



XXIV SEMANA DE EXTENSÃO E XXIX JORNADA
CIENTÍFICA UNIVERSO GOIÂNIA – SEMEX HÍBRIDA

**“Empreendedorismo com
Responsabilidade Socioambiental”**
De 28 a 31 de Outubro de 2025

PROJETO DE CURRICULARIZAÇÃO INTERDISCIPLINAR PSICOLOGIA NA RUA: BEM-ESTAR NA MELHOR IDADE: um guia para a saúde mental

Carolina Andrade Romão¹
Geovanna Duarte Almeida²
Hanna Beatriz Silva Nunes³
Cristina Dias de Souza Figueira⁴

RESUMO

O bem-estar na melhor idade refere-se ao equilíbrio entre corpo, mente e emoções na fase da vida em que o envelhecimento se torna mais evidente. Cuidar da saúde mental na terceira idade significa prevenir sintomas de depressão, ansiedade, solidão e perda de sentido, favorecendo uma visão positiva do envelhecer. Diante disso, o objetivo desse estudo foi de informar, orientar e apoiar os idosos, suas famílias e cuidadores sobre a importância da saúde mental da pessoa idosa. Para isso, a metodologia utilizada foi a revisão de literatura, na qual a partir da base de dados Google Acadêmico, foram consultados 8 artigos. Com base na pesquisa realizada, foi produzido cartilhas informativas com linguagem acessível e conteúdo voltado à promoção da saúde mental para essa faixa etária. Essas cartilhas foram distribuídas na Associação Parkinson Goiás (ASPARK-GO), onde também foi realizado um momento de conversa e escuta com os participantes, permitindo o compartilhamento de experiências e dúvidas sobre o tema. Durante a atividade, observou-se grande interesse e participação do público com o tema apresentado. Muitos participantes relataram que as informações foram úteis para compreender melhor a importância de cuidar da mente ao longo do envelhecimento e destacaram a relevância do tema para a qualidade de vida. A entrega das cartilhas e o contato direto com os idosos mostraram-se estratégias eficazes para a promoção da saúde mental e do bem-estar na terceira idade. Além de contribuir para a ampliação do acesso à informação e reforçar a importância de cuidar da mente tanto quanto do corpo.

Palavras-chave: Bem-estar; Envelhecimento; Idosos; Saúde Mental.

¹Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

²Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

³Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

⁴Docente do Curso de Psicologia e Assessora de Pesquisa e Extensão da UNIVERSO Goiânia. Mestre em Linguística Aplicada (UnB), Treinee do Curso de dinâmica Energética do Psiquismo.