

PERFIL DOS CUIDADORES DE IDOSOS E OS EFEITOS NEGATIVOS RELACIONADOS À SOBRECARGA DE TRABALHO

Rafaela Rodrigues Carvalho de Lima^I, Sérgio Vandeglauco de Sousa Veras Júnior^{II}

I Universidade Federal da Paraíba. Rafaelarodriguescl@gmail.com

II Universidade Federal da Paraíba. Sergim_ce@hotmail.com

INTRODUÇÃO:

O envelhecimento da população configura-se como um fenômeno da atualidade e de abrangência mundial. No Brasil, em 2025, teremos cerca de 34 milhões de idosos, representando 15% da população total⁽¹⁾. No Brasil, o crescimento exponencial da população idosa vem acompanhado por um aumento de doenças crônico-degenerativas, elevando os índices de morbidade. Desenvolver incapacidades com perda da independência e, por vezes, o comprometimento da autonomia pressupõe que as tarefas que o idoso não consiga mais realizar, sejam assumidas por outra pessoa na função de cuidador. O cuidador pode ser categorizado, conforme a natureza do vínculo com o idoso, utilizando como referência a distinção entre o cuidado formal e informal. O cuidado formal é considerado aquele realizado por profissionais e o informal dispensado por familiares, amigos, vizinhos, entre outros⁽²⁾. O cuidador é considerado um indivíduo no processo do cuidado ao idoso que absorve níveis diferentes de ansiedade, em função de algumas características, como a modificação de papéis sociais, a adaptação à condição de cuidador que demanda dedicação, paciência e abnegação⁽³⁾. A definição para cuidador, é dada como aquele que é responsável por cuidar da pessoa doente ou dependente, auxiliando a realização de suas atividades diárias, tais como alimentação, higiene pessoal, além de aplicar a medicação de rotina e acompanhá-la junto aos serviços de saúde, ou outros requeridos no seu cotidiano, excluindo, para tal, técnicas ou procedimentos identificados como exclusivos de outras profissões legalmente estabelecidas⁽⁴⁾. Ao assumir e realizar a tarefa de cuidar do idoso, geralmente, de caráter ininterrupto, ou seja, sem descanso, trazendo ao cuidador horas seguidas de trabalho, principalmente com atividades como cuidados corporais, alimentação, eliminações, ambiente, controle da saúde e outras situações, o cuidador pode

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

experimentar situações desgastantes e de sobrecarga⁽⁴⁾. A sobrecarga gerada sobre os cuidadores pode acarretar no desenvolvimento de sintomas psiquiátricos, fadiga, uso de medicamentos psicotrópicos, além de ter sua própria saúde prejudicada o que leva à falta de condições para cuidar do idoso⁽⁴⁾. Desta forma, presente trabalho tem como objetivo mostrar o perfil de cuidadores informais de idosos e o quanto a sobrecarga de trabalho desses geram um efeito negativo ao executar o cuidar. **METODOLOGIA:** Realizou-se revisão integrativa que abrangeu as seguintes etapas: definição do tema; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos artigos; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; análise e interpretação das informações e síntese dos achados. A revisão abrangeu artigos publicados no período de 2010 a 2013, disponíveis no idioma português, nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde – LILACS e Biblioteca Virtual Scientific Electronic Library online – SCIELO. Os descritores utilizados para busca dos artigos foram “sobrecarga”, “cuidadores” e “idosos”, que estavam contidos no título, resumo ou assunto. Foram definidos os seguintes critérios inclusão para os artigos: estar disponível na íntegra e ser publicado no período de 2010 a 2013. Quanto aos critérios de exclusão, levaram-se em consideração: artigos em duplicidade; publicações fora do período delimitado; artigos que não abordavam diretamente à temática proposta. A partir da análise preliminar do material obtido (58 artigos), procedeu-se a leitura dos resumos atentando-se para a abrangência do objeto investigado, excluindo-se os que não atendiam aos objetivos propostos. Os artigos selecionados foram obtidos na íntegra e novamente examinados, resultando em uma amostra composta por cinco artigos. Realizou-se a leitura e análise dos artigos. Os resultados foram organizados compondo a síntese das informações relevantes acerca da sobrecarga e dos desafios enfrentados por cuidadores de idosos dependentes. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Durante o período investigado, foram identificados um artigo publicado em 2010, um em 2011, dois em 2012 e um em 2013. Dos estudos analisados, todos foram conduzidos no Brasil. Os artigos analisados abordaram sobre os perfis dos cuidadores e os efeitos negativos relacionados à sobrecarga de trabalho sobre cuidadores de idosos. Os estudos apresentaram objetivos que envolveram desde descrever a sobrecarga e o desconforto emocional dos cuidadores de idosos até avaliar o perfil dos cuidadores e o grau de dependência dos idosos de acordo com o nível de

