



A INFLUÊNCIA DA SAÚDE MENTAL NO CUIDADO À PESSOA IDOSA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

NICOLE COELHO SOARES; LARISSA RAMOS PORTO; RAÍSSA FREDERICO GIACOMIN; RAFAELA ESTEFANI DE OLIVEIRA PINHO

RESUMO

INTRODUÇÃO: A atenção primária é uma das principais portas de entrada no SUS. Atualmente, sabe-se que o mundo vivencia um processo de envelhecimento populacional acompanhado por vulnerabilidade psicológica nessa faixa etária, que impactará diretamente na situação sanitária mundial e exigirá abordagem em saúde mental no cuidado à pessoa idosa. **OBJETIVO:** Revisar a literatura acerca de como o manejo da saúde mental na atenção primária influencia o processo de cuidado da pessoa idosa. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão de literatura que utilizou como base de dados os acervos científicos virtuais SciElo, PubMed e Lilacs. Os descritores foram “Idosos”, “Saúde Mental” e “Atenção Primária” intercalados pelo operador “AND” e buscou-se artigos publicados nos últimos 5 anos, de modo que ao fim 15 artigos compuseram a revisão. **DISCUSSÃO E RESULTADOS:** A velhice é marcada por perdas físicas, a exemplo da mobilidade e dos entes queridos, e simbólicas, a exemplo da autonomia, que interferem diretamente na saúde mental dos idosos. Sabe-se, também, que essas perdas podem acarretar vulnerabilidade psíquica, que influenciam a sintomatologia física. Dessa maneira, a APS deve possuir profissionais capacitados para atender as demandas psicológicas dos pacientes assistidos. Estratégias como rodas de conversa com escuta qualificada, rastreio de casos de vulnerabilidade, prática de atividade física e decisão compartilhada de métodos terapêuticos podem ser adotadas, a fim de reduzir os sintomas depressivos e melhorar a qualidade de vida dos idosos. **CONCLUSÃO:** Os estudos analisados mostraram que os sintomas depressivos estão presentes em grande parte da população idosa, em decorrência das perdas acarretadas nessa faixa etária. Sendo que a maioria desses fatores são facilmente modificáveis na atenção primária à saúde, por meio de estratégias simples como atividades em grupo, psicoterapia e ampliação da rede de apoio.

Palavras-chave: Atenção Primária; Cuidado; Idosos; Saúde Mental; Profissionais da Saúde.

1 INTRODUÇÃO

A atenção primária à saúde (APS), sendo uma porta de entrada ao sistema de saúde, deve estar atenta ao rastreio de depressão e perfil dos idosos da comunidade nela inserida. A APS tem como um dos seus princípios a integralidade do cuidado ao paciente, portanto, espera-se assim, que os idosos sejam vistos de todos os seus âmbitos. Porém, foi constatado que as ações de promoção e prevenção são realizadas de modo incompleto, sendo priorizado somente a assistência às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Sendo assim, a visão centrada na doença ainda persiste no Brasil, principalmente na população idosa (SOUZA, et al. 2022.).

O processo de envelhecimento é complexo e envolve vários fatores como a perda da autonomia e independência, isolamento, carência afetiva, insônia, sentimento de inutilidade e depressão. Tais fatores devem ser levados em conta no atendimento ao paciente para melhorar a sua qualidade de vida, visto que aproximadamente 15% dos idosos apresentam ao menos um sintoma depressivo em todo o mundo. Portanto, intervenções multidimensionais devem ser consideradas para reduzir os sintomas depressivos e melhorar o funcionamento físico dos idosos brasileiros (OLIVEIRA, et al. 2019.).

O avanço da tecnologia e da medicina houve um aumento da expectativa de vida, com isso, o público idoso tem aumentado e o impacto do envelhecimento na saúde mental tem se tornado mais alarmante, uma vez que há altos índices de depressão nessa faixa etária. A ausência de autonomia e de independência acarreta prejuízos na capacidade funcional dos indivíduos, os quais se isolam, perdem o interesse e o prazer nas pequenas atividades diárias. Portanto, devido a relevância das patologias psíquicas nesse momento da vida, estas devem ser tratadas como problemas de saúde pública (BEARZI, et al. 2021.).

