

Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Etec Prof. Dr. José Dagnoni
Técnico em Enfermagem

A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM NA PROMOÇÃO À SAÚDE MENTAL DO IDOSO

Gabriela Fagundes Satiro¹
Giovanna Batista dos Santos Sousa²
Jefferson Pinto Pereira Nunes³
Lara Beatriz Da Silva⁴
Yasmin Bianco Hernandez Leaf⁵

RESUMO: Diante de um crescimento significativo da população idosa, houve também uma crescente demanda da parte da equipe de enfermagem sobre a saúde mental, incluindo conhecimentos e formas de aprimoramento nos cuidados voltados à terceira idade. Este estudo tem por objetivo transparecer a importância da promoção e participação da enfermagem na saúde mental do idoso, compreender os fatores de riscos que interferem na saúde psíquica e propor orientações para o cuidado, a fim de preservar a saúde mental desses indivíduos. Trata-se de um estudo bibliográfico com abordagem qualitativa. Os resultados obtidos nos mostram que a atuação da enfermagem se destaca na participação de programas que auxiliem no tratamento e prevenção da depressão, assim como no cuidado direto com o paciente. Os fatores de risco que interferem na saúde psíquica do idoso são, o isolamento social, o abandono familiar, as patologias comumente da terceira idade e o processo de envelhecimento. Concluímos que a família é uma parte crucial para o tratamento da depressão na terceira idade, combinada com políticas públicas para desenvolver um cuidado integral e interdisciplinar de qualidade, juntamente com a participação da enfermagem irão agregar na sua saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde mental 1, Idoso 2, Enfermagem 3.

¹ Aluna do curso Técnico em enfermagem, na Etec Prof. Dr. José Dagnoni – gabriela.satiro@etec.sp.gov.br

² Aluno do curso Técnico em enfermagem, na Etec Prof. Dr. José Dagnoni – giovanna.sousa71@etec.sp.gov.br

³ Aluno do curso Técnico em enfermagem, na Etec Prof. Dr. José Dagnoni – jefferson.nunes2@etec.sp.gov.br

⁴ Aluno do curso Técnico em enfermagem, na Etec Prof. Dr. José Dagnoni – lara.silva167@etec.sp.gov.br

⁵ Aluno do curso Técnico em enfermagem, na Etec Prof. Dr. José Dagnoni – yasmin.leal3@etec.sp.gov.br

1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo do desenvolvimento natural, envolvendo alterações neurobiológicas estruturais, funcionais e químicas. E segundo França (2017), também incidem sobre o organismo fatores ambientais e socioculturais, como qualidade e estilo de vida, dieta, sedentarismo e exercício, intimamente ligados ao envelhecimento sadio ou patológico. Associadamente com esse processo pode-se desenvolver transtornos mentais, principalmente relacionados à cognição como déficits de memória, linguagem e funções executivas, além da falta de planejamento e organização. Gonçalves (2008), caracteriza que outros fatores como abandono familiar, dependência de terceiros, baixa autoestima, doenças físicas e o processo de envelhecimento podem desencadear a depressão na terceira idade.

O Brasil vem se tornando um país com a maior população idosa, que segundo a Secretaria de Comunicação Social, foi realizado um levantamento pelo IBGE, no ano de 2022, onde foi constatado um crescimento de 57,4% em 12 anos dessa população. Diante desse crescimento, também houve um aumento significativo para a área da saúde em relação aos transtornos mentais dos idosos, que são causadas por abandono, isolamento social, perdas familiares, doenças crônicas-degenerativas, carências assistenciais e a falta de políticas públicas.

Isso desencadeou, uma crescente demanda da parte da equipe de enfermagem sobre a saúde mental do idoso, com mais conhecimentos e formas de aprimoramento nos cuidados voltados a essa pessoa e maneiras de abordagem sobre o assunto com o idoso ou os familiares desse indivíduo.

Os desequilíbrios emocionais causados pela depressão em idosos tendem a piorar outras doenças, sobretudo aquelas consideradas crônicas, como a diabetes e a hipertensão (GONÇALVES 2008). Tendo em vista as consequências negativas que essa doença pode causar na vida do idoso, é inegável a importância da atuação da equipe de enfermagem ao cuidado desses indivíduos, o que nos causou a seguinte dúvida “Como a enfermagem pode atuar na promoção à saúde mental do idoso?”.

