critérios de inclusão; 4. Seleção dos pontos importantes encontrados nos artigos. Ao final da pesquisa, o número de artigos foi reduzindo para 7 no total. O fluxograma com as etapas da seleção do estudo está descrito na Figura 2.

Figura 1 - Fluxograma de apresentação dos estudos selecionados.



Fonte: Construção dos autores

RESULTADOS

A revisão resultou na seleção de sete estudos. Para melhor apresentação dos resultados, foram extraídas informações sobre autores, ano de publicação, revista, tipo de estudo, objetivo, principais resultados e conclusões. Destes, a tipologia de estudo mais frequente foi a qualitativa (Quadro 1).

Quadro 1 - Síntese dos artigos utilizados por autor, revista/ano, tipo de estudo e objetivo.

nº	Artigo	Autor/ Ano	Revista	Tipo de estudo	Objetivo
1	Uso do tempo livre através de recursos expressivos: contribuição para um grupo de idosos institucionalizados	Balla; Scortegagna, 2014	Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento	Pesquisa qualitativa do tipo exploratória-descritiva	Avaliar a contribuição do uso de recursos expressivos no tempo livre para mudanças no modo de ser e estar dos idosos residentes em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos
2	Contação de história: tecnologia cuidativa na educação permanente para o envelhecimento ativo	Costa <i>et al.</i> , 2016	Revista Brasileira de Enfermagem	Pesquisa Convergente Assistencial (PCA)	Avaliar pertinência e efetividade da tecnologia cuidativo-educacional
3	Saúde Mental do Idoso na Atenção Primária: Uma Análise das Percepções de Profissionais de Saúde	Garcia; Moreira; Oliveira, 2017	Revista Kairós - Gerontologia	Estudo qualitativo, de caráter exploratório-descritivo	Analisar as práticas de cuidado em Saúde Mental do idoso no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), a partir das percepções de profissionais da Estratégia Saúde da Família (ESF)
4	Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo	Previato <i>et al.</i> , 2019	Revista de Pesquisa: Cuidado é fundamental	Estudo qualitativo, exploratório-descritivo	Analisar as contribuições do grupo de convivência de idosos para o envelhecimento ativo na perspectiva de seus participantes
5	Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família	Evangelista <i>et al.</i> , 2019	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Estudo transversal, exploratório, descritivo, quantitativo	Avaliar o conhecimento e as atitudes dos enfermeiros da Estratégia Saúde da Família em relação à sexualidade na velhice
6	Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular	Pelazza <i>et al.</i> , 2019	Rev. Soc. Cardiol. Estado de São Paulo	Abordagem quanti-qualitativa	Promoção da saúde mental e cardiovascular por meio da realização de atividades físicas e jogos recreativos
7	A importância de um programa de formação sobre envelhecimento ativo na perspectiva dos idosos	Reis <i>et al.</i> , 2021	Revista Brasileira de Enfermagem	Pesquisa qualitativa	Avaliar os resultados de um programa formativo focado no bem-estar do idoso na perspectiva dos utilizadores

Fonte: Construção dos autores.

Os artigos evidenciaram os benefícios de promover bem-estar e autonomia aos idosos através de diversas estratégias que permeiam a vida dos idosos em todos os âmbitos, a fim de manter a autonomia e promover a inclusão dos mesmos em atividades cotidianas. Ademais, destaca a carência e a inaptidão dos profissionais e do próprio sistema de saúde que persistem em tratar a saúde do idoso de forma meramente ambulatorial e farmacológica (Quadro 2).

