

O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E A SAÚDE MENTAL DE IDOSOS: CONTRIBUIÇÕES DO ENFERMEIRO NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

THE AGING PROCESS AND THE MENTAL HEALTH OF THE ELDERLY:
CONTRIBUTIONS OF NURSES IN PRIMARY HEALTH CARE

EL PROCESO DE ENVEJECIMIENTO Y LA SALUD MENTAL DE LAS PERSONAS
MAYORES: CONTRIBUCIONES DE LAS ENFERMERAS EN LA ATENCIÓN PRIMARIA
DE SALUD

Marina Machado Soares¹

Patrícia Lopes Resende²

Carla Nayara dos Santos Souza Veras³

Guilherme Antônio Lopes de Oliveira⁴

Lunna Jessica Magalhães Leitão⁵

RESUMO: Este artigo buscou identificar os impactos do processo de envelhecimento na saúde mental dos idosos e as contribuições do enfermeiro da Atenção Primária à Saúde na promoção do cuidado integral a essa população. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada na Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando estudos publicados nos últimos seis anos, disponíveis gratuitamente em texto completo nos idiomas português e inglês. A seleção dos estudos ocorreu a partir da aplicação de critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, possibilitando a análise das evidências científicas relacionadas à temática. Os resultados evidenciaram que o envelhecimento está associado a alterações biopsicossociais que podem comprometer a saúde mental dos idosos, destacando-se o declínio cognitivo, a redução da capacidade funcional e o aumento da vulnerabilidade a transtornos como depressão, ansiedade e transtorno neurocognitivo maior. Observou-se ainda que a atuação do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde é fundamental para a identificação precoce de agravos, realização de ações educativas, acompanhamento contínuo e fortalecimento do suporte familiar e comunitário. Conclui-se que a enfermagem desempenha papel estratégico na promoção da saúde mental da pessoa idosa, contribuindo para a prevenção de agravos, manutenção da autonomia e promoção de um envelhecimento saudável e com melhor qualidade de vida.

1

Palavras-chave: Envelhecimento. Enfermagem. Saúde mental.

¹Discente de Enfermagem do Centro Universitário Chrisfapi – UniChrisfapi.

²Discente de Enfermagem do Centro Universitário Chrisfapi – UniChrisfapi.

³Mestre Profissional em Saúde da Família – RENASE/UFPI. Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Chrisfapi – UniChrisfapi.

⁴Doutor em Biotecnologia Renorbio/UFPI. Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Chrisfapi – UniChrisfapi.

⁵Pos-Graduada em Uti/Estomatoterapia - FACEMINAS. Enfermeira Plantonista UTI- HRGR.

ABSTRACT: This article sought to identify the impacts of the aging process on the mental health of older adults and the contributions of nurses in Primary Health Care to promoting comprehensive care for this population. This is an integrative literature review conducted in the Virtual Health Library, using studies published within the last six years and available free of charge in full text in Portuguese and English. The studies were selected according to previously established inclusion and exclusion criteria, enabling the analysis of scientific evidence related to the topic. The findings showed that aging is associated with biopsychosocial changes that may compromise the mental health of older adults, particularly cognitive decline, reduced functional capacity, and increased vulnerability to disorders such as depression, anxiety, and major neurocognitive disorder. The results also demonstrated that nurses working in Primary Health Care play a fundamental role in the early identification of health problems, implementation of educational actions, continuous monitoring, and strengthening of family and community support. It is concluded that nursing plays a strategic role in promoting the mental health of older adults, contributing to disease prevention, maintenance of autonomy, and the promotion of healthy aging with improved quality of life.

