

Saúde mental dos idosos, uso de psicotrópicos e projeto de intervenção na comunidade pela atenção primária: relato de experiência

Mental health of older adults, psychotropic use, and community intervention project in primary care: an experience report

Salud mental de las personas mayores, uso de psicofármacos y proyecto de intervención comunitaria desde atención primaria: reporte de una experiencia

Felipe Rodrigues Resende¹ , Vanessa Santos Barros² , Maria Regina Santos Vasconcelos Ferreira³ , Maria Fernanda Fadel Lacrete⁴ , Edsaura Maria Pereira¹ 

¹Universidade Federal de Goiás – Goiânia (GO), Brasil.

²Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri – Teófilo Otoni (MG), Brasil.

³Faculdade Pernambucana de Medicina – Recife (PE), Brasil.

⁴Fundação Educacional do Município de Assis – Assis (SP), Brasil.

Resumo

Problema: Com o aumento da expectativa de vida e da população idosa, surge a necessidade de dar atenção especial à saúde dos idosos, visto que, após a pandemia de COVID-19, aumentaram a incidência de distúrbios mentais e, conseqüentemente, o uso de psicotrópicos. Assim, a experiência tratou dessas questões e de como a atenção primária lida com isso, juntamente com o projeto de intervenção planejado por estudantes de medicina em prol de ajudar a população local. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, vivenciado por estudantes de medicina do segundo período e pelo docente da disciplina Saúde Coletiva, em conjunto com uma universidade federal e uma unidade básica de saúde (UBS) do estado de Goiás. Utilizaram-se fotos, registros observacionais, entrevistas e reuniões coletivas em formato de roda de conversa. **Resultados:** Com base nesses instrumentos e em dados coletados previamente, organizou-se a melhor forma de reunir uma parcela da comunidade e, juntamente com médicos, enfermeiros, psicólogos, nutricionistas e agentes comunitários, abordar o que é saúde mental, o uso inadequado de medicamentos, principalmente psicotrópicos, e a importância de uma dieta saudável e da prática de atividade física. Também, no caso da população idosa, reforçou-se que é crucial buscar a quebra de rotina para combater o tédio e a depressão, levando em conta as próprias limitações físicas. No mais, foram enfatizados os benefícios de realizar atividades lúdicas e comunitárias para auxiliar no processo de fuga da rotina habitual e monótona. **Conclusão:** A atividade gerou aprendizado positivo acerca da saúde dos idosos, do uso de psicotrópicos e do equilíbrio psíquico, além de ter mostrado a importância de reuniões comunitárias por parte dos profissionais envolvidos na atenção primária para a população da região.

Palavras-chave: Atenção primária à saúde; Psicotrópicos; Integração comunitária; Saúde do idoso; Saúde mental.

Autor correspondente:

Felipe Rodrigues Resende

E-mail: felipe.resende@discente.ufg.br

Fonte de financiamento:

não se aplica.

Parecer CEP:

não se aplica.

TCLE:

não se aplica.

Procedência:

não encomendado.

Editor associado:

Francisco Eduardo da Fonseca Delgado

Avaliação por pares:

externa.

Recebido em: 02/05/2025.

Aprovado em: 15/07/2025.

Como citar: Resende FR, Barros VS, Ferreira MRSV, Lacrete MFF, Pereira EM. Saúde mental dos idosos, uso de psicotrópicos e projeto de intervenção na comunidade pela atenção primária: relato de experiência. Rev Bras Med Fam Comunidade. 2025;20(47):4741. [https://doi.org/10.5712/rbmfc20\(47\)4741](https://doi.org/10.5712/rbmfc20(47)4741)



