

INTERVENÇÕES PSICOSSOCIAIS PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM IDOSOS

Gabriel Fernandes de Lima - Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Gabriele Fernandes de Lima - Graduanda do Curso de Medicina da Unifacisa

Francisco Rafael da Costa Vieira – Graduando do Curso de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Ezymar Gomes Cayana - Orientador - Doutor, Universidade Federal de Campina Grande - UFCG

Contatos: fernandes.lima@estudante.ufcg.edu.br; gabifernandesdli@gmail.com; costa.vieira@estudante.ufcg.edu.br;
ezymar.gomes@professor.ufcg.edu.br

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- OBJETIVOS:
- Analisar o impacto das intervenções psicossociais na saúde mental dos idosos;
- Observar quais atividades psicossociais são mais efetivas para promover a saúde mental desses pacientes;
- Examinar com que frequência essas intervenções devem ser realizadas.

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

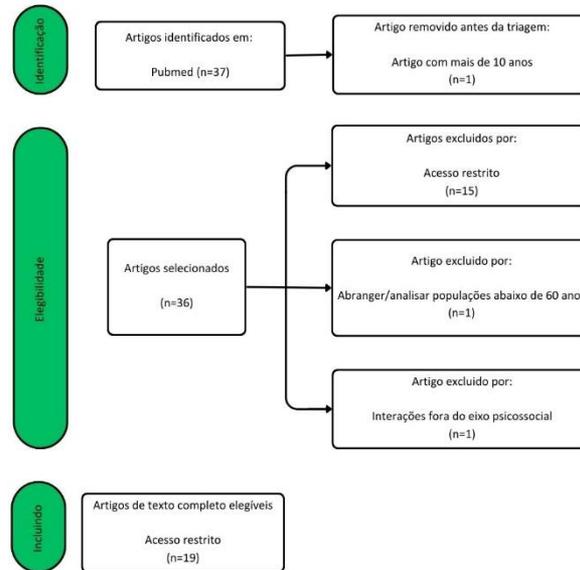
- JUSTIFICATIVA:
- Alta incidência e prevalência de transtornos mentais em idosos;
- Estudos promissores revelam a eficácia de tratamentos psicossociais para:
 - Combater a depressão;
 - Combater o transtorno de ansiedade;
 - Combater o sentimento exacerbado de solidão;
 - Promover benefícios para a cognição;
 - Promover melhora do humor.

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- INTRODUÇÃO:
- Sintomas de apatia, solidão e ideação suicida são comuns em idosos com transtornos mentais;
- As intervenções psicossociais têm por objetivo:
 - Tratar e reabilitar idosos que já possuem transtornos mentais;
 - Prevenir o surgimento de transtornos mentais em idosos saudáveis;
- Tipos de intervenções psicossociais analisadas:
 - Terapias cognitivo-comportamentais;
 - Terapias com o uso da arte;
 - Terapias com foco na mudança de mentalidade para promover a valorização do tempo presente (mindfulness).

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- METODOLOGIA:
- Realizou-se uma revisão sistemática feita a partir de pesquisa nas bases SciELO e PubMed, com os descritores “OlderAdults”, “Mental Health” e “PsychosocialIntervention”.



Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- REFERENCIAL TEÓRICO:
- Os principais transtornos mentais, como a depressão e o transtorno de ansiedade, são caracterizados por:
 - Desequilíbrio na produção dos neurotransmissores serotonina e dopamina;
 - Desregulação do sistema límbico;
 - Alta ativação da habênula;
- Intervenções psicossociais possuem a capacidade de regular o sistema límbico;
- Terapias cognitivo-comportamentais e atividades de socialização atuam em sistemas primitivos do ser humano, resultando na liberação de serotonina e de dopamina.

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- RESULTADOS E DISCUSSÃO:
- Intervenções psicossociais resultaram em benefícios para a saúde mental dos idosos;
- Terapias cognitivo-comportamentais promoveram taxas eficazes de recuperação de quadros de depressão.
- Atividades de socialização, lazer e exercícios de relaxamento melhoraram o humor e a cognição dos idosos;
- Intervenções psicossociais ajudaram a prevenir casos de transtornos mentais em idosos saudáveis.

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

- CONSIDERAÇÕES FINAIS:
- Devido a sua alta eficácia, intervenções psicossociais devem ser utilizadas para combater transtornos mentais em idosos;
- Estas trazem benefícios também na redução da necessidade de uso de medicamentos para tratar as doenças mentais;
- Por ser um campo extremamente promissor, é fundamental a realização de maiores estudos para a ampla compreensão dos benefícios das terapias psicossociais na promoção da saúde mental de idosos.

Intervenções Psicossociais Para a Promoção da Saúde Mental em Idosos

➤ REFERÊNCIAS:

HENRIQUE, M. G. *et al.* Acceptability and fidelity of a psychosocial intervention (PROACTIVE) for older adults with depression in a basic health unit in São Paulo, Brazil: a qualitative study. **BMC Public Health**, [s. l.], 14 dez. 2021. DOI 10.1186/s12889-021-12402-3. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34903192/>. Acesso em: 26 set. 2023.

CHOI, N. G.; SIREY, J. A.; BRUCE, M. L. Depression in Homebound Older Adults: Recent Advances in Screening and Psychosocial Interventions. *Depression in Homebound Older Adults*, [S. l.], p. 16-23, 1 mar. 2013. DOI 10.1007/s13670-012-0032-3. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23459163/>. Acesso em: 26 set. 2023.

ESMAEILZADEH, S.; OZ, F. Effect of psychosocial care model applied in an "elderly day care center" on loneliness, depression, quality of life, and elderly attitude. *Niger J Clin Pract*, [S. l.], v. 23, n. 2, p. 189-197, fev. 2020. DOI 10.4103/njcp.njcp_366_19. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32031093/>. Acesso em: 26 set. 2023