Keywords: Aging. Nursing. Mental health.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo identificar los impactos del proceso de envejecimiento en la salud mental de las personas mayores y las contribuciones del enfermero de la Atención Primaria de Salud en la promoción del cuidado integral de esta población. Se trata de una revisión integradora de la literatura realizada en la Biblioteca Virtual en Salud, utilizando estudios publicados en los últimos seis años y disponibles gratuitamente en texto completo en portugués e inglés. La selección de los estudios se realizó mediante criterios de inclusión y exclusión previamente definidos, permitiendo el análisis de las evidencias científicas relacionadas con el tema. Los resultados evidenciaron que el envejecimiento está asociado a cambios biopsicosociales que pueden comprometer la salud mental de las personas mayores, destacándose el deterioro cognitivo, la reducción de la capacidad funcional y el aumento de la vulnerabilidad a trastornos como la depresión, la ansiedad y el trastorno neurocognitivo mayor. También se observó que la actuación del enfermero en la Atención Primaria de Salud es fundamental para la identificación precoz de problemas de salud, la realización de acciones educativas, el seguimiento continuo y el fortalecimiento del apoyo familiar y comunitario. Se concluye que la enfermería desempeña un papel estratégico en la promoción de la salud mental de las personas mayores, contribuyendo a la prevención de enfermedades, el mantenimiento de la autonomía y la promoción de un envejecimiento saludable con mejor calidad de vida.

Palabras clave: Envejecimiento. Enfermería. Salud mental.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural, o qual está associado às transformações psicológicas, sociais e biológicas, que resultam em mudanças graduais no organismo humano. Ao analisar esse fenômeno no Brasil, é plausível mencionar que o mesmo vem se intensificando nas últimas décadas, fato este que se dá mediante aos avanços nas condições e qualidade de vida e acesso aos serviços de saúde. A senescência está relacionada às modificações biológicas, fisiológicas e não patológicas próprias do envelhecimento normal, e a senilidade caracteriza-se por manifestações patológicas graduais, que impactam a execução dos sistemas corporais da pessoa idosa, podendo levar ao óbito (Silva JDC e Carmo PAP, 2024; Souza DBG, et al., 2021).

No cenário mundial, a transição demográfica e epidemiológica tem revelado uma gradação convincente do número de idosos com a previsão que até 2050, a população com 60 anos ou mais, ultrapasse dois bilhões de pessoas, representando aproximadamente 22% da população mundial (Organização das Nações Unidas, 2022). Houve um acréscimo considerável da população idosa no Brasil, no período de 2010 a 2022, o número de pessoas com 65 anos ou mais aumentou cerca de 57%, correspondendo a cerca de 11% da população total, já o grupo de 60 anos ou mais apontou progresso de 56%, alcançando 15,6% dos brasileiros (IBGE, 2022).

O envelhecimento saudável é um processo dinâmico e contínuo de maximização das capacidades funcionais, associado a criação de oportunidades que favoreçam a manutenção e aperfeiçoamento da saúde física e mental, promovendo autonomia e qualidade de vida ao longo do tempo, não significando apenas ausência de enfermidades, mas um processo integral, ativo e transversal que envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais (OPAS, 2021).

No entanto, pelas transformações relacionadas ao processo de envelhecimento, pode ser impactante para a saúde mental dos idosos, o que permeia a prevalência de transtornos mentais nessa faixa etária, especialmente ao que condiz com a depressão, ansiedade e demência. Assim, compreende-se que é uma resposta fisiológica associada às doenças crônicas, perdas, isolamento social. Diante desse cenário, a Atenção Primária à Saúde (APS) mostra-se como um serviço importante, pela capacidade da equipe promover estratégias de saúde que venham a contribuir com a identificação precoce dos transtornos mentais e sucessivamente com a qualidade de vida e o bem-estar dos idosos (Bespalhuk KTP, et al., 2021; Souza AP, et al., 2022).

O profissional enfermeiro que atua na APS vem a ser essencial, pois sua atuação contempla a saúde de forma holística, tendo a identificação de sinais precoces de transtornos mentais uma prática que vem a impactar na qualidade de vida dos idosos, assim como está

associada a oferta de educação em saúde, especialmente quando direcionadas ao apoio às famílias e a promoção de atividades voltadas para a autonomia e o envelhecimento ativo. Desta forma, a atuação do enfermeiro está voltada para o autocuidado, prevenção de doenças, estratégias coletivas, como atividades de lazer, grupos de convivência, atividades manuais, que favorecem a redução dos sintomas depressivos, expandem as oportunidades de interação social e a independência dos idosos (Stival AP, et al., 2024).

