



## Práticas grupais para a saúde mental de idosos no contexto da Atenção Primária de Saúde no Brasil

Group practices for the mental health of elderly people in the context of Primary Health Care in Brazil

Prácticas grupales para la salud mental de personas mayores en el contexto de la Atención Primaria de Salud en Brasil

Carolina de Faria Oliveira<sup>1</sup>, Fátima Helena do Espírito Santo<sup>2</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Identificar as evidências da literatura sobre as práticas grupais no âmbito da Atenção Primária de Saúde na saúde mental da pessoa idosa. **Métodos:** Revisão integrativa de literatura, delimitada no período de 2014 a 2024, realizada na Biblioteca Virtual em Saúde, SciVerse Scopus, PubMed e Web of Science, com os descritores DeCs/MeSH “idoso”, “grupos de apoio” e “atenção primária de saúde” e operador booleano “AND”, aplicando os filtros texto completo e de acesso livre, nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola. Estabeleceu-se como pergunta de pesquisa: quais as evidências científicas sobre as práticas grupais, no âmbito APS para a saúde mental da pessoa idosa? **Resultados:** Foram resgatados oito artigos que atendiam aos critérios de inclusão e exclusão e, após análise foi identificada a melhora na qualidade de vida, vivência de emoções positivas, sensação de pertencimento, resignificação do sofrimento e redução da solidão, influenciando positivamente na saúde mental das pessoas idosas. **Considerações finais:** As evidências da literatura apontam benefícios da intervenção na saúde mental da pessoa idosa, sendo a prática de grupos uma técnica de baixa complexidade, emergente do cotidiano, sinalizando assim sua potência como tecnologia do cuidado em saúde da população referida na APS.

**Palavras-chave:** Idoso, Saúde mental, Grupos de Apoio.

### ABSTRACT

**Objective:** To identify evidence in the literature on group practices within the scope of Primary Health Care in the mental health of older people. **Methods:** Integrative literature review, delimited from 2014 to 2024, carried out in the Virtual Health Library, SciVerse Scopus, PubMed and Web of Science, with the DeCs/MeSH descriptors “elderly”, “support groups” and “primary care of health” and Boolean operator “AND”, applying full text and free access filters, in Portuguese, English and Spanish. The research question was established: what is the scientific evidence on group practices, within the PHC scope for the mental health of elderly people? **Results:** Eight articles were retrieved that met the inclusion and exclusion criteria and, after analysis, improvement in quality of life, experience of positive emotions, sense of belonging, reframing of suffering and reduction of loneliness were identified, positively influencing health mental health of elderly people. **Final considerations:** Evidence from the literature points to the benefits of intervention in the mental health of elderly people, with group practice being a low-complexity technique, emerging from everyday life, thus signaling its power as a health care technology for the population referred to in PHC.

**Keywords:** Elderly, Mental health, Support groups.

### RESUMEN

**Objetivo:** Identificar evidencia en la literatura sobre prácticas grupales en el ámbito de la Atención Primaria de Salud en la salud mental de ancianos. **Metodos:** Revisión integrativa de la literatura, delimitada de 2014 a 2024, realizada en la Biblioteca Virtual en Salud, SciVerse Scopus, PubMed y Web of Science, descriptores

<sup>1</sup> Universidade Federal Fluminense (UFF), Niterói - RJ.

DeCs/MeSH “ancianos”, “grupos de apoyo” y “atención primaria de salud” y operador booleano “AND”, filtros de texto completo, acceso libre, en portugués, inglés y español. Pregunta de investigación: ¿cuál es la evidencia científica sobre las prácticas grupales, en el ámbito de la APS, para la salud mental de los ancianos?

**Resultados:** Se recuperaron ocho artículos que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión y, después del análisis, se identificó una mejora en la calidad de vida, vivencia de emociones positivas, sentimiento de pertenencia, reencuadre del sufrimiento y reducción de la soledad, influyendo positivamente en la salud mental de ancianos. **Consideraciones finales:** La evidencia de la literatura apunta beneficios de la intervención en la salud mental de los ancianos, siendo la práctica grupal una técnica de baja complejidad, emergente de la vida cotidiana, señalando así su potencia como tecnología de atención a la salud de la población referida en APS.