Abstract

Problem: With the increase in life expectancy and the elderly population, there is a need to pay special attention to their health, since, after the COVID-19 pandemic, the incidence of mental disorders and, consequently, the greater use of psychotropic drugs increased. Thus, the experience addressed these issues and how primary care deals with them, together with the intervention project planned by medical students to help the local population. **Methods:** This is a descriptive study, of the experience report type, experienced by second-year medical students together with a professor of Public Health, in a federal university with a Basic Health Unit (UBS) in the state of Goiás. Photos, observational records, interviews and collective meetings by discussion circle were used. **Results:** Using these instruments and previously collected data, the best way to bring together a portion of the community was organized and, together with doctors, nurses, psychologists, nutritionists and community agents, to address what mental health is, the inappropriate use of medications, especially psychotropic drugs, and the importance of a healthy diet and physical activity. In the case of the elderly population, it is also emphasized that it is crucial to seek a break from routine to combat boredom and depression, taking into account their own physical limitations. Furthermore, the benefits of carrying out recreational and community activities to help in the process of escaping the usual and monotonous routine are emphasized. **Conclusion:** Therefore, it was possible to organize a moment to discuss a stigmatized subject, something relevant to deepen the knowledge of those present on the subject while demonstrating to the students what is necessary to hold this type of community meeting, explaining the crucial role that primary care plays.

Keywords: Primary health care; Psychotropic drugs; Community integration; Health of the elderly; Mental health.

Resumen

Problema: Con el aumento de la esperanza de vida y de la población anciana, se hace necesario prestar especial atención a su salud, dado que, tras la pandemia de COVID-19, aumentó la incidencia de trastornos mentales y, en consecuencia, el mayor uso de psicofármacos. De esta forma, la experiencia abordó estas problemáticas y cómo la atención primaria las aborda, junto con el proyecto de intervención planificado por los estudiantes de medicina para ayudar a la población local. **Métodos:** Se trata de un estudio descriptivo, del tipo relato de experiencia, vivenciada por estudiantes de segundo año de medicina con un profesor de Salud Pública, en una universidad federal con Unidad Básica de Salud (UBS) en el estado de Goiás. Se utilizaron fotografías, registros de observación, entrevistas y encuentros colectivos por círculo de conversación. **Resultados:** A través de estos instrumentos y datos previamente recolectados, se organizó la mejor manera de reunir a una parte de la comunidad y, junto a médicos, enfermeras, psicólogos, nutricionistas y agentes comunitarios, abordar qué es la salud mental, el uso inadecuado de medicamentos, especialmente los psicofármacos, y la importancia de la alimentación saludable y la actividad física. Además, en el caso de la población mayor, es importante destacar que es crucial buscar un descanso de la rutina para combatir el aburrimiento y la depresión, teniendo en cuenta las propias limitaciones físicas. Además, se enfatizan los beneficios de realizar actividades recreativas y comunitarias para ayudar en el proceso de escapar de la rutina habitual y monótona. **Conclusión:** De esta forma, fue posible organizar un momento para discutir un tema estigmatizado, algo relevante para profundizar el conocimiento de los presentes sobre el tema y también demostrar a los estudiantes lo necesario para realizar este tipo de encuentro comunitario, explicando el papel crucial que tiene la atención primaria.

Palabras clave: Atención primaria de salud; Psicotrópicos; Integración a la comunidad; Salud del anciano; Salud mental.

INTRODUÇÃO

O aumento da expectativa de vida observado nas últimas décadas resultou em um crescimento significativo da população idosa, acompanhado de desafios relacionados à saúde mental. Com o advento da pandemia, a saúde mental dos idosos foi impactada por fatores como o isolamento social e as perdas afetivas, efeitos que permanecem até os dias atuais. Além disso, as condições inerentes ao envelhecimento intensificam essa problemática.¹

As drogas psicotrópicas atuam no sistema nervoso central, alterando a atividade cerebral e influenciando funções cognitivas, emocionais e comportamentais.² Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), no Plano de Ação para a Saúde Mental 2013–2020, estima-se que 700 milhões de indivíduos no mundo estejam com alguma doença mental e neurológica, comprovando a elevada frequência de diagnósticos de transtornos mentais. Nesse contexto, o Ministério da Saúde divulgou que, em 2016, pelo menos 23 milhões de brasileiros utilizam ou utilizarão, ao menos uma vez, os serviços de saúde mental. Com isso, exprime-se uma situação favorável à maior prescrição desses medicamentos para o tratamento relacionado às doenças mentais.³