Aliado ao cuidado integral, o enfermeiro da APS pode utilizar instrumentos que auxiliam sua prática, identificando sintomas relacionados a transtornos mentais, a exemplo a Escala de Depressão Geriátrica (Geriatric Depression Scale – GDS), um instrumento confiável, validado no Brasil, de simples aplicação e que mostra resultados de fácil análise em relação a sintomas depressivos nos idosos (Pinho KCQ, et al., 2021). Bem como o uso da Escala de Ansiedade Geriátrica e os questionários de avaliação de risco para declínio cognitivo, ferramentas que favorecem a identificação de comprometimentos emocionais e cognitivos. Essas ferramentas permitem ao enfermeiro realizar intervenções, encaminhamentos a serviços especializados em tempo hábil, adoção de ações de saúde mental e promoção do envelhecimento ativo (Souza AP, et al., 2022).

Diante da relação do processo de envelhecimento e sua relevância para a saúde mental dos idosos, surgiu a seguinte problemática: quais os impactos do processo de envelhecimento na saúde mental dos idosos e as contribuições do enfermeiro da Atenção Primária à Saúde?

4

O presente estudo apresenta como objetivo geral identificar os impactos do processo de envelhecimento na saúde mental dos idosos e as contribuições do enfermeiro da Atenção Primária à Saúde, e especificamente, compreender como os idosos vivenciam o processo de envelhecimento, apontar os principais transtornos mentais associados ao processo de envelhecimento e descrever as contribuições do profissional enfermeiro sobre a saúde mental dos idosos na Atenção Primária à Saúde.

MÉTODOS

O estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Esse tipo de pesquisa consiste em uma análise das evidências científicas na prática clínica, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento sobre a temática proposta. Para a construção desta pesquisa, foram seguidas as etapas metodológicas propostas por Mendes, Silveira e Galvão (2008): identificação do tema ou elaboração da questão de pesquisa; seleção de critérios de inclusão e

exclusão; definições das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; análise crítica dos estudos selecionados; interpretação dos resultados e apresentação da revisão.

Para localizar os estudos foram utilizados os descritores obtidos por meio dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS), sendo esses: envelhecimento, saúde mental, enfermagem, a partir do cruzamento dos descritores com o operador booleano “AND” da seguinte maneira: (“envelhecimento” AND “saúde mental” AND “enfermagem”). O banco de dados utilizado foi a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: estudos disponíveis em texto completo, em língua portuguesa e inglesa, gratuitos, publicados nos últimos 6 anos (2021- 2026). Como critérios de exclusão: artigos em texto incompleto, duplicados, que não se alinhavam com a temática proposta e desconectados do objeto de análise, relatos de caso, dissertações, teses e que exigissem qualquer forma de pagamento.

Inicialmente, foram identificados 83 artigos, após a aplicação dos filtros e dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos, 56 estudos foram excluídos, resultando em 27 estudos elegíveis para leitura na íntegra, permanecendo 15 publicações para compor a discussão, como mostra o fluxograma abaixo.

Fluxograma - Seleção dos estudos conforme as recomendações do protocolo PRISMA.



Fonte: Próprios autores,

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da aplicação dos critérios estabelecidos e da leitura crítica foram selecionadas um total de 15 estudos. O quadro a seguir apresenta de forma detalhada cada estudo.

Quadro - Síntese dos estudos selecionados.

Título	Autor	Ano	Principais achados	Metodologia
Rastreamento de depressão em idosos residentes em instituições de longa permanência	Andrade <i>et al.</i>	2021	Planos terapêuticos focados em integração social e avaliação clínica detalhada.	Estudo quantitativo, exploratório e descritivo, realizado em duas ILPI's, situadas no estado de São Paulo, no ano de 2017.
Global functionality and associated factors in the older adults followed by Home Care in Primary Health Care	Predebon <i>et al.</i>	2021	Declínio cognitivo e motor em idosos 80+ reduz drasticamente a autonomia funcional.	Estudo transversal com 124 pessoas idosas desenvolvido por meio de entrevistas domiciliares.
Assistência de Enfermagem à Idosas em Residências Terapêuticas	Pereira <i>et al.</i>	2021	O acompanhamento da Atenção Domiciliar é crucial para monitorar indicadores de saúde e bem-estar.	Trata-se de revisão integrativa da literatura científica
Prevalence of depressive symptoms and health conditions in the elderly treated in primary health care	Marcelino <i>et al.</i>	2022	Constatou-se a prevalência de sintomas depressivos. Os principais fatores de risco foram: percepção negativa da saúde, sedentarismo, polifarmácia, ser mulher e baixa renda	Pesquisa observacional transversal, com abordagem quantitativa, realizada com 130 idosos de um município brasileiro
Is self-esteem associated with the elderly person's quality of life?	Souza Júnior <i>et al.</i>	2022	Realização de diagnósticos situacionais para elevar a autoestima e o prazer de viver.	Pesquisa transversal na web desenvolvida com 519 idosos

