Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação — REASE

doi.org/10.51891/rease.v12i11.31561

# FATORES ASSOCIADOS AO SOFRIMENTO PSÍQUICO E À SAÚDE MENTAL DE PESSOAS IDOSAS

## FACTORS ASSOCIATED WITH PSYCHOLOGICAL DISTRESS AND MENTAL HEALTH IN OLDER ADULTS

## FACTORES ASOCIADOS AL SUFRIMIENTO PSÍQUICO Y A LA SALUD MENTAL DE LAS PERSONAS MAYORES

**Logan Caixeta Magalhães**[1]
**Gislaine Barbosa da Silva Oliveira**[2]
**Marcos André de Souza Lima**[3]
**Elisângela de Andrade Aoyama**[4]

RESUMO: Este estudo teve como objetivo analisar os fatores biológicos, psicológicos e sociais associados à saúde mental de pessoas idosas, destacando sua relação com o sofrimento psíquico e suas repercussões na qualidade de vida. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter qualitativo e descritivo, realizada nas bases SciELO, PubMed/MEDLINE e LILACS, com seleção de estudos publicados entre 2021 e 2026. Os resultados evidenciaram que fragilidade, dependência funcional, comprometimento cognitivo, multimorbidade, isolamento social, sintomas ansiosos e depressivos, perda auditiva e hábitos de vida inadequados podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. Em contrapartida, apoio familiar, participação social, atividade física, alimentação saudável, espiritualidade, lazer, intervenções psicológicas, reabilitação funcional e acompanhamento de enfermagem demonstraram efeitos protetivos sobre a saúde mental. Conclui-se que o sofrimento psíquico na velhice resulta da interação entre múltiplos fatores, exigindo abordagem integral e multidimensional. Destaca-se a importância da enfermagem na identificação precoce de vulnerabilidades, no fortalecimento da autonomia e na implementação de estratégias de promoção da saúde mental e da qualidade de vida da pessoa idosa.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Pessoa idosa. Sofrimento psíquico. Fatores de risco. Fatores de proteção.

[1]Acadêmico de enfermagem UNICEPLAC.
[2]Acadêmico de enfermagem UNICEPLAC.
[3]Orientador e docente na UNICEPLAC, Mestre em Gerontologia e doutorando em Gerontologia pela Universidade Católica de Brasília (UCB)
[4]Orientadora. docente na UNICEPLAC. Mestra em Engenharia Biomédica. Pós-graduada em Docência do Ensino Superior e Gestão em Educação Ambiental.

ABSTRACT: This study aimed to analyze the biological, psychological, and social factors associated with the mental health of older adults, highlighting their relationship with psychological distress and their impact on quality of life. This is an integrative literature review with a qualitative and descriptive approach, conducted in the SciELO, PubMed/MEDLINE, and LILACS databases, including studies published between 2021 and 2026. The results showed that frailty, functional dependence, cognitive impairment, multimorbidity, social isolation, anxiety and depressive symptoms, hearing loss, and unhealthy lifestyle habits may increase vulnerability to psychological distress. In contrast, family support, social participation, physical activity, healthy eating, spirituality, leisure, psychological interventions, functional rehabilitation, and nursing follow-up were identified as protective factors for mental health. It is concluded that psychological distress in old age results from the interaction of multiple factors and therefore requires a comprehensive and multidimensional approach. The importance of nursing is emphasized in the early identification of vulnerabilities, the promotion of autonomy, and the implementation of strategies aimed at improving mental health and quality of life among older adults.

**Keywords:** Mental health. Older adults. Psychological distress. Risk factors. Protective factors.

RESUMEN: Este estudio tuvo como objetivo analizar los factores biológicos, psicológicos y sociales asociados con la salud mental de las personas mayores, destacando su relación con el sufrimiento psíquico y sus repercusiones en la calidad de vida. Se trata de una revisión integrativa de la literatura, de carácter cualitativo y descriptivo, realizada en las bases de datos SciELO, PubMed/MEDLINE y LILACS, con estudios publicados entre 2021 y 2026. Los resultados mostraron que la fragilidad, la dependencia funcional, el deterioro cognitivo, la multimorbilidad, el aislamiento social, los síntomas de ansiedad y depresión, la pérdida auditiva y los hábitos de vida inadecuados pueden aumentar la vulnerabilidad al sufrimiento psíquico. En cambio, el apoyo familiar, la participación social, la actividad física, la alimentación saludable, la espiritualidad, el ocio, las intervenciones psicológicas, la rehabilitación funcional y el seguimiento de enfermería se identificaron como factores protectores. Se concluye que el sufrimiento psíquico en la vejez resulta de la interacción de múltiples factores, por lo que requiere un enfoque integral y multidimensional.



**Palabras clave:** Salud mental. Personas mayores. Sufrimiento psíquico. Factores de riesgo. Factores de protección.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem ampliado a necessidade de compreender a saúde mental da pessoa idosa de forma integrada, considerando não apenas a presença de transtornos psíquicos, mas também as condições físicas, cognitivas, sociais e funcionais que acompanham essa fase da vida. Estudos demonstram que a qualidade de vida na velhice pode ser influenciada pela funcionalidade familiar, prática de atividade física, escolaridade, condições clínicas e suporte social, evidenciando que o bem-estar mental resulta da interação entre diferentes dimensões do envelhecimento (Aquino *et al.*, 2024; Aguiar *et al.*, 2024; Sousa *et al.*, 2025; Torres

*et al.*, 2024). Essa perspectiva reforça a necessidade de compreender a saúde mental de maneira ampla, considerando fatores que podem aumentar ou reduzir a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico.