Nesse sentido, cabe ressaltar que a socialização do idoso para com a família e a sociedade é fundamental no contexto de saúde mental, visto que as disfuncionalidades nesses aspectos interferem diretamente na qualidade psíquica e, conseqüentemente, no físico e no social dos indivíduos, os quais devem receber cuidado integral na atenção primária à saúde. (GARCIA, et al. 2017.).

O objetivo do presente estudo é revisar a literatura acerca de como o manejo da saúde mental na atenção primária influencia o processo de cuidado da pessoa idosa.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, cuja busca dos artigos foi realizada em maio de 2023 nas bases de dados LILACS (<http://lilacs.bvsalud.org/>), PubMed (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>) e SciELO (<http://www.scielo.org/php/index.php>). As estratégias de busca utilizaram uma combinação de três descritores em ciências da saúde (DeCS) e medical subject headings (MeSH) sendo eles “Idosos”, “Saúde Mental” e “Atenção Primária” intercalados pelo operador booleano “AND”. O filtro de busca consistiu na data de publicação, de modo que se buscou os artigos publicados nos últimos 5 anos.

A análise dos dados seguiu critérios de inclusão baseados no tema proposto pela presente pesquisa: estudos realizados nos últimos 5 anos, de 2018 a 2023; que possuíam texto integral disponível on-line, com acesso gratuito; e publicados nos idiomas inglês, português ou espanhol; foram excluídos os estudos que tratavam da atenção secundária e terciária à saúde, que não se referiam aos idosos e à saúde mental, artigos repetidos e trabalhos que não foram realizados nos últimos 5 anos. A busca de dados foi realizada de maneira independente por três pesquisadores. Dessa forma, após a seleção de amostragem individual de cada pesquisador, as três amostras de artigos foram agrupadas e os artigos duplicados foram excluídos.

No acervo científico SciELO, ao todo, foram encontrados 20 artigos. Desses 20, três foram excluídos por duplicidade do artigo, um foi excluído por indisponibilidade do texto completo e seis foram excluídos por não abordarem os três descritores filtrados em conjunto. Após isso, foi feita a leitura integral dos 10 restantes. Desses 10 artigos, quatro foram excluídos após a leitura integral por incompatibilidade com o objetivo da presente revisão e seis foram utilizados na construção dos resultados e discussão.

No acervo científico LILACS foram encontrados 129 artigos. Desses, dois foram excluídos por duplicidade, dois foram excluídos por incapacidade de se obter o texto completo,

dois por terem sido encontrados anteriormente na plataforma SciELO, um por ser um relato de experiência e 110 por não abordarem os três descritores filtrados em conjunto. Após realizada a leitura integral dos 12 artigos selecionados, 2 foram excluídos por não abordarem a temática prevista nesta revisão e 5 foram usados na elaboração dos resultados e discussão.

No acervo científico PubMed foram encontrados 60 artigos. Desses 60, 25 foram excluídos por indisponibilidade do texto completo e 24 foram excluídos por não abordarem os três descritores filtrados em conjunto. Após isso, foi feita a leitura integral dos 11 restantes. Desses 11 artigos, seis foram excluídos após a leitura integral por incompatibilidade com o objetivo da presente revisão e quatro foram utilizados na construção dos resultados e discussão.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mundialmente, a população vivencia um processo de envelhecimento acelerado. Estima-se que em 2030 o número total da população chegará a 223.126.917, e 17,98% representam o quantitativo das pessoas com 60 anos ou mais, evidenciando um aumento atual e futuro do número de idosos no Brasil (CORDEIRO, et al. 2020.). Diante desse cenário e do processo multifacetado que é o envelhecimento, é necessário que os profissionais de saúde estejam preparados para lidar com as necessidades em saúde desse grupo populacional, com enfoque no cuidado à saúde mental.

