



<https://sites.uft.edu.br/uma/>

A TERAPIA NA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS

JOÃO ANTÔNIO DA SILVA NETO¹

LUIZ SINÉSIO SILVA NETO²

MARIA DO SOCORRO SATURNO DA SILVA³

LEONARDO SAMPAIO BALEEIRO SANTANA⁴

RESUMO:

O envelhecimento pode trazer desafios emocionais e psicológicos, como depressão, ansiedade e solidão. A terapia desempenha um papel fundamental na promoção da saúde mental dos idosos, ajudando-os a lidar com essas dificuldades e melhorar sua qualidade de vida. Analisar a importância da terapia na saúde mental dos idosos, destacando seus benefícios e impacto no bem-estar emocional e social. Foi realizada uma revisão bibliográfica de estudos e artigos sobre o tema, além da análise de diferentes abordagens terapêuticas utilizadas com idosos, como terapia cognitivo-comportamental, terapia ocupacional e grupos de apoio. A terapia contribui significativamente para a saúde mental dos idosos, auxiliando na redução de sintomas depressivos, melhora da autoestima e fortalecimento das relações sociais. Investir em estratégias terapêuticas para essa população é essencial para promover um envelhecimento saudável e digno.

Palavras-chave: Idosos. Terapia. Saúde Mental

¹ Bacharel em Psicologia. Universidade Federal do Tocantins. E-mail: joaonetosat@gmail.com

² Pós-Doutor em Ciências da Saúde. pela Universidade Federal do Tocantins. E-mail: luizneto@uft.edu.br

³ Especialista em Educação, Pobreza e Desigualdade Social. Universidade Federal do Tocantins. e-mail: socorro.saturno@gmail.com

⁴ Mestre em Educação. Universidade Federal do Tocantins. E-mail: leonardosbsantana@gmail.com