

## ESTRESSE, DEPRESSÃO E ANSIEDADE EM AVÓS QUE CUIDAM DE SEUS NETOS

Nadja Lais dos Santos Silva<sup>1</sup>  
Josevânia da Silva<sup>2</sup>  
Daniela Heitzmann Amaral Valentim de Sousa<sup>3</sup>  
Kay Francis Leal Vieira<sup>4</sup>

### INTRODUÇÃO

Tornar-se avô ou avó é um momento significativo na vida dos idosos, que muitas vezes assumem uma posição importante na vida de seus netos. Contudo, na atualidade se tem observado que não raras vezes, alguns pais, diante de responsabilidades referentes ao cuidado dos filhos, encontram dificuldades para conciliar as atribuições profissionais, pessoais e parentais e, dessa forma, são os avós que participam efetivamente da criação dos netos.

Schuler e Dias (2014) destacam que existe uma diversidade de fatores que contribuem para que os avós assumam a responsabilidade primária pelos seus netos. Dentre as principais razões estão: o aumento significativo de problemas sociais, tais como abuso de drogas, gravidez na adolescência; doenças (transtornos mentais, Aids); negligência; abandono; divórcio ou morte dos pais da criança.

Estudos apontam a complexidade de relacionamentos intergeracionais indicando a influência negativa e positiva dessa relação com os filhos e com os netos (DIAS, 1994; DIAS, HORA, AGUIAR, 2010). Questionam-se os papéis atribuídos aos seus componentes, uma vez que, quando os avós se tornam cuidadores dos netos assumem uma parentalidade em que se identificam conflitos nas delimitações das funções e das fronteiras nesse contexto familiar (ARAÚJO; SILVA; DIAS, 1998).

Os avós podem apresentar sentimentos ambivalentes e conflituosos, conforme alertam Domingues e Dias (2016) devido a vivências e experiências mal elaborados e não resolvidas em relação aos seus próprios filhos e que podem vir a orientar o exercício de ser avó e cuidador daqueles netos. Além disso, possíveis embates podem existir na educação e

<sup>1</sup>Mestranda do curso de Psicologia da Saúde pela Universidade Estadual da Paraíba-UEPB. nadjalaiis@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. Docente da UEPB, josevaniasco@gmail.com

<sup>3</sup>Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. Docente do Centro Universitário de João Pessoa – UNIPE, danihapsi@yahoo.com.br

<sup>4</sup>Doutora em Psicologia Social pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. Docente do Centro Universitário de João Pessoa – UNIPE. kayvieira@yahoo.com.br

administração das situações familiares com seus filhos e seus netos (PINTO; ARRAIS; BRASIL, 2014).

Oliveira (2011) afirma que os avós, normalmente, não se recusam a executar as atribuições de cuidado aos netos. Esses, notadamente, indicam assumir com mais empenho essa atividade, o que intensifica sua responsabilidade e comprometimento nesse cuidado, ainda que essa atividade possa lhes trazer dificuldades diárias e prejuízos econômicos, pois, há modificações diversas em sua rotina, em sua qualidade de vida, no padrão financeiro e em sua estrutura emocional.

De acordo com Mainetti e Wanderbroocke (2013) a vida cotidiana dos avós sofre uma mudança considerável, pois passam a se responsabilizar pela vida escolar, pela educação, pela saúde e cuidados diários destas crianças e adolescentes promovendo diversas adaptações. Outra mudança ocorre ao terem que arcar, muitas vezes, com as despesas dos netos, o que causa um impacto significativo no orçamento dos avós que normalmente vivem uma fase de vida em que há gastos com remédios, planos de saúde, alimentação, entre outros. Esta sobrecarga financeira corrobora com um dos efeitos negativos apontados na literatura (LOPES; NERI; PARK, 2005).

