

EXPERIÊNCIAS DO ENVELHECIMENTO E SUAS REPERCUSSÕES NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS A PARTIR DE ATENDIMENTOS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Envelhecimento; Atenção Primária à Saúde; Saúde Mental; Saúde do Idoso

Introdução

O envelhecimento é um processo natural do curso da vida e traz consigo mudanças corporais, sociais e afetivas. A partir dos sessenta anos, o envelhecimento ganha outras facetas, trazendo o título de pessoa idosa ao sujeito, além de transformações que podem afetar diretamente a saúde psíquica desse indivíduo, como a presença de limitações físicas e perdas de entes queridos. A presença de estudos que se debruçam nesta temática se faz mister, diante do aumento da população idosa no Brasil e das consequências imediatas que tal realidade traz ao sistema de saúde público no Brasil. O objetivo do estudo é apresentar as demandas observadas ao longo do encontro com pessoas com sessenta anos ou mais na atenção primária e promover uma reflexão crítica acerca da experiência do envelhecer e do lugar da psicologia no cuidado à pessoa idosa no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS).

Métodos

O presente estudo se configura como um relato de experiência, utilizando métodos descritivos, a partir de atendimentos individuais e grupais da psicóloga residente em um período de cinco meses, numa Unidade de Atenção Primária em Saúde no município de Fortaleza/CE. O perfil dos usuários foi predominantemente feminino, com uma idade que varia de 60 a 80 anos. Foi realizado um número de encontros que variaram de 4 a 10 atendimentos, entre individuais e grupais.

Resultados / Discussão

Ao longo dos atendimentos observou-se a prevalência de pessoas idosas que enfrentam a diminuição e/ou perda de laços sociais, o que restringe as experiências de vinculação e propulsiona comportamentos de isolamento. Também se percebeu a presença das perdas de capacidade física diante do processo de senescência, e em outros casos, de senilidade, diminuindo a autonomia e o senso de autoeficácia da pessoa idosa. Por último, se observou que a diminuição do status da pessoa idosa, a partir da perda do lugar social de sujeito produtivo, exigido na sociedade capitalista, proporcionam a diminuição da autoestima desses sujeitos. Os impactos percebidos potencializam diretamente o aumento de episódios depressivos nessa população, já que as demandas, em suma, se aproximam sintomaticamente à essa realidade. Nesse sentido, percebe-se que a experiência do envelhecer é marcada por vivências que fogem do controle do psicólogo, mas que podem ser pensadas formas alternativas de enfrentamento diante desses processos de perdas, caracterizados na psicologia como lutos simbólicos. No contexto do atendimento na APS buscou-se intervenções voltadas ao fortalecimento dos laços comunitários, por meio da inserção do usuário em grupos, e da autonomia do sujeito idoso, através de momentos de psicoeducação e educação em saúde, concomitantemente ao cuidado integrado aos processos de adoecimentos do usuário idoso, mediante a criação de propostas de cuidado multiprofissional.

Considerações Finais

O lugar da psicologia na Atenção Primária, é perceber as demandas latentes dessa comunidade e propor uma escuta sensível, por meio de práticas de prevenção e promoção à saúde. A criação de propostas grupais, para a criação e fortalecimento de vínculos, momentos de educação em saúde para preparar essa população para as mudanças na saúde comuns a essa fase, estimular um envelhecimento ativo e compartilhar os direitos e potencialidades desse grupo, para a apropriação e empoderamento das pessoas idosas, podem se configurar como propostas possíveis para o cuidado dessa população no contexto do SUS.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

SAÚDE MENTAL DE IDOSOS. World Health Organization, 2026. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>. Acesso em: 23 mai. 2026.
LEANDRO-FRANÇA, Cristineide; GIARDINI MURTA, Sheila.
Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. Psicologia: Ciência e profissão, v. 34, n. 2, p. 318-329, 2014.