**Palabras clave:** Ancianos, Salud mental, Grupos de apoyo.

## INTRODUÇÃO

Em 2019, cerca de 970 milhões de pessoas viviam com transtornos mentais, sendo isso a principal causa de incapacidade mundial (WHO, 2022). Em pessoas idosas, os problemas de saúde mental associam-se à morbidade, lesões e aumento de risco de outras condições de saúde que podem levar a incapacidades e morte prematura (OPAS, 2022). Dessa forma, emerge a urgência da compreensão e efetivação do cuidado dessa população, visando contribuir para a promoção do envelhecimento saudável e prevenção de incapacidades.

A saúde mental existe de forma complexa e contínua, desde a experiência de um estado ideal de bem-estar a um estado de grande sofrimento e dor emocional. Intrínseca e instrumental ao ser humano, que influencia a forma de pensar, sentir e agir, sustentando a capacidade de tomar decisões, construir relacionamentos e moldar o mundo em que se vive, sendo tão importante quanto à saúde física.

Dessa forma, interfere na resiliência, na capacidade de conexão, na capacidade de funcionar e prosperar, na percepção das próprias habilidades, na aprendizagem, no trabalho e na contribuição ativa para a comunidade. Problemas relacionados à saúde mental, podem interferir negativamente nos sentimentos e pensamentos, mudando comportamentos, comprometendo a saúde física, prejudicando relacionamentos, a educação e os meios de subsistência. Ou seja, além de essencial para cada indivíduo, é fundamental para a vida comunitária e desenvolvimento socioeconômico (WHO, 2022).

A participação social da pessoa idosa tende a reduzir com o avançar da idade. Porém, é considerada essência do envelhecimento ativo, esperando-se que as pessoas idosas participem em diversos setores e assuntos de seu interesse, na sociedade, na família, na comunidade ou no bairro (WHO, 2005). Desde a publicação da Política Nacional do Idoso, em 1994, ocorre uma intensificação das políticas públicas, com o objetivo da promoção da autonomia, integração, participação efetiva na sociedade, envelhecimento ativo e saudável e para a atenção integral à saúde da pessoa idosa (BRASIL, 1994; 2003; 2006; 2007; 2013; 2014; 2017).

Na Década do Envelhecimento Saudável (2020 - 2030) proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS), continua a busca pela promoção de longevidade e vida saudável, destacando-se neste contexto, o potencial da Atenção Primária de Saúde (APS), como porta de entrada preferencial e longitudinal, possibilitando a promoção e proteção da saúde próxima da vida das pessoas (BRASIL, 2013).

O SUS, adota um conceito ampliado de saúde e integralidade do cuidado, sendo uma de suas prioridades a atenção e cuidado em saúde mental. As práticas grupais, se apresentam como uma das principais tecnologias de cuidado da APS, com sua diversidade de objetivos: grupos operativos, de abordagem familiar, de convivência, de artesanato, de geração de renda, dentre outros. Ao mudar o foco da doença para o cuidado, para ressignificar e aliviar o sofrimento, para potencializar os modos individuais e grupais de ser e estar no mundo, encaminha-se na direção de perspectivas positivas de saúde mental (BRASIL, 2013).

Dessa forma, este estudo teve como objetivo identificar as evidências da literatura sobre as práticas grupais, no âmbito APS brasileira na saúde mental da pessoa idosa.

## MÉTODOS

Trata-se de revisão integrativa de literatura que possibilita a síntese dos principais resultados de estudos publicados sobre um tema ou questão, de forma sistemática e organizada (MENDES KS, et al., 2008). A partir da estratégia PICO foram identificados os acrônimos e definidos os Descritores em Ciências da Saúde (DeCs/MeSH) para a pesquisa: “P” (população) idoso; “I” (fenômeno de interesse) “grupos de apoio” e; “Co” (contexto) “atenção primária de saúde”, sendo elaborada como questão de pesquisa: Quais as evidências científicas sobre as práticas grupais, no âmbito APS para na saúde mental da pessoa idosa?