Quadro 2 - Síntese dos artigos utilizados por resultados e conclusões.

nº	Principais resultados	Conclusão
1	O estudo mostra que os idosos demonstraram maior interesse em atividades que lhe eram familiares e/ou que já haviam experimentado e maior adesão a atividades lúdicas em comparação a atividades manuais. Essas atividades contribuem para uma melhora significativa no cotidiano e na qualidade de vida dos mesmos.	O uso das atividades lúdicas trazem benefícios no que se refere ao modo de ser e estar dos idosos residentes, refletindo na sua melhoria da qualidade de vida. Esta prática se revelou como uma estratégia importante de cuidado, que deveria ser estimulada de forma regular e continuada.
2	Histórias populares contadas provocaram reações das quais emergiram as categorias: Solidariedade; Respeito ao outro; Imaginação, sonhos, esperança e Cultura do imaginário amazônica. Tal prática resultou positiva, com mudança na qualidade de vida das idosas, no domínio psicológico.	A “contação de histórias” revelou-se uma tecnologia inovadora, recurso pertinente e efetivo à educação em saúde, especialmente para o envelhecimento ativo.
3	A atenção à Saúde Mental do idoso na APS configura-se por práticas de cuidados ambulatoriais e pela presença de uma transição conceitual na visão acerca do processo de envelhecimento e Saúde Mental.	Constatou-se a necessidade de estratégias que tencionem o trabalho com foco na integralidade do cuidado e promoção da saúde.
4	Emergiram três categorias temáticas: “Grupo de convivência como oportunidade de lazer socializante para idosos”; “Grupo de Convivência como espaço de aprendizagem para os idosos”; “A importância do Grupo de Convivência no processo de promoção da saúde e envelhecimento ativo dos idosos”.	A percepção dos idosos frente a participação no grupo de convivência remeteu a momentos de lazer, socialização, aprendizado e melhora da saúde física e mental, contribuindo para ampliar a qualidade de vida enquanto envelhecimento ativo
5	Os participantes que declararam receber permanentemente educação em saúde e a realização de educação em saúde sobre sexualidade apresentaram um aumento significativo conhecimento favorável.	Os enfermeiros têm conhecimento adequado sobre sexualidade na velhice, mas ainda presente em atitudes conservadoras. Investir em processos de educação permanente em saúde pode melhorar o conhecimento e prática do enfermeiro.
6	O estudo destaca que houve mudanças discretas, porém positivas, na redução da pressão arterial sistólica, pressão de pulso e perda de peso e, além disso, notou-se, por meio das entrevistas, que os participantes tinham notável consciência da necessidade de maiores cuidados com a própria saúde.	As atividades lúdicas aliadas à atividade física mostram-se efetivas para o envelhecimento saudável, com melhora da qualidade de vida, participação social, saúde mental e cardiovascular, ressaltando a importância de ações interprofissionais para a promoção da saúde.
7	Da análise emergiram três classes, às quais estão associadas as palavras significativas: <u>Saúde-Atividade</u> (a palavra saúde estava associada ao movimento, sentido de solicitar condições para a ação); <u>Atividade-Expectativa</u> (assumiam um sentido positivo pela oportunidade de participar nas atividades); <u>Unidade Mente-Corpo</u> (composta por entidades que interagem reciprocamente, atuando em um equilíbrio dinâmico). Destaca-se a classe Atividade-Expectativa.	A pesquisa revelou que os idosos consideraram ser importante ter expectativa, que se concretiza na satisfação e envolvimento com a vida, bem como a capacidade de se manterem ativos em uma perspectiva da unidade mente corpo. Os projetos futuros devem focar na estimulação das funções mentais e físicas, para promoverem envelhecimento ativo e saudável.

Fonte: Construção dos autores.

DISCUSSÃO

Como forma de melhor compreensão, optou-se por discutir os resultados em categorias temáticas, sendo elas: “As ações de enfermagem voltadas para o cuidado da saúde mental do idoso no processo de senescência”, “O papel do enfermeiro no cuidado e prevenção de doenças mentais, relacionadas a aceitação do envelhecimento” e “Os desafios para a promoção de saúde mental na terceira idade”.

AÇÕES DE ENFERMAGEM VOLTADAS PARA O CUIDADO DA SAÚDE MENTAL DO IDOSO NO PROCESSO DE SENESCÊNCIA.