Capacidade funcional e seus fatores associados em idosos cadastrados nas unidades da Estratégia de Saúde da Família da zona rural do município de Picos/Piauí	Lima	2023	O isolamento em áreas rurais aumenta o risco de incapacidade e sofrimento mental. Estratégias de intervenção territorializadas e acessíveis para prevenir o declínio.	Estudo epidemiológico, desenvolvido com 320 idosos atendidos nas unidades da Estratégia da Saúde da Família localizadas na zona rural de Picos/Piauí.
Functional Status in Relation to Common Geriatric Syndromes and Sociodemographic Variables - A Step Forward Towards Healthy Aging.	Alhalaseh et al.	2024	Síndromes com o polifarmácia, dor e depressão preveem a dependência funcional.	Estudo transversal de 342 pacientes ambulatoriais atendidos na clínica geriátrica no período de 2015-2023.
Banda musical de idosos - uma estratégia para a gestão do cuidado em saúde mental	Beiruth et al.	2024	Inovadora na construção do envelhecimento ativo em idoso	Relato de experiência sobre a direção de uma banda musical formada por idosos vinculados a uma Unidade de Saúde Familiar
Intersection between person-centred practice and Montessori for dementia and ageing in residential aged care.	Woolford et al.	2024	Métodos de engajamento (Montessori) maximizam a autonomia mesmo em quadros de demência.	Este estudo descritivo qualitativo apresenta uma análise secundária de dados qualitativos de grupos focais (FGs) e entrevistas
Influence of biopsychosocial factors on a functionally delayed ageing process.	Theis et al.	2025	O senso de coerência e baixo estresse social são pilares da vitalidade e saúde mental.	Um ensaio monocêntrico, transversal, observacional e não intervencionista
Impact of functional level on cognitive function in adults aged 45 and older than 45 years in the Korean Longitudinal Study of Aging.	Lee; Park	2025	A perda de habilidades instrumentais e a depressão antecipam o declínio cognitivo.	Esta foi uma análise secundária de dados utilizando dados do Estudo Longitudinal Coreano do Envelhecimento (KLoSA)

Sedentary lifestyle and physical inactivity: A mutual interplay with early and overt frailty.	Battista <i>et al.</i>	2025	A fragilidade física gera sedentarismo, afetando a saúde social e psicológica global.	Um estudo transversal
Qualidade de vida e fatores associados em idosos institucionalizados: implicações para a enfermagem gerontológica. Estudo analítico	Contreras; Romero	2025	Atividades produtivas fortalecem a cognição e protegem a qualidade de vida.	Um estudo analítico transversal foi realizado com 250 residentes permanentes (≥3 meses) de uma casa de repouso em Bucaramanga, Colômbia
Healthy aging: how does a multidimensional construct of functional ability predict objective and subjective outcomes?	Gbessemehlan <i>et al.</i>	2025	O bem-estar é fruto da adequação entre a saúde individual e o ambiente de vida.	A amostra incluiu 587 participantes mais velhos da coorte epidemiológica AMI (Investigação Multidisciplinar do Envelhecimento).
Older persons' lived experiences of being playful in nursing home settings - a phenomenological reflective lifeworld research study.	Bergman <i>et al.</i>	2026	O espírito lúdico ("brincar") é recurso existencial que protege a dignidade e a paz mental.	Este estudo fenomenológico é fundamentado em uma abordagem de pesquisa reflexiva sobre mundos de vida. As entrevistas Lifeworld foram realizadas com 15 pessoas idosas entre 68 e 100 anos.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.

A partir da análise das evidências selecionadas, foram elaboradas três categorias temáticas: O processo de envelhecimento e seus impactos na capacidade cognitiva e emocional, Transtornos mentais em idosos e fatores de risco associados e Contribuições do enfermeiro da Atenção Primária à Saúde na promoção da saúde mental do idoso.

