




**SAÚDE MENTAL NOS IDOSOS: O PAPEL DA ENFERMAGEM NOS CUIDADOS
E NA PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR**

**MENTAL HEALTH IN THE ELDERLY: THE ROLE OF NURSING IN CARE AND
PROMOTING WELL-BEING**

**SALUD MENTAL EN LAS PERSONAS MAYORES: EL PAPEL DE LA
ENFERMERÍA EN EL CUIDADO Y LA PROMOCIÓN DEL BIENESTAR**

 <https://doi.org/10.56238/levv17n60-032>

Data de submissão: 15/04/2026

Data de publicação: 15/05/2026

Beatriz Fernandes da Silva

Graduando em Enfermagem

Instituição: UNOPAR - Porto Nacional

E-mail: bf97911@gmail.com

David Marques Viana

Graduando em Enfermagem

Instituição: UNOPAR - Porto Nacional

E-mail: davidmarquesviana28@gmail.com

Emilly Barreira

Graduanda em Enfermagem

Instituição: ITPAC - Porto Nacional

E-mail: emillybarreira7@gmail.com

Kiria Vaz da Silva Hamerski

Pós-graduada em UTI Adulto e Docência

E-mail: kiriaenfermeira@gmail.com

Leon Godinho Resplande

Graduando em Enfermagem

Instituição: ITPAC - Porto Nacional

E-mail: l3onsans@gmail.com

Matheus Ferreira Guimarães

Graduando em Enfermagem

Instituição: ITPAC - Porto Nacional

E-mail: matheus.fguimaraes18@gmail.com

Maysa Pereira da Silva Sousa Soares

Graduada em Enfermagem

Instituição: Universidade Paulista (UNIP)

E-mail: maysapreceptoria@gmail.com



Marisa Pereira dos Santos Oliveira
Graduando em Enfermagem
Instituição: UNOPAR - Porto Nacional
E-mail: marisapeniell@yahoo.com.br

Ronise das Mercê Cruz Pereira
Graduanda em Enfermagem
Instituição: ITPAC - Porto Nacional
E-mail: ronisemcpereira@gmail.com

Sofhia Sousa Dias
Graduanda em Enfermagem
Instituição: ITPAC - Porto Nacional
E-mail: sofhia.sousadias@gmail.com

RESUMO

O envelhecimento populacional representa um dos principais fenômenos demográficos da atualidade, exigindo maior atenção às necessidades físicas, emocionais e sociais da pessoa idosa. Entre os desafios mais relevantes destaca-se a saúde mental, frequentemente impactada por fatores como isolamento social, perdas familiares, doenças crônicas, dependência funcional e alterações cognitivas. Nesse contexto, o presente artigo tem como objetivo discutir a importância da saúde mental nos idosos e analisar o papel da enfermagem nos cuidados e na promoção do bem-estar. Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, baseada em publicações científicas, políticas públicas e referenciais teóricos sobre envelhecimento e assistência de enfermagem. Observa-se que transtornos como depressão, ansiedade, demência e solidão apresentam elevada prevalência entre idosos, interferindo diretamente na qualidade de vida. A enfermagem destaca-se como profissão essencial no cuidado integral, por meio do acolhimento, escuta qualificada, identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, educação em saúde, fortalecimento de vínculos familiares e estímulo à autonomia. Conclui-se que o enfermeiro exerce papel estratégico na promoção da saúde mental da pessoa idosa, contribuindo para envelhecimento ativo, digno e saudável.

Palavras-chave: Saúde Mental. Idoso. Enfermagem. Envelhecimento. Bem-Estar.

ABSTRACT

Population aging represents one of the main demographic phenomena of our time, demanding greater attention to the physical, emotional, and social needs of older adults. Among the most relevant challenges is mental health, frequently impacted by factors such as social isolation, family losses, chronic diseases, functional dependence, and cognitive changes. In this context, this article aims to discuss the importance of mental health in older adults and analyze the role of nursing in care and the promotion of well-being. This is a narrative literature review, based on scientific publications, public policies, and theoretical frameworks on aging and nursing care. It is observed that disorders such as depression, anxiety, dementia, and loneliness have a high prevalence among older adults, directly interfering with their quality of life. Nursing stands out as an essential profession in comprehensive care, through welcoming, qualified listening, early identification of signs of psychological distress, health education, strengthening of family ties, and encouragement of autonomy. It is concluded that nurses play a strategic role in promoting the mental health of older adults, contributing to active, dignified, and healthy aging.

Keywords: Mental Health. Elderly. Nursing. Aging. Well-being.