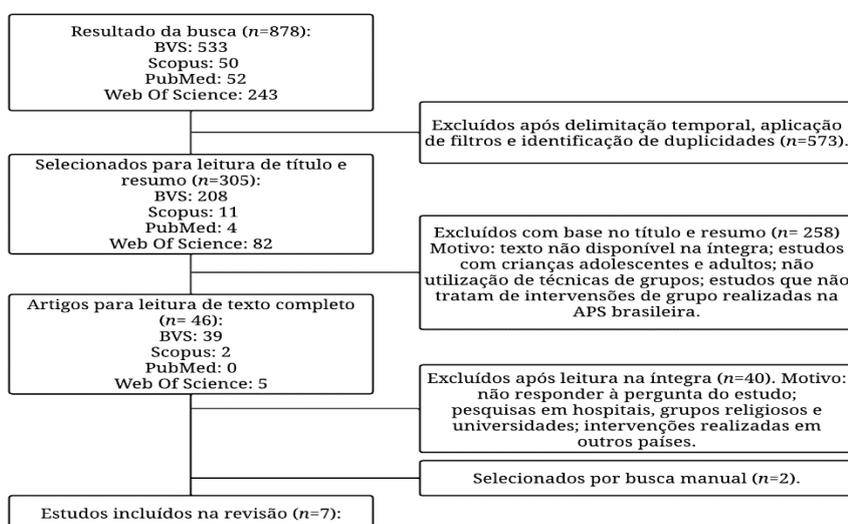
As fontes eletrônicas para busca de publicações foram: Biblioteca Virtual em Saúde - BVS, SciVerse Scopus, PubMed e Web of Science. Na busca eletrônica, utilizou-se a estratégia de busca e descritores “idoso” AND “grupos de apoio” AND “atenção primária de saúde”, bem como seus respectivos termos em inglês. Delimitou-se o período das produções dos últimos 10 anos (2014 a 2024), levando-se em consideração o marco temporal da publicação das “Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS: proposta de modelo de atenção integral”, publicada em maio de 2014. Visando o refinamento da pesquisa, foram aplicados os filtros texto completo e de acesso livre e selecionados os estudos nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola. Não foram aplicados filtros de categorias de publicações.

Os critérios de inclusão e exclusão foram estabelecidos a partir dos interesses inerentes à questão de pesquisa. Os critérios de inclusão definidos foram: estudos envolvendo pessoas de ambos os sexos, com idade a partir de 60 anos; estudos envolvendo pessoas idosas em qualquer condição de saúde, que tenham participado de ações de práticas grupais operativas ou de convivência, como forma de intervenção ou educação em saúde, no âmbito da APS. E, como critérios de exclusão: artigos duplicados, e editoriais. Também foi realizada a busca manual reversa, onde foram recuperados artigos que atendiam aos critérios estabelecidos. A exclusão de estudos duplicados foi realizada com o auxílio da ferramenta EndNote e seleção manual.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na busca em bases de dados eletrônicas foram encontradas 878 publicações e, após a delimitação temporal, aplicação dos filtros e exclusão de duplicidade foram identificados 305 estudos. Após a análise de título e resumo foram selecionados 46 estudos para leitura na íntegra, sendo resgatados 5 artigos que atendiam aos critérios estabelecidos. Também foram incluídos 2 artigos na busca manual reversa, perfazendo um total de 7 artigos selecionados para este estudo (**Figura 1**).

**Figura 1** - Fluxograma de seleção dos artigos para revisão integrativa.



Fonte: Oliveira CF e Santo FHE, 2025.

Os artigos resgatados na busca em bases de dados virtuais tiveram como público alvo os idosos da comunidade no âmbito da APS. Em sua maioria, os estudos apresentam abordagem qualitativa, a quantidade de participantes variou entre 4 a 26 e tinham e tinham o objetivo identificar aspectos de Qualidade de Vida, compreender e analisar a percepção dos usuários acerca de ações da APS, descrever ações e resultados alcançados na APS, e atividades de práticas de ensino-pesquisa-extensão. Abaixo são apresentados os principais resultados dos artigos recuperados (**Quadro 1**).