O processo de envelhecimento e seus impactos na capacidade cognitiva e emocional

No que tange aos impactos do envelhecimento na dimensão subjetiva do idoso, Bergman A, et al., (2026) asseveram que o exercício da ludicidade atua como um mecanismo existencial essencial. Essa postura funciona como um vetor de afirmação da vida, fundamental para a manutenção da dignidade humana e da integração social em cenários de fragilidade e dependência. Sob a ótica da assistência de enfermagem, esses achados indicam que o cuidado centrado na pessoa deve transcender o manejo clínico tradicional, incorporando a escuta das

narrativas de vida e a promoção de espaços de diversão como estratégias fundamentais para fomentar a paz e o bem-estar existencial geral da população idosa.

O processo de envelhecimento biopsicossocial é influenciado por determinantes que transcendem a idade cronológica, sendo o baixo estresse social, a integração comunitária e o senso de coerência, fatores fundamentais para a manutenção da saúde mental e da vitalidade. A promoção do envelhecimento ativo deve focar no fortalecimento dos recursos psicossociais e no treinamento cognitivo, visando não apenas adiar o fim da vida, mas garantir o bem-estar subjetivo. Para o enfermeiro da APS, esses achados reforçam a necessidade de uma assistência holística que identifique precocemente o desgaste bifuncional e estimule a resiliência emocional e a capacidade de enfrentamento do idoso (Theis S, *et al.*, 2025).

O declínio dos sistemas funcionais de cognição e mobilidade está intrinsecamente ligado à perda da capacidade funcional, sendo a idade avançada e o estado conjugal solteiro ou divorciado variáveis que agravam esse quadro nas atividades instrumentais da vida diária. A gestão do cuidado e a avaliação gerontológica no âmbito da Atenção Básica são fundamentais para manter o vínculo do idoso com o serviço de saúde e prevenir reinternações (Predebon ML, *et al.*, 2021; Pereira JR, *et al.*, 2021).

Dessa forma, a participação em atividades produtivas e a manutenção do exercício físico emergem como determinantes cruciais para a qualidade de vida no envelhecimento, demandando que os profissionais de saúde priorizem a prevenção de declínios motores e cognitivos. A identificação desses fatores fortalece a prática gerontológica, direciona estratégias que mitiguem os impactos negativos da institucionalização e do isolamento, promovendo um envelhecimento mais ativo e psicologicamente saudável (Contreras CCT e Romero AV, 2025).

A utilização da música como ferramenta de promoção da saúde mental no envelhecimento é compreendida por Beiruth KCS, *et al.*, (2024) como um instrumento inovador capaz de fomentar a integração social e a satisfação pessoal do idoso. Essa estratégia atua na construção de um envelhecimento ativo, minimizando riscos de patologias como a depressão e fortalecendo o vínculo entre a população idosa e a unidade de saúde.

Transtornos mentais em idosos e fatores de risco associados

A prevalência de transtornos mentais no envelhecimento, especialmente a depressão, apresenta-se de forma acentuada em idosos que possuem uma percepção negativa da própria saúde, baixo nível de atividade física e fazem uso de múltiplos medicamentos. Nesse cenário,

o perfil sociodemográfico, incluindo mulheres e idosos casados com renda de até três salários-mínimos, configura um grupo de risco que demanda atenção redobrada das equipes de saúde (Marcelino EM et al., 2022).

A dependência funcional no idoso deve ser compreendida como o desfecho comum de interações complexas entre múltiplas síndromes geriátricas, sendo o Transtorno Neurocognitivo Maior (TNM) e a depressão, preditores significativos para o aumento da morbidade. Segundo o estudo dessas correlações é fundamental para assegurar um envelhecimento com o máximo potencial funcional, exige que a estrutura de cuidado que identifique precocemente fenótipos de risco, como a polifarmácia e o comprometimento sensorial (Alhalaseh L, et al., 2024).

Segundo Lima EFC (2023), a prevalência de incapacidade funcional em idosos residentes em áreas rurais revela uma vulnerabilidade acentuada, onde o comprometimento cognitivo e o risco de sarcopenia emergem como fatores diretamente associados à perda de autonomia nas atividades básicas e instrumentais da vida diária. Essas dificuldades são agravadas por barreiras geográficas e sociais, o que demanda que gestores e profissionais de saúde tracem estratégias de intervenção territorializadas e acessíveis.

