



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

EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL VOLTADA À POPULAÇÃO IDOSA

Área temática: Envelhecimento Ativo.

Kíria Vaz da Silva Hamerski¹

Thayná Eduarda Marcelino²

Vanessa Gomes Matos dos Santos³

Bruna Mirelly Simões Vieira⁴

Jonathan Tássio Martins Sousa⁵

Introdução: O envelhecimento populacional tem ampliado as demandas relacionadas à saúde mental da população idosa, evidenciando a necessidade de estratégias que promovam bem-estar psicológico, autonomia e qualidade de vida. Transtornos como depressão, ansiedade, declínio cognitivo e isolamento social são frequentes nessa fase da vida, exigindo abordagens educativas que considerem as especificidades biopsicossociais do envelhecimento. **Objetivos:** Analisar a importância da educação em saúde mental voltada à população idosa como estratégia de promoção da saúde, prevenção de agravos psíquicos e fortalecimento do envelhecimento ativo. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, desenvolvido por meio de revisão narrativa da literatura. Foram analisados artigos científicos, livros e documentos institucionais relacionados à saúde mental, educação em saúde e envelhecimento, selecionados pela relevância e contribuição para a temática. **Resultados:** Os estudos evidenciam que ações educativas em saúde mental favorecem a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico, reduzem o estigma associado aos transtornos mentais e fortalecem os vínculos sociais. Estratégias como rodas de conversa, grupos educativos, oficinas de estimulação cognitiva e orientações a familiares e cuidadores demonstraram impactos positivos na autoestima, no autocuidado e na qualidade de vida dos idosos. **Conclusões:** A educação em saúde mental voltada à população idosa configura-se como prática essencial para o cuidado integral, promovendo autonomia, inclusão social e envelhecimento saudável. A atuação multiprofissional, com destaque para a enfermagem, é fundamental para o planejamento e a execução dessas ações, contribuindo para uma assistência humanizada e resolutiva.

Palavras-chave: Saúde mental; Educação em saúde; Pessoa idosa.

¹ Enfermagem, Afya Porto Nacional, kiriaenfermeira@gmail.com

² Acadêmico de Enfermagem, Afya Porto Nacional, thainamarcelino13@gmail.com

³ Enfermagem, Afya Porto Nacional, vanessagomesmatos@hotmail.com.

⁴ Enfermagem, Afya Porto Nacional, bruna.vieira@afya.com.br

⁵ Enfermagem, Afya Porto Nacional, jonathantassio011@gmail.com