Entre os fatores biológicos e funcionais, a fragilidade, o comprometimento cognitivo, a sarcopenia, a dependência funcional e a presença de múltiplas doenças aparecem como elementos capazes de aumentar a vulnerabilidade da pessoa idosa. Mello *et al.* (2021) associam a fragilidade física ao comprometimento cognitivo, enquanto Sampaio *et al.* (2023) demonstram relação entre baixa força muscular e alterações cognitivas. Dias *et al.* (2023) e Panini *et al.* (2025) acrescentam que fragilidade, déficit cognitivo, dependência e sintomas depressivos podem coexistir, comprometendo a autonomia e a qualidade de vida. Esses achados indicam que alterações físicas e cognitivas podem potencializar e produzir repercussões também no bem-estar emocional.

No campo psicológico, sintomas de ansiedade, depressão, insônia, fadiga, irritabilidade e sentimentos de inutilidade podem afetar significativamente o cotidiano da pessoa idosa. Souza Júnior *et al.* (2021) apontam que os transtornos mentais comuns se associam à pior qualidade de vida, enquanto Torres *et al.* (2024) identificam relação entre sintomas ansiosos e depressivos, multimorbidade, autoavaliação negativa da saúde e menor prática de atividade física. Sousa *et al.* (2025) também destacam que dependência funcional, solidão e sensação de ser um fardo podem intensificar o sofrimento psíquico. Essas manifestações podem reduzir a participação social, a autonomia e a percepção de bem-estar, tornando necessária sua identificação precoce.



Os fatores sociais também exercem influência importante sobre a saúde mental na velhice. O isolamento, a redução das relações interpessoais e a baixa participação social podem aumentar sentimentos de solidão e insegurança, enquanto vínculos familiares e redes de apoio favorecem maior proteção emocional (Aquino *et al.*, 2024; Sousa *et al.*, 2025). Rodríguez-Campo *et al.* (2026) demonstram ainda que contextos de crise, como a pandemia e a exposição intensa a informações, podem favorecer medo, estresse e ansiedade, enquanto Lenardt *et al.* (2024) relacionam o isolamento social à redução da atividade física e ao aumento da fragilidade. Dessa forma, as condições sociais podem repercutir tanto na saúde emocional quanto na funcionalidade da pessoa idosa.

Além das condições clínicas e sociais, os hábitos de vida podem atuar como fatores de risco ou proteção. Carcelén-Fraile *et al.* (2024) demonstram que exercício físico associado a uma

alimentação equilibrada pode contribuir para redução de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, enquanto Mengist *et al.* (2025) associam maior consumo de alimentos ultraprocessados a sintomas depressivos e pior saúde mental. Li (2023) acrescenta que morar sozinho, vivenciar eventos negativos, apresentar doenças físicas e limitações nas atividades cotidianas também pode aumentar a vulnerabilidade emocional. Esses resultados mostram que comportamentos cotidianos e condições de vida interferem de maneira relevante no processo de envelhecimento e na manutenção da saúde mental.

Outros fatores funcionais, como alterações sensoriais, também podem repercutir sobre o bem-estar psicológico. Jeronymo *et al.* (2024) observaram que a perda auditiva pode comprometer comunicação, socialização e qualidade de vida, enquanto o uso de dispositivos de amplificação sonora favoreceu a melhora dos estados emocionais e da participação social. Esses resultados reforçam a compreensão de que a saúde mental da pessoa idosa está relacionada não somente aos aspectos psicológicos, mas também à capacidade de manter autonomia, comunicação e participação nas atividades cotidianas. A preservação dessas capacidades contribui para reduzir o isolamento e favorecer maior independência e integração social.

Nesse cenário, a enfermagem ocupa posição relevante na identificação precoce de vulnerabilidades e no desenvolvimento de estratégias de cuidado. Figueiredo *et al.* (2023) destacam a importância do acompanhamento realizado por enfermeiros na Atenção Primária à Saúde, considerando as necessidades físicas e psicológicas de idosos com condições crônicas. De forma complementar, Yao *et al.* (2023) demonstram que intervenções psicológicas conduzidas por enfermeiros podem contribuir para redução de sintomas depressivos e melhora de aspectos cognitivos, reforçando a importância de ações de enfermagem voltadas à promoção da saúde mental. Assim, o cuidado de enfermagem pode contribuir tanto para a prevenção quanto para o acompanhamento das alterações que afetam o bem-estar psíquico na velhice.



Embora os estudos apresentem diferentes fatores relacionados à saúde mental da pessoa idosa, observa-se que grande parte das pesquisas analisa aspectos físicos, psicológicos, sociais ou comportamentais de forma específica. Permanece, portanto, a necessidade de integrar essas diferentes dimensões para compreender como os fatores de risco e de proteção se relacionam com o sofrimento psíquico e a qualidade de vida. Diante dessa lacuna, este estudo busca analisar, de forma conjunta, os principais fatores associados à saúde mental da população idosa,

contribuindo para uma compreensão mais ampla do problema e para o fortalecimento de estratégias de promoção, prevenção e cuidado integral.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita reunir e analisar evidências científicas produzidas sobre um determinado fenômeno, contribuindo para a compreensão dos fatores associados à saúde mental da pessoa idosa e para a aplicação desses conhecimentos no cuidado em saúde. A elaboração e a organização do trabalho ocorreram no período de Março de 2026 a Setembro de 2026, para o desenvolvimento desta revisão, foram adotadas sete etapas metodológicas: (1) definição do tema e formulação da questão norteadora; (2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos; (3) separação por idioma (português e inglês); (4) determinação das informações relevantes a serem extraídas dos artigos selecionados; (5) análise criteriosa das produções incluídas; (6) interpretação e organização dos achados; e (7) síntese dos resultados.