Todavia, persiste a compreensão limitada sobre as condições em que esses medicamentos são prescritos, sendo eles em muitos casos receitados de forma arbitrária e compulsória, sem atenção detalhada ao caso do paciente. Esse descaso contribui para o uso prolongado que acontece sem o devido acompanhamento.⁴ É necessária a prévia realização de diagnóstico confirmando a condição clínica, bem como a análise de possíveis interações medicamentosas e comorbidades do paciente.³

Nesse sentido, o aumento do número de pacientes em tratamento com psicofármacos está associado à facilidade de acesso a esses medicamentos nas farmácias do Sistema Único de Saúde, o que tem contribuído para a ampliação do seu uso, apesar da exigência de prescrição médica para a sua obtenção.³ Consequentemente, observou-se um aumento expressivo no uso de psicotrópicos entre idosos, com frequência relacionado a falta de monitoramento clínico adequado, superdosagens e prescrição inadequada de fármacos. Afinal, no Brasil havia cerca de 5,7 milhões de idosos diagnosticados com depressão em 2019, número muito alto levando-se em conta as situações sem diagnóstico e ele anteceder a pandemia de COVID-19.^{1,5}

Por essas razões, em muitos casos, os riscos associados a esses medicamentos superam os benefícios esperados para essa faixa etária. Entre os riscos mais comuns, estão a dependência química, a sedação excessiva, o aumento do risco de quedas, o comprometimento cognitivo e as interações medicamentosas adversas.⁶⁻⁸

As equipes da Estratégia Saúde da Família desempenham papel fundamental na atenção primária à saúde (APS). Elas são essenciais para enfrentar desafios críticos de saúde pública e são responsáveis pelo desenvolvimento de estratégias de redução de danos e pelo suporte ao paciente que enfrenta sofrimento psíquico, com o intuito de promover o uso racional de medicamentos e prevenir a automedicação.

Nesse contexto, as unidades básicas de saúde (UBS) têm a função de incentivar o uso consciente de psicotrópicos e a implementação de intervenções não farmacológicas. A promoção da saúde mental exige uma abordagem interdisciplinar, como a prática regular de atividade física e alimentação balanceada, o que melhora a qualidade de vida dos idosos. Ao adotar o cuidado integral, a UBS torna-se um ambiente essencial para a educação em saúde, além de prevenir complicações decorrentes do uso inadequado de psicofármacos.⁹

Assim, este estudo teve como objetivo descrever a elaboração e execução de um projeto de intervenção direcionado à população idosa de uma UBS em Senador Canedo, Goiás, com foco na conscientização sobre o uso racional de psicotrópicos e na promoção de práticas saudáveis. Por meio dessa vivência, buscou-se proporcionar impactos positivos na saúde mental dos participantes e fortalecer práticas de cuidado centradas nas necessidades da comunidade.

MÉTODOS

Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por um conjunto de estudantes de medicina do primeiro ano letivo e docentes da disciplina Saúde, Família e Comunidade, por intermédio do acordo entre faculdade e uma UBS da cidade de Senador Canedo. A experiência envolveu diferentes profissionais da área social e da saúde, como médicos, enfermeiros, técnicos em enfermagem, psicólogo, nutricionista, assistentes sociais e agentes comunitários. Nesse sentido, demonstraram-se a atuação interdisciplinar na esfera da saúde da família e o modo como essa integração possibilita tratar dos assuntos sobre saúde mental e uso de psicotrópicos em relação principalmente à população idosa, que é majoritária na região.

Este trabalho descreve, na forma de vivência, a elaboração e execução de um projeto de intervenção na comunidade em prol de impactos positivos à população local. Os instrumentos utilizados nas visitas de campo da atividade prática foram diários de campo, entrevistas com informantes-chave (pacientes atendidos na unidade), observação ativa, equipamentos audiovisuais expositivos e coleta de dados predefinidos pelo grupo.