Para Andrade C, et al., (2021) o processo de institucionalização e a perda da autonomia física são fatores de risco críticos para o desenvolvimento de sintomatologia depressiva, especialmente em regimes de funcionamento reclusos e com pouca integração social. De acordo com a prevalência de sinais indicativos de depressão é significativamente maior em idosos com alto grau de dependência e falta de suporte familiar, o que demanda uma abordagem interprofissional e colaborativa. Nesse cenário, o enfermeiro desempenha um papel essencial ao realizar avaliações clínicas e psíquicas detalhadas, permitindo o delineamento de planos terapêuticos centrados na prevenção do isolamento e na promoção da integridade emocional do idoso institucionalizado.

Portanto, vale frisar que os resultados indicaram os principais impactos do envelhecimento na saúde mental, que permeiam o declínio cognitivo, a perda da capacidade funcional, sendo a depressão, a ansiedade e o Transtorno Neurocognitivo Maior as psicopatologias mais prevalentes, atrelado aos fatores de risco como inatividade física, uso de vários medicamentos, isolamento e o processo de institucionalização.

Contribuições do enfermeiro da Atenção Primária à Saúde na promoção da saúde mental do idoso

A promoção do envelhecimento saudável na Atenção Primária requer uma visão holística que integre a capacidade intrínseca do indivíduo ao seu ambiente de vida, uma vez que a precariedade desses fatores eleva o risco de desfechos adversos à saúde mental e física. As contribuições do enfermeiro tornam-se estratégicas ao alinhar os serviços de saúde às necessidades e prioridades do idoso, utilizando critérios operacionais para a detecção precoce de sinais de declínio. Assim, a prática clínica na APS deve articular ações clínicas e intervenções no ambiente, consolidando um modelo de cuidado integral que sustente o bem-estar e a funcionalidade ao longo do processo de envelhecimento (Gbessemehlan A, et al., 2025).

A inter-relação entre o sedentarismo e o estado de fragilidade física repercute em todas as esferas do bem-estar do idoso, diminuindo sua reserva funcional e a capacidade de enfrentar estressores internos e externos. A atividade física regular configura-se como uma ferramenta poderosa para a melhoria da saúde física, mental e social, sendo essencial na prática clínica para prevenir a fragilidade e preservar a independência. Assim, a intervenção do enfermeiro na Atenção Primária, ao incentivar estilos de vida ativos, atua diretamente na modificação da história natural de doenças e na promoção de uma saúde global mais robusta na terceira idade (Battista F, et al., 2025).

A implementação de metodologias inovadoras, como o método Montessori adaptado à gerontologia, demonstra ser uma via eficaz para maximizar a capacidade funcional e a participação social de idosos, especialmente àqueles com declínios cognitivos. Permite que o cuidado centrado na pessoa seja plenamente realizado ao redirecionar o foco para as habilidades remanescentes do indivíduo, promovendo engajamento significativo e autonomia. Nesse cenário, o enfermeiro assume um papel de liderança clínica ao utilizar tais estratégias como veículos para melhorar os resultados de qualidade de vida e transformar as práticas de cuidado em ambientes de saúde e assistência (Woolford M, et al., 2024).

A manutenção das atividades da vida diária (AVD) e das atividades instrumentais da vida diária (AIVD) constitui um fator preditivo essencial para a preservação da saúde mental, uma vez que limitações nessas funções contribuem significativamente para o declínio cognitivo. A identificação precoce de doenças cerebrovasculares e de quadros de depressão é fundamental, visto que esses fatores influenciam diretamente o comprometimento cognitivo em idosos. Nesse sentido, cabe ao enfermeiro da APS utilizar a avaliação da funcionalidade

como uma ferramenta de triagem clínica, implementando estratégias que preservem a autonomia do indivíduo como forma de prevenir o declínio mental e promover um envelhecimento saudável (Lee H e Park E, 2025).

Vale ressaltar que, a autoestima configura-se como um determinante central de qualidade de vida no envelhecimento, exercendo influência direta de mais de 50% na variação do bem-estar geral dos idosos. Níveis satisfatórios de autoestima estão associados a melhores habilidades sensoriais e perspectivas de vida, exigindo que o enfermeiro realize diagnósticos situacionais para planejar intervenções que reafirmem o envelhecimento como uma fase de prazer e descobertas. Assim, a atuação do enfermeiro deve ser pautada na identificação das necessidades individuais e coletivas *in loco*, desenvolvendo políticas locais que elevem o autoconceito e a satisfação pessoal da população idosa (Souza Júnior EV, et al., 2022).

