IX CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR UNIVERSO GOIÂNIA - HÍBRIDO
"O Futuro do Trabalho no Brasil"
De 26 a 29 de Maio de 2026

DEPRESSÃO EM IDOSOS: uma ação de conscientização em grupo

Rafaélem de Castro Araújo Souza[1]
Sabrina Freire de Andrade [2]
Sheila Mara de Souza Ribeiro[3]
Wellington Oliveira da Fonseca[4]
Zenaide Rodrigues Sacramento[5]
José da Rocha[6]

RESUMO

A depressão em idosos é um problema de saúde mental relevante, muitas vezes associado ao isolamento social, perdas afetivas, doenças crônicas e mudanças no estilo de vida. O presente trabalho tem como objetivos discutir a depressão em idosos, destacando seus principais fatores de risco, sintomas e impactos na qualidade de vida dessa população. A metodologia utilizada consistiu na realização de uma mini palestra sobre depressão em idosos, aplicada a um grupo de 19 idosos participantes do projeto Ginástica do Cérebro. A atividade teve caráter informativo e preventivo, buscando promover a conscientização sobre os sinais da depressão e a importância do cuidado com a saúde mental. Os resultados foram positivos, evidenciando o interesse e a participação ativa dos idosos durante a palestra, além do aumento da compreensão sobre o tema e a importância de buscar apoio psicológico quando necessário. A ação contribui para reflexão sobre o envelhecimento saudável e a valorização do bem-estar emocional. Conclui-se que ações educativas, como palestras e intervenções em grupo, são fundamentais para a prevenção e identificação precoce da depressão em idosos, promovendo melhor qualidade de vida e maior conscientização sobre a saúde mental na terceira idade.

Palavras-chave: Conscientização; Depressão; Idosos; Saúde mental

---

[1] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[2] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[3] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[4] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[5] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia
[6] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia, Mestre em Psicologia experimental (PUC-GO).