Temos por objetivo transparecer a importância da promoção e participação da enfermagem na saúde mental do idoso, compreender os fatores de riscos que interferem na saúde psíquica da pessoa idosa e propor orientações para o cuidado, a fim de preservar a saúde mental da pessoa idosa. Com base nesse propósito, buscamos responder a diversos questionamentos cruciais para a temática e indagamos as principais causas de transtornos mentais que acometem a terceira idade, como por exemplo, a ausência de familiares e negligência de profissionais da saúde.

O interesse em estudar os transtornos mentais da terceira idade foi despertado em nós durante as aulas de saúde mental, geriatria e gerontologia, e na prática vivenciada nos estágios. Observamos como essas pessoas sofrem, sendo que muitos não procuram ajuda por não serem compreendidos pela sociedade e a família.

Trata-se de um estudo bibliográfico com abordagem qualitativa, utilizou-se artigos, trabalhos acadêmicos e sites buscando atender a temática, cujo foco era a saúde mental da pessoa idosa. Para o embasamento teórico foram lidos 30 artigos, a qual foram catalogados em forma de fichamentos, destes 15 foram utilizados para a escrita deste texto. Para conhecimento prático, foi realizada 1 visita técnica em um lar de idosos com o objetivo de entrevistar estes e entender o que causa na saúde mental desses indivíduos viver em um ambiente diferente do habitual.

O período do levantamento bibliográfico, ocorreu de março a junho, a visita técnica em setembro e a construção da escrita de agosto a novembro, todos em 2024.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. Processo do envelhecimento

Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia, o envelhecimento do organismo como um todo se relaciona com o fato das células somáticas do corpo começarem a morrer e não serem substituídas por novas, como acontece na juventude. Isso está ligado, entre outros fenômenos, ao envelhecimento celular. Fisiologicamente, o envelhecimento está associado à perda de tecido fibroso, à

taxa mais lenta de renovação celular e à redução da rede vascular e glandular. A função de barreira que mantém a hidratação celular também fica prejudicada. Dependendo da genética e do estilo de vida, as funções fisiológicas normais da pele podem diminuir em 50% até a meia-idade.

A SBD também diz que como a pele é o órgão que mais reflete os efeitos da passagem do tempo, sua saúde e sua aparência estão diretamente relacionadas aos hábitos alimentares e ao estilo de vida escolhido. A radiação ultravioleta, o excesso de consumo de álcool, o abuso de tabaco e a poluição ambiental, entre outros, são fatores que “aceleram” o trabalho do relógio biológico provocando o envelhecimento precoce. Além disso, o aumento do peso corporal e dos níveis de açúcar no sangue também colabora para a pele envelhecer antes do tempo.

Os aspectos psíquicos são as características da esfera mental e comportamental de uma pessoa. Consciência, Atenção, Orientação, Sensopercepção, Memória, Afetividade, Volição, Psicomotricidade, Pensamento e Juízo de realidade são as funções psíquicas mais comumente avaliadas em saúde mental, sendo assim cada pessoa é avaliada pelos fatores que acometem suas funções psíquicas e na terceira idade a depressão, a ansiedade, a demência e os transtornos ansiosos estão inclusos.

Segundo Gonçalves (2008), os idosos são expostos a circunstâncias ímpares, que podem mobilizar sentimentos negativos na última etapa de sua vida e desencadear depressão. Com a percepção do envelhecimento, ocorrem as sensações de insuficiência, irritabilidade, inutilidade e falta de esperança, na maioria das vezes motivada pela aposentadoria, perda de entes queridos ou amigos e as limitações físicas, em consequência do envelhecimento das funções celulares e metabólicas.

Consequentemente as alterações de humor já são perceptíveis como diz França (2017):

“os distúrbios depressivos incluem a autodesvalorização, humor deprimido, incapacidade de sentir prazer, indisposição, ideias de arrependimento, culpa inutilidade e desesperança. Além de irritabilidade e ausência de emoções, a anorexia e distúrbios do sono também estão presentes.”

E em conjunto as alterações cognitivas, França (2017) ainda explica que:

“é na terceira idade que se nota mudanças neuropsicológicas, caracterizada com os déficits de cognição, de memória, linguagem e funções executivas, além da falta de planejamento e organização. A ausência ao interpretar estímulos, e perda da capacidade de realizar movimentos e gestos interferem diretamente na sua autonomia, no profissionalismo e no desempenho social.”