Para o enfermeiro, entender como essas condições se influenciam mutuamente, permite o desenvolvimento de protocolos de acompanhamento que visem interromper a via final de incapacidade e promover a manutenção da saúde mental na comunidade. Nesse contexto, a atuação do enfermeiro na Atenção Primária torna-se decisiva ao implementar ações preventivas que minimizem os custos financeiros e emocionais da dependência, garantindo que a assistência chegue de forma equânime às populações mais isoladas (Alhalaseh L, et al., 2024; Lima EFC, 2023).

12

Portanto, evidencia-se que o enfermeiro na Atenção Primária exerce liderança crucial no rastreamento precoce e implementação de intervenções inovadoras e humanizadas, como oficinas de ludicidade, musicoterapia e o método Montessori adaptado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O envelhecimento populacional é um fenômeno dinâmico, multifacetado e que cresce rapidamente tanto no Brasil quanto no mundo. Este estudo procurou compreender como esse processo influencia diretamente as dimensões cognitivas e emocionais dos idosos. Diante dessa realidade, o objetivo central da pesquisa foi identificar de que maneira o envelhecimento afeta a saúde mental de pessoas idosas e como o trabalho do enfermeiro, inserido na Atenção Primária à Saúde, pode contribuir nesse contexto.

A análise dos dados, organizada em três grandes temas, permitiu com mais clareza identificar evidências sobre a realidade da saúde mental na terceira idade. No primeiro eixo, verificou-se que envelhecer de maneira saudável está ligado à manutenção das capacidades

funcionais e da autoestima. Os resultados mostraram que perder habilidades importantes no dia a dia e sofrer com o estresse social, podem acelerar o declínio cognitivo. Por isso, são fundamentais práticas de cuidado integral e estratégias como a ludicidade e o resgate de histórias de vida, que ajudam a preservar a dignidade humana.

No segundo eixo, observou-se a prevalência de sintomas depressivos e quadros demenciais, com destaque para o Transtorno Neurocognitivo Maior. Os fatores de risco mais comuns são a percepção negativa da própria saúde, uso excessivo de medicamentos, sedentarismo e isolamento social. Essas vulnerabilidades são ainda mais marcantes entre idosos que vivem em áreas rurais, devido às dificuldades de acesso, e naqueles que passam pelo processo de institucionalização, onde a solidão e a falta de apoio familiar podem intensificar o sofrimento psíquico.

Por fim, ao abordar o papel do enfermeiro na Atenção Primária, os dados mostraram que esse profissional ocupa uma posição de liderança fundamental. Seu trabalho vai além do cuidado clínico tradicional, incluindo a triagem de riscos emocionais e cognitivos com instrumentos validados, incentivo a hábitos de vida mais ativos para combater o sedentarismo e fraqueza, implementação de abordagens inovadoras como o método Montessori adaptado e o uso terapêutico da música em grupos. Essas ações não apenas modificam o curso de doenças mentais, mas também fortalecem os laços com a comunidade.

13

Entre as principais limitações deste estudo, destaca-se que a maioria das pesquisas analisadas utilizou delineamentos transversais, ou seja, estudos que observam os participantes em apenas um momento no tempo. Esse tipo de metodologia não permite comprovar relações de causa e efeito a longo prazo entre envelhecimento e saúde mental. Além disso, foi identificada uma falta de estudos nacionais que investiguem, de maneira prática, intervenções voltadas à saúde mental de idosos que vivem em áreas rurais. Diante dessas limitações, é fundamental que futuras pesquisas sejam do tipo longitudinal, acompanhando os idosos ao longo do tempo e incluam estudos de campo para testar, de forma contínua, a eficácia de protocolos de rastreamento de depressão e ansiedade aplicados pelas equipes da Saúde da Família.

No geral, esse trabalho oferece um panorama atualizado que subsidia a prática gerontológica baseada em evidências, reforçando que a saúde mental de idosos demandam um olhar integral e atento ao território. Conclui-se que investir na qualificação dos profissionais de enfermagem na Atenção Primária é essencial não só para garantir cuidado qualificado na

longevidade, mas também para preservar a autonomia, independência e qualidade de vida subjetiva dessa população.