O problema escolhido para a abordagem dessa intervenção foi resultado da estimativa rápida participativa realizada pelo grupo de discentes na UBS em estudo. Como seus integrantes já haviam preestabelecido o foco do projeto, enfatizaram-se a conscientização dos alunos sobre a situação abordada, o público-alvo da ação e a forma ideal de aplicação da ação. A escolha do público idoso foi priorizada, pois, pelos instrumentos usados nas visitas, se percebeu a predominância dessa população na região — uma das prioridades para a UBS.

A atividade prática em campo foi desenvolvida ao longo de quatro dias, distribuídos por dois meses, com encontros no período da tarde, com duração de aproximadamente 2 horas e 30 minutos cada um. Realizada no fim do segundo semestre de 2024, a intervenção envolveu uma equipe multiprofissional composta de estudantes, docentes e profissionais de saúde, incluindo agentes comunitários. Essa interação prévia entre os membros da equipe e a comunidade local foi crucial para a execução das ações, promovendo uma abordagem colaborativa e interdisciplinar, elemento essencial para a efetividade da APS.¹⁰

As informações obtidas ao longo da estruturação do projeto foram analisadas de forma qualitativa de modo a descrever a população e a temática da saúde mental, com base em fundamentação teórica prévia. Desse modo, a ação levou em conta principalmente o que foi trazido nas entrevistas e nas outras formas de coleta de dados (questionários e prontuários), seguindo a lógica da anamnese clássica, mas com foco nos hábitos de vida, no uso de medicamentos (nomes, frequência, dose, tempo de uso), nos sintomas associados e nas queixas relacionadas a algum transtorno psíquico (sinais e sintomas, acompanhamento psicológico).

Conforme a Resolução nº 510¹¹, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde, este estudo está em consonância com o item VIII do artigo 1º, dispensando a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa e/ou à Comissão Nacional de Ética em Pesquisa. No mais, o relato mantém o anonimato das informações, e os dados suplementares podem ser obtidos por bases de dados sem acesso restrito.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Estruturação do projeto promovido na prática

No primeiro dia, os alunos, supervisionados por um docente, apresentaram a proposta de intervenção aos profissionais da UBS. Durante a apresentação, foi destacada a necessidade de abordar a saúde mental de forma ampla, com foco especial na redução do uso indiscriminado de psicotrópicos. A escolha do público-alvo, composto majoritariamente de idosos, se deveu à vulnerabilidade dessa faixa etária, agravada no período pós-pandemia de COVID-19, que intensificou fatores como isolamento social, ansiedade e depressão.^{12,13} Os profissionais da UBS participaram ativamente da discussão, sugerindo casos prioritários e estratégias para condução da intervenção, contribuindo para direcionar as etapas seguintes.

Após a apresentação, selecionaram-se prontuários que foram analisados no segundo dia para, além de compreender a estrutura e a lógica por trás deles, entender o caso dos usuários de saúde da UBS coerentes ao tema, os medicamentos usados e o tratamento médico que lhes eram dados. Esse momento permitiu observar que a grande maioria dos pacientes recebeu atendimento superficial e rápido para uma situação que exigia atenção mais delicada e encaminhamento para psicólogo ou psiquiatra, o que evidenciou lacunas significativas no cuidado.^{11,14} Ademais, fez-se uma visita ao espaço onde seria realizada a ação final, em um centro de referência de assistência social, a fim de verificar se a estrutura era adequada para o público-alvo. No último dia, esse local reuniu cerca de 60 pessoas para abordar diferentes aspectos relacionados ao tema.¹⁵

No terceiro dia, os estudantes e os agentes comunitários de saúde fizeram visitas domiciliares aos idosos previamente selecionados, cerca de cinco, visto que o tema desejado acabou sendo o motivo de certa recusa por parte da maioria dos idosos. Durante esse processo, usaram-se questionários para investigar o uso de psicotrópicos, a adesão ao tratamento, os efeitos colaterais percebidos, além do suporte familiar e comunitário existente. Essa etapa permitiu identificar fatores agravantes, como o desconhecimento de terapias alternativas, dificuldades de locomoção e isolamento social. Tais informações foram fundamentais para orientar ajustes na intervenção no último dia e direcionar o foco para a inclusão e o empoderamento dos usuários.^{16,17}