Contudo, idosos procuram atendimento somente quando experimentam sintomas agudos ou em momentos críticos, o que demonstra que é necessária uma mudança no modelo atual de saúde para que se possa prestar assistência adequada aos idosos (STAHNKE, et al. 2020.). Além disso, há estigmatização dos transtornos mentais, que fez parte da história por muito tempo, gerando exclusão social, rotulações e incompreensão. Atualmente, com a criação Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) esperou-se uma diminuição desse estigma, porém o que vemos é uma carência de psiquiatras nesses centros o que aumenta a demanda na APS, além de que mesmo nos CAPS ainda são observadas práticas que induzem a segregação, contrapondo sua proposta inicial de criar vínculos com o portador de transtorno mental. Visto isso, intervenções baseadas na educação em saúde, mesmo que pontuais, dos profissionais envolvidos nesse cuidado podem se mostrar eficazes na redução dos estigmas (CARNEIRO, et al. 2022.).

O declínio da saúde física é considerado o principal fator de risco para depressão, sendo relacionado à incapacidade e maior dependência. Essa patologia apresenta alta morbimortalidade na velhice e constitui um problema de saúde pública, pois apresenta repercussão individual, familiar e social (ABRANTES, et al. 2019). Nesse sentido, idosos representam um grupo de risco para vulnerabilidade psicológica, tendo em vista a alta presença de quadros depressivos nessa faixa etária, considerada, dentre muitas coisas, um período de perdas físicas e simbólicas, que predispõe o indivíduo a desenvolver sentimentos de solidão, abandono e tristeza.

Outro fator de risco é visto em um estudo realizado por MARCELINO, et al. (2022), no qual os sintomas depressivos foram mais prevalentes em mulheres casadas e isso pode estar associado ao patriarcado que ainda é um sistema arraigado no Brasil, principalmente em gerações mais antigas, onde as mulheres não estudavam e nem trabalhavam, cuidavam dos filhos e eram obrigadas a permanecer casadas.

O apoio social e a qualidade das relações que cercam os idosos podem influenciar positivamente nas variáveis otimismo e estresse, desenvolvendo a resiliência e, consequentemente, a capacidade de superar situações difíceis por meio do auxílio da vivência familiar e social de qualidade, reduzindo o estresse (CORDEIRO, et al. 2020.). Logo, a atenção primária pode ser utilizada como um espaço de promoção da saúde mental e melhora da

assistência ofertada à pessoa idosa.

Nos artigos revisados (ARAGÃO, et al. 2018.; BRUNOZI, et al. 2019.), a criação de uma rede de apoio e de grupos terapêuticos de convivência são intervenções eficazes no cuidado desses pacientes atendidos na APS, haja vista que foi observada uma associação significativa entre os pacientes mais integrados apresentarem menos ansiedade e depressão. Esses grupos atuam no combate ao isolamento social favorecendo o desenvolvimento de relações de amizade, promovendo a autonomia e a melhora da autoimagem e autoestima. Além disso, uma boa rede de apoio é capaz de proteger o indivíduo de tomar ações deletérias a si mesmo como uma tentativa suicida, alcoolismo e sociofobia. ARAGÃO, et al. (2018), relata que uma pesquisa feita no Sul do Brasil foi capaz de associar a obesidade com o isolamento, estresse e depressão, e demonstrou que nesses pacientes o grupo de apoio foi eficaz.

Bem como, o apoio ofertado por meio da visita domiciliar também é relevante nesse processo por favorecer um melhor acompanhamento desses idosos, além da possibilidade de prestar orientações, esclarecer dúvidas, e ter a oportunidade de implementar o cuidado centrado na pessoa de forma mais eficaz. Visto que, ainda temos a medicalização do paciente como prática dominante na consulta médica, além da renovação de receitas prescritas por psiquiátricas sem a devida avaliação do doente (BRUNOZI, et al. 2019.).