**Quadro 1** - Artigos selecionados para esta revisão integrativa.

Nº	Local/Revista/Ano	Autor	Delineamento e principais resultados
1	Enfermeria Global 2015	SANTOS LF, et al.	Estudo descritivo, quantitativo, cujo objetivo foi descrever a Qualidade de Vida de 26 idosos que participam de um grupo de promoção da saúde. Os resultados sugerem que a participação em grupos de promoção da saúde possibilita melhorias de diversos aspectos da Qualidade de Vida de pessoas idosas, especialmente os relacionados à participação social e estabelecimento ou manutenção de relacionamento interpessoal. O estudo conclui que a avaliação da Qualidade de Vida pode auxiliar na identificação e implementação de estratégias de intervenção em saúde de idosos mais comprometidos.
2	Index Psicologia Rev. Kairós 2018	DAMASCENO AJS et al.	Relato de experiência sobre as vivências de estudantes de Enfermagem de uma Universidade pública do interior do estado do Ceará, com um grupo de 15 idosos de um Centro de Saúde da Família. A vivência dos estudantes proporcionou aprendizagens significativas para sua formação e as abordagens didáticas foram apontadas como um importante meio de desenvolver capacidades quanto à promoção de saúde de idosos, fora do foco clínico e enxergando o indivíduo sob a ótica espiritual e biopsicossocial.
3	Physis: Revista de Saúde Coletiva 2019	REGO LS et al.	Pesquisa descritiva-exploratória qualitativa, com 14 pessoas idosas participantes de grupo de convívio, tendo como objetivo analisar os sentidos que os participantes envolvidos atribuem às atividades grupais conduzidas em uma Clínica da Família no Rio de Janeiro. As temáticas nas dimensões educativa, biológica e psicoafetiva possibilitaram o reconhecimento da subjetividade no processo saúde-cuidado, emergindo uma gama de emoções e sentimentos como parte do cotidiano e motivando também a busca por participação nos grupos ofertados pela Clínica da Família.
4	Rev. Gaúcha Enferm 2019	BRUNOZI et al.	Estudo qualitativo, com 4 idosas participantes de grupo de convivência de usuários em sofrimento psíquico, com o objetivo de compreender a percepção de usuários da atenção básica diante do sofrimento mental e da participação em um grupo terapêutico de convivência. O grupo terapêutico favoreceu o envolvimento das pessoas em sofrimento psíquico com a comunidade, possibilitou o debate da temática sem preconceitos e o compartilhamento de sentimentos, diminuindo o estigma do adoecimento mental.
5	Texto & contexto enferm 2021	SILVA KM, et al.	Pesquisa qualitativa, interpretativa, com 17 idosas participantes do grupo. Objetivou compreender o cotidiano da pessoa idosa que vivencia a Dança Circular. A pesquisa observou o resgate da saúde, redução da dor, melhora no relacionamento interpessoal e aumento do otimismo, promovendo saúde e mais qualidade de vida.

Nº	Local/Revista/Ano	Autor	Delineamento e principais resultados
6	Psicologia, Ciência e Profissão 2022	SANTOS FL e SILVA LAV	Estudo investigativo, exploratório, com 10 pessoas, em sofrimento mental severo e persistente. O objetivo é entender de que modos a Estratégia de Saúde da Família trabalha o cuidado no convívio com pessoas em sofrimento mental, seus cuidadores e os trabalhadores. A partir do escrutínio da abordagem adotada, o estudo demonstrou que a prática de grupos se apresenta como uma tecnologia imprevisível e incerta. Foi possível a percepção da fluidez, abertura e imprevisibilidade dessa prática processual de cuidado em saúde mental, atuando na produção de vínculos entre usuários, familiares e profissionais.
7	Rev. Bras. Pesq. Saúde 2022	DOURADO JÚNIOR FW et al.	Estudo qualitativo, a partir da Teoria da Intervenção Prática da Enfermagem em Saúde Coletiva, com 26 idosos participantes de grupos de apoio, que objetivou descrever as intervenções realizadas no grupo. A intervenção desencadeou um processo de transformação positiva no grupo de pessoas, pois fortalece o protagonismo dos participantes no seu processo saúde-doença, contribuindo também para o desenvolvimento de competências dos acadêmicos para assistência integral da pessoa idosa. As intervenções fortaleceram o protagonismo.

Fonte: Oliveira CF e Santo FHE, 2025.

Com o propósito de responder ao objetivo da pesquisa, foram estabelecidas categorias de interesse de informações a serem extraídas dos estudos: (a) os resultados alcançados com as práticas grupais no âmbito da saúde mental; (b) as temáticas, os objetivos e as técnicas utilizadas; (c) achados relevantes e os potenciais de promoção e prevenção em saúde mental na APS.

### **Categoria 1 - os resultados alcançados por meio das práticas grupais no âmbito da saúde mental**

O estudo de Santos LF, et al. (2015) indica que os idosos participantes do grupo de promoção de saúde, percebem sua Qualidade de Vida - QV como boa ou muito boa. Destaca-se que a QV é composta pelos domínios físico, psicológico, relações sociais e meio ambiente. O estudo sugere que a intervenção oportuniza o estabelecimento de novos vínculos sociais e rompimento da solidão.