Nesse sentido, para nortear a pesquisa, foi definida a seguinte questão-problema: de que forma os fatores biológicos, psicológicos e sociais interferem na saúde mental dos idosos? A organização da pergunta seguiu a estratégia PICO (Quadro 1), considerando a população investigada, o fenômeno de interesse, o elemento de comparação e o desfecho esperado:



**Quadro 1 –** Descrição da estratégia PICO. Brasília, Distrito Federal, Brasil, 2026

| Acrônimo | Análise |
|---|---|
| P – Paciente/População | Pessoas idosas em processo ou na fase de sofrimento psíquico |
| I – Intervenção/Fenômeno de interesse | Fatores biológicos, psicológicos e sociais associados à saúde mental |
| C – Comparação | Fatores de risco e fatores de proteção relacionados ao sofrimento psíquico |
| O – Outcome/Desfecho | Saúde mental, sofrimento psíquico e qualidade de vida da pessoa idosa |

**Fonte:** elaborado pelos autores, 2026

A busca foi realizada de forma sistematizada na base de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (PubMed), *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Biblioteca

Virtual em Saúde (BVS). Para o levantamento dos artigos, adotou-se o uso de descritores controlados do *Medical Subject Headings* (MeSH) combinados com termos livres enfatizando a preferência em artigos originais e de cunho científico (como estudo observacional, transversal, longitudinal, qualitativo e quantitativo, também com ensaios clínicos aleatórios e sistematizados).

O cruzamento dos descritores ocorreu mediante os operadores booleanos OR (para agrupar sinônimos e ampliar a busca) e AND (para a intersecção dos construtos) considerando somente o uso da língua portuguesa e inglesa. A equação de busca padronizada e aplicada nas bases de dados foi:

Na base *PubMed/MEDLINE*, empregou-se estratégia de busca com termos MeSH relacionados ao tema: ("*Mental Health*" OR "*Psychological Distress*" OR "*Depression*" OR "*Anxiety*") AND ("*Aged*" OR "*Frail Elderly*") AND ("*Risk Factors*" OR "*Protective Factors*" OR "*Social Support*").

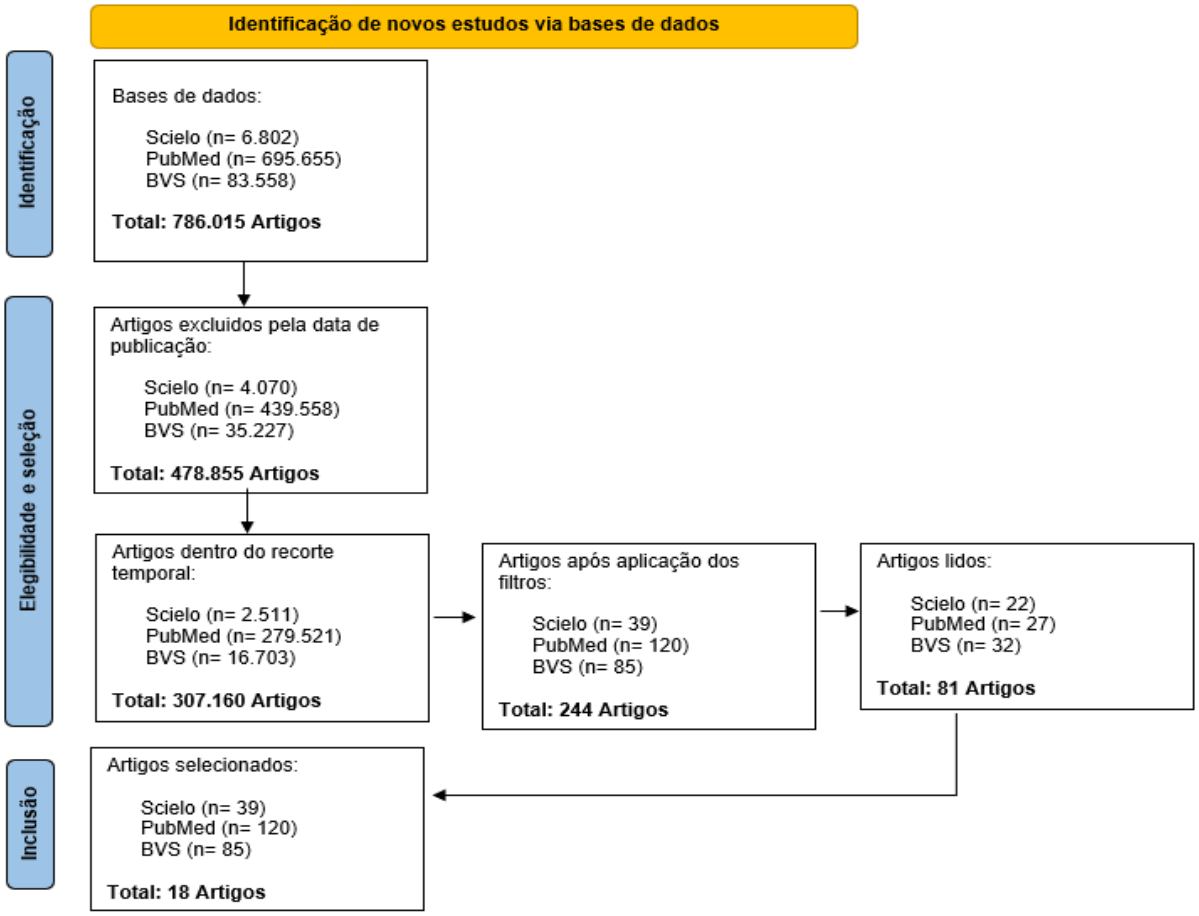
Na base *BVS*, foram utilizados descritores em português, conforme os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): ("Saúde Mental" OR "Sofrimento Psíquico" OR "Depressão" OR "Ansiedade") AND ("Idoso" OR "Idoso Fragilizado") AND ("Fatores de Risco" OR "Fatores de Proteção" OR "Apoio Social").