No Brasil, uma ferramenta recentemente elaborada tem sido proposta para avaliação multidimensional e identificação de idosos com maior risco de vulnerabilidade e fragilidade, trata-se do Índice de Vulnerabilidade Clínico-Funcional de 20 itens (IVCF-20). Esse instrumento tem potencial de auxiliar as equipes da APS na identificação de idosos frágeis para um cuidado mais oportuno (MAIA, et al. 2020.). Essa ferramenta pode ser utilizada para detectar aqueles idosos que sofrem vulnerabilidade psicológica, a fim de que a APS possa atuar em prol desses indivíduos e lhes promover o cuidado de que carecem.

Um estudo quase-experimental (pré-pós intervenção) realizado entre janeiro de 2018 e janeiro de 2020 na Unidade Básica de Saúde (UBS) da Granja do Torto visou identificar como atividades não voltadas ao modelo biomédico, a exemplo da dança, poderiam interferir na qualidade de vida e na frequência das consultas dos idosos na UBS. O resultado foi que a prática de atividades físicas causava melhoras na saúde física e mental, de modo que as consultas reduziram (GRANGEIRO, et al. 2020.). A senescência e o grande desafio atual: a manutenção da autonomia, independência e qualidade de vida (QV) na velhice. Ressalta-se que a presença de sintomatologia depressiva se correlacionou negativamente com todas as facetas de QV, mas tanto a depressão quanto os sintomas depressivos são subdiagnosticados na população idosa, sendo confundidos, muitas vezes, como efeitos do próprio processo de envelhecimento ou com outras patologias, o que dificulta o tratamento e a prevenção (JUNIOR, et al. 2022.). Nesse sentido, a melhora da saúde mental, por meio da redução da sintomatologia depressiva, interfere nas queixas físicas, ou seja, um indivíduo que hiper frequenta a unidade de saúde pode ter uma queixa psicológica subdiagnosticada e cabe à equipe multiprofissional conseguir identificar essa necessidade e tratá-la, promovendo melhora da qualidade de vida do paciente.

Foi realizado um ensaio no Brasil para investigar a eficácia da prática de mindfulness na qualidade de vida de idosos atendidos na Atenção Primária, visto que com o aumento progressivo da população idosa, faz-se necessário o estudo de intervenções acessíveis, viáveis e eficazes que promovam o envelhecimento saudável, sendo que, de acordo com a literatura, a prática formal de meditação reduz os sintomas de ansiedade e depressão. Portanto, percebe-se a possível eficácia dessa ação na melhoria da saúde psicossocial, a qual ainda está sendo investigada por estudos em andamento (MAPURUNGA, et al. 2020).

Por outro lado, na Espanha em um ensaio clínico randomizado multicêntrico realizado

na atenção primária, foi proposto a atividade física para um grupo de idosos que possuía ansiedade, depressão e baixo apoio social. Nesse sentido, o estudo concluiu que houve diferenças positivas entre os grupos, com melhorias significativas no de intervenção, porquanto a prática física não só aumentou o bem-estar físico e mental, mas também promoveu relações sociais em um público marcado pela solidão, que os adocece psicologicamente (RUIZ-COMELLAS, et al. 2022.). Concomitantemente, isso foi comprovado pelo estudo observacional transversal dos autores WENDEL, et al (2022), os quais analisaram que os pacientes com sintomas depressivos tinham redes sociais diminuídas e menor participação social do que pacientes sem depressão. Desse modo, defenderam ser dever dos prestadores de cuidados primários prescreverem e encorajarem os idosos a terem contatos não familiares suficientes e atividades sociais.

Por fim, em análise realizada pela equipe de RAUE, et al (2019), foi possível comprovar a eficácia de um atendimento baseado em decisão compartilhada comparada a um de cuidados habituais, ao ponto que houve maior adesão em receber uma avaliação de saúde mental ou iniciar alguma forma de tratamento, como psicoterapia, sendo que a maioria dos idosos que recebem tratamento é atendida em ambientes de atenção primária. Assim, envolver os pacientes mais ativamente na tomada de decisão compartilhada pode promover aceitação e adesão ao tratamento da depressão, por ser um atendimento centrado no paciente, com maior atenção.

