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

doi.org/10.51891/rease.v12i11.32817

A ATUAÇÃO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE NA PREVENÇÃO DO SOFRIMENTO PSÍQUICO EM PESSOAS IDOSAS

THE ROLE OF PRIMARY HEALTH CARE IN PREVENTING PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN OLDER ADULTS

EL PAPEL DE LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD EN LA PREVENCIÓN DEL SUFRIMIENTO PSÍQUICO EN PERSONAS MAYORES

Yohanie Stephanie Sousa Melo[1]
Albert Adan Alves Cezar[2]
Alícia Germano Soares Portela[3]
Gabrieli Fernandes Melo[4]
Izabelle Barbosa de Lima[5]
João Gabriel Gomes Martins de Carvalho[6]
Maria Luíza de Almeida e Silva[7]
Marianny Lopes Soares de Souza[8]
Maria Theresa Pereira dos Santos[9]
Thayse Emanuelle Marcolino de Araújo[10]
Yoshyara da Costa Anacleto Estrela[11]

RESUMO: Esse artigo buscou analisar como a Atenção Primária à Saúde atua na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas. Para isso, realizou-se uma revisão integrativa da literatura nas bases PUBMED, LIVIVO, Portal de Periódicos da CAPES, OpenAlex, ProQuest e Science Direct, utilizando os Descritores em Ciência da Saúde (DeCS): "Saúde Mental", "Promoção em saúde", "Idoso" e "Atenção Primária à Saúde", juntamente ao operador booleano AND. Do total de 2790 encontrados, apenas 15 atenderam aos critérios de inclusão (textos disponíveis online, completos e gratuitos, em português, espanhol ou inglês, publicados entre 2011 a 2026) e responderam à pergunta norteadora: "Como a APS atua na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas?". Os estudos evidenciam que a APS atua de forma multifacetada, com destaque para o fortalecimento das redes de apoio familiar, social e comunitário, as práticas coletivas na redução de sintomas psíquicos e a articulação da rede de cuidado. Quanto aos fatores de risco, predominaram o isolamento e o suporte social insuficiente, e a atividade física surgiu como estratégia complementar de promoção da saúde mental. Portanto, a APS é estratégica na promoção da saúde mental da pessoa idosa.

Palavras-chave: Promoção da Saúde. Atenção à Saúde do Idoso. Saúde Mental.

[1] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[2] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[3] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[4] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[5] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[6] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[7] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[8] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[9] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[10] Discente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP).
[11] Docente do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos (UNIFIP). Orientadora.

ABSTRACT: This article aimed to analyze how Primary Health Care (PHC) acts in promoting mental health and preventing psychological distress among older adults. An integrative literature review was conducted in the PUBMED, LIVIVO, CAPES Journal Portal, OpenAlex, ProQuest, and ScienceDirect databases, using the Health Sciences Descriptors (DeCS) "Mental Health," "Health Promotion," "Aged," and "Primary Health Care," combined with the Boolean operator AND. Of the 2,790 records found, only 15 met the inclusion criteria (full texts available online free of charge, in Portuguese, Spanish, or English, published between 2011 and 2026) and answered the guiding question: "How does PHC act in promoting mental health and preventing psychological distress among older adults?" The studies show that PHC acts in a multifaceted way, particularly by strengthening family, social, and community support networks, promoting group practices to reduce psychological symptoms, and coordinating the care network. Regarding risk factors, isolation and insufficient social support predominated, and physical activity emerged as a complementary strategy for mental health promotion. Therefore, PHC is strategic in promoting mental health among older adults.

Keywords: Health Promotion. Health Services for the Aged. Mental Health.

RESUMEN: Este artículo buscó analizar cómo actúa la Atención Primaria de Salud en la promoción de la salud mental y en la prevención del sufrimiento psíquico en personas mayores. Para ello, se realizó una revisión integrativa de la literatura en las bases de datos PUBMED, LIVIVO, Portal de Periódicos da CAPES, OpenAlex, ProQuest y Science Direct, utilizando los Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS): "Salud Mental", "Promoción de la Salud", "Anciano" y "Atención Primaria de Salud", junto con el operador booleano AND. Del total de 2790 estudios encontrados, solo 15 cumplieron los criterios de inclusión (textos disponibles en línea, completos y gratuitos, en portugués, español o inglés, publicados entre 2011 y 2026) y respondieron a la pregunta orientadora: "¿Cómo actúa la APS en la promoción de la salud mental y en la prevención del sufrimiento psíquico en personas mayores?". Los estudios evidencian que la APS actúa de forma multifacética, con énfasis en el fortalecimiento de las redes de apoyo familiar, social y comunitario, las prácticas colectivas en la reducción de síntomas psíquicos y la articulación de la red de atención. En cuanto a los factores de riesgo, predominaron el aislamiento y el apoyo social insuficiente, y la actividad física surgió como estrategia complementaria de promoción de la salud mental. Por lo tanto, la APS es estratégica en la promoción de la salud mental de la persona mayor.