Na base *SciELO*, a busca foi realizada combinando descritores em português e inglês, buscando ampliar a recuperação dos estudos: ("Saúde Mental" OR "Mental Health" OR "Sofrimento Psíquico") AND ("Pessoa idosa" OR "*Aged*" OR "*Frail Elderly*") AND ("Fatores de Risco" OR "*Risk Factors*" OR "Fatores de Proteção" OR "*Protective Factors*" OR "Apoio Social" OR "*Social Support*").

A pesquisa preliminar identificou 786.015 artigos nas bases selecionadas, sendo 6.802 na SciELO, 695.655 na PubMed e 83.558 na BVS. Após a exclusão por data de publicação, foram retirados 478.855 artigos, permanecendo 307.160 estudos dentro do recorte temporal. Em seguida, com a aplicação dos filtros, restaram 244 artigos, dos quais 67 foram observados de serem duplicados, foram excluidos 41 por serem artigos de revisão sobrando apenas 136 artigos e 81 foram lidos para avaliação da pertinência com o tema e com a questão norteadora. Ao final do processo de triagem e elegibilidade, foram selecionados 18 artigos para compor a revisão, conforme apresentado no *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis* (PRISMA) na Figura 1.

**Figura 1 –** Fluxograma da seleção de artigos por metodologia PRISMA. Brasília, Distrito Federal, Brasil, 2026




**Fonte:** elaborado pelos autores, 2026

## RESULTADOS

No Quadro 2 estão presentes os 18 artigos selecionados após busca orientada pela metodologia descrita nesta pesquisa. Os estudos foram organizados de acordo com os autores/ano, país, objetivos, delineamento, amostra, cenário e principais achados.

**Quadro 2** – Caracterização dos estudos selecionados por autores/ano, país, objetivos, delineamento, amostras, cenário e principais achados

| Autor /ano | País | Objetivo | Delineamento | Amostra | Cenário | Principais achados |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Aguiar *et al.* (2024) | Brasil | Analisar fatores associados à qualidade de vida de idosos no contexto da COVID-19. | Estudo observacional em quatro Centros de Convivência da Terceira Idade | 345 Pessoas idosas | Centros de convivência | Escolaridade, lazer e ausência de ansiedade associaram-se à melhor qualidade de vida. |
| Aquino *et al.* (2024) | Brasil | Verificar associação entre qualidade de vida, suporte familiar e comportamentos de saúde. | Estudo transversal com análise de dados secundários com amostra probabilística representativa | 1.111 idosos | Comunidade | Suporte familiar, atividade física e família funcional favoreceram uma melhor qualidade de vida. |
| Carcelén-Fraile *et al.* (2024) | Espanha | Avaliar os efeitos do exercício e da nutrição na saúde mental de idosos. | Ensaio clínico controlado e randomizado, com dois grupos paralelos | 116 Pessoas idosas | Comunidade | Exercício resistido e dieta mediterrânea reduziram ansiedade, depressão e estresse. |
| Dias *et al.* (2023) | Brasil | Analisar a relação entre risco de quedas e síndrome da fragilidade em idosos. | Estudo transversal, analítico e multicêntrico, realizado em dois hospitais universitários | 323 Pessoas idosas | Comunidade/saúde | Fragilidade, déficit cognitivo, dependência e humor deprimido elevaram o risco de quedas. |

| Autor /ano | País | Objetivo | Delineamento | Amostra | Cenário | Principais achados |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Figueiredo *et al.* (2023) | Brasil | Compreender a visão de enfermeiros sobre o cuidado em saúde mental de idosos hipertensos | Estudo qualitativo, com entrevistas em profundidade e grupo focal | 16 enfermeiros | Atenção Primária | A enfermagem foi destacada na escuta, cuidado integral e acompanhamento contínuo. |
| Jeronymo *et al.* (2024) | Brasil | Avaliar estados emocionais e qualidade de vida antes e após uso de amplificação sonora | Estudo descritivo, longitudinal, quantitativo, com avaliação pré e pós-intervenção | 20 idosos com deficiência auditiva | Serviço de saúde | Os dispositivos auditivos reduziram a ansiedade, depressão e melhoram a socialização. |
| Lenardt *et al.* (2024) | Brasil | Analisar efeitos do isolamento social na fragilidade e atividade física de idosos | Estudo de coorte prospectivo, com duas ondas de avaliação e seguimento | 168 Pessoas idosas | Comunidade | O isolamento reduziu a atividade física e favoreceu pré-fragilidade e perda funcional. |
| Li (2023) | China | Avaliar fatores relacionados à saúde mental de idosos com apoio de inteligência artificial | Estudo quantitativo comunitário, com inquérito por questionários e amostragem por conglomerados estratificada em múltiplos estágios, associado a etapa de intervenção psicológica | 1.389 Pessoas idosas | Comunidade | Depressão associou-se a morar sozinho, eventos negativos e limitação nas atividades diárias. |