4 CONCLUSÃO

A revisão de literatura científica possibilitou reconhecer que a associação do cuidado do idoso com transtornos mentais já é um tema que gera muitas reflexões, porém ainda existem barreiras na promoção de um cuidado integral em saúde mental, podendo ser citadas a elevada demanda de atendimentos, dificuldades para estabelecer um fluxo no cuidado dos pacientes entre a atenção primária e secundária/terciária e falta de apoio pelo governo local.

Os sintomas depressivos estão presentes em grande parte da população idosa, em decorrência das perdas acarretadas nessa faixa etária. A partir da revisão empreendida pode-se apontar algumas características que contribuem para o desenvolvimento de transtornos mentais nos idosos: ser do sexo feminino; analfabeto; baixa condição socioeconômica; mudança da estrutura familiar; dificuldades nas atividades de vida diária; diminuição da velocidade da marcha; e idosos que consumiam bebida alcoólica regularmente ou que são ou já foram tabagistas.

Além disso, também foi possível identificar que a maioria desses fatores são facilmente modificáveis por meio de estratégias simples como atividades em grupo, psicoterapia e ampliação da rede de apoio. Essas estratégias podem ser abordadas na APS no cuidado de todos os idosos adscritos, bem como também pode haver um cuidado mais direcionado, por meio de medidas de rastreio de indivíduos em situação de vulnerabilidade psíquica.

REFERÊNCIAS

ABRANTES, G. G. DE.; SOUZA, G. G.; CUNHA, N. M.; ROCHA, H. N. B.; SILVA, A. O.; VASCONCELOS, S. C. Depressive symptoms in older adults in basic health care. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 22, n. 4, p. e190023, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190023>.

ARAGÃO, E.I.S.; CAMPOS, M. R.; PORTUGAL, F. B; GONÇALVES, D. A.; MARI, J. J.; FORTES, S. L. C. L. Padrões de Apoio Social na Atenção Primária à Saúde: diferenças entre ter doenças físicas ou

transtornos mentais. *Ciência e Saúde Coletiva* (Impr.) ; 23(7): 2339-2350, jul. 2018. DOI: 10.1590/1413-81232018237.21012016.

BRUNOZI, N. A.; SOUZA, S. S.; SAMPAIO, C. S.; MAIER, S. R. O.; SILVA, L. C. V. G.; SUDRÉ, G. A. Grupo terapêutico em saúde mental: percepção de usuários na atenção básica. *Revista Gaúcha de Enfermagem* 2019;40:e20190008. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20190008>.

CARNEIRO, M. P.; VERAS, L. M.; FERNANDES, C. S. G. V. .; VIEIRA, M. C. . de S.; RIOS, G. B. de M. .; COSTA, L. B. Avaliação de uma capacitação de profissionais da atenção primária objetivando a redução de estigma aos transtornos mentais. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, Rio de Janeiro, v. 17, n. 44, p. 2766, 2022. DOI: 10.5712/rbmfc17(44)2766. Disponível em: <https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/2766>.

CORDEIRO, R. C.; SANTOS, R. C.; ARAÚJO, G. K. N.; NASCIMENTO, N. M.; SOUTO, R. Q.; CEBALLOS, A. G. C.; ALVES, F. A. P.; SANTOS, J. S. R. Mental health profile of the elderly community: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 73, n. 1, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0191>

GRANGEIRO, A.; GOMES, L.; NEIVA, T.; Cunha, C. S.; MORAES, C.; OLIVEIRA, M. L.; SILVA, H.; NÓBREHA, O. EXPRESSIVE THERAPIES IN HYPER- FREQUENTING ELDERLY: EFFECT ON CONSULTATIONS NUMBER AND MENTAL STATUS. *Psicologia, Saúde & Doença*, v. 21, n. 03, p. 698–712, dez. 2020. DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/20psd210313>