O estudo de Costa *et al.* (2016), destacou o exercício da memória e do autoconhecimento, como ferramenta para ressignificar o processo do envelhecimento, pois oportunizou diálogos estimulantes em interação social e compartilhamento de saberes, além de proporcionar convivência em grupo de ajuda mútua. Esses achados corroboram com a literatura, que destacam a importância das atividades de lazer e convívio social como meios para melhorar a autonomia e envelhecimento ativo. (PREVIATO *et al.*, 2019).

Estudos mais antigos, convergem com os achados desta pesquisa. Ao destacar a terapia comunitária como espaço de partilha e promoção da saúde mental do idoso. ANDRADE (2010) infere que a partilha de vida desses idosos vem auxiliando na redução do sofrimento emocional e, por sua vez, concorre para recuperação de vínculos familiares e sociais, objetivando a formação de redes de apoio solidário.

O uso de atividades lúdicas, além de preencher o tempo livre dos idosos de forma prazerosa, também contribui beneficentemente para oportunizar a livre expressão como um recurso terapêutico para o seu bem-estar e a melhoria da qualidade de vida (BALLA; SCORTEGAGNA, 2014).

Pelazza *et al.* (2019), destacou ainda que as atividades físicas e envolvimento da unidade mente-corpo proporcionam melhoras discretas nos idosos nos campos afetivos, inter-relacionais, psicomotores e nos parâmetros vitais. Por outro lado, Reis *et al.* (2021) diz que o impacto da atividade física, por si só, não tem reflexo direto na qualidade de vida dos idosos, mas tem na auto percepção da saúde e da forma negativa como a influência. Ambos os estudos demonstram que a atividade física deve ir além do simples movimento do corpo, mas destaca uma visão social dessas atividades, que por sua vez impacta na inclusão e eleva a autoestima proporcionando assim, a sensação de prazer e promoção do envelhecimento ativo.

Outros achados, concordam com Reis *et al.* (2021), ao destacar que as crenças de que a saúde física é o principal determinante da qualidade de vida de adultos mais velhos, percepção tradicional do modelo biomédico, podem limitar o potencial de ações desenvolvidas para essa população (LEANDRO-FRANÇA; GIARDINI MURTA, 2014)

Outros autores também ressaltam a importância de promover e incentivar atividades naturais do indivíduo, que muitas vezes são excluídas da vida do idoso, como a prática sexual. Segundo alguns autores, o sexo em qualquer idade contribui para elevar a autoestima e autonomia (EVANGELISTA *et al.*, 2019). Convergindo a isso, estudo sobre educação permanente na terceira idade (2013), diz a consolidação dos direitos dos idosos só será possível se os incluirmos na sociedade como igual, evitando os julgamentos de incapacidade associados ao envelhecimento, permitir e estimular o idoso na manutenção da capacidade funcional é imprescindível para a prevenção do adoecimento mental nesta fase.

As ações de saúde mental do idoso devem priorizar a especificidade desse público em uma perspectiva integral, que vão além das terapias medicamentosas e suporte clínico-assistencial. Requer intervenções holísticas e integrativas, acompanhamento psicológico, apoio sócio assistencial e orientação ao familiar/cuidador do idoso (GARCIA; MOREIRA; OLIVEIRA, 2017).

O PAPEL DO ENFERMEIRO NO CUIDADO E PREVENÇÃO DE DOENÇAS MENTAIS, RELACIONADAS A ACEITAÇÃO DO ENVELHECIMENTO.

A atenção primária em saúde (APS) obteve destaque nos estudos como cenário principal para a realização de ações voltadas para promoção e prevenção do adoecimento mental na terceira idade, com a figura do profissional de enfermagem desempenhando um papel crucial na prevenção do adoecimento mental em idosos, uma vez que essa população está suscetível a uma série de fatores de risco que podem contribuir para o sofrimento psíquico. Reis *et al.* (2021), em consonância com Pelazza *et al.* (2019), destacam que é papel do enfermeiro fornecer informações sobre a importância da saúde mental, sinais de alerta de problemas mentais e estratégias de autocuidado aos idosos e seus familiares. Além da identificação precoce, através de avaliações regulares, os enfermeiros podem identificar oportunamente sinais de problemas de saúde mental nos idosos, possibilitando intervenções precoces e adequadas.