| Autor /ano | País | Objetivo | Delineamento | Amostra | Cenário | Principais achados |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Mengist *et al.* (2025) | Austrália/EUA | Analisar associação entre ultraprocessados, sintomas depressivos e saúde mental | Emulação de ensaio-alvo utilizando dados observacionais longitudinais | 11.192 Pessoas idosas | Comunidade | O alto consumo de ultraprocessados associou-se a sintomas depressivos e pior saúde mental. |
| Mello *et al.* (2021) | Brasil | Investigar associação entre alteração cognitiva e fragilidade física em idosos | Estudo observacional de corte transversal realizado em ambulatório de geriatria e gerontologia da atenção secundária | 407 Pessoas idosas | Atenção secundária | Idosos frágeis apresentaram maior chance de comprometimento cognitivo. |
| Panini *et al.* (2025) | Brasil | Verificar associação entre vulnerabilidade, fragilidade, depressão e declínio cognitivo | Estudo observacional e transversal, com amostragem por conveniência em ambulatório especializado de psiquiatria geriátrica. | 76 Pessoas idosas | Comunidade | Maior vulnerabilidade clínico-funcional associou-se a sintomas depressivos. |
| Rodríguez-Campo *et al.* (2026) | Chile /Brasil | Analisar relação entre infodemia, estresse, depressão e ansiedade em idosos | Estudo quantitativo, correlacional e transversal, com amostragem não probabilística e coleta telefônica e/ou on-line | 195 Pessoas idosas | Contexto pandêmico | Excesso de informações relacionou-se a medo, estresse, ansiedade e sofrimento emocional. |

| Autor /ano | País | Objetivo | Delineamento | Amostra | Cenário | Principais achados |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Sousa *et al.* (2025) | Brasil | Compreender aspectos da saúde mental de pessoas idosas dependentes | Pesquisa qualitativa multicêntrica, com entrevistas semiestruturadas e análise de conteúdo | 47 Pessoas idosas | Comunidade/serviços | Dependência, solidão e violência agravaram sofrimento; apoio e espiritualidade protegem. |
| Sampaio *et al.* (2023) | Brasil | Analisar associação entre sarcopenia e comprometimento cognitivo em idosos | Estudo observacional transversal realizado em serviço público de atenção especializada | 263 Pessoas idosas | Comunidade | Baixa força muscular associou-se ao comprometimento cognitivo e perda de autonomia. |
| Souza Júnior *et al.* (2021) | Brasil | Analisar associação entre transtorno mental comum e qualidade de vida em idosos | Estudo transversal, quantitativo, com análise multivariada da relação entre transtorno mental comum e qualidade de vida | 721 Pessoas idosas | Comunidade | Sintomas ansiosos, depressivos e somáticos associaram-se à pior qualidade de vida. |
| Torres *et al.* (2024) | Brasil | Identificar sintomas ansiosos e depressivos em idosos de áreas rurais | Estudo transversal com amostragem probabilística aleatória simples, estratificada proporcionalmente, e análise por regressão de Poisson | 249 Pessoas idosas | Estratégia Saúde da Família | Sintomas associados à saúde ruim, multimorbidade, medicamentos e baixa atividade física. |
| Yao *et al.* (2023) | China | Avaliar intervenção psicológica positiva conduzida por enfermeiros em idosos. | Ensaio clínico controlado não randomizado, com intervenção psicológica positiva conduzida por enfermeiros | 70 Pessoas idosas | Comunidade | A intervenção liderada por enfermeiros reduziu sintomas depressivos e melhorou o bem-estar. |

| Autor /ano | País | Objetivo | Delineamento | Amostra | Cenário | Principais achados |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | durante oito semanas. | | | |
| Zhang *et al.* (2024) | China | Avaliar mindfulness em pacientes hipertensos com depressão e/ou ansiedade. | Ensaio clínico prospectivo, randomizado e duplo-cego, com intervenção de mindfulness durante 10 semanas | 60 Pessoas idosas | Comunidade | *Mindfulness* reduziu ansiedade e depressão e melhorou a autoeficácia e percepção de saúde. |

**Fonte:** elaborado pelos autores, 2026.



No Quadro 3 foi sintetizado os fatores de risco e proteção dessa população idosa identificada nos artigos.