Palabras clave: Promoción de la Salud. Atención a la Salud del Anciano. Salud Mental.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional brasileiro representa um importante desafio para a saúde pública, especialmente diante das demandas relacionadas à manutenção da saúde mental e da qualidade de vida das pessoas idosas (AGUIAR BN, et al., 2022).

Segundo dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019, realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a prevalência de diagnóstico de depressão foi de 13,2% entre indivíduos de 60 a 64 anos, constituindo a faixa etária com maior proporção de diagnósticos na população investigada (IBGE, 2020). Nesse contexto, a ocorrência de sintomas depressivos na velhice deve ser compreendida a partir de uma perspectiva multifatorial, que considere não apenas as condições clínicas, mas também os aspectos funcionais e psicossociais do envelhecimento (QUEIROZ SM, et al., 2024).

Entre os fatores associados, destacam-se o declínio da capacidade funcional, a presença de doenças crônicas, as limitações para a realização das atividades cotidianas, as perdas afetivas e as mudanças nas relações sociais, que podem comprometer a autonomia e a percepção de qualidade de vida (CRUZ SILVA MPG, et al., 2024).

A Estratégia Saúde da Família (ESF) desempenha papel fundamental na promoção da saúde mental da população idosa, uma vez que a proximidade entre as equipes de saúde e a comunidade favorece a construção de vínculos, a continuidade do cuidado e a identificação precoce de vulnerabilidades psicossociais. Nesse contexto, as visitas domiciliares e a atuação dos agentes comunitários de saúde possibilitam uma compreensão ampliada das condições de vida, das relações familiares, das necessidades individuais, dos contextos socioeconômico e cultural, contribuindo assim para o desenvolvimento de intervenções territorializadas e adequadas à realidade dos usuários (RIBEIRO AG, et al., 2026).

Além disso, a integralidade do cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde (APS) requer uma atuação multidisciplinar e articulada entre os diferentes níveis de atenção, através de multiprofissionais, considerando a complexidade das demandas associadas ao envelhecimento. A integração com a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), aliada ao acolhimento, ao acompanhamento contínuo e à construção compartilhada de projetos terapêuticos, favorece a continuidade da assistência e o fortalecimento da autonomia das pessoas idosas. Dessa maneira, a adoção de práticas humanizadas e intersetoriais contribui para a redução da fragmentação do cuidado e para a promoção do bem-estar emocional e da qualidade de vida dessa população (BRASIL, 2026).

Dessa forma, torna-se essencial fortalecer estratégias de promoção da saúde, prevenção de agravos e cuidado integral à pessoa idosa, contemplando o envelhecimento saudável, a autonomia, a funcionalidade e a participação social (ANDRES L, et al., 2024). Nesse contexto, a promoção da saúde mental deve integrar as ações da Atenção Primária à Saúde (APS), mediante a prevenção do sofrimento psíquico, a identificação precoce de transtornos mentais e o fortalecimento das redes de apoio, visando à preservação do bem-estar emocional e da qualidade de vida (GONÇALVES MS, et al., 2024).

Portanto, o objetivo deste trabalho foi analisar como a Atenção Primária à Saúde atua na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas.

MÉTODOS

Adotou-se uma revisão integrativa de literatura, visto que ela possibilita a identificação, a análise crítica e a síntese sistematizada de evidências científicas acerca do fenômeno estudado. Essa abordagem permite reunir resultados de pesquisas com diferentes delineamentos metodológicos, favorecendo uma análise abrangente do conhecimento produzido sobre determinada temática (DANTAS HLL, et al., 2021).