Frente ao exposto, o presente estudo objetivou investigar o nível de estresse, depressão e ansiedade em avós cuidadores de seus netos a fim de possibilitar aos profissionais ações e intervenções apropriadas a essas população.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo de campo, descritivo, de natureza quantitativa, realizado com 30 avós, maternos e paternos, de ambos os sexos. Os participantes responderam o Inventário de Sintomas de Stress para adultos de Lipp – ISSL, Inventário de Depressão de Beck – BDI, Inventário de Ansiedade de Beck – BAI, além de um questionário sociodemográfico.

O ISSL é instrumento utilizado para a avaliação de quadros característicos do stress, possibilitando identificar a existência, bem como a fase do estresse em que a pessoa se encontra (alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão). Baseia-se em um modelo quadrifásico e propõe um método de avaliação do stress que enfatiza a sintomatologia somática e psicológica etiologicamente a ele ligada (LIPP, 2005).

O BDI é um instrumento de autorrelato, composto por 21 itens, cada um com quatro alternativas, que subentendem graus crescentes de gravidade da depressão, com escores de 0 a

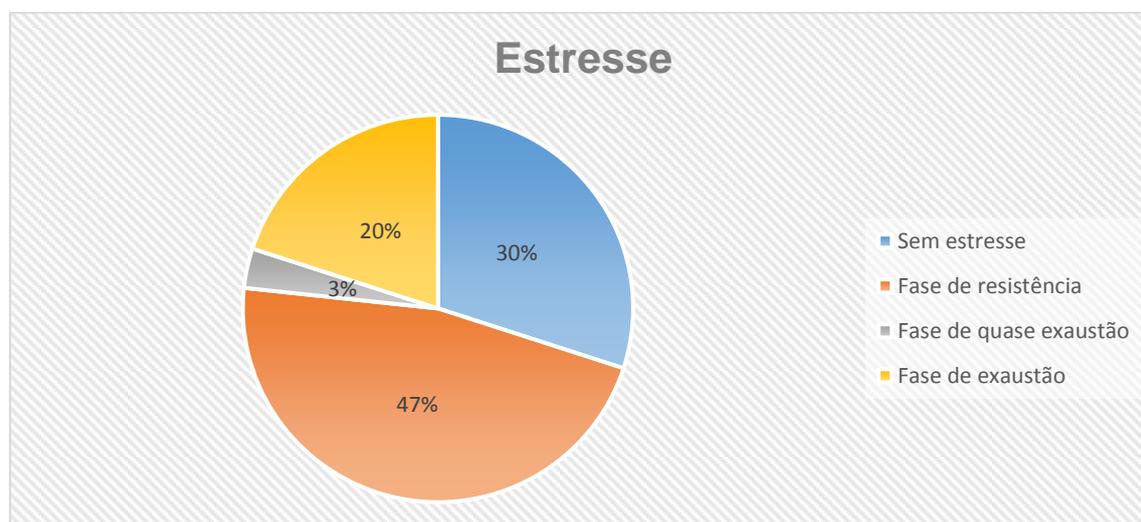
3 12. É indicado para sujeitos de 17 a 80 anos, embora sejam citadas pesquisas desenvolvidas aquém e além desse período etário. O BAI, por sua vez, refere-se a uma escala de autorrelato, que mede a intensidade de sintomas de ansiedade. É constituído por 21 itens, que são “afirmações descritivas de sintomas de ansiedade” e que devem ser avaliados pelo sujeito com referência a si mesmo, numa escala de 4 pontos, que, conforme o Manual, refletem níveis de gravidade crescente de cada sintoma: 1) “Absolutamente não”; 2) “Levemente: Não me incomodou muito”; 3) “Moderadamente: Foi muito desagradável, mas pude superar”; 4) “Gravemente: Dificilmente pude suportar” (CUNHA, 2001).