No quarto e último dia, houve a ação final, de que participaram moradores da comunidade, profissionais de saúde e estudantes, totalizando cerca de 60 pessoas (aproximadamente 25 eram os idosos que a ação tinha como objetivo), em um espaço predeterminado e pré-programado para isso. As atividades incluíram rodas de conversa com palestrantes — uma médica, uma enfermeira, um psicólogo e uma nutricionista —, que abordaram os temas saúde mental e saúde do idoso, dinâmicas práticas com exercícios físicos adaptados para idosos e oficinas educativas sobre alimentação saudável. Nas rodas de conversa, profissionais como o psicólogo e a nutricionista esclareceram dúvidas e abordaram estratégias de autocuidado, enquanto alguns idosos usuários do serviço de saúde da comunidade expuseram como lidam com problemas do dia a dia e situações da vida que impactam a saúde mental, além de terem trazido pontos positivos e negativos sobre o sistema de saúde.

No mais, o evento promoveu momentos de integração, como sorteio de brindes, música ambiente e distribuição de lanches saudáveis, criando um meio acolhedor que favoreceu a adesão e o engajamento da comunidade.

Fundamentação teórica da atividade

A saúde mental é um dos pilares fundamentais para o bem-estar geral de uma população, e sua importância é ainda mais evidente em contextos de vulnerabilidade, como o envelhecimento. Para os idosos, fatores como o isolamento social, a ansiedade e a depressão são intensificados pela falta de acesso a cuidados adequados e pela dificuldade de buscar apoio, tornando essencial a implementação de intervenções comunitárias eficazes. Nesse contexto, a APS surge como uma abordagem estratégica para promover o cuidado integral e preventivo, alinhada às diretrizes da Política Nacional de Saúde Mental do Brasil, que enfatiza a importância de estratégias interdisciplinares e integradas na prevenção e no tratamento de transtornos mentais, especialmente na comunidade.¹⁰⁻¹³

A APS exerce papel crucial ao integrar redes psicossociais e promover ações voltadas para a prevenção de transtornos mentais e o manejo de condições crônicas. A abordagem integrada, que

envolve profissionais de diversas áreas como psicologia, nutrição e medicina, facilita a criação de um cuidado mais holístico e adaptado às necessidades da população local. Essa integração entre os saberes é essencial para a efetividade das intervenções e para a ampliação do acesso ao cuidado de saúde, respeitando as especificidades dos indivíduos atendidos. A organização comunitária e a promoção de práticas educativas são fatores-chave para reduzir o estigma em torno dos transtornos mentais e garantir a inclusão social dos pacientes.^{17,18}

Em nível internacional, a OMS reforça a importância da APS como o ponto de entrada preferencial para os cuidados em saúde mental. Ela destaca que a inclusão social, o fortalecimento de redes de apoio comunitário e as estratégias educativas são essenciais para ampliar o acesso aos serviços de saúde e combater o estigma associado aos transtornos mentais. Tais recomendações são particularmente relevantes no contexto do envelhecimento populacional, que tem levado ao aumento da prevalência de condições como a depressão e a ansiedade entre os idosos.^{12,13,19,20}

Durante a intervenção, um dos pontos centrais foi a utilização de instrumentos de coleta de dados para analisar questões como a adesão ao uso de psicotrópicos, a percepção sobre seus efeitos colaterais e o conhecimento sobre alternativas terapêuticas. A aplicação de questionários estruturados nas visitas domiciliares permitiu a análise detalhada das condições socioeconômicas e culturais dos participantes, possibilitando uma reflexão crítica sobre a prática de prescrição de medicamentos. A análise dos prontuários clínicos ajudou a identificar padrões de prescrição excessiva e a evidenciar a necessidade de promover estratégias mais preventivas e integradoras no cuidado à saúde mental.^{11,14,15}

Além disso, a realização de rodas de conversa e momentos de escuta ativa desempenhou papel essencial na desmistificação dos transtornos mentais, criando um espaço seguro para que os participantes compartilhassem suas vivências e dúvidas. Essas rodas não apenas contribuíram para o fortalecimento da coesão comunitária, mas também incentivaram a adoção de práticas de autocuidado, como a alimentação saudável e a prática regular de exercícios. A escuta ativa e a valorização do saber local são estratégias fundamentais para promover a participação ativa da comunidade no processo de cuidado, fortalecendo a rede de apoio e ampliando a conscientização sobre saúde mental.^{17,18}