REFERÊNCIAS

ALHALASEH L, et al. Functional Status in Relation to Common Geriatric Syndromes and Sociodemographic Variables - A Step Forward Towards Healthy Aging. *Clin Interv Aging*, 2024; 19: 901-910.

ANDRADE C, et al. Tracking depression in institutionalized older adults. *Nursing (Ed. bras., Impr.)*, 2021; 24(280): 6179-6190.

BATTISTA F, et al. Sedentary lifestyle and physical inactivity: A mutual interplay with early and overt frailty. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*, 2025; 35.

BEIRUTH KCS, et al. Banda musical de idosos – uma estratégia para a gestão do cuidado em saúde. *Enferm Foco*, 2024; 15: 1-5.

BERGMAN A, et al. Older persons' lived experiences of being playful in nursing home settings – a phenomenological reflective lifeworld research study. *Int J Qual Stud Health Well-being*, 2026; 21(1).

BESPALHUK KTP, et al. Prevalência de sintomas depressivos em idosos atendidos em unidades de saúde da família e fatores associados. *Rev Enferm UFSM*, 2021; 11: e34: 1- 20.

CONTRERAS CCT, ROMERO AV. Qualidade de vida e fatores associados em idosos institucionalizados: implicações para a enfermagem gerontológica. *Estudo analítico. Rev Cuid*, 2025; 16(3): e5800.

GBESSEMEHLAN A, et al. Healthy aging: how does a multidimensional construct of functional ability predict objective and subjective outcomes? *BMC Geriatrics*, 2025; 25.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. 2022. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>.

LEE H, PARK E. Impact of functional level on cognitive function in adults aged 45 and older than 45 years in the Korean Longitudinal Study of Aging. *Australas J Ageing*, 2025; 44(1): e70014.

LIMA EFC. Capacidade funcional e seus fatores associados em idosos cadastrados nas unidades da Estratégia de Saúde da Família da zona rural do município de Picos/Piauí. Tese. São Paulo: s.n.; 2023; 119 p.

MARCELINO EM et al. Prevalence of depressive symptoms and health conditions in the

elderly treated in primary health care. *Rev Baiana Enferm*, 2022; 36.

MENDES KDS, SILVEIRA RCCP, GALVÃO CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, 2008; 17(4): 758-764.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS (ONU). *World Population Prospects 2022: Summary of Results*. Nova Iorque: United Nations; 2022. Disponível em: https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/wpp_2022_summary_of_results.pdf.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). *Envelhecimento saudável*. 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/envelhecimento-saudavel>.

PEREIRA JR, et al. Assistência de Enfermagem à Idosas em Residências Terapêuticas. *REVISA*, 2021; 10(4): 670-683.

PINHO KCQ, et al. Cuidados de enfermagem em idosos com depressão: revisão integrativa da literatura. *Research, Society and Development*, 2021; 10(5): e24610514944.

PREDEBON ML, et al. Global functionality and associated factors in the older adults followed by Home Care in Primary Health Care. *Rev Latinoam Enferm*, 2021; 29.

SILVA JDC, CARMO PAP. Competências do enfermeiro na promoção da saúde mental da pessoa idosa na atenção primária à saúde. *Revista Foco*, 2024; 17(10): e6116.

SOUZA JÚNIOR EV, et al. Is self-esteem associated with the elderly person's quality of life? *Rev Bras Enferm*, 2022; 75(Suppl 4).

SOUZA AP, et al. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. *Ciênc Saúde Colet*, 2022; 27(5): 1741-1752.

SOUZA DBG, QUIRINO LM, BARBOSA JSP. Influência comportamental do idoso frente ao processo de senescência e senilidade. *Rev Bras Interdiscip Saúde*, 2021; 3(4): 85-90.

STIVAL AP, et al. Demandas de cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde: perspectiva de enfermeiros supervisores. *Enferm Foco*, 2024; 15: e-202417.

THEIS S, et al. Influence of biopsychosocial factors on a functionally delayed ageing process. *Arch Gynecol Obstet*, 2025; 311(2): 519-528.

WOOLFORD M, et al. Intersection between person-centred practice and Montessori for dementia and ageing in residential aged care. *Age Ageing*, 2024; 53(10).