

**Autor(res)**

Taynan Filipini Bonini
Carem Mota Santana Melo
Silvana Cleusa De Almeida Gonçalves

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO

Resumo

O estudo analisa a importância da psicoterapia no processo de envelhecimento, com foco nos desafios emocionais e existenciais enfrentados pelos idosos. A fase da terceira idade envolve a aceitação de perdas e a adaptação a novas condições de vida, como a aposentadoria e a mudança de papéis sociais e familiares. Esses desafios podem impactar o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos. A psicoterapia é sinalizada como uma intervenção altamente eficaz, ajudando-os a encontrar novos sentidos e propósitos, promovendo um envelhecimento mais equilibrado. A pesquisa foi baseada em uma revisão bibliográfica e enfatiza a relevância da psicoterapia para a saúde mental dos idosos.