

XVI REUNIÃO CIENTÍFICA SÃO LUCAS

De 30 de outubro à 1º de novembro

AUDITÓRIO UNIDADE II



O PAPEL CRUCIAL DO APOIO FAMILIAR NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS: COMO O AMOR E O CUIDADO DA FAMÍLIA CONTRIBUEM PARA O BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E A QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE, ENFRENTANDO DESAFIOS E POTENCIALIZANDO RELAÇÕES AFETIVAS E SOCIAIS PARA UMA VIDA PLENA E SAUDÁVEL

NUNES, Lidia C.; Galvão, Leidiane Amorim S.

CENTRO UNIVERSITÁRIO SÃO LUCAS-AFYA

INTRODUÇÃO A saúde mental dos idosos é uma questão de grande relevância, pois, para promover o bem-estar físico e mental, é essencial abordar não apenas a saúde física, mas também os aspectos psicológicos. Diversos fatores contribuem para os problemas de saúde mental na terceira idade, como a perda de entes queridos, o afastamento dos filhos, o isolamento e o surgimento de doenças crônicas. Sem o apoio familiar, muitos idosos acabam se sentindo sozinhos e abandonados, o que pode agravar essas dificuldades.

OBJETIVO O presente trabalho tem como objetivo destacar a importância do apoio familiar para a saúde mental dos idosos, mostrando como esse suporte pode contribuir para uma qualidade de vida melhor e um envelhecimento mais saudável.

MATERIAL E MÉTODOS A metodologia utilizada para a evolução deste resumo consistiram em uma revisão bibliográfica, na qual foram consultados artigos científicos, livros e outras fontes acadêmicas relevantes e atualizadas sobre o apoio familiar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO As revisões bibliográficas foram essenciais para compreender a saúde mental dos idosos, com ênfase na depressão, que se configura como um grave problema de saúde pública e está associada a elevados índices de suicídio nessa faixa etária. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) o tratamento ainda é limitado em muitos países, onde uma pequena porcentagem das pessoas afetadas tem acesso a cuidados de saúde mental (Murta et al 2021). De acordo com Souza e colaboradores (2022), a saúde mental é um fator determinante para a saúde física de qualquer indivíduo, mas

especialmente em idosos quando a saúde mental está equilibrada, pois isso garante um impacto positivo na qualidade de vida como por exemplo o aumento da coragem e recursos para enfrentar doenças e outros desafios. O apoio familiar é fundamental para os idosos, pois uma das melhores maneiras de mitigar a solidão é o afeto de pessoas que os acompanharam ao longo da vida. Esse suporte, em diversas áreas, pode ter um impacto positivo significativo. Os Grupos Terapêuticos de Convivência (GTC) surgem como uma intervenção psicossocial coletiva que oferece múltiplos benefícios para a saúde mental dos idosos. Esses grupos promovem a troca de experiências e o apoio emocional, reduzindo a necessidade de atendimentos individuais. Além disso, os GTCs desempenham um papel crucial na desestigmatização dos transtornos mentais, proporcionando um espaço seguro onde os participantes podem compartilhar desafios comuns e se sentir compreendidos. Utilizando tecnologias relacionais de cuidado que são acessíveis e de baixo custo, esses grupos focam na promoção do bem-estar por meio de interações sociais e apoio mútuo. Portanto, os Grupos Terapêuticos de Convivência (GTC) emergem como uma estratégia essencial para o cuidado integral da saúde mental dos idosos. Eles não apenas promovem o bem-estar individual, mas também fortalecem a coesão social, criando redes de apoio que são vitais em um contexto de crescente vulnerabilidade. À medida que a sociedade enfrenta uma rápida transição demográfica, é imperativo que políticas e práticas de cuidado sejam implementadas com urgência, priorizando o bem-estar mental e emocional dos idosos, garantindo assim uma vida mais digna e satisfatória para essa população. Dessa maneira, os GTCs emergem como uma estratégia vital para o cuidado integral da saúde mental dos idosos, promovendo não apenas o bem-estar individual, mas também a coesão social. A rápida transição demográfica e a vulnerabilidade dos idosos tornam urgente a implantação de políticas e práticas de cuidado focadas no bem-estar mental. **CONCLUSÃO** Diante do exposto, observa-se que a saúde mental dos idosos é uma questão crítica e requer atenção e ação imediata. O apoio familiar emerge como um pilar fundamental para garantir o bem-estar emocional e psicológico, reduzindo o impacto de fatores estressantes como a solidão e o isolamento. Os Grupos Terapêuticos de Convivência (GTC) representam uma abordagem inovadora e eficaz, promovendo não apenas a saúde mental individual, mas também a criação de redes de apoio que fortalecem a coesão social. Diante da crescente vulnerabilidade dessa população, é essencial que políticas públicas e práticas de cuidado sejam implementadas com urgência, assegurando que todos os idosos tenham acesso a recursos e suporte adequados. Ao priorizar o bem-estar mental, podemos garantir um envelhecimento mais saudável e uma qualidade de vida digna para esse grupo tão importante.

AGRADECIMENTOS

Quero agradecer a SÃO LUCAS/AFYA pela oferta de atividades científicas e ao estímulo à produção científica através de seus pesquisadores docentes.

PALAVRAS CHAVES: SAÚDE MENTAL, IDOSOS, APOIO FAMILIAR