O estudo foi realizado seguindo as fases: 1) elaboração da questão norteadora; 2) busca na literatura através das bases de dados selecionadas; 3 e 4) coleta e análise dos artigos, com base nos critérios de inclusão e exclusão escolhidos pelo pesquisador; 5) discussão dos resultados baseados nos estudos e no objetivo do trabalho e 6) apresentação da revisão integrativa (SANTANA VVR, et al., 2020).

Através dessas etapas, objetivou-se responder ao seguinte questionamento: Como a APS atua na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas? As bases de dados utilizadas para a realização da pesquisa foram: *National Library of Medicine National Institutes of Health* (PUBMED), *The Search Portal for Life Sciences* (LIVIVO), Portal de Periódicos da CAPES, *OpenAlex*, *ProQuest* e *Science Direct*. Para isso, utilizaram-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "Saúde Mental", "Promoção em saúde", "Idoso" e "Atenção Primária à Saúde", além do operador booleano *AND* com o objetivo de relacionar os termos.

Foram utilizados como critério de inclusão: ano de publicação entre 2011 e 2026; artigos completos e disponíveis, em idiomas português, espanhol e inglês. Como critérios de exclusão, foram adotados: estudos realizados com animais, artigos duplicados. Posteriormente, foi realizada a leitura de títulos e resumos, para avaliação e seleção dos artigos, excluindo-se aqueles que não estavam relacionados à pesquisa, que não respondiam à questão norteadora ou que estavam duplicados entre as bases de busca. A amostra foi composta por 15 artigos (**Figura 1**).

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos.



Fonte: Dados de pesquisa. MELO YSM, et al., 2026.

RESULTADOS

No **Quadro 1**, verifica-se a descrição geral dos trabalhos escolhidos para constituir a Revisão Integrativa da Literatura. Desse modo, pode-se observar uma prevalência de trabalhos publicados em 2024 (26,7%; n=4) e, evidencia-se o Brasil como responsável por 46,7% das publicações (n=7). Além disso, no que se refere ao tipo de estudo, destacam-se as revisões da literatura (33,3%; n=5), que englobam revisões narrativas (n=2), bibliográfica (n=1), integrativa (n=1) e de escopo (n=1), seguidas dos estudos transversais (20,0%; n=3) e dos estudos qualitativos (20,0%; n=3). Com relação ao idioma de publicação, se sobressai o inglês, que representa a maioria dos trabalhos (60,0%; n=9), seguido do português (40,0%; n=6).

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL.

Autor (Ano)	Título	Idioma e país	Periódico	Tipo de Estudo
Baladón et al. (2015)	Prevalence of mental disorders in non-demented elderly people in primary care.	Inglês, Espanha	International Psychogeriatrics Association	Estudo transversal

Autor (Ano)	Título	Idioma e país	Periódico	Tipo de Estudo
Cardoso et al. (2024)	Abordagens diagnósticas e terapêuticas na depressão em pacientes com idade geriátrica - uma revisão bibliográfica.	Português, Brasil	RECIMA21- Revista Científica Multidisciplinar	Revisão bibliográfica
Cordeiro et al. (2020)	Mental health profile of the elderly community: a cross-sectional study	Inglês, Brasil	Revista Brasileira de Enfermagem	Estudo quantitativo descritivo
Daban et al. (2021)	Improving mental health and wellbeing in elderly people isolated at home due to architectural barriers: A community health intervention	Inglês, Espanha	Atención Primaria	Estudo quase-experimental antes e depois
Fjellså et al. (2023)	Older Adults'Experiences With Participation and eHealth in Care Coordination:Qualitative Interview Study in a Primary Care Setting	Inglês, Noruega	Journal of Participatory Medicine	Estudo qualitativo exploratório
Garcia, Moreira e Oliveira (2017)	Saúde mental do idoso na atenção primária: uma análise das percepções de profissionais de saúde.	Português, Brasil	Revista Kairós - Gerontologia	Estudo qualitativo, de caráter exploratório descritivo
Kafczyk e Hämel (2023)	Primary mental healthcare for older people in India: between stigmatization and community orientation.	Inglês, Índia	Discover Mental Health	Estudo qualitativo, com análise temática secundária de entrevistas semiestruturadas
Kolster et al. (2023)	Targeted health promotion with guided nature walks or group exercise: a controlled trial in primary care.	Inglês, Finlândia	Frontiers in Public Health	Estudo controlado não randomizado
Miranda et al. (2024)	Análise entre o atendimento na atenção primária de saúde e a diminuição no número de casos de depressão em idosos no Brasil.	Português, Brasil	RECIMA21- Revista Científica Multidisciplinar	Estudo transversal e observacional
Mulat, Nebiyu e Wassie (2021)	Prevalence of depression and associated factors among elderly people in Womberma District, north-west, Ethiopia.	Inglês, Etiópia	BMC psychiatry	Estudo transversal
Queiroz et al. (2024)	Depressão do idoso na atenção primária	Português, Brasil	Research Society and Development	Revisão narrativa da literatura
Silva e Almeida (2026)	Práticas coletivas para a saúde mental dos idosos: contribuições no contexto da Atenção Primária à Saúde	Português, Brasil	Revista Acadêmica Licencia&acturas	Revisão narrativa da literatura