É pacífico o entendimento sobre a importância do acolhimento e da escuta ativa como intervenções essenciais na prática enfermagem, uma vez que é fundamental que o enfermeiro esteja capacitado para receber o paciente de maneira empática, fornecendo-lhe uma escuta ativa para compreender suas queixas, medos e necessidades. Oferecer um suporte emocional e psicossocial aos idosos pode contribuir para a prevenção de problemas de saúde mental, proporcionando um espaço para expressão de sentimentos e preocupações (ALBUQUERQUE; DOS REIS, 2020).

A orientação e o aconselhamento são atividades intrínsecas à atuação do enfermeiro, realizadas com o objetivo de fornecer informações, esclarecer dúvidas e orientar os pacientes sobre as melhores práticas a serem adotadas. Essa intervenção pode ser realizada tanto individualmente quanto em grupo, e deve ser adaptada às necessidades específicas de cada paciente (GARCIA; MOREIRA; OLIVEIRA, 2017).

Incentivar a participação em atividades sociais e de lazer pode ajudar a manter o bem-estar mental dos idosos, prevenindo o isolamento social e a depressão. Segundo Costa *et al.* (2016), criar ambientes amistosos para a terceira idade, estimulando a solidariedade entre gerações é fundamental para inclusão e estímulo desse público. Outros autores destacam que o enfermeiro deve promover atividade de interação e estimular as funções mentais e físicas afim de atender às idiossincrasias da população idosa, de modo a contribuir para um envelhecimento ativo e saudável (PREVIATO *et al.*, 2019).

DESAFIOS PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL NA TERCEIRA IDADE

Os estudos demonstram que o maior desafio é centrado na ausência de conhecimento e disposição dos profissionais para prevenir o adoecimento mental no processo de senescência. Segundo Garcia, Moreira e Oliveira (2017), os cuidados com idosos são parte de um processo de cuidado baseado no binômio ambulatório-medicação, sobretudo quando se analisa a saúde da pessoa idosa e suas especificidades, de iatrogenia, polifarmácia e medicalização da vida. Esses fatores influenciam negativamente na qualidade de vida da pessoa idosa, sendo necessário um olhar mais abrangente a necessidade dessa população, a fim de minimizar os impactos causados por esse sistema de atendimento.

De modo semelhante, Evangelista *et al.* (2019) evidenciam que a assistência do enfermeiro ao idoso restringe-se à realização de atividades voltadas às medicações de rotina, vacinação e situação de risco/violência, e demonstram a necessidade de refletir que os processos formativos dos enfermeiros precisam aliar teoria e prática, valorizando os aspectos sociais e culturais da população assistida, visto que isso seria fundamental para uma assistência com maior qualidade.

CONCLUSÃO

A enfermagem desempenha um papel fundamental na prevenção do adoecimento mental em idosos, adotando uma abordagem holística e centrada no paciente para promover a saúde mental e o bem-estar dessa população vulnerável. Os estudos mostram que promover atividades de interação - atividades em grupo - oportuniza a transformação de realidades, suscitando a reflexão das experiências e dos processos de sofrimento de cada indivíduo, dentro de um coletivo singular. Neste contexto as terapias em grupo surgiram como um meio eficaz de combate ao adoecimento mental.

Outrossim, estimular atividade para exercícios da mente-corpo como jogos e dinâmicas são essenciais, as atividades físicas foram destacadas nos estudos, pois além de promover mudanças biológica no corpo, também contribuem para o aumento da autoestima e auto eficácia, bem como, o incentivo de práticas prazerosas como as relações sexuais que vão além da penetração. A promoção da saúde mental e consequente prevenção do sofrimento psíquico do idoso não demandam muitos recursos financeiros uma vez que a maioria das atividades requer apenas acolhimento e empatia dos profissionais com este público. Evidenciou-se a necessidade de formação profissional mais abrangente e realização de estudos voltados para a promoção da saúde mental do idoso.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Fábila Barbosa de *et al.* Promoção da saúde mental do idoso na atenção básica: as contribuições da terapia comunitária. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 19, p. 129-136, 2010.