Damasceno AJS, et al. (2018) verificaram que as atividades de memória oportunizam o sentimento de pertença e de boas sensações. A oficina das emoções viabilizou a expressão de sentimentos e o reconhecimento das situações disparadoras dentro do grupo, o que proporciona autorregulação e autoconhecimento, bem como relatos de gratidão e valorização, por parte dos participantes.

Rego LS, et al. (2019), identificaram que a dimensão psicossocial se distingue com mais evidência que os demais resultados da pesquisa, pois viabiliza um espaço para convivência, onde a socialização opera como um grande motivador para a participação. Nos encontros foram observados sentimentos positivos como afeto, amorosidade e alegria. As brincadeiras e passeios transformaram-se em instrumentos de superação de diferentes sofrimentos em suas vidas.

Para Brunozi NA, et al. (2019), a convivência coletiva e segura oferecida pelos grupos, possibilita o compartilhamento de ideias e sentimentos, resignificando o sofrimento individual. Sendo este, um resultado que não poderia ser alcançado no atendimento individual. Foi observada também, a redução do estigma em saúde mental e promoção da tolerância, com relação ao sofrimento psíquico.

Os resultados obtidos por Silva KM, et al. (2021) apontam que o grupo de dança circular, além das modificações positivas em contextos emocional, físico, social e familiar, contribuíram para promoção de saúde e uma vida com maior qualidade, possibilitando a resignificação do presente, a retomada de projetos de vida, despertando emoções positivas e a sensação de pertencimento.

De acordo com Santos FL e Silva LAV (2022), o grupo se torna um espaço de fala e escuta, de redução de aflições, de expressão de experiências e emoções, de convívio e formação de vínculos, de identificação e de mobilização de afetos.

Os estudos de Dourado Júnior FW, et al. (2022), evidenciam que as práticas grupais proporcionam a valorização da história pessoal de cada idoso, sendo uma estratégia de enfrentamento aos estressores e um lugar de escuta e partilhas, ressignificando o envelhecimento e aumentando a autoestima.

Santos PRS, et al. (2023) enfatiza o poder de inserção da equipe de Estratégia de Saúde da Família na comunidade e no cotidiano da pessoa idosa, possibilitando a longitudinalidade do cuidado em saúde mental, sendo o grupo uma das práticas de cuidado que promove o equilíbrio biopsicossocial.

## **Categoria 2 - as temáticas, objetivos e técnicas utilizadas nas práticas grupais**

A partir da análise dos artigos recuperados, observou-se que os objetivos ou temáticas dos grupos giravam em torno de: promoção de saúde; socialização e bem-estar; dança e atividade física; artes e saúde mental. Dentre as atividades realizadas, destacam-se as atividades com grande potencial positivo para a saúde mental, como a atividade física e práticas corporais (alongamento, dança, caminhadas, etc.), as atividades de memória e as atividades artísticas.

Ainda com relação à análise, identificou-se que a prática de atividades físicas ou corporais trouxe resultados em aspectos emocionais, físicos e sociais, com melhoria da qualidade de vida, a aquisição de novos hábitos, o alívio de dores, a melhora do equilíbrio e da coordenação motora, o aumento da socialização e da motivação (SANTOS LF, et al., 2015; DAMASCENO AJS, et al., 2018; REGO LS, et al., 2019; BRUNOZI NA, et al., 2019; SILVA KM, et al., 2021; DOURADO JÚNIOR FW, et al., 2022). O exercício físico interfere na liberação de neurotransmissores cerebrais, como a serotonina e dopamina, prevenindo a neurodegeneração e sintomas depressivos (PAHLAVANI HA, 2024). Dessa forma, os benefícios terapêuticos para saúde mental se mantêm apenas com a manutenção da atividade física regular (SMITH PJ e MERWIN RM, 2021).

Tendo em vista que a neuroplasticidade cerebral diminui com a idade, afetando negativamente a capacidade de adaptação do indivíduo e competências de autorregulação, que são essenciais para a saúde mental. Assim, o exercício físico é uma das poucas intervenções comportamentais que contribui significativamente com a neuroplasticidade. Além disso, baixos níveis de atividade física e muito tempo gasto em comportamento sedentário estão associados a um aumento do risco de problemas de saúde mental. Pessoas com níveis mais elevados de prática de atividade física têm menor probabilidade de depressão, quando comparadas com pessoas com níveis mais baixos. Um estudo de meta-análise realizado por Schuch FB, et al. (2018), demonstrou que a atividade física, mesmo em pequenas quantidades, constitui fator de proteção contra o surgimento da depressão.