Conforme Sales (2024) embora o indivíduo sofra alterações, a ausência familiar é fator determinante para o desencadeamento da depressão, pois os sentimentos de tristeza, abandono e solidão tendem a prejudicar o apetite, os estágios do sono, diminuindo assim a produção de serotonina e ocitocina, desse modo, o indivíduo fica mais propenso à depressão. O afeto é o fator determinante para que se tenha uma boa qualidade de vida na senilidade, não bastando apenas os cuidados essenciais para a manutenção da vida.

2.2 Políticas públicas

Vários são os desafios do poder público para garantir ao cidadão idoso um cuidado integral e interdisciplinar envolvendo profissionais de diversas áreas da saúde, como médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas e assistentes sociais, a garantia que políticas públicas adequadas para esse grupo sejam implementadas e executadas exige do governo uma série de ações e enfrentamentos que visam exclusivamente essa parcela da sociedade, demanda muito trabalho e estudo garante uma oportunidade para construir uma sociedade mais justa e inclusiva.

O Estatuto do Idoso criado em 2003, através da Lei nº 10.741, sancionada em 1º de outubro daquele ano tem como finalidade detalhar os direitos do idoso em relação ao acesso à saúde, abrangendo desde o atendimento médico até a proteção contra a violência, com o objetivo de garantir um envelhecimento saudável e digno.

De acordo com o artigo 15 do estatuto do idoso:

"É assegurada a atenção integral à saúde do idoso, por intermédio do Sistema Único de Saúde - SUS, garantindo-lhe o acesso universal e igualitário, em conjunto articulado e

contínuo das ações e serviços preventivos e curativos, para um envelhecimento saudável."

Isso significa que todo idoso tem direito a receber cuidados completos relacionados à sua saúde, desde a prevenção de doenças até o tratamento de enfermidades.

Infelizmente não é o que vemos hoje no nosso país, com sérios problemas vão desde financiamentos e cobertura dos serviços até a qualidade dos próprios a articulações do governo que visariam fazer cumprir o que o estatuto manda demonstra que o crescimento demográfico e o achatamento da pirâmide etária vem alertando de como o Brasil não está preparado para cuidar dos seus idosos.

Um dos exemplos bem sucedidos nesse campo é a terapia comunitária (TC) que foi um dos focos dos nossos estudos com base em uma pesquisa realizada pela Revista Brasileira de Enfermagem (2009).

A pesquisa realizada em João Pessoa investigou a eficácia da Terapia Comunitária (TC) na promoção da saúde mental de idosos, indicaram que o estresse é a principal queixa dos participantes, sendo a espiritualidade a estratégia mais utilizada para lidar com as dificuldades. A TC se mostrou um espaço fundamental para o acolhimento, a troca de experiências e o fortalecimento da resiliência dos idosos.

Ao proporcionar um ambiente seguro e de apoio mútuo, a TC contribui significativamente para o bem-estar emocional e psicológico dessa população, evidenciando seu potencial como uma ferramenta valiosa para a saúde mental dos idosos.

Programas assim servem para combater várias dificuldades que as pessoas em processo de envelhecimento passam, uma delas é a questão da saúde mental. Rocha (2009) também aprofunda em sua pesquisa a compreensão da saúde mental de idosos, analisando os desafios, como depressão e ansiedade, e seus fatores desencadeantes, como perdas e problemas físicos, destacando a importância de uma abordagem interdisciplinar para a avaliação, tratamento e promoção do bem-estar mental nessa fase da vida.

Os resultados podem subsidiar políticas públicas e intervenções mais eficazes para atender às necessidades específicas dos idosos, garantindo uma

vida mais saudável e plena já que o Estatuto do Idoso, em seu artigo 2º, garante que o idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana, incluindo a preservação de sua saúde física e mental. Isso significa que a saúde mental do idoso é um direito fundamental e deve ser protegida por lei.

2.3 A enfermagem e a saúde mental do idoso

Como foi demonstrado, os idosos enfrentam diversas limitações e dificuldades com relação a sua saúde física e mental, que se não houver um olhar especial e cuidadoso, principalmente pelos profissionais da saúde, os riscos de desenvolverem transtornos mentais, como depressão e ansiedade, são muito grandes. Portanto, é fundamental que os profissionais da enfermagem tenham habilidades e conhecimentos para promover uma assistência e um cuidado de qualidade para essa população.