Autor (Ano)	Título	Idioma e país	Periódico	Tipo de Estudo
Sadio et al. (2024)	Social prescription for the elderly: a community-based scoping review.	Inglês, Portugal	Primary Health Care Research & Development	Estudo de Escopo
Souza et al. (2022)	Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa	Português, Brasil	Ciência & Saúde Coletiva	Revisão integrativa da literatura
Zhao et al. (2026)	Integrating Community and Digital Support Through Social Prescribing to Improve Mental Health in Rural Older Adults in South Korea: Quasi-Experimental Study.	Inglês, Coreia do Sul	JMIR Aging	Estudo quase-experimental

Fonte: Dados de pesquisa. MELO YSM, et al., 2026.

De acordo com o **Quadro 2**, os estudos foram categorizados de acordo com três parâmetros temáticos. Na categoria "Atuação da APS na promoção da saúde mental de idosos", teve destaque as redes de apoio familiar, social e comunitário (n=5; 33,33%), seguida das práticas coletivas na redução de sintomas psíquicos (26,67%; n=4) e da articulação da rede de cuidado e integração dos serviços de saúde (26,67%; n=4). Dentre aqueles que citam determinantes associados ao adoecimento psíquico, evidencia-se a prevalência de fatores relacionados ao bem-estar social, isolamento e suporte social insuficiente (n=6; 40%). Ademais, dois estudos (13,33%) relacionam a prática de exercício físico à promoção da saúde mental, destacando as caminhadas em ambientes naturais e os exercícios físicos como estratégias potencialmente benéficas.

Quadro 2: Categorização dos estudos selecionados na pesquisa.

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
Atuação da APS promoção da saúde mental de idosos	Detecção precoce dos sinais de sofrimento psíquico	Cardoso *et al.* (2024); Cordeiro *et al.* (2020); Miranda *et al.* (2024)	3	20,00
	Continuidade do cuidado	Fjellså *et al.* (2023); Miranda *et al.* (2024); Sadio *et al.* (2024)	3	20,00
	Programas de apoio social na redução de sintomas depressivos	de Queiroz *et al.* (2024)	1	6,67
	Facilidade de acesso aos serviços de saúde	Fjellså *et al.* (2023); Kafczyk e Hämel (2023)	2	13,33

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
	Redes de apoio familiar, social e comunitário	Baladón *et al.* (2015); Kafczyk e Hämel (2023); Mulat, Nebiyu e Wassie (2021); Queiroz *et al.* (2024); Sadio *et al.* (2024)	5	33,33
	Práticas coletivas na redução de sintomas psíquicos	Silva e Almeida (2026); Sadio *et al.* (2024); Souza *et al.* (2022); Zhao *et al.* (2026)	4	26,67
	Articulação da rede de cuidado e integração dos serviços de saúde	Garcia, Moreira e Oliveira (2017); Kafczyk e Hämel (2023); Sadio *et al.* (2024); Zhao *et al.* (2026)	4	26,67
	Estratégias individualizadas e valorização dos aspectos socioculturais	Cordeiro *et al.* (2020); Kafczyk e Hämel (2023); Sadio *et al.* (2024)	3	20,00
Fatores de risco relacionados ao desenvolvimento de doenças mentais	Condições sociodemográficas	Baladón *et al.* (2015); Daban *et al.* (2021); Mulat, Nebiyu e Wassie (2021)	3	20,00
	Fatores clínicos prévios e vulnerabilidade funcional	Fjellså *et al.* (2023); Mulat, Nebiyu e Wassie (2021); Queiroz *et al.* (2024)	3	20,00
	Fatores relacionados ao bem-estar social, isolamento e suporte social insuficiente	Baladón *et al.* (2015); Daban *et al.* (2021); Kafczyk e Hämel (2023); Mulat, Nebiyu e Wassie (2021); Queiroz *et al.* (2024); Sadio *et al.* (2024)	6	40,00
Atividade como estratégia de promoção da saúde mental	Caminhadas em ambientes naturais e exercícios físicos	Kolster, *et al.* (2023); Silva e Almeida (2026)	2	13,33