**Quadro 3 –** Síntese dos fatores identificados

| Fatores de risco | Fatores de proteção |
|---|---|
| Fragilidade física | Atividade física |
| Dependência funcional | Apoio familiar |
| Multimorbidade | Participação social |
| Isolamento social | Redes de apoio |
| Sintomas depressivos | Alimentação saudável |
| Sintomas ansiosos | Espiritualidade |
| Comprometimento cognitivo | Intervenções psicológicas |
| Perda auditiva | Reabilitação auditiva |

| | |
|---|---|
| Morar sozinho | Cuidado de enfermagem |
| Eventos negativos de vida | Escuta qualificada |
| Sedentarismo | Lazer |
| Consumo de ultraprocessados | Dieta equilibrada |
| Baixa autoestima | Autonomia preservada |
| Polifarmácia | Acompanhamento contínuo |
| Excesso de informações | Letramento digital e apoio social |

**Fonte:** elaborado pelos autores, 2026

## DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão evidenciam que a saúde mental da pessoa idosa é determinada pela interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais, funcionais e comportamentais, não sendo possível atribuir o sofrimento psíquico a uma única condição. Aquino *et al.* (2024) e Aguiar *et al.* (2024) demonstram que suporte familiar, atividade física, lazer, escolaridade e condições de saúde estão relacionados à qualidade de vida, enquanto Souza Júnior *et al.* (2021), Torres *et al.* (2024) e Sousa *et al.* (2025) destacam sintomas depressivos, ansiedade, solidão e perda de autonomia como condições capazes de comprometer o bem-estar. A aproximação desses achados reforça a necessidade de avaliar a pessoa idosa de maneira integral, considerando simultaneamente suas condições clínicas e o contexto em que está inserida.



No âmbito físico e funcional, os resultados indicam importante relação entre fragilidade, alterações cognitivas e saúde mental. Mello *et al.* (2021) demonstram que idosos fisicamente frágeis apresentam maior possibilidade de comprometimento cognitivo, enquanto Sampaio *et al.* (2023) associam a redução da força muscular às alterações cognitivas. De maneira complementar, Dias *et al.* (2023) identificam fragilidade, dependência funcional, déficit cognitivo e humor deprimido entre condições relacionadas à maior vulnerabilidade, e Panini *et al.* (2025) relacionam maior comprometimento clínico-funcional aos sintomas depressivos. Esses resultados sugerem que a perda funcional pode ultrapassar as limitações físicas, afetando a autonomia, independência e percepção de capacidade da pessoa idosa.

As manifestações psicológicas também apresentaram repercussões significativas sobre a qualidade de vida. Souza Júnior *et al.* (2021) associam os transtornos mentais comuns, caracterizados por manifestações ansiosas, depressivas e somáticas, à pior qualidade de vida, resultado semelhante ao observado por Torres *et al.* (2024), que identificaram relação entre sintomas ansiosos e depressivos, multimorbidade, baixa atividade física e pior autoavaliação da saúde. Sousa *et al.* (2025) acrescentam que dependência, solidão e sensação de ser um fardo podem intensificar o sofrimento psicológico. Em conjunto, esses achados indicam que alterações emocionais frequentemente coexistem com problemas clínicos e funcionais, podendo estabelecer um processo de agravamento mútuo entre saúde física e mental.

Os aspectos sociais mostraram-se igualmente relevantes. Aquino *et al.* (2024) destacam a funcionalidade familiar como elemento favorável à qualidade de vida, enquanto Sousa *et al.* (2025) evidenciam que relações interpessoais, socialização e espiritualidade podem contribuir para o enfrentamento de situações adversas. Em contrapartida, Lenardt *et al.* (2024) demonstram que o isolamento e o distanciamento social estiveram relacionados à redução da atividade física e ao avanço da fragilidade, e Rodríguez-Campo *et al.* (2026) associam situações vivenciadas durante a pandemia a medo, estresse e ansiedade. Dessa forma, os achados indicam que vínculos sociais e familiares podem representar proteção, enquanto isolamento e redução da participação social ampliam vulnerabilidades já existentes.



Os comportamentos relacionados à saúde também apresentaram influência sobre o sofrimento psíquico. Carcelén-Fraile *et al.* (2024) observaram benefícios do exercício físico associado à alimentação mediterrânea sobre ansiedade, depressão, estresse e qualidade do sono. Em sentido complementar, Mengist *et al.* (2025) demonstram que maior consumo de alimentos ultraprocessados está associado a maior risco de sintomas depressivos e pior componente mental da qualidade de vida. Li (2023) acrescenta fatores como morar sozinho, vivenciar acontecimentos negativos, apresentar doenças físicas e limitações nas atividades diárias. Esses resultados reforçam que estratégias de promoção da saúde precisam contemplar hábitos cotidianos e condições sociais, e não somente intervenções direcionadas aos sintomas já estabelecidos.

Outras limitações funcionais também podem repercutir sobre a saúde emocional e social. Jeronymo *et al.* (2024) evidenciam que a deficiência auditiva interfere na comunicação, nos estados emocionais e na qualidade de vida, enquanto a utilização de dispositivos de amplificação

sonora apresentou benefícios sobre ansiedade, depressão e participação social. Esse resultado dialoga com Aguiar *et al.* (2024) e Aquino *et al.* (2024), que ressaltam a importância do lazer, das relações familiares e da participação nas atividades cotidianas. Assim, preservar ou recuperar capacidades funcionais pode favorecer não apenas independência física, mas também integração social e bem-estar psicológico.

No que se refere à enfermagem, os achados demonstram possibilidades concretas de participação desse profissional na promoção e proteção da saúde mental da pessoa idosa. Figueiredo *et al.* (2023) identificam a necessidade de um cuidado mais integral na Atenção Primária, considerando aspectos psicológicos associados às condições crônicas. Yao *et al.* (2023), por sua vez, demonstram resultados favoráveis de uma intervenção psicológica positiva conduzida por enfermeiros em idosos com comprometimento cognitivo leve e depressão. Quando analisados conjuntamente, esses estudos indicam que a enfermagem pode ultrapassar a identificação de sinais de sofrimento, participando ativamente de intervenções, acompanhamento longitudinal, educação em saúde e fortalecimento da autonomia.