fragilidade e correlacioná-lo com a sobrecarga de trabalho dos seus cuidadores. Quanto ao delineamento metodológico dos artigos analisados, verificou-se que se restringem a estudos descritivos e transversais. Em estudos realizados por Uesugui *et al*⁽³⁾, foram observados uma amostra contendo 31 idosos e 31 cuidadores. A coleta de dados foi realizada por meio de entrevista no domicílio, para avaliação do grau de dependência dos idosos, foram utilizados o *Índice de Katz* e *Escala de Lawton* e a sobrecarga dos cuidadores foi mensurada com base na *Escala Zarit Burden Interview*, esta escala, com 22 itens, tem como objetivo avaliar o impacto percebido do cuidar sobre a saúde física e emocional. As respostas aos 22 itens devem ser dadas segundo uma escala de cinco pontos que descrevem como cada afirmação afeta a pessoa. O total da escala é obtido somando todos os itens e pode variar de zero a 88. Quanto maior a pontuação obtida, maior a sobrecarga percebida pelo cuidar. Associado a essa pontuação foi utilizado ponto de corte para diagnóstico de sobrecarga a seguinte pontuação: sobrecarga intensa, escores entre 61 e 88; moderado a severo, entre 41 e 60; moderado a leve, entre 21 e 40; e ausência de sobrecarga, escores inferiores a 21 pontos. Foram obtidos um percentual elevado de idosos com dependência total para atividades básicas e instrumentais da vida diária, sendo a variável estatisticamente significativa em relação à sobrecarga dos cuidadores e a percepção sobre seu estado de saúde. Os resultados colocam em evidência algumas características do perfil de cuidadores em consonância com o observado na literatura, onde o cuidado ao idoso é majoritariamente realizado por mulheres, filhas ou esposa. O fato de o cuidador residir com o idoso pode ser um fator gerador de sobrecarga e estar relacionado à exposição constante das demandas do cuidado, além da necessidade do cuidador realizar outras atividades do seu cotidiano. Os estudos realizados por Gratão *et al*⁽⁴⁾, teve como objetivo descrever a sobrecarga e o desconforto emocional dos cuidadores de idosos. Estudo realizado em 2009, com 124 cuidadores informais, por meio dos instrumentos: Escala de Sobrecarga de Zarit e *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20, tem como objetivo a detecção de desconforto emocional na população geral. A pontuação pode variar de 0 a 20 e utilizado o ponto de corte de 7/8 baseado no estudo brasileiro para diferenciar a possibilidade de casos com desordens emocionais.) para o cuidador. Participaram cuidadores de idosos e respectivos idosos, de ambos os sexos, que vivem no domicílio. Após a aplicação dos testes e analisando as características

dos cuidadores relacionadas à sobrecarga, cuidadores do sexo feminino e com idade superior a 60 anos obtiveram média superior comparada ao cuidador do sexo masculino. Cuidadores mais velhos parecem mais susceptíveis à sobrecarga, porém, os mais jovens podem sofrer mais isolamento e maiores restrições sociais, proporcionais às maiores possibilidades de atividades sociais e de lazer diante da faixa etária. Dados relacionados com o grau de escolaridade revelaram maiores médias de sobrecarga para os que estudaram de um a quatro anos e aqueles que estudaram mais de 12 anos. A maior sobrecarga foi, também, encontrada em cuidadores que são cônjuges. Estudos evidenciam que o cônjuge, ao assumir sozinho o cuidado do idoso no domicílio e convivendo diariamente com o mesmo, frequentemente manifesta desconforto e sentimento de solidão. Encontrou-se média geral para SRQ dos cuidadores de $6,0(\pm 4,4)$, indicando que os mesmos apresentam-se na faixa de risco para o sintoma de desconforto emocional. Em outro estudo, realizado por Stackfleth *et al.* ⁽⁵⁾, que teve como objetivo avaliar a sobrecarga dos cuidadores de idosos fragilizados que residem no domicílio. A amostra era contida de 60 cuidadores e de 153 idosos frágeis, que viviam no domicílio. A coleta de dados realizada no domicílio com idosos e seus cuidadores. Utilizaram-se os instrumentos de perfil sociodemográfico do idoso e do cuidador, a Escala de Fragilidade de Edmonton, a Medida da Independência Funcional para os idosos e a *Escala Zarit Burden Interview*, para os cuidadores. De modo geral, verificou-se que os idosos considerados frágeis, a maioria era do gênero feminino; casado; morava com o cônjuge e o tinham como seu cuidador. A fragilidade nos idosos envolve interações complexas de fatores biológicos, psicológicos e sociais que interagem entre si e culminam com um estado de maior vulnerabilidade que passa a ter a aparência de idoso frágil, levando a situações de dependência. O fato de depender de outra pessoa para realizar as atividades básicas de vida diária está intimamente relacionado à fragilidade. A fragilidade apresentada pelo idoso pode estar relacionada à sobrecarga de trabalho do cuidador, ou seja, quanto maior a fragilidade do idoso, maior será a sobrecarga de seu cuidador, segundo dados apresentados pelo presente estudo. Em outro estudo feito por Gratão *et al.* ⁽⁶⁾, teve como finalidade identificar a dependência funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador. Trata-se de estudo epidemiológico e transversal realizado em 2009 com 574 idosos e 124 cuidadores, por meio dos instrumentos *Medida de Independência Funcional (MIF)* e *Escala de Sobrecarga de*