Fonte: Dados de pesquisa. MELO YSM, et al., 2026.

DISCUSSÃO

Os resultados mapeados nesta revisão integrativa evidenciam que a Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha um papel estratégico e multifacetado na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico da população idosa. Em resposta à pergunta condutora deste estudo, observou-se que a atuação da APS transcende o modelo biomédico tradicional, estruturando-se a partir de três eixos fundamentais: a detecção precoce de sintomas e a

continuidade do cuidado; a consolidação de redes de apoio social e práticas comunitárias coletivas, e o incentivo à adoção de hábitos saudáveis, como a prática de atividades físicas em ambientes comunitários. A síntese das evidências demonstra que a proximidade das equipes de saúde da família com o território favorece o estabelecimento de vínculos terapêuticos duradouros, elemento indispensável para identificar vulnerabilidades emocionais frequentemente subdiagnosticadas no envelhecimento.

No âmbito da atuação preventiva, a detecção precoce dos sinais de sofrimento psíquico emergiu como uma dimensão prioritária nos estudos analisados, correspondendo a 20% das publicações selecionadas. As evidências apontam que a longitudinalidade do acompanhamento na APS permite aos profissionais de saúde identificar manifestações sutis de quadros depressivos e ansiosos que, por vezes, são mascarados por queixas somáticas ou atribuídos erroneamente ao processo natural de envelhecimento. Essa constatação alinha-se aos achados de Sousa AP, et al., (2020), que ressaltam como o declínio funcional e as comorbidades crônicas potencializam o isolamento e a dor emocional, exigindo que as equipes da Atenção Básica desenvolvam um olhar atento e humanizado. Complementarmente, Floriano PJ e Dalgalarrondo P (2007) corroboram que a aproximação contínua das equipes da Estratégia Saúde da Família possibilita mapear os fatores socioculturais e de suporte vulneráveis, viabilizando diagnósticos oportunos de alterações do humor e intervindo antes que os quadros psíquicos se agravem.

Essa discussão torna-se de caráter relevante pelo risco do estigma da associação das alterações emocionais associadas à idade. A tristeza continuada, a perda de interesse, o isolamento e o afastamento da participação social não devem ser colocados como consequências inerentes do envelhecimento. A Organização Mundial da Saúde (OMS) afirma que os transtornos mentais na pessoa idosa são frequentemente confundidos com outros quadros depressivos e insuficientemente tratados, sendo a solidão e o isolamento social importantes fatores de risco para o comprometimento da saúde mental (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2026). Dessa maneira, a intervenção das equipes da Estratégia Saúde da Família, através das consultas, visitas domiciliares e acompanhamento longitudinal, apresenta potencial para direcionar ações efetivas de maneira precocemente e evitando que situações identificadas precocemente evoluam para quadros de maior gravidade.

Outro achado que se expressa nessa revisão corresponde à centralidade das redes de apoio familiar, social e comunitário, identificadas em 33,33% dos estudos. Essa incidência sugere

que as relações sociais são meios imprescindíveis na proteção da saúde mental durante a velhice, principalmente quando são conjugadas à manutenção do pertencimento, da autonomia e da participação social. A carência do suporte social, por sua vez, pode intensificar sentimentos de solidão, abandono e desvalorização, ampliando a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico. Mulat N, et al., (2021), ao investigarem a prevalência da depressão e seus fatores associados em pessoas idosas, intensificam para a compreensão da interação entre condições individuais e determinantes sociais no desenvolvimento de manifestações depressivas. De maneira convergente, Queiroz SM, et al., (2024) aborda a necessidade de entender como a depressão geriátrica a partir de uma perspectiva multifatorial, considerando aspectos clínicos, físicos e psicossociais.