Já as atividades de estímulo de memória, proporcionam ressignificação, superação, sentimentos positivos e sensação de pertencimento por meio de compartilhamento de histórias de vida e recordações (DAMASCENO AJS, et al., 2018; REGO LS, et al., 2019; BRUNOZI NA, et al., 2019; SILVA KM, et al., 2021; DOURADO JÚNIOR FW, et al., 2022; SANTOS FL e SILVA LAV, 2022). O resgate de memórias autobiográficas, que são formadas por experiências, constitui a história de vida da pessoa e surge da tomada de consciência do Eu (self), possibilitando que o sujeito se perceba como um ser único (GREENWALD AG, 1980). Os resultados identificados pelo estudo desta revisão, corroboram com os achados de Gil IMA, et al. (2019), que apontam a reminiscência como uma abordagem que reconhece a individualidade e dignidade, promovendo o bem-estar da população idosa, por meio do aumento da capacidade de resolução de conflitos, da autoestima, da segurança, da sensação de pertencimento e identidade.

Os estudos de Santos LF, et al. (2015), Rego LS, et al. (2019), Brunozi NA, et al. (2019), Silva KM, et al. (2021), Dourado Júnior FW, et al. (2022) e Santos FL e Silva LAV (2022), observaram resultados positivos relacionados às práticas artísticas como música, poesia, artesanato e dança. Para Zimerman DE e Osório LC (2004), as atividades artísticas proporcionam a canalização de energia psíquica por meio de um processo de catarse, capaz de redistribuir energia psíquica durante a prática artística. A arteterapia é uma intervenção que

utiliza atividades artísticas na promoção da saúde e melhora da qualidade de vida, constituindo um importante instrumento em saúde mental. É um canal de expressão da subjetividade, que vai além da linguagem verbal. Por meio dela é possível acessar conteúdos emocionais e possibilitar sua ressignificação, proporcionando reflexão e autoconhecimento.

As técnicas ou conceitos metodológicos utilizados não foram esclarecidos na maior parte dos estudos. Todavia, foi possível inferir a predominância da utilização da técnica de grupos operativos. A teoria do grupo operativo de Pichon-Rivière, de forma geral, define que o grupo é formado por pessoas localizadas em um mesmo ambiente e espaço, que tem um objetivo ou tarefa em comum, podendo ser terapêutica, educativa ou de trabalho, minimizando medos básicos e rompendo com estereótipos que impedem mudanças. Para Pichon, no grupo existe um contexto de significados e o vínculo entre os participantes, estando totalmente associado à partilha de significados. O vínculo é fundamental ao ser humano, e quando ocorre, surge o pertencimento (PICHON- RIVIÈRE E, 2009; SAIDÓN OI, 2009).

No âmbito da saúde, os grupos operativos de promoção da saúde, prevenção de doenças e prestação de cuidados específicos, estimulam a autonomia e o autocuidado. Fortalecem a coletividade sem isolar a individualidade, adequam-se às necessidades da saúde coletiva, desenvolvem autonomia e estimulam a corresponsabilização. Nas interações geradas entre os participantes no grupo, o outro se torna uma referência, uma diferença, uma oposição, um encontro, transformando e sendo transformado (SANGIONI LA, et al., 2020).

Por fim, nas análises dos artigos, foi apontada a importância do grupo como espaço de expressão e de socialização, oportunizando a quebra da solidão, o compartilhamento de experiência, o contato social e a sensação de pertencimento (SANTOS LF, et al., 2015; DAMASCENO AJS, et al., 2018; REGO LS, et al., 2019; BRUNOZI NA, et al., 2019; SILVA KM, et al., 2021; SANTOS FL e SILVA LAV, 2022; DOURADO JÚNIOR FW, et al., 2022). Os grupos de apoio e convivência para pessoas idosas funcionam como um importante fator de suporte social, favorecendo o envelhecimento ativo, inclusão social e qualidade de vida. O suporte social estimula uma concepção mais otimista do futuro, o que se relaciona à capacidade de enfrentamento das adversidades da vida, ou seja, na resiliência (GLIDDEN RF, et al., 2019).