O incentivo à atividade física, aliado à alimentação saudável, também foi essencial para o sucesso da intervenção. Estudos científicos demonstram que a prática regular de exercício físico pode reduzir os sintomas de depressão e ansiedade, enquanto a dieta equilibrada, rica em nutrientes como ômega-3, fibras e antioxidantes, tem impactos positivos na saúde mental. A realização de oficinas educativas sobre nutrição foi uma das estratégias adotadas para orientar os participantes sobre como melhorar sua saúde mental por meio de escolhas alimentares mais conscientes. Em contraste, o consumo de alimentos ultraprocessados está diretamente relacionado ao aumento do risco de transtornos mentais, o que reforça a necessidade de promover hábitos alimentares saudáveis como parte do cuidado integral.^{16,21}

Por fim, a intervenção foi estruturada com base em ações fundamentadas em práticas adaptadas às necessidades específicas da comunidade. A integração entre teoria e prática possibilitou que as ações tivessem impacto positivo, contribuindo para uma mudança nos hábitos de saúde mental dos participantes e reforçando a importância da APS como eixo central para a promoção da saúde mental em contextos comunitários.^{16,22}

Contribuições da ação

A intervenção comunitária gerou contribuições no contexto individual e comunitário. A criação de um espaço de acolhimento e diálogo foi essencial para que os participantes compartilhassem suas vivências

e compreendessem a importância de práticas de autocuidado. Uma das principais contribuições foi a conscientização sobre o uso racional de psicotrópicos, associada à adoção de estratégias não farmacológicas, como atividade física e alimentação saudável. Muitos participantes relataram maior clareza sobre os benefícios dessas práticas, que se mostraram eficazes na redução de sintomas de transtornos mentais como ansiedade e depressão e no fortalecimento da autonomia funcional, especialmente em idosos.^{16,21}

A socialização promovida pelas rodas de conversa desempenhou papel central na redução do isolamento social, um fator frequentemente associado ao agravamento de transtornos mentais. Durante a interação, os participantes tiveram a oportunidade de construir redes de apoio mútuo e desmistificar conceitos relacionados ao uso de psicotrópicos, sentindo-se mais seguros para buscar alternativas terapêuticas, como acompanhamento psicológico.^{17,18} Esses momentos de diálogo também permitiram a troca de saberes entre os profissionais de saúde e os usuários, ampliando o alcance das práticas de autocuidado e promovendo maior engajamento da comunidade no cuidado à saúde mental.

Entre os profissionais de saúde, a experiência reforçou a importância de abordagens interdisciplinares e humanizadas no cuidado integral. A colaboração entre diferentes áreas, como psicologia, nutrição e assistência social, foi essencial para identificar as demandas específicas da comunidade e propor soluções eficazes e culturalmente adaptadas à respectiva população.^{22,23}

No mais, para os estudantes envolvidos, o projeto foi uma oportunidade de aprendizado prática e de imersão no contexto comunitário. Ao participarem de todas as etapas da intervenção, os estudantes puderam desenvolver habilidades essenciais, como trabalho em equipe, escuta ativa e empatia, além de ampliar sua compreensão sobre os determinantes sociais da saúde. A análise de prontuários e a aplicação de questionários estruturados proporcionaram uma vivência prática que os preparou para futuros desafios na APS, fortalecendo a aplicação de uma prática profissional ética, crítica e fundamentada em evidências.²⁴