Sob essa perspectiva, o fortalecimento das redes de apoio pela APS não deve se abster à responsabilização dos familiares pelo cuidado, mas participar da construção de estratégias que abordem as possibilidades de inserção na sociedade da pessoa idosa. A organização de grupos de idosos, atividades educativas e de saúde, espaços de interação e iniciativas de integração entre gerações pode favorecer a formação de vínculos e a ampliação das oportunidades de interação. A revisão de Souza GS, et al., (2022) identificou que as ações coletivas contribuem para o fortalecimento do bem-estar pessoal, do sentimento de pertencimento, da interação social e da ressignificação do processo de envelhecimento. Assim, essas práticas representam alternativas de intervenção que relacionam promoção da saúde, prevenção do sofrimento psíquico e valorização da pessoa idosa enquanto sujeito autônomo de sua própria trajetória.

Nesse contexto, destaca-se a prescrição social como uma estratégia potencialmente relevante para ampliar a atuação da APS para além das intervenções estritamente clínicas. Os resultados de Sadio R, et al., (2024) evidenciam o interesse crescente por abordagens comunitárias destinadas a conectar pessoas idosas a recursos sociais e atividades disponíveis em seus territórios. Essa estratégia permite reconhecer que determinadas necessidades relacionadas à saúde mental podem demandar respostas que envolvam espaços culturais, atividades de lazer, grupos de convivência e iniciativas comunitárias, além dos serviços assistenciais tradicionais. Entretanto, sua implementação pressupõe a existência de recursos comunitários acessíveis, profissionais capacitados para realizar encaminhamentos e mecanismos de acompanhamento que permitam avaliar a participação e os benefícios dessas iniciativas.

Além das estratégias de fortalecimento da convivência social, as ações comunitárias também podem contribuir para a promoção da saúde mental dos idosos, principalmente daqueles que vivem em situação de isolamento. Daban F, et al., (2021), ao avaliarem uma intervenção comunitária direcionada a idosos que viviam isolados em suas residências devido a barreiras arquitetônicas, observaram melhorias na saúde física e mental autorreferida, além da redução dos sintomas de ansiedade após o acompanhamento. De forma semelhante, Conceição AF, et al., (2025) avaliaram um programa de exercícios físicos realizado em unidades da Estratégia Saúde da Família e identificaram uma redução na média dos sintomas depressivos. Entretanto, essa diferença não foi estatisticamente significativa entre os grupos. Esses resultados mostram que a APS pode desenvolver ações que vão além das consultas individuais, considerando as dificuldades de mobilidade dos idosos e incentivando sua participação em atividades físicas e comunitárias.

Entretanto, nem todas as intervenções foram resultados promissores para a saúde mental. Nakamura CA, et al., (2024) concluíram que ao avaliarem uma intervenção de autoajuda por mensagens de celular para idosos com sintomas depressivos, não mostraram melhora significativa em comparação ao grupo controle. Esse resultado demonstra que estratégias complementares, como letramento digital, precisam considerar as dificuldades e as condições de acesso da população idosa. Dessa forma, é importante que a APS avalie a adequação dessas iniciativas e realize o acompanhamento dos participantes, de modo que todas as estratégias sejam integradas ao cuidado contínuo e individualizado.

A importância da movimentação e integração entre os serviços de saúde também se evidencia nos resultados desta revisão, uma vez que a união da rede de cuidado foi predominante em 26,67% dos estudos. A minuciosidade das necessidades da população idosa, frequentemente associadas a condições crônicas, limitações funcionais e demandas psicossociais, necessita de respostas que não sejam fragmentadas. Garcia BN, et al., (2017) demonstram, a partir do olhar dos profissionais de saúde, a relevância da organização das redes de cuidado e das práticas desenvolvidas na atenção primária para a prevenção em saúde mental da pessoa idosa. Complementarmente, Kafczyk T e Hämel K (2023) discutem os desafios da assistência em saúde mental para pessoas idosas, evidenciando a importância de abordagens comunitárias e multifatoriais diante de processos de estigmatização e barreiras de acesso.