### **Categoria 3 - achados relevantes e os potenciais de promoção e prevenção em saúde mental na APS**

Os estudos de Dourado Júnior FW, et al. (2022) e Damasceno AJS, et al. (2018), foram desenvolvidos a partir das vivências dos estudantes universitários junto aos grupos de idosos da APS, durante atividades de ensino, pesquisa e extensão, em cursos de enfermagem e educação física. Foi observado que o contato intergeracional entre estudantes e idosos proporcionou a percepção, por parte dos idosos, de que as pessoas mais jovens valorizam seus saberes e experiências e reconhecem suas necessidades. Uma revisão sistemática de literatura verificou que ações intergeracionais foram positivamente associadas na saúde física, psicossocial, cognição, relações sociais e bem-estar (ZHONG S, et al., 2020). Além disso, as ações intergeracionais não trazem benefícios apenas para pessoas idosas, mas também para os mais jovens.

As atividades vivenciadas pelos estudantes com os grupos de idosos também possibilitaram tanto a aproximação do estudante com a realidade e singularidade da população idosa e suas respectivas necessidades, como reflexões quanto às práticas profissionais, gerando aprendizagens mais significativas (DOURADO JÚNIOR FW, et al., 2022; DAMASCENO AJS, et al., 2018). Para Santana RR, et al. (2021), o movimento dialógico entre universidade e comunidade, representa uma alternativa na promoção e integralidade da assistência em saúde, integrando a comunidade acadêmica ao contexto sociocultural e unindo o conhecimento técnico-científico e o saber popular.

Já no ponto de vista do planejamento das ações de intervenção, as atividades propostas por Brunozi NA, et al. (2019), Dourado Júnior FW, et al. (2022) e Damasceno AJS, et al. (2018), foram elaboradas a partir das necessidades dos participantes do grupo, considerando suas falas e problemáticas apresentadas durante os encontros, valorizando a perspectiva do sujeito e de sua realidade, mudando o foco da doença para o cuidado. Os estudos de Damasceno AJS, et al. (2018), Rego LS, et al. (2019), Brunozi NA, et al. (2019), Santos FL e Silva LAV (2022), enfatizam os resultados obtidos com as práticas grupais como potenciais para

o rompimento do modelo biomédico, fomentando a necessidade da busca de práticas, cada vez mais construídas a partir da realidade e necessidade dos sujeitos. Uma prática educativa crítica proporciona às pessoas, a partir da relação com o outro, experiências que permitem o reconhecimento de ser social e histórico, agente de transformação e criação (FREIRE P, 2019).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências de literatura sobre as práticas grupais na APS brasileira, apontam importantes benefícios para a saúde mental da pessoa idosa. Os artigos analisados evidenciaram a melhora da Qualidade de Vida, a vivência de emoções positivas, o compartilhamento de experiências, a resignificação do sofrimento e a redução da solidão, influenciando positivamente na saúde mental das pessoas idosas. As atividades e técnicas de baixa complexidade, fácil aplicação e emergentes das necessidades que se apresentam, oportunizam a formação de vínculos e a sensação de pertencimento entre os participantes, essenciais à saúde mental. A integração ensino-pesquisa-extensão entre as instituições educacionais e a comunidade representa um grande potencial de cuidado à saúde do idoso, visto que o contato intergeracional proporciona experiências significativas, tanto para o estudante, quanto para idoso, valorizando a pessoa idosa no seu protagonismo e aproximando o estudante da realidade da prática profissional na comunidade. As práticas grupais para pessoas idosas na APS, produzidas a partir das necessidades dos sujeitos, considerando seus saberes, expectativas e sofrimentos, representa a quebra de práticas hegemônicas centrada nos processos saúde-doença, proporcionando a construção de um cuidado em saúde pautado na real necessidade da população, dentro da concretude cotidiana. Dessa forma, estas práticas representam um grande potencial de investimento de esforços científicos. Como limitações evidenciou-se reduzida produção de estudos acerca da temática de saúde mental da pessoa idosa no contexto de grupos de apoio e convivência, bem como de estudos quantitativos que evidenciam amostras populacionais maiores.