A coleta dos dados foi realizada de forma individual em local reservado e livre de interrupções. Para a análise dos dados foi utilizado o pacote estatístico SPSS, utilizando-se da estatística descritiva. Esse estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de João Pessoa- PB e seguiu todos os preceitos éticos da Resolução 466/12.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra foi composta majoritariamente por avós do sexo feminino (93,3%), cujas idades variaram entre 40 e 75 anos e eram responsáveis por netos com idades entre 0 e 28 anos. Em relação aos motivos que os levaram a assumirem os cuidados com os netos, constatou-se que 47% passaram a cuidar dos netos porque os pais das crianças trabalham fora de casa, 29,6% cuidam por dificuldades financeiras, 11,7% por questão de óbito e 11,7% passaram a cuidar dos netos por vontade própria.

Em relação ao estresse, verificou-se que 70% dos avós apresentaram estresse, entre as fases de resistência, quase exaustão e exaustão, conforme demonstra o Gráfico 1.



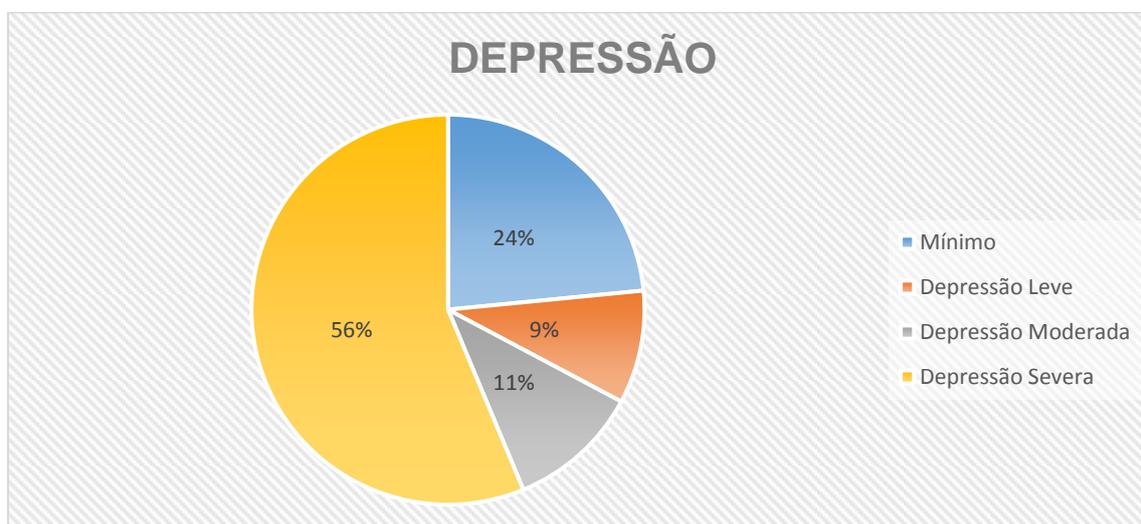
**Gráfico 1:** Nível de estresse em avós que cuidam dos netos (N=30)

Segundo Lipp (2003) o estresse emocional é uma reação complexa e global do organismo, envolvendo componentes físicos, psicológicos e hormonais, que se desenvolvem em etapas ou fases. Na fase de resistência a pessoa tenta lidar automaticamente com os seus estressores de modo a manter a homeostase interna. Se os fatores estressantes persistirem em frequência ou intensidade, há uma quebra na resistência da pessoa e ela passa à fase de quase – exaustão. Nesta fase, o processo do adoecimento se inicia e os órgãos que possuem uma maior vulnerabilidade genética ou adquirida passam a mostrar sinais de deterioração. Se não há alívio para o stress por meio da remoção dos estressores ou pelo uso de estratégias de enfrentamento, o stress atinge a sua fase final, denominada de exaustão, onde podem ocorrer doenças graves como úlcera, psoríase, enfarte, depressão, entre outras.

Para Schuler e Dias (2013), um fenômeno que contribui para o estresse dos avós é a confusão de papéis, pois o papel parental os deixa ocupados e ativos, porém o papel de avós deveria deixá-los descansados para providenciar apoio físico, emocional e espiritual para os netos. Exercendo ambos os papéis, os avós podem se sentir sob estresse constante, o que acarreta perdas em suas vidas sociais.