Por fim, as evidências reunidas indicam direções concretas para a transformação da prática assistencial e para o avanço da pesquisa científica em gerontologia. Para a rotina da

Estratégia Saúde da Família, ressalta-se a necessidade de superar o modelo ambulatorial e medicalizante ainda sobressalente nos serviços Garcia BN, et al., (2017), promovendo a capacitação continuada das equipes e a valorização das visitas domiciliares na construção de vínculos duradouros (RIBEIRO AG, et al., 2026). Além disso, torna-se imperativo fortalecer a integração com a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) através de práticas de apoio matricial (BRASIL, 2026) e expandir intervenções comunitárias embasadas na prescrição social e em atividades coletivas (SADIO R, et al., 2024; SILVA SR e ALMEIDA CVB, 2026). Para futuras investigações, sugere-se avaliar a viabilidade de tecnologias digitais e de saúde conectada para a população idosa no SUS, superando barreiras de letramento digital observadas em intervenções com telessaúde e mensagens móveis (FJELLSÅ HMH, et al., 2023; NAKAMURA CA, et al., 2024), além de mensurar o impacto econômico da atuação preventiva da APS na redução de hospitalizações psiquiátricas evitáveis.

CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo analisar como a Atenção Primária à Saúde (APS) atua na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas. Ao longo da pesquisa, as evidências demonstraram os reflexos da atuação preventiva desenvolvida na APS, interligada ao atributo da longitudinalidade, uma vez que essa característica permite aos profissionais de saúde identificar e interpretar sintomas de quadros psíquicos frequentemente negligenciados ao longo do envelhecimento.

Conclui-se, portanto, que a Atenção Primária à Saúde ocupa posição estratégica na promoção da saúde mental e na prevenção do sofrimento psíquico em pessoas idosas, ao articular a detecção precoce, a continuidade do cuidado, o fortalecimento das redes de apoio, às práticas coletivas e a integração com a Rede de Atenção Psicossocial, em uma atuação que transcende o modelo biomédico tradicional. Diante do isolamento e do suporte social insuficiente como principais fatores de risco, recomenda-se que as equipes da Estratégia Saúde da Família ampliem as ações comunitárias e intersetoriais, valorizem as visitas domiciliares e invistam na capacitação contínua dos profissionais. Sugere-se, ainda, a realização de estudos longitudinais e experimentais no contexto brasileiro, a fim de avaliar a efetividade dessas intervenções e subsidiar políticas públicas voltadas ao envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, BN. *et al.* Depressão em idosos: uma revisão integrativa da literatura. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v.25, n. 1, p. 1-10, 2022.

ANDRES, L. *et al.* Métodos de Diagnóstico da Depressão em Idosos: Desafios e Abordagens Psiquiátricas. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 6, p. 1412-1432, 2024.

BALADÓN, L. *et al.* Prevalence of mental disorders in non-demented elderly people in primary care. International Psychogeriatrics, v. 27, n. 5, p. 757-768, 2015. DOI: https://doi.org/10.1017/S1041610214002841.

BRASIL. Ministério da Saúde. Guia de acolhimento à crise em saúde mental na Rede de Atenção Psicossocial (Raps). Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2026. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_acolhimento_crise_saude_mental.pdf.

CARDOSO, AMS. *et al.* Abordagens diagnósticas e terapêuticas na depressão em pacientes com idade geriátrica - uma revisão bibliográfica. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, v. 5, n. 3, p. e535021, 2024. DOI: https://doi.org/10.47820/recima21.v5i3.5021.

CONCEIÇÃO, AF. *et al.* Efetividade de um programa de treinamento multicomponente nos sintomas depressivos em idosos da Estratégia de Saúde da Família. Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano, v. 27, p. e98597, 2025. DOI: https://doi.org/10.1590/1980-0037.2025v27e98597.

CORDEIRO, RC. *et al.* Mental health profile of the elderly community: a cross-sectional study. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, n. 1, p. e20180191, 2020. DOI: https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0191.

CRUZ SILVA, MPG. *et al.* Prevalência, uso de serviços de saúde e fatores associados à depressão em pessoas idosas no Brasil. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 27, 2024.

DABAN, F. *et al.* Improving mental health and wellbeing in elderly people isolated at home due to architectural barriers: a community health intervention. Atención Primaria, v. 53, n. 5, p. 102020, 2021. DOI: https://doi.org/10.1016/j.aprim.2021.102020.

DANTAS, HLL. *et al.* Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. Revista Científica de Enfermagem, v. 12, n. 37, p. 334-345, 2021.