BALLA, E; SCORTEGAGNA, H. Uso do tempo livre por meio de recursos expressivos: contribuição para um grupo de idosos institucionalizados. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 19, 2014.

BUFALO, Katia Silva. Aprender na terceira idade: educação permanente e velhice bem-sucedida como promoção da saúde mental do idoso. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 16, n. 2, p. 195-212, 2013.

COSTA, n. P; POLARO, S. H. I; VAHL, E. A. C; GONÇALVES L. H. T. Storytelling: a care technology in continuing education for active ageing. **Rev Bras Enferm.**, v. 69, n. 6, p. 1068-75. 2016.

EVANGELISTA, A. R; MOREIRA, A. C. A; FREITAS, C. A. S. L; VAL D. R; DINIZ, J. L; AZEVEDO, S. G. v. Sexuality in old age: knowledge/attitude of nurses of Family Health Strategy. **Rev Esc Enferm USP.**, v. 53, p. e03482. 2019.

GARCIA, B. N., MOREIRA, D. DE J., & OLIVEIRA, p. R. S. Saúde Mental do Idoso na Atenção Primária: Uma Análise das Percepções de Profissionais de Saúde. **Revista Kairós - Gerontologia**, v. 20, n. 4, p. 153-174. 2017.

GOMES, L. C. M.; XAVIER, F. G.; SEQUEIRA, C. Saberes e práticas da enfermagem na senescência. **Enfermagem em saúde mental**, p. 121.

JARDIM, v. C. F. S.; MEDEIROS, B. F.; BRITO, A. M. Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 9, p. 25-34, 2019.

LEANDRO-FRANÇA, C.; MURTA, S. G. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. **Psicologia: Ciência e profissão**, v. 34, p. 318-329, 2014.

MENDES. K. D. S.; SILVEIRA, R. C de C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto contexto - enferm.**, v. 17, n. 4, p. 758-64. 2008.

MENEZES, J. N. R. *et al.* A visão do idoso sobre o seu processo de envelhecimento. **Revista Contexto & Saúde**, v. 18, n. 35, p. 8-12, 2018.

MOREIRA, E. M. F.; SOUSA, M. N. A. Olhares sobre o impacto do isolamento social à saúde mental do idoso. **Journal of Medicine and Health Promotion**, v. 6, n. 1, p. 234-244, 2021.

OLIVEIRA, A. L. R. *et al.* Saúde mental e envelhecimento: fatores de proteção à saúde do idoso. **Anais do evento olhares sobre o envelhecimento humano**, 2022.

OLIVEIRA, Sanni Moraes *et al.* Rodas de terapia comunitária: construindo espaços terapêuticos para idosos em comunidades quilombolas. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 7, n. 4, 2017.

PELAZZA, B.B., SOUSA, L.B., FERREIRA, F.B., SILVA, L.A., MAIA, L.G., BORGES, C.J., PAULA, C.R., ANDRADE, M.A., NETO, O.P., EID, L.P., MENDONÇA, G.S., & CARBONARI, K. Jogos recreativos para um grupo de idosos: impactos sobre a saúde mental e cardiovascular. **Revista da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo**, v. 29, n. 1, p. 78-81. 2019.

PREVIATO, GF; NOGUEIRA, IS; MINCOFF, RCL; JAQUES, AE; CARREIRA, L; BALDISSERA, VDA. Grupo de convivência para idosos na atenção primária à saúde: contribuições para o envelhecimento ativo. **Rev Fun Care Online.**, v. 11, n. 1, p. 173-180. 2019.

REIS, MGM; CASAS-NOVAS, MV; SERRA, I; MAGALHÃES, MDD; SOUSA, LMM. The importance of a training program on active aging from the perspective of elderly individuals. **Rev Bras Enferm.**, v. 74, Suppl 2, 2021.

TREVISAN, M. *et al.* O papel do enfermeiro na recuperação de idosos depressivos. **Revista Eletrônica Gestão e Saúde**, n. 1, p. 428-440, 2016.