---

## REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Lei nº 8.842, de 04 de janeiro de 1994. Política Nacional do Idoso. Brasília: 1994.
2. BRASIL. Lei nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Estatuto do idoso. Brasília: 2003.
3. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Brasília: 2006.
4. BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes operacionais para os pactos pela vida, em defesa do SUS e de gestão. Brasília: 2006.
5. BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica n. 19, Envelhecimento e saúde da pessoa idosa. Brasília: 2007.
6. BRASIL. Ministério da Saúde. Cadernos de Atenção Básica n. 34, Saúde mental. Brasília: 2013.
7. BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes para o cuidado das pessoas idosas no SUS: proposta de modelo de atenção integral. Brasília: 2014.
8. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: 2017.
9. BRUNOZI NA, et al. Grupo terapêutico em saúde mental: percepção de usuários na atenção básica. *Revista Gaúcha Enfermagem*, 2019; 40: e20190008.
10. DAMASCENO AJS, et al. A Extensão Universitária como estratégia para a Educação em Saúde com um grupo de idosos. *Rev. Kairós*, 2018; 21(4): 317-333.
11. DOURADO JÚNIOR FW, et al. Teoria da Intervenção Prática da Enfermagem em Saúde Coletiva: aplicação em um grupo de idosos. *Rev. Bras. Pesq. Saúde*, 2022; 24(1): 48-58.
12. FREIRE, P. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. 74 ed. São Paulo: Paz e Terra, 2019; 144p.
13. GIL IMA, et al. Eficácia da reminiscência na cognição, sintomas depressivos e qualidade de vida em idosos institucionalizados: revisão sistemática. *Rev. Esc. Enferm.*, 2019; 53: 155-160.

14. GLIDDEN RF, et al. A participação de idosos em grupos de terceira idade e sua relação com satisfação com suporte social e otimismo. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*, 2019; 39(97): 261-275.
15. GREENWALD AG. *The Totalitarian Ego: Fabrication and Revision of Personal History*. *American Psychologist*, 1980; 35(7): 603-618.
16. MENDES KS, et al. Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enferm.*, 2008; 17(4): 758-764.
17. ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). *Portfólio: Programas baseados em evidência para um cuidado integrado e centrado para a pessoa idosa na atenção primária à saúde*. Washington, DC: 2022.
18. PAHLAVANI HA. Possible role of exercise therapy on depression: Effector neurotransmitters as key players. *Behavioural Brain Research*, 2024; 459(9).
19. PICHON-RIVIÈRE, E. *O processo grupal*. 8 ed. São Paulo: Martins Fontes, 2009; 286p.
20. REGO LS, et al. As atividades de grupo na perspectiva dos sujeitos em uma Clínica da Família. *Physis: Rev Saúde Coletiva*, 2019; 29(3): e290316.
21. SAIDÓN, OI. O grupo operativo de Pichon-Rivière: guia terminológico para a construção de uma teoria crítica dos grupos operativos. In: BAREMBLITT, G. (org.). *Grupos: teoria e técnica*. Rio de Janeiro: Graal, 2009; 224p.
22. SANTANA RR, et al. Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. *Educação & Realidade*, 2021; 46(2): e98702.
23. SANTOS FL e SILVA LAV. *Atenção Básica e Saúde Mental: Relato Praxiográfico de uma Tecnologia de Cuidado*. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2022; 42: e243075.
24. SANTOS LF, et al. Qualidade de vida de idosos que participam de grupo de promoção da saúde. *Revista Enfermeria Global*, 2015; 14(40): 13-22.
25. SANTOS PRS, et al. Benefícios da inserção da pessoa Idosa em Grupos de Convivência: Revisão Integrativa. *Id on Line Rev. Psic.*, 2023; 17(65): 213-224.
26. SANGIONI LA, et al. Psicologia e o Grupo Operativo na Atenção Básica em Saúde. *Rev. SPAGESP*, 2020; 21(2): 23-40.
27. SCHUCH FB, et al. Physical Activity and Incident Depression: A Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies. *Sou. J. Psiquiatria*, 2018; 175(7): 631-648.
28. SILVA KM, et al. A dança circular no cotidiano da pessoa idosa. *Texto Contexto Enferm*, 2021; 30: e20200409.
29. SMITH PJ e MERWIN RM. The Role of Exercise in Management of Mental Health Disorders: An Integrative Review. *Annual Review of Medicine*, 2021; 72(1): 45-62.
30. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília, 2005.
31. WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *World mental health report: transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization; 2022.
32. ZHONG S, et al. Intergenerational communities: A systematic literature review of intergenerational interactions and older adults' health-related outcomes. *Social Science & Medicine*, 2020; 264: 113374.
33. ZIMERMAN DE e OSÓRIO LC. *Como trabalhamos com grupos*. 1 ed. Porto Alegre: Jones & Bartlett, 2004; 424p.