Apesar das contribuições positivas, o projeto enfrentou algumas limitações a serem consideradas em ações futuras. O tempo limitado para a execução das etapas dificultou uma análise mais aprofundada dos impactos a longo prazo, especialmente no que diz respeito à consolidação de mudanças comportamentais entre os participantes.¹⁴ Além disso, a dificuldade de locomoção enfrentada por alguns idosos restringiu sua participação nas atividades, evidenciando a necessidade de estratégias que ampliem a acessibilidade, como transporte comunitário ou maior foco em visitas domiciliares.²⁵ Igualmente, a análise de prontuários revelou a falta de padronização nos registros de saúde, o que dificultou a obtenção de informações completas e sistematizadas, limitando o planejamento e a avaliação das ações. A implementação de sistemas eletrônicos de registro na APS é recomendada como uma solução viável para superar essas barreiras e garantir maior eficiência no acompanhamento clínico.^{21,26}

Concluiu-se que a intervenção comunitária, com a aplicação de ações previamente planejadas para a promoção da saúde mental e o uso racional de psicotrópicos, foi eficaz. No fim, todos os participantes confirmaram terem gostado da ação, principalmente os idosos, pelo acolhimento e momento de descontração, bem como os agentes comunitários, pelo fato de o projeto ter abordado o âmbito da saúde e o papel crucial deles, que é muitas vezes desvalorizado. Também, a criação de espaços de acolhimento e diálogo, aliados à prática de atividades educativas e à promoção de hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e exercícios físicos, se revelou estratégica para conscientizar os participantes sobre o autocuidado e reduzir o estigma associado aos transtornos mentais. Ainda, destacou-se a importância da abordagem interdisciplinar e humanizada no cuidado integral, demonstrando que a APS, quando adaptada às necessidades locais, transforma as práticas de cuidado, promovendo maior equidade no acesso aos serviços e melhor qualidade de vida das populações atendidas.

CONFLITO DE INTERESSES

Nada a declarar.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

FRR: Conceituação, Escrita – Primeira Redação, Metodologia, Escrita – Edição e Revisão. VSB: Conceituação, Escrita – Primeira Redação. MRSVF: Conceituação, Escrita – Primeira Redação. MFFL: Conceituação, Escrita – Primeira Redação. EMP: Escrita – Primeira Redação, Escrita – Edição e Revisão.