RESUMEN

El envejecimiento de la población representa uno de los principales fenómenos demográficos de nuestro tiempo, lo que exige una mayor atención a las necesidades físicas, emocionales y sociales de



las personas mayores. Entre los desafíos más relevantes se encuentra la salud mental, frecuentemente afectada por factores como el aislamiento social, las pérdidas familiares, las enfermedades crónicas, la dependencia funcional y los cambios cognitivos. En este contexto, este artículo tiene como objetivo analizar la importancia de la salud mental en las personas mayores y el papel de la enfermería en su cuidado y la promoción de su bienestar. Se trata de una revisión narrativa de la literatura, basada en publicaciones científicas, políticas públicas y marcos teóricos sobre el envejecimiento y los cuidados de enfermería. Se observa que trastornos como la depresión, la ansiedad, la demencia y la soledad tienen una alta prevalencia entre las personas mayores, interfiriendo directamente con su calidad de vida. La enfermería se destaca como una profesión esencial en el cuidado integral, a través de la acogida, la escucha activa, la identificación temprana de signos de malestar psicológico, la educación para la salud, el fortalecimiento de los lazos familiares y el fomento de la autonomía. Se concluye que los profesionales de enfermería desempeñan un papel estratégico en la promoción de la salud mental de las personas mayores, contribuyendo a un envejecimiento activo, digno y saludable.

Palabras clave: Salud Mental. Personas Mayores. Enfermería. Envejecimiento. Bienestar.



1 INTRODUÇÃO

O aumento da expectativa de vida tem provocado mudanças significativas na estrutura etária da população mundial. No Brasil, o número de pessoas idosas cresce de forma acelerada, tornando necessária a reorganização das políticas públicas e dos serviços de saúde voltados a esse grupo populacional.

O envelhecimento envolve transformações biológicas, psicológicas e sociais que podem repercutir na saúde mental. Questões como aposentadoria, luto, perda da autonomia, doenças incapacitantes, abandono familiar e isolamento social podem desencadear sofrimento emocional e transtornos mentais.

Apesar disso, a saúde mental do idoso ainda é pouco discutida, sendo muitas vezes confundida com alterações “naturais” da idade. Essa visão contribui para subdiagnóstico e tratamento tardio. Nesse cenário, a enfermagem assume papel fundamental por atuar diretamente no cuidado contínuo, humanizado e integral da pessoa idosa.

Dessa forma, este artigo busca refletir sobre a saúde mental nos idosos e destacar a importância da enfermagem na assistência e promoção do bem-estar.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Analisar a saúde mental da pessoa idosa e discutir o papel da enfermagem nos cuidados e na promoção do bem-estar.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar os principais transtornos mentais que acometem idosos;
- Compreender fatores que influenciam a saúde mental no envelhecimento;
- Descrever intervenções de enfermagem voltadas ao cuidado emocional do idoso;
- Refletir sobre estratégias de promoção do envelhecimento saudável.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão narrativa de literatura, com abordagem qualitativa e caráter descritivo. Foram utilizados livros, artigos científicos, documentos do Ministério da Saúde e publicações da Organização Mundial da Saúde sobre envelhecimento e saúde mental da pessoa idosa.

A análise concentrou-se em produções relacionadas aos principais transtornos mentais em idosos, fatores de risco e intervenções de enfermagem voltadas ao cuidado e promoção da qualidade de vida.



3.1 DESENVOLVIMENTO

3.1 SAÚDE MENTAL NA PESSOA IDOSA

A saúde mental corresponde ao estado de bem-estar no qual o indivíduo reconhece suas habilidades, enfrenta as tensões normais da vida e participa da comunidade. Na velhice, manter equilíbrio emocional é essencial para autonomia e qualidade de vida.

Entre os principais problemas de saúde mental nos idosos destacam-se:

3.1.1 Depressão

A depressão é comum entre idosos, porém muitas vezes não diagnosticada. Pode manifestar-se por tristeza persistente, apatia, insônia, perda de apetite, irritabilidade e desinteresse pelas atividades diárias.

3.1.2 Ansiedade

Pode estar relacionada ao medo de adoecer, dependência física, insegurança financeira e perdas familiares.

3.1.3 Demências

As síndromes demenciais, como a Doença de Alzheimer, afetam memória, comportamento e capacidade funcional.

3.1.3.1 Solidão e isolamento social

A ausência de convívio social pode gerar sofrimento psíquico importante, principalmente em idosos viúvos ou institucionalizados.

3.2 FATORES QUE INFLUENCIAM A SAÚDE MENTAL DO IDOSO

Diversos fatores podem comprometer o bem-estar emocional: doenças crônicas; dor persistente; dependência funcional; luto; abandono familiar; violência; baixa renda; institucionalização; preconceito etário; uso inadequado de medicamentos.