JUNIOR, E. V. S.; PIRES, D. C.; SANTOS, C. S.; SOUZA, R. R.; MOURA, P. B.; OKINO, S. N. Implicações da depressão na qualidade de vida do idoso: estudo seccional. *Enfermería Global*, v. 21, n. 1, p. 433–472, 1 jan. 2022. DOI: <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.485981>

MAIA, L. C.; MORAES, E. N.; COSTA, S. M.; CALDEIRA, A. P. Fragilidade em idosos assistidos por equipes da atenção primária. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. 12, p. 5041–5050, dez. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.04962019>

MARCELINO, E.M.; SILVA, P. M. C. S.; MEDEIROS, F. A. L.; SILVA, J. R. L.; OLINDA, R. A.; MEDEIROS, A. C. T. Prevalência de sintomas depressivos e condições de saúde em idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde. *Revista baiana de enfermagem* 2022;36:e45832. DOI: <https://doi.org/10.18471/rbe.v36.45832>

MARUPUNGA, M. V.; ANDREONI, S.; DE OLIVEIRA, D. R.; SARUBBI JR., V.; BONILHA, A. C.; D'ALMEIDA, V.; TOMITA, L.; RAMOS, L. R.; DEMARZO, M. Protocol for a Nested Randomized Controlled Trial to Evaluate the Feasibility and Preliminary Efficacy of the Mindfulness Based Health Promotion Program on the Quality of Life of Older Adults Assisted in Primary Care - “The MBHP-Elderly Study”. *Frontiers in Medicine* 2020; 7:563099. DOI: 10.3389/fmed.2020.563099

RAUE, P. J.; SCHULBERG, H. C.; BRUCE, M. L.; BANERJEE, S.; ARTIS, A.; ESPEJO, M.; CATALAN, I.; ROMERO, S. Effectiveness of Hared Decision-making for Elderly Depressed Minority Primary Care Patients. *Am J Geriatr Psychiatry* 2019, 27(8): 883–893. doi:10.1016/j.jagp.2019.02.016.

RUIZ-COMELLAS, A.; VALMAÑA, G.S.; CATALINA, Q.M.; BAENA, I.G.; PEÑA, J. M.; POCH, P. R.; CARRERA, A. S.; PUJOL, I. C.; SOLA, À. C.; GAMISANS, M. F.; VILA, C. S.; ABANADES, L. V.; VIDAL-ALABALL, J. Effects of Physical Activity Interventions in the Elderly with Anxiety, Depression, and Low Social Support: A Clinical Multicentre Randomised Trial. *Healthcare* 2022, 10:2203. <https://doi.org/10.3390/healthcare10112203>

SOUZA, A. P. DE 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, p. 1741–1752, 4 mai. 2022. DOI: 1590/1413-81232022275.23112021

STAHKE, D. N.; MARTINS, R. B.; FARIAS, R. R.; KNORST, M. R.; KANAN, J. H. C.; RESENDE, T. L. Sintomas depressivos e funcionalidade em idosos da atenção primária de Porto Alegre (RS). *Geriatrics, Gerontology and Aging*. Rio de Janeiro. Vol. 14, n. 1 (Jan./Mar. 2020), p. 22-30. DOI: 10.5327/Z2447-212320201900071

15. WENDEL, F.; BAUER, A.; BLOTENBERG, I.; BRETTSCHEIDER, C.; BUCHHOLZ, M.; CZOCK, D.; DOHRING, J.; ESCALES, C.; FRESE, T.; HOFFMANN, W.; KADUSZKIEWICZ, H.; KONIG, H. H.; LOBNER, M.; LUPPA, M.; SCHWENKER, R.; THYRIAN, J. R.; WEIBENBORN, M.; WIESE, B.; ZOLLINGER, I.; RIEDEL-HELLER, S. G.; GENSICHEN, J. Social Network and Participation in Elderly Primary Care Patients in Germany and Associations with Depressive Symptoms—A Cross-Sectional Analysis from the AgeWell.de Study. *Journal Clinical Medicine* 2022, 11: 5940. <https://doi.org/10.3390/jcm11195940>