Segundo Moraes (2012) a atenção à saúde do idoso exige uma abordagem multidimensional e interdisciplinar, que resgate a noção de interação entre fatores físicos, ambientais, psicológicos e sociais que tangenciam a pessoa idosa, de modo a oportunizar uma prática de cuidado adaptável às demandas desse público.

Além disso, Brasil (2006a), Brasil (2006b) e Moraes (2012), diz que:

“As ações de Saúde Mental do idoso na APS devem priorizar a especificidade desse público em uma perspectiva integral, com acesso a terapias medicamentosas adequadas, suporte clínico-assistencial, intervenções holísticas e integrativas, acompanhamento psicológico, apoio sócio-assistencial e orientação ao familiar/cuidador do idoso”.

Diante disso, é fundamental que a enfermagem esteja totalmente integrada nos cuidados e nos atendimentos dessa população e, principalmente dos familiares. Pois é através da família e do idoso, que a equipe de enfermagem pode trazer orientações, enaltecendo a importância desses indivíduos a terem uma mente ativa, realizando atividades físicas e educativas, com frequência, e tendo uma alimentação saudável e balanceada. Também é essencial enfatizar que o idoso tenha um convívio social e familiar bom, pois assim podem garantir um envelhecimento saudável e promover uma boa qualidade de vida.

3. DISCUSSÃO

A expectativa de vida tem apresentado um aumento significativo durante anos, com isso novos desafios, uma vez que, apesar de viverem mais, conseqüentemente, enfrentam problemas, como a perda da autonomia, surgimento de doenças crônicas, baixa autoestima, isolamento social, aumentando assim a solidão, principalmente quando a rede familiar diminui.

Alguns feitos da vida podem colaborar para o desenvolvimento de transtornos mentais, a aposentadoria é um exemplo, assim como a adaptação ao novo estilo de vida.

Em uma sociedade atual que valoriza a juventude, a produtividade e a beleza, as pessoas da terceira idade, frequentemente, são vistos com estereótipos negativos, muitas vezes descriminalizados apenas por causa da idade, muitos são percebidos como incapazes e dependentes, gerando assim conseqüências significativas na vida social, no psicológico, e até mesmo no físico da pessoa, afetando a autoestima e contribuindo para o surgimento de doenças, tais como ansiedade, depressão, fobia social entre outros (GONÇALVES, 2008).

A importância do ambiente familiar para a contribuição da saúde mental do idoso é de suma importância para qualidade de vida nessa fase. Segundo a organização mundial de saúde (OMS), é crucial para a melhoria de vida dessa população estender a assistência para ambientes físicos e sociais que ela vivencia.

A família é de fato um local onde as pessoas aprendem o que deve ou não fazer, contribui para a descoberta de seus valores desde a infância, é o primeiro espaço social de um indivíduo, exercendo portanto um forte impacto no comportamento do mesmo.

Para adultos a família terá o papel de suporte não mais de formação de sua identidade, o cuidar dos membros é algo natural e inegociável para a maioria das famílias.

O vínculo familiar se sobressai como um elemento crucial no risco de suicídio, particularmente quando comparamos pessoas que tentaram suicídio com aquelas que nunca manifestaram ideações suicidas. Isso não sugere que a família seja o único ou o principal elemento determinante, mas sugere que a

qualidade dos vínculos familiares pode auxiliar na detecção do risco de suicídio, juntamente com outros fatores a serem considerados, por isso, promover relações familiares saudáveis e sólidas é essencial para a saúde tanto física quanto mental do idoso (COUTINHO, 2020).

A importância de manter uma vida ativa e produtiva na terceira idade contribui para melhoria dos mesmos, as atividades físicas é ressaltada como uma alternativa que proporciona vantagens significativas, tais como a redução das limitações físicas, melhoria da condição física e aprimoramento em aspectos psicossociais, tais como autoconfiança e autoestima, além de terem menor risco de desenvolver depressão e ansiedade.

Benedetti (2008) revela que 19,7% dos idosos desenvolveram depressão e 13,8% demência, com aqueles que se mantêm ativos apresentando um risco reduzido de desenvolver essas condições. Assim, é essencial que os idosos adotem práticas saudáveis e que profissionais de saúde e administradores públicos promovam ações direcionadas a eles, com o objetivo de estender e melhorar sua qualidade de vida (FRANCHI, 2005).