FJELLSÅ, HMH. *et al.* Older adults' experiences with participation and eHealth in care coordination: qualitative interview study in a primary care setting. Journal of Participatory Medicine, v. 15, p. e47550, 2023. DOI: https://doi.org/10.2196/47550.

FLORIANO, PJ.; DALGALARRONDO, P. Saúde mental, qualidade de vida e religião em idosos de um Programa de Saúde da Família. Jornal Brasileiro de Psiquiatria, v. 56, n. 3, 2007. DOI: https://doi.org/10.1590/S0047-20852007000300002.

GARCIA, BN. *et al.* Saúde mental do idoso na atenção primária: uma análise das percepções de profissionais de saúde. Revista Kairós-Gerontologia, v. 20, n. 4, p. 153-174, 2017. DOI: http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i4p153-174.

GONÇALVES, MS. *et al.* Depressão em idosos: fatores contribuintes e intervenções terapêuticas — uma revisão bibliográfica. Revista Científica Multidisciplinar, v. 5, n. 6, 2024.

KAFCZYK, T.; HÄMEL, K. Primary mental healthcare for older people in India: between stigmatization and community orientation. Discover Mental Health, v. 3, n. 1, p. 14, 2023. DOI: https://doi.org/10.1007/s44192-023-00040-7.

KOLSTER, A. *et al.* Targeted health promotion with guided nature walks or group exercise: a controlled trial in primary care. Frontiers in Public Health, v. 11, p. 1208858, 2023. DOI: https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1208858.

MIRANDA, AH. *et al.* Análise entre o atendimento na atenção primária de saúde e a diminuição no número de casos de depressão em idosos no Brasil. RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar, v. 5, n. 8, p. e585564, 2024. DOI: https://doi.org/10.47820/recima21.v5i8.5564.

MULAT, N. *et al.* Prevalence of depression and associated factors among elderly people in Womberma District, north-west, Ethiopia. BMC Psychiatry, v. 21, p. 136, 2021. DOI: https://doi.org/10.1186/s12888-021-03145-x.

NAKAMURA, CA. *et al.* A self-help mobile messaging intervention to improve subthreshold depressive symptoms among older adults in a socioeconomically deprived region of Brazil (PRODIGITAL): a pragmatic, two-arm randomised controlled trial. The Lancet Regional Health – Americas, v. 39, p. 100897, 2024. DOI: https://doi.org/10.1016/j.lana.2024.100897.

QUEIROZ, SM. *et al.* Depressão do idoso na atenção primária. Research, Society and Development, v. 13, n. 11, p. e46131147197, 2024. DOI: http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v13i11.47197.

RIBEIRO, AG. *et al.* Visita domiciliar em saúde mental na Atenção Primária à Saúde: percepções da equipe de enfermagem. Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 47, p. e20250147, 2026. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-1447.2026.20250147.pt.

SADIO, R. *et al.* Social prescription for the elderly: a community-based scoping review. Primary Health Care Research & Development, v. 25, p. e46, 2024. DOI: https://doi.org/10.1017/S1463423624000410.

SANTANA, VVR. *et al.* Revisão integrativa de literatura: fatores de risco para o agravamento da COVID-19 em indivíduos jovens. Enfermagem em Foco, v. 11, n. 2, p. 37-45, 2020.

SILVA, SR.; ALMEIDA, CVB. Práticas coletivas para a saúde mental dos idosos: contribuições no contexto da atenção primária à saúde. Revista Acadêmica Licencia&Acturas, v. 14, n. 1, p. e373, 2026. DOI: https://doi.org/10.55602/rlic.v14i1.373.

SOUSA, GS. *et al.* Pessoas idosas dependentes e sua saúde mental: estudo multicêntrico brasileiro. Cadernos de Saúde Pública, v. 41, n. 5, 2025. DOI: https://doi.org/10.1590/0102-311XPT142424.

SOUZA, AP. *et al.* Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, n. 5, p. 1741-1752, 2022. DOI: https://doi.org/10.1590/1413-81232022275.23112021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health of older adults. Geneva: WHO, 2026. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults.

ZHAO, B. *et al.* Integrating Community and Digital Support Through Social Prescribing to Improve Mental Health in Rural Older Adults in South Korea: Quasi-Experimental Study. JMIR Aging, v. 9, p. e76201, 2026. DOI: https://doi.org/10.2196/76201.