Zarit. Após os testes serem aplicados, observou-se que 86,4% dos cuidadores entrevistados eram do sexo feminino. A média de idade dos cuidadores foi de 56,6 anos. Grande parte dos cuidadores referiu residir junto com o idoso. Essa situação pode ser vista como favorável para o idoso que recebe os cuidados, uma vez que suas demandas de cuidado podem ser atendidas prontamente. Entretanto, pode ser negativa para o cuidador, pela grande exposição aos efeitos do processo de cuidar que ele vivencia diariamente, o que pode gerar níveis elevados de tensão. Na análise das características do idoso relacionadas à sobrecarga do cuidador, verificou-se que os cuidadores que auxiliam idosos com idade de 65 a 69 anos são mais sobrecarregados que os que cuidavam de idosos mais velhos, embora estes dados não tenham sido estatisticamente significativos. Alguns autores relatam divergências sobre o decréscimo de níveis de sobrecarga com o passar do tempo, possivelmente mediado por um processo adaptativo. O estudo realizado por Santos *et al.* ⁽⁷⁾, teve como objetivo caracterizar os cuidadores de idosos com alterações cognitivas. Foram realizadas entrevistas individuais e domiciliares previamente agendadas, nas residências dos 72 cuidadores de idosos com alterações cognitivas. Foi registrado o seguinte resultado: nas regiões de muito baixa, baixa e média vulnerabilidade social, a maioria dos cuidadores dos idosos é do sexo feminino, com faixa etária com média de idade de 50,2 anos. A maior parte dos cuidadores morava na mesma casa que o idoso, tinham ensino fundamental incompleto e sem renda mensal, moram com o idoso, apresentam relação estreita com ele. Relataram não receber ajuda para cuidar do idoso. **CONCLUSÃO:** Muitas vezes, o sentimento de esgotamento ou exaustão dos cuidadores associado ao elenco de sintomatologia caracterizada no indivíduo que sofre de sobrecarga é resultante da grande dedicação e esforço na atividade de cuidar, na qual o cuidador desconsidera suas próprias necessidades, constituindo-se um problema psicossocial. Dados do presente estudo indicam que o desconforto emocional dos cuidadores está fortemente associado à sobrecarga, e que a sobrecarga está apontada como fator de risco para o desconforto emocional. Faz-se relevante atentar para a prevenção de sobrecarga no cuidador, pois além de causar diversos problemas na vida do cuidador pode desenvolver também sintomas de desconforto emocional, caracterizados por dores de cabeça, insônia, inapetência, tristeza, ansiedade, entre outros.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Artigo de revista:

1. Brasil. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Diretoria de Pesquisas. Departamento de População e Indicadores Sociais. Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil 2000. Rio de Janeiro: IBGE; 2002.
2. Karsch UM. Idosos dependentes: famílias e cuidadores. *Cad Saúde Pública = Rep Public Health*. 2003; 19(3):861-6.
3. Uesugui HM, Fagundes DS, Pinho DLM. Perfil e grau de dependência de idosos e sobrecarga de seus cuidadores. *Acta paul. enferm.* [Internet]. 2011 [cited 2015 Sep 08]; 24(5): 685-698. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002011000500015&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002011000500015>.
4. Gratão ACM, Vendruscolo TRP, Talmelli LFS, Figueiredo LC, Santos JLF, Rodrigues RAP. Sobrecarga e desconforto emocional em cuidadores de idosos. *Texto contexto - enferm.* [Internet]. 2012 June [cited 2015 Sep 08]; 21(2): 304-312. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072012000200007&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072012000200007>.
5. Stackfleth R, Diniz MA, Fhon JRS, Vendruscolo TRP, Fabrício W, Suzele CC, Marques S et al. Sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos fragilizados que vivem no domicílio. *Acta paul. enferm.* [Internet]. 2012 [cited 2015 Sep 08]; 25(5): 768-774. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002012000500019&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-21002012000500019>.
6. Gratão ACM, Talmelli LFS, Figueiredo LC, Rosset I, Freitas CP, Rodrigues RAP. Dependência funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador. *Rev. esc. enferm. USP* [Internet]. 2013 Feb [cited 2015 Sep 08]; 47(1): 137-144. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342013000100017&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-62342013000100017>.
7. Santos AA, Pavarini SC. Perfil dos cuidadores de idosos com alterações cognitivas em diferentes contextos de vulnerabilidade social. *Rev. Gaúcha Enferm.* (Online) [Internet]. 2010 Mar [cited 2015 Sep 08]; 31(1): 115-122. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472010000100016&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1983-14472010000100016>.



4º CIEH

CONGRESSO INTERNACIONAL DE
ENVELHECIMENTO HUMANO

Longevidade: Transformações, Impactos e Perspectivas

24 A 26 DE SETEMBRO DE 2015