A arteterapia é outra forma de contribuição para a saúde mental do idoso, é reconhecida como uma abordagem interdisciplinar, integrando aspectos da psicologia, artes visuais e terapia ocupacional, desempenha um papel crucial na redução dos sintomas da depressão, ansiedade entre outras doenças mentais, ao envolver os participantes em atividades criativas, proporciona uma maneira não verbal de expressar emoções reprimidas e auxilia na expressão de sentimentos complexos. Esta prática cria um ambiente seguro onde os idosos podem desenvolver sua criatividade e, simultaneamente, ponderar sobre suas vivências pessoais, favorecendo o autoconhecimento (AGUIAR, 2010).

Essas atividades também contribuem na diminuição de ideias suicidas que podem ser consequências da depressão, trauma, transtornos mentais, impactos sociais, pandemia como a covid19 que restringiu e resultaram em cancelamentos de consultas psicológicas, esse cenário contribuiu para a sensação de desconexão social, percepção de perda de utilidade.

Segundo Santini, (2020):

"Os idosos são vulneráveis às práticas de suicídio, à ansiedade e à depressão em virtude da sensação de

desligamento social, do distanciamento físico e da impressão de perda de utilidade".

A depressão e o suicídio em pessoas idosas são questões de saúde pública complexas, requisitando um debate mais abrangente no meio científico. É essencial implementar políticas públicas de apoio mental constante para evitar a depressão e o suicídio em pessoas idosas, ressaltando a relevância de intervenções precoces e estratégias de prevenção efetivas.

De acordo com Almeida (2020):

“ Políticas públicas de suporte mental contínuo são necessárias para prevenir a depressão em pacientes idosos que apresentam multimorbidades, além de medidas que reduzam a carga de sintomas físicos e deficiências funcionais, reduzindo o risco do desenvolvimento de pensamentos e comportamentos suicidas”.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Como foi observado, o processo de envelhecimento e os aspectos psíquicos possuem uma considerável culpa para desencadear a depressão nos idosos, assim como as patologias pertinentes a idade. Mas em nossa pesquisa com a visita técnica no lar de idosos, a principal queixa desses pacientes foi a ausência da família.

É de suma importância a participação familiar para a identificação e tratamento das patologias psicológicas destes indivíduos.

A enfermagem deve atuar com um olhar mais abrangente, não só para aos cuidados individuais desse indivíduo, mas todo o aspecto social e entender os vínculos familiares para elaborar a melhor estratégia para o seu tratamento.

É notório que a depressão nos idosos, mantém uma relação com a inatividade, o isolamento e a discriminação social. Portanto acreditamos que a enfermagem, tem o papel de coordenar programas que estimulem a participação comunitária, principalmente da família, e o envolvimento em atividades culturais, esportivas e de lazer, influenciando assim nos cuidados que minimizem os fatores de risco para a depressão na terceira idade.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Amanda Paiva; MACRI, Regina. Promovendo a Qualidade de Vida dos Idosos. **Unirio**. Rio de Janeiro, v. 2 p 710-713. 2010. Disponível em <https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/1102>
Acesso em: 04 Nov. 2024.

BARROSO, Marianna Leite; SILVA, Sandra Barreto Fernandes da; NEVES, Fernanda Pereira de Brito; BRAGA, Irineide Beserra. A depressão como causa do desenvolvimento da ideação suicida na pessoa idosa e as consequências no âmbito familiar. **Revista Multidisciplinar e de psicologia**. Paraíba, v. 12 n. 41 p. 66-76 2018. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1201/1754>.
Acesso em: 04 Nov. 2024.

BENEDETTI, Tânia R Bertoldo; BORGES, Lucélia Justino; PETROSKI, Edio Luiz; GONÇALVES, Lúcia Hisako Takase. Atividade Física e Estado de Saúde Mental de Idosos. **SciELO, São Paulo**, v. 2 p. 42, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/gzGbzKM6LXKfyB5TtFxfg8R/?lang=pt>
Acesso em: 04 Nov. 2024.

