**EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA MELHORAR A QUALIDADE DE VIDA E PREVENIR A DEPRESSÃO NOS IDOSOS**

Melo, Ana Paula Dias[[1]](#footnote-1)

Gutierre, Rosivânia Garcia[[2]](#footnote-2)

Souza, Cássia Rozária da Silva[[3]](#footnote-3)

Manito, Willy Souza[[4]](#footnote-4)

Cananosque Neto, Henrique[[5]](#footnote-5)

Oliveira, Helissa Mayane Nunes da Silva[[6]](#footnote-6)

Almeida, Givanilda de Jesus Santos[[7]](#footnote-7)

Campos, Clara Beatriz Martins[[8]](#footnote-8)

**RESUMO: Introdução**: O presente trabalho vem abordar discussões acerca do trabalho do enfermeiro como agente educador em saúde na promoção da qualidade de vida e prevenção da depressão na população idosa. **Objetivos**: Temos, como objetivo geral, evidenciar o papel do enfermeiro como educador. Como objetivos específicos, buscamos demonstrar como a educação em saúde advinda dos enfermeiros pode contribuir para melhor qualidade de vida dos idosos e cuidadores, promovendo saúde mental aos indivíduos. **Métodos**: A metodologia é baseada em uma pesquisa bibliográfica, onde fizemos o levantamento e seleção dos artigos e obras mais relevantes e que contribuíssem com nosso estudo. **Resultados**: A depressão desencadeia-se através de fatores biopsicológicos. O sexo feminino é mais vulnerável a essa enfermidade, devido a fatores biológicos genéticos e hormonais. Os cuidados com a saúde mental do idoso tornam-se essenciais para uma boa qualidade de vida e geram bons resultados para outros fatores da saúde do idoso. Dentre as orientações sugeridas pelo enfermeiro estão: fornecer informações sobre o estado de saúde e cuidados necessários ao idoso; oferecer apoio nas dificuldades resultantes das mudanças advindas do processo de envelhecimento; desenvolver educação em saúde para idosos, cuidadores e familiares de modo que promova qualidade de vida aos envolvidos; oferecer suporte para o enfrentamento saudável da situação e perdas associadas; fornecer estratégias de cuidados e comunicação com o idoso, de modo que promova melhor compreensão das necessidades do idoso e facilite os cuidados necessários; **Conclusões**: Concluímos que intervenções voltadas a prevenção, realizadas em grupos através de ações de saúde, reduzem sintomas depressivos, proporcionando melhor qualidade psicológica aos idosos, com a perspectiva de abordagens sobre os cuidados, enfatizando a promoção da saúde física e mental. Evidencia-se também a importância do profissional enfermeiro como educador em saúde que, por meio de seu trabalho cuidadoso e sensível, ajuda a melhorar significativamente a qualidade de vida e determinantes comportamentais da população idosa.

**Palavras-Chave:** Enfermagem; Educação em Saúde; Depressão; Atenção à Saúde do Idoso.

**E-mail do autor principal:** enfermeiraanapaulamelo@gmail.com

**REFERÊNCIAS:**

COUTINHO, Juliana de Souza Lima. et al. Compreensão da relação entre a saúde mental do idoso e seu ambiente familiar: uma revisão integrativa. **Braz. J. Hea. Rev**., Curitiba, v. 3, n. 4, p.10559-10572 jul./aug. 2020.

GAINO, Loraine Vivian. et al. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog**. 2018 Abr.-Jun.;14(2): 108-116.

GRANERO, Gabriela Souza; et al. Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos com depressão: estratégias de intervenções **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, vol. 7, núm. 4, 2019.

JESUS, Isabela Thaís Machado de; et al. Fragilidade e qualidade de vida de idosos em contexto de vulnerabilidade social. **Texto Contexto Enferm**, 2018; 27(4).

RAMOS, Fabiana Pinheiro; et al. Fatores associados à depressão em idoso. **Revista Eletrônica Acervo Saúde** / Electronic Journal Collection Health, 2018.

1. Bacharelado em Enfermagem, Faculdade UNINASSAU, Belém-PA, enfermeiraanapaulamelo@gmail.com [↑](#footnote-ref-1)
2. Enfermagem, Universidade da Amazônia (UNAMA), Ananindeua-PA, roseruan011@hotmail.com [↑](#footnote-ref-2)
3. Enfermagem, Universidade do Estado do Amazonas (UEA), crsouza@uea.edu.br [↑](#footnote-ref-3)
4. Nutrição, Universidade Federal do Pará (UFPA) [↑](#footnote-ref-4)
5. Docência para a Educação Básica, Universidade Estadual Paulista (UNESP), h.cananosque@unesp.br [↑](#footnote-ref-5)
6. Medicina, Centro Universitário UNIFG-Guanambi, medicinahelissaoliveira@gmail.com [↑](#footnote-ref-6)
7. Educação Física, ANHANGUERA UNIME DE SALVADOR, givanilda.almeida12@gmail.com [↑](#footnote-ref-7)
8. Enfermagem, clarabeatrizmartin@gmail.com [↑](#footnote-ref-8)