REFERÊNCIAS

1. Oliveira LA, Alves JE. O impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental dos idosos. *Rev Foco*. 2024;17(5):e5213. <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n5-152>
2. Duarte PCAV, Formigoni MLOS. Efeitos de substâncias psicoativas: módulo 2 [Internet]. 11. ed. Brasília: Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas; 2017 [acessado em 12 abr. 2025]. Disponível em: https://www.supera.org.br/wp-content/uploads/2021/04/SUP13_modulo2_reduzido.pdf
3. Castro Filho FC, Mendes CMM. Intervenção para o uso indiscriminado de psicotrópicos em idosos em uma Unidade Básica de Saúde [dissertação online]. Teresina: Universidade Federal do Piauí; 2021 [acessado em 12 abr. 2025]. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/24280/1/FRANCISCO%20DAS%20CHAGAS%20RODRIGUES%20DE%20CASTRO%20FILHO.pdf>
4. Orlandi P, Noto AR. Uso indevido de benzodiazepínicos: um estudo com informantes-chave no município de São Paulo. *Rev Lat Am Enfermagem*. 2005;13(esp.):896-902. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692005000700018>
5. Brasil. Secretaria Nacional da Família. Saúde mental: boletim Fatos e Números [Internet]. Brasília: Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos; 2022 [acessado em 15 jun. 2025]. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/observatorio-nacional-da-familia/fatos-e-numeros/5.SADEMENTAL28.12.22.pdf>
6. Brunoni AR, Nunes MA, Figueiredo R, Barreto SM, Fonseca MJM, Lotufo PA, et al. Patterns of benzodiazepine and antidepressant use among middle-aged adults: The Brazilian longitudinal study of adult health (ELSA-Brasil). *J Affect Disord*. 2013;151(1):71-7. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.05.054>
7. Barbui C, Broglio E, Laia AC, D'Agostino S, Enrico F, Ferraro L, et al. Cross-sectional database analysis of antidepressant prescribing in Italy. *J Clin Psychopharmacol*. 2003;23(1):31-4. <https://doi.org/10.1097/00004714-200302000-00006>
8. Wanderley TC, Cavalcanti AL, Santos S. Práticas de saúde na atenção primária e uso de psicotrópicos: uma revisão sistemática da literatura. *Rev Ciênc Méd Biol* [Internet]. 2014 [acessado em 12 abr. 2025];12(1):121-6. Disponível em: https://repositorio.ufba.br/bitstream/ri/23063/1/19_v.12_1.pdf
9. Bezerra IC, Morais JB, Paula ML, Silva TMR, Jorge MSB. Uso de psicofármacos na atenção psicossocial: uma análise à luz da gestão do cuidado. *Saúde Debate*. 2016;40(110):148-61.
10. Rodrigues MEO, Alencar RSS, Roncen LBA, Silva ROO. Implicação do uso indiscriminado de psicofármacos na atenção primária. *Stud Health Sci*. 2022;3(1):632-42. <https://doi.org/10.54018/shsv3n1-005>
11. Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016 [Internet]. Brasil: Ministério da Saúde [acessado em 6 ago. 2025] Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2016/res0510_07_04_2016.html
12. Bomfim A, Rocha JSM, Grisi Júnior C. Perfil do consumo de antidepressivos e benzodiazepínicos em uma UBS do Distrito Federal durante a pandemia da COVID-19. *Res Soc Dev*. 2023;12(3):e40857. <https://doi.org/10.33448/rsd-v12i3.40857>
13. Costa EAP, Galvão DO, Figueiredo CFS, Rodrigues TA, Leandro Neto J. Uso indiscriminado de psicotrópicos por usuários assistidos na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa da literatura. *Humanum Sci*. 2023;5(1):36-50. <https://doi.org/10.6008/CBPC2674-6654.2023.001.0004>
14. Martins CP, Andrade CB, Figueiredo MG. Desafios na implementação de intervenções de saúde mental na atenção primária. *Rev Enferm Contemp*. 2021;10(1):22-34.
15. Oliveira MC, Santos JR, Almeida PS. Prontuários eletrônicos como ferramenta para a melhoria do cuidado em saúde mental. *Rev Inf Saúde*. 2019;9(1):45-56.
16. Gomes FS, Pereira CA, Souza RT. Efeitos do exercício físico sobre a saúde mental em idosos: uma revisão sistemática. *Acta Fisioter Bras*. 2020;15(4):88-95.
17. Fernandes JD, Oliveira LS, Sousa FD. Participação comunitária no cuidado à saúde mental na APS: uma revisão integrativa. *Rev Saúde Comunidade*. 2021;15(3):289-303.
18. Zambenedetti G, Silva CR. Acolhimento e práticas de saúde mental na atenção primária. *Saúde Debate*. 2016;40(109):58-70.
19. Alexander L, Lyne J. Psychotropic prescribing in mental health services and primary care. *Ir J Psychol Med*. 2020;37(1):1-2. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.9>

20. World Health Organization. Guidelines on community mental health services: promoting person-centred and rights-based approaches [Internet]. Genebra: World Health Organization; 2021 [acessado em 15 jun. 2025]. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025707>
21. Pereira FA, Lima AF, Barbosa JP. Nutrição e saúde mental: impacto da alimentação na depressão e ansiedade em idosos. *Nutr Hosp*. 2022;39(1):55-64.
22. Lima AF, Oliveira RM, Souza J. Alimentação equilibrada como fator protetor na saúde mental de idosos. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2021;24(2):e210067.
23. Nascimento SS, Almeida TP, Santos RG. Estratégias comunitárias para a promoção da saúde mental na APS. *Ciênc Saúde Colet*. 2023;28(3):563-75.
24. Banerjee S. Multimorbidity—older adults need health care that can count past one. *Lancet*. 2015;385(9968):587-9. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(14\)61596-8](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(14)61596-8)
25. Lopes RM, Souza RA, Silva CR. Redes de apoio social: importância na redução do isolamento social em idosos. *Rev Saúde Comunidade*. 2020;16(1):45-53.
26. Schuch F, Vancampfort D, Firth J, Rosenbaum S, Ward P, Reichert T, et al. Physical activity and sedentary behavior in people with major depressive disorder: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2017;210:139-150. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.10.050>