Os achados desta revisão demonstram que a saúde mental da pessoa idosa está associada a múltiplos fatores biológicos, psicológicos, sociais e comportamentais, porém a interpretação desses resultados deve considerar o delineamento metodológico dos estudos analisados. Pesquisas transversais, como as de Mello *et al.* (2021), Souza Júnior *et al.* (2021), Dias *et al.* (2023), Aquino *et al.* (2024), Torres *et al.* (2024) e Panini *et al.* (2025), permitem identificar relações entre fragilidade, comprometimento cognitivo, sintomas ansiosos e depressivos, dependência funcional, multimorbidade e qualidade de vida, mas não possibilitam afirmar que essas condições sejam necessariamente causa direta umas das outras. Dessa forma, os resultados devem ser compreendidos como associações relevantes que ajudam a reconhecer grupos mais vulneráveis, sem estabelecer relações causais que os próprios desenhos dos estudos não permitem confirmar.



Na análise conjuntamente com os fatores físicos e cognitivos, observa-se convergência entre os estudos ao indicar que fragilidade, redução da força muscular, dependência funcional e alterações cognitivas tendem a ocorrer em associação com pior condição emocional e funcional. Mello *et al.* (2021) e Sampaio *et al.* (2023) aproximam-se ao demonstrar relações entre comprometimento físico e cognitivo, enquanto Dias *et al.* (2023) e Panini *et al.* (2025) acrescentam que fragilidade, humor deprimido e maior vulnerabilidade clínico-funcional

podem coexistir. Esses resultados se complementam ao sugerir que a perda de funcionalidade pode estar inserida em um contexto mais amplo de vulnerabilidade, no qual limitações físicas, cognitivas e emocionais se sobrepõem. Entretanto, não é possível determinar, a partir desses estudos, se a fragilidade antecede o sofrimento psíquico ou se alterações emocionais contribuem para maior perda funcional, reforçando a necessidade de estudos longitudinais.

Esses achados apresentam implicações importantes para a prática da enfermagem, especialmente na Atenção Primária à Saúde. A consulta de enfermagem deve incorporar uma avaliação multidimensional da pessoa idosa, contemplando não apenas sinais e sintomas físicos, mas também cognição, humor, funcionalidade, risco de quedas, suporte familiar, participação social, alimentação, atividade física, condições sensoriais e presença de doenças crônicas. Figueiredo *et al.* (2023) reforçam a importância da atuação do enfermeiro na identificação de necessidades de saúde mental em idosos acompanhados na Atenção Primária, enquanto Yao *et al.* (2023) demonstra que intervenções conduzidas por enfermeiros podem produzir resultados positivos quando estruturadas e acompanhadas. Nesse sentido, a enfermagem pode contribuir para reconhecer precocemente vulnerabilidades, organizar planos de cuidado individualizados e articular encaminhamentos para outros profissionais quando necessário.



De forma geral, a síntese dos estudos indica que a saúde mental da pessoa idosa deve ser compreendida a partir da interação entre condições clínicas, funcionais, emocionais e sociais, evitando interpretações simplificadas de causa e efeito. A principal contribuição desses achados para a enfermagem está na possibilidade de utilizar essas associações como sinais de alerta durante a avaliação e o acompanhamento longitudinal, priorizando idosos que apresentam múltiplas vulnerabilidades. Ao mesmo tempo, as diferenças entre os delineamentos, amostras e instrumentos utilizados limitam comparações diretas e reforçam a necessidade de novas pesquisas longitudinais e estudos de intervenção, especialmente voltados à Atenção Primária e ao cuidado de enfermagem. Dessa forma, futuras investigações poderão esclarecer melhor a direção das associações observadas e avaliar quais estratégias são mais efetivas para promover saúde mental, autonomia e qualidade de vida na velhice.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental da pessoa idosa é influenciada pela interação entre fatores biológicos, psicológicos, sociais, funcionais e comportamentais. Fragilidade, dependência funcional,

comprometimento cognitivo, multimorbidade, isolamento social, sintomas ansiosos e depressivos, alterações sensoriais e hábitos inadequados podem intensificar o sofrimento psíquico e comprometer a autonomia e a qualidade de vida.

Os resultados também demonstram que fatores de proteção, como apoio familiar, participação social, atividade física, alimentação equilibrada, lazer, espiritualidade, reabilitação funcional e intervenções psicológicas, contribuem para a preservação do bem-estar emocional. Dessa forma, o envelhecimento saudável depende não apenas do controle de doenças, mas também da manutenção da funcionalidade, dos vínculos sociais, da autonomia e da participação ativa da pessoa idosa em seu contexto de vida.

O objetivo do estudo foi alcançado ao identificar os principais fatores relacionados à saúde mental da população idosa, descrever os elementos de risco e proteção associados ao sofrimento psíquico e demonstrar como esses fatores interferem na saúde mental e na qualidade de vida. A análise evidenciou ainda que esses elementos não atuam de forma isolada, podendo se acumular e potencializar situações de vulnerabilidade ou, quando presentes de forma favorável, fortalecer a capacidade de enfrentamento e proteção da pessoa idosa.