BRASIL. Lei nº 10.741, de 1º de out.2003. Ministério da mulher, da família e dos direitos humanos/ **estatuto da pessoa idosa – Capítulo IV- Direito a Saúde e Capítulo VIII – direito a Assistência Social**. Brasília, p 17 e 23, 2003. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/pessoa-idosa/estatuto-da-pessoaidosa.pdf/>. Acesso em: 03 Nov.2024

CAPTAIN, Milleny Isabelle de Moura; SILVA, Dayane Indyara de Sá; MOURA, Thais Caroline Soares; RODRIGUES, Sarah Michaela Coimbra; FERREIRA, Roger Vicente dos Reis; DIAS, Jannayne Lúcia Câmara. Educação em saúde sobre depressão na terceira idade: relato de experiência. **Bionorte**, v.12, n.5, 2023. Disponível em: <http://revistas.funorte.edu.br/revistas/index.php/bionorte/article/view/875>.
Acesso em: 29 Out. 2024.

COSTA, Iluska Pinto da; COSTA, Stéphaney Pereira da; PIMENTA, Cláudia Jeane Lopes; LIMA, Félix de; BRITO, Maria José Menezes. A importância das atividades lúdicas para a saúde mental do idoso institucionalizado: um relato de experiência. **Anais do II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde**, p 14-16, 2017. Disponível em: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2017/TRABALHO_EV071_MD1_SA4_ID775_15052017221506.pdf

Acesso em: 03 Nov. 2024.

ENVELHECIMENTO. **Sociedade Brasileira de Dermatologia**, Rio de Janeiro, 2021. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/doencas/envelhecimento/>

Acesso em 02 nov. 2024.

FRANÇA, Emmily Fabiana Galindo. SANTOS, Debora Maria dos. SILVA, Edijane Helena da. LIMA, Maria Monalis de. JUNIOR, Jânio Cavalcanti Rodrigues. Percepção dos fatores da depressão na terceira idade e o papel da enfermagem na assistência prestada. **V CIEH. Realize Editora**, 2017.

Disponível em: <https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/34663>

Acesso em: 01 nov. 2024.

GARCIA, Bruno Nogueira; MOREIRA, Diana de Jesus; OLIVEIRA, Pedro Renan Santos de. 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, São Paulo. Disponível em:

<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/36491/24948>.

Acesso em: 29 Out. 2024.

GOMES, Irene; BRITTO, Vinícius. Censo 2022: número de pessoas com 65 anos ou mais de idade cresceu 57,4% em 12 anos. **Agencia IBGE notícias**, Rio de Janeiro, 27 de out. De 2023. 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>. Acesso em: 29 Out. 2024.

GONÇALVES, Edinalva Rodrigues Batista; OLIVEIRA, Luci Florencia de Queiroz; CUNHA, Maria Lúcia F. M. Depressão no Idoso: uma contribuição para a assistência de enfermagem. **Revista Fragmentos de Cultura - Revista Interdisciplinar de Ciências Humanas**, Goiânia, v. 17, n. 2, p. 217–237, 2008. Disponível em:

<https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/fragmentos/article/view/272>

Acesso em: 06 nov. 2024.

LIMA, Ana Izabel Oliveira. O desafio da construção do cuidado integral em saúde mental no âmbito da atenção primária. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 21, n. 1, p. 71-82, jun. 2013. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2013000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 02 Nov. 2024.

ROCHA, Ianine Alves. A terapia comunitária como um novo instrumento de cuidado para saúde mental do idoso. **Revista Brasileira de Enfermagem** [online]. 2009, v. 62, n. 5 . Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/LTNvGjhWbDdsp8Zdc3dTfTH/> Acesso em: 03 Nov.2024

SALES, Heveline Snayd Carneiro; ALVES, Lara Seifert; CARDOSO, João Luiz Sousa; AMÉRICO, Daniela dos Santos. Depressão na terceira idade. **Revista científica fadesa**, v.1 n.1 p.1-12, 2024. Disponível em:

<https://revistafadesa.net/ojs/index.php/edition1/article/view/4/5>

Acesso em: 04 Nov. 2024.

STELLA, Florindo; GOBBI, Sebastião; CORAZZA, Daniella Icassatti; COSTA, José Luiz Riani. Depressão no idoso: diagnóstico, tratamento e benefícios da atividade física. **Motriz revista de educação física**, v.8 n. 3 p. 90-95, 2006. Disponível em:

<https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6473>

Acesso em: 04 Nov. 2024.