No que concerne à sintomatologia depressiva, verificou-se que 50% dos avós apresentaram depressão, variando entre leve, moderada e severa. Tais dados corroboram com Dellman-Jenkins et al (2002 *apud* LOPES, NERI, PARK, 2005) que verificaram relatos de sintomas depressivos na amostra pesquisada frente aos conflitos vividos. Além disso, foram observadas dificuldades relacionadas ao cansaço, problemas de saúde e rupturas em suas vidas familiar e social, e ainda referentes ao âmbito financeiro.

**Gráfico 2** – Depressão em avós que cuidam dos netos (N=30)

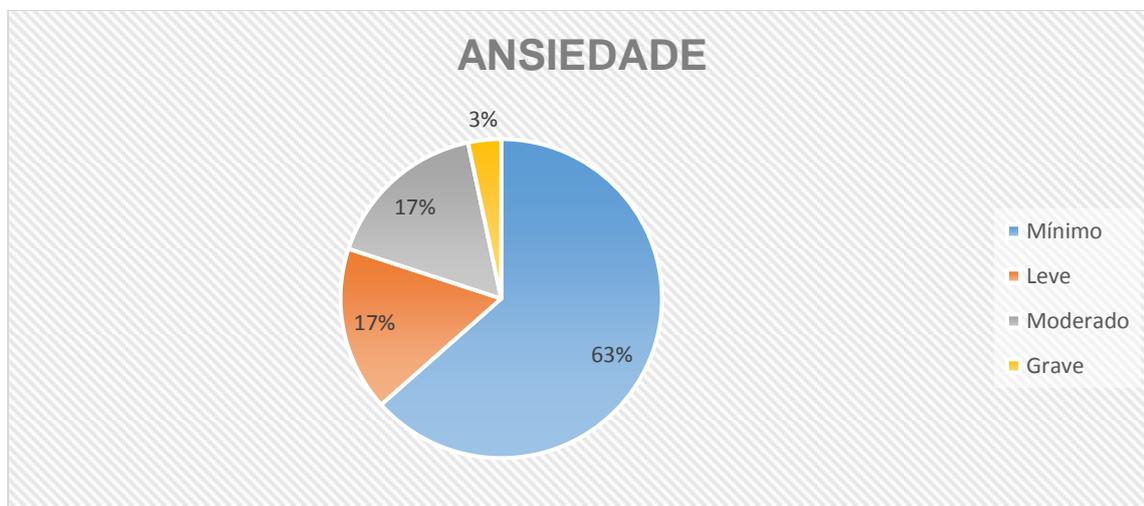


Os dados obtidos corroboram com o estudo de Heymood (1998) que verificou a incidência de depressão em avós, constatando que as mesmas por sentirem que falharam como mães vivenciam conflitos com os filhos e se preocupam com o bem-estar dos netos. Além disso, Schueler e Dias (2014) ressaltam o perigo de a depressão interagir com a sua causa, instalando-se assim, um ciclo vicioso: a avó fica deprimida devido aos conflitos familiares, mas sua depressão piora ainda mais o relacionamento, o que aumenta a depressão, e assim por diante.

O estudo realizado por Cardoso e Brito (2014) constatou que, por se sentirem com mais atribuições de mãe do que propriamente de avó, estas ficavam insatisfeitas, pois achavam que estavam perdendo oportunidade de realizar algo diferente para os netos. Destacaram que, ao cuidar dos netos, vivenciavam o “lado de mãe” das crianças deixando, nesses momentos, de exercer o papel que gostariam: o de avós de fato.

Em relação a ansiedade, os resultados demonstraram que 37% dos avós apresentaram ansiedade, com variações entre leve, moderado e grave.

