

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



RELAÇÃO ENTRE A SAÚDE MENTAL E A QUALIDADE DE VIDA NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO DA LITERATURA.

Anne Isabelle Vidal Granjeiro¹, Igor Roberto Saraiva da Silva², José Evaldo Gomes Júnior³, Luiz Paulo da Penha Ferino⁴, Raimundo Weberson de Oliveira Lima⁵, Stefany de Brito Pinheiro Chaves⁶, Ariel Barbosa Gonçalves⁷

Resumo: Até 2030, a população brasileira deve superar 220 milhões de pessoas, destes, aproximadamente 18% serão idosos. Por isso, é de grande valia debater a relação entre a saúde mental e a qualidade de vida nos idosos, visando principalmente o bem-estar físico, emocional, espiritual e social. Esses conceitos são cruciais para um envelhecimento saudável e merecem destaque nacional. Para tanto, esta pesquisa objetiva compreender o bem-estar psicossocial como fator de promoção de saúde, especialmente na terceira idade, baseada em uma pesquisa qualitativa, de revisão bibliográfica narrativa, nas bases de dados BVS, SCIELO, Google Acadêmico, através dos descritores "saúde mental", "qualidade de vida", "promoção da saúde" e "terceira idade". Como critérios de inclusão foram selecionados artigos completos, dos últimos 5 anos em inglês e português que abordavam a interligação entre saúde mental e qualidade de vida na terceira idade. Os resultados destacam que ociosidade, exclusão social e estigmas impactam negativamente a saúde mental dos idosos; Também trazem visibilidade ao fato de a autoestima ser essencial para o bem-estar emocional, enquanto a autoconfiança melhora domínios afetivos, sociais e psicológicos; Somado a isso, um melhor funcionamento sensorial, autonomia, participação social e qualidade de vida correlacionam-se a superiores escores de saúde física e mental. Além de que, a prática de atividade física promove qualidade de vida, autonomia, autoconfiança e autoestima; Conjunto, tem-se que medidas de promoção da saúde do idoso, como assistência emocional, são essenciais para aprimorar a saúde mental. Dessa forma, conclui-se que a ociosidade na terceira idade pode intensificar doenças mentais, possivelmente combatidas com atividades estimuladoras. A promoção da independência funcional, as práticas de lazer, a melhoria do condicionamento físico e a

¹ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, aneisabele60@gmail.com

² Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, igorroberto761@gmail.com

³ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, jos.junior@professores.estacio.br

⁴ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, luiz.pferino@professores.estacio.br

⁵ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, lweberson90@gmail.com

⁶ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, stefanydebrito@hotmail.com

⁷ Centro Universitário Estácio do Ceará - Campus Iguatu, leirapsic@gmail.com

VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: “INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC’S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO”



autoestima relacionam-se fortemente à saúde mental. Além disso, bons relacionamentos familiares favorecem a qualidade de vida. Por fim, destaca-se a necessidade de novas pesquisas.

Palavras-chave: Saúde Mental. Qualidade de Vida. Terceira Idade. Promoção da Saúde. Envelhecimento Saudável.

Agradecimentos:

Gostaríamos de expressar nosso profundo agradecimento ao Centro Universitário Estácio do Ceará – Campus Iguatu por proporcionar um ambiente propício ao aprendizado e a excelência acadêmica.

Em especial, agradecemos também à docente Ariel Barbosa Gonçalves por sua orientação valiosa e dedicação ao processo de pesquisa. Sua orientação contribuiu significativamente para o sucesso deste trabalho.