Como contribuição para a enfermagem, o estudo reforça a importância do enfermeiro na identificação precoce de alterações emocionais, cognitivas e funcionais, na escuta qualificada e no acompanhamento contínuo da pessoa idosa. Além disso, intervenções conduzidas pela enfermagem, ações educativas, estímulo à autonomia e fortalecimento das redes de apoio demonstram potencial para reduzir sintomas de sofrimento psíquico e favorecer um cuidado mais integral, humanizado e direcionado às necessidades individuais.



Como limitações, destaca-se que o estudo foi desenvolvido por meio de revisão integrativa da literatura, dependendo da disponibilidade e das características metodológicas das pesquisas incluídas. Além disso, os estudos apresentaram diferentes populações, contextos e instrumentos de avaliação, o que pode limitar a comparação direta entre os resultados. Recomenda-se que futuras pesquisas investiguem intervenções específicas de enfermagem e acompanhem idosos em diferentes cenários de atenção à saúde, permitindo avaliar estratégias de prevenção, promoção da saúde mental e melhoria da qualidade de vida ao longo do envelhecimento.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR A.D *et al.* Qualidade de vida de pessoas idosas em tempos de controle epidemiológico de pandemia da covid-19: fatores associados. **Rev. bras. geriatr. gerontol. (Online)**; 27: e230287, 2024.

AQUINO M.T *et al.* Associação entre qualidade de vida relacionada à saúde, suporte familiar, condições sociodemográficas e comportamentos de saúde em idosos: estudo SABE. **Cad Saúde Colet**. 2024;32(3):e32030529.

BRASIL. **Estatuto da Pessoa Idosa: Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003**. Brasília, DF: Presidência da República, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia de cuidados para a pessoa idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde da pessoa idosa: saúde mental, CADERNETA BRASILEIRA DA PESSOA IDOSA**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2026.

BRASIL. Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq). Portaria CNPq nº 2.664, de 6 de março de 2026. Institui a Política de Integridade na Atividade Científica do CNPq. **Diário Oficial da União: seção 1**, Brasília, DF, 11 mar. 2026.

CARCELÉN-FRAILE, M. D. C. *et al.* Exercise and nutrition in the mental health of the older adult population: a randomized controlled clinical trial. Nutrients, v. 16, n. 11, art. 1741, 2024.

DIAS A.L *et al.* Risco de quedas e a síndrome da fragilidade no idoso. **Acta Paul Enferm**. 2023;36:eAPE006731.

Figueiredo CA *et al.* Perspectives of Brazilian Primary Care Nurses on Mental Health Care for Hypertensive Older Adults: A Qualitative Study. **Int J Environ Res Public Health**. 2023 Jun 20;20(12):6185. doi: 10.3390/ijerph20126185. PMID: 37372771; PMCID: PMC10298682.

JERONYMO J.J *et al.* Estados emocionais e qualidade de vida em pessoa idosa pré e pós uso de dispositivos eletrônicos de amplificação sonora., **Distúrb Comun, São Paulo, 2024;36(3): e66569**.

LENARDT M.H *et al.* Efeitos do isolamento e do distanciamento sociais na fragilidade em idosos e nas atividades físicas realizadas por eles. **Aquichan.** 2024;24(1):e2417.

Li X. Evaluation and Analysis of Elderly Mental Health Based on Artificial Intelligence. **Occup Ther Int.** 2023 Feb 9;2023:7077568. doi: 10.1155/2023/7077568. PMID: 36817324.

MENGIST B *et al.* The risk associated with ultra-processed food intake on depressive symptoms and mental health in older adults: a target trial emulation. **BMC Med.** 2025 Mar 24;23(1):172. doi: 10.1186/s12916-025-04002-4. PMID: 40128798.

MELLO B.H *et al.* Alteração cognitiva e fragilidade física em idosos da atenção secundária à saúde. **Rev Esc Enferm USP**. 2021;55:e03687.

PANINI A.V *et al.* Associação Entre Vulnerabilidade, Fragilidade, Sintomas Depressivos E Declínio Cognitivo Em Idosos No Sul Do Brasil. **Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR (Online).** v29i2.2025-11313.

RODRÍGUEZ-CAMPO V.A *et al.* Infodemia na COVID-19 e sua relação com estresse, depressão e ansiedade em idosos. **Rev. Latino-Am. Enfermagem.** 2026;34:e4750.

SOUSA G.S *et al.* Pessoas idosas dependentes e sua saúde mental: estudo multicêntrico brasileiro. 2025. 13 f., Universidade Federal de São Paulo , **Cadernos de Saúde Pública**, 2021.

SAMPAIO R.X *et al.* Associação dos parâmetros clínicos de sarcopenia e comprometimento cognitivo em pessoas idosas: estudo transversal. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** 2023;26:e220181.

SOUZA JÚNIOR E.V *et al.* Associação entre transtorno mental comum e qualidade de vida de pessoas idosas. **Rev Esc Enferm USP.** 2021;55:e20210057.

TORRES A.G *et al.* Sintomas ansiosos e depressivos em pessoas idosas assistidas pela Estratégia Saúde da Família em áreas rurais de Campo Grande/MS. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** 2024;27:e240028.

YAO, Xiuyu *et al*. A nurse-led positive psychological intervention among elderly community-dwelling adults with mild cognitive impairment and depression: a non-randomized controlled trial. **International Journal of Geriatric Psychiatry**, v. 38, n. 6, e5951, 2023.

ZHANG, H. *et al*. Mindfulness-based intervention for hypertension patients with depression and/or anxiety in the community: a randomized controlled trial. **Trials**, v. 25, n. 1, art. 299, 2024.