Por outro lado, convivência familiar, espiritualidade, participação social, atividade física e autonomia funcionam como fatores protetores.

3.3 O PAPEL DA ENFERMAGEM NOS CUIDADOS EM SAÚDE MENTAL

A enfermagem possui atuação estratégica na atenção à pessoa idosa, especialmente na Atenção Primária à Saúde, instituições de longa permanência e hospitais.



3.3.1 Acolhimento e escuta qualificada

O enfermeiro deve oferecer atendimento humanizado, identificando sentimentos, medos e sinais de sofrimento emocional.

3.3.1.1 Avaliação integral

Inclui observação do humor, comportamento, cognição, sono, alimentação, vínculos familiares e condições sociais.

3.3.1.2 Identificação precoce de transtornos

A enfermagem pode reconhecer sinais iniciais de depressão, ansiedade e demência, encaminhando para avaliação multiprofissional.

3.3.2 Educação em saúde

Orientações ao idoso e família sobre autocuidado, rotina saudável, uso correto de medicamentos e importância do apoio emocional.

3.3.2.1 Promoção da autonomia

Estimular independência nas atividades diárias fortalece autoestima e dignidade.

3.3.2.2 Apoio à família e cuidadores

Famílias também necessitam orientação para lidar com mudanças comportamentais e sobrecarga emocional.

3.4 PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR E ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

A promoção da saúde mental envolve ações contínuas e preventivas, tais como: grupos de convivência; oficinas de memória; atividades físicas; lazermusicoterapia, rodas de conversa, acompanhamento domiciliar, fortalecimento de vínculos sociais; incentivo à espiritualidade, participação comunitária.

A enfermagem pode coordenar ou integrar essas ações, especialmente na Estratégia Saúde da Família.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observa-se que a saúde mental influencia diretamente a capacidade funcional, adesão ao tratamento e qualidade de vida do idoso. Quando negligenciada, aumenta internações, dependência e sofrimento familiar.



Estudos apontam que intervenções simples, como escuta ativa, visitas domiciliares, grupos educativos e acompanhamento contínuo, reduzem sintomas depressivos e melhoram autoestima.

Nesse contexto, a enfermagem destaca-se por manter contato frequente com o idoso e sua família, favorecendo cuidado longitudinal e vínculo terapêutico.

5 CONCLUSÃO

Conclui-se que a saúde mental da pessoa idosa deve ser reconhecida como prioridade na assistência em saúde, considerando os impactos emocionais, sociais e funcionais do envelhecimento. Transtornos como depressão, ansiedade, demência e solidão exigem atenção precoce e cuidado integral.

A enfermagem exerce papel essencial nesse processo ao promover acolhimento, escuta, identificação de riscos, educação em saúde, apoio familiar e incentivo à autonomia. Assim, o trabalho do enfermeiro contribui significativamente para o bem-estar, a dignidade e o envelhecimento ativo da população idosa.

Investir em capacitação profissional e políticas públicas voltadas à saúde mental do idoso é fundamental para construção de uma sociedade mais humana e inclusiva.



REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Rosângela da Silva et al. Saúde mental da pessoa idosa na atenção primária: desafios para a enfermagem. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 77, n. 2, 2024.
- BARBOSA, Juliana Pereira; SOUSA, Marta Lima. Depressão em idosos e estratégias de cuidado de enfermagem na atenção básica. *Revista Enfermagem Atual*, São Paulo, v. 98, n. 1, 2024.
- CARVALHO, Denise Ferreira et al. Promoção do bem-estar emocional em idosos institucionalizados: atuação da enfermagem. *Revista Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 3, 2025.
- FERREIRA, Lucas Henrique; MORAIS, Ana Cláudia. Ansiedade e isolamento social em idosos no pós-pandemia: contribuições da enfermagem. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, 2024.
- LIMA, Patrícia Gomes et al. Envelhecimento ativo e saúde mental: ações interdisciplinares no cuidado ao idoso. *Revista Kairós Gerontologia*, São Paulo, v. 27, n. 2, 2024.
- MARTINS, Eliane Rocha; SANTOS, Vera Lúcia. Consulta de enfermagem como ferramenta para identificação precoce de sofrimento psíquico em idosos. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 45, 2024.
- OLIVEIRA, Sandra Cristina et al. Acolhimento e escuta qualificada na assistência ao idoso com sofrimento mental. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 33, 2024.
- RODRIGUES, Márcia Helena; COSTA, Felipe Nunes. Demência e cuidado humanizado: desafios da enfermagem geriátrica. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 28, n. 1, 2025.
- SILVA, Camila Menezes et al. Solidão, depressão e qualidade de vida em idosos: revisão integrativa. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 59, 2025.