**Gráfico 3-** Ansiedade em avós que cuidam dos seus netos (N=30)



A ansiedade pode ser definida como um estado emocional desagradável e apreensivo, suscitado pela suspeita ou previsão de um perigo para a integridade da pessoa. É considerada, juntamente com a depressão, uma das maiores causas de sofrimento emocional e diminuição da qualidade de vida, entre os idosos, constituindo um problema de grande magnitude para a saúde pública (MINGUELLI et al, 2013).

A saúde mais frágil e a idade avançada configuram como pontos negativos, favorecendo o aparecimento patológico da ansiedade. A preocupação quanto ao futuro dos netos que

poderiam ficar desamparados na impossibilidade de as avós permanecerem ativas ou mesmo falecerem foi verificado por Maninetti e Wanderbroocke (2013), que verificaram a existência de uma preocupação recorrente entre as avós que cuidam integralmente de seus netos. Temem ainda, não darem conta das demandas dos netos e os verem envolvidos em uso de drogas, que se tornem adolescentes revoltados, que venham sofrer violência na rua ou que se envolvam em relacionamentos amorosos prejudiciais, evidenciando as dificuldades de lidar com as mudanças sociais que refletem nas relações e comportamentos das novas gerações.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao assumirem o papel de cuidadores nessa fase da vida, juntamente com as limitações impostas pela idade, os idosos ficam mais vulneráveis ao aparecimento transtornos mentais, a exemplo de estresse, depressão e ansiedade. O retorno ao exercício das funções parentais acabam por promover modificações em sua rotina, qualidade de vida, padrão financeiro e em sua estrutura emocional, aliado aos conflitos intergeracionais decorrentes do compromisso assumido, pelos avós, de cuidar e educar os netos.

Todos esses fatores comprometem a saúde mental e física dos idosos, influenciando de forma negativa sua qualidade de vida. Em situações de impossibilidade de os pais assumirem seus filhos muitos avós se veem na obrigação de cuidarem dos mesmos, partindo de um senso de obrigação familiar, sendo para a maioria inadmissível, não oferecer essa ajuda e não assumir esses cuidados de forma plena. Percebe-se, portanto, a existência de sentimentos de ambivalência em relação à criação dos netos, porque mesmo que desejem continuar cuidando deles, as avós expressam também queixas de sobrecarga, cansaço e estresse.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, M. R. G. L.; SILVA, D.V.; DIAS, C. M. S. B. A figura dos avós no âmbito psicossocial e familiar. **Mente e sociedade**, v.4, n.2, p.23-33, 1998.

CARDOSO, A.R.; BRITO, L.M.T. Ser avó na família contemporânea: que jeito é esse? **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 19, n. 3, p. 433-441, set./dez. 2014.

CUNHA, J. A. **Manual da versão em português da Escala Beck**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2001.

DIAS, C. M. S. B. A importância dos avós no contexto familiar. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v.10, n.1, p. 31-40, 1994.

DIAS, C. M. S. B.; HORA, F. F. A.; AGUIAR, A. G. S. Jovens criados por avós e por um ou ambos os pais. **Psicologia: Teoria e Prática**, v.12, n.2, p.188-199, 2010.

HEYMOOD, M.E. Custodial grandparents and their grandchildren. **The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families**, v.7, n.4, p.367-372,1999.

LIPP, M.N. ISSL - **Inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp** – Manual 3ª ed. Editora Casa do Psicólogo, 2005.

LOPES, E.S.L.; NERI, A.L.; PARK, M.B.. Ser avós ou ser pais: Os papéis dos avós na sociedade contemporânea. **Textos sobre envelhecimento**, v.8, n.2, 2005.

LIPP, M. E. N. **Mecanismos neuropsicológicos do stress: teoria e aplicações clínicas**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2003.

OLIVEIRA, M. R. **As relações intergeracionais e a participação dos avós na família dos filhos**. (Tese de doutorado). Instituto de Psicologia. Universidade de Brasília, Brasília, Brasil, 2011.

MAINETTI, A. C.; WANDERBROOKE, A. C. Avós que assumem a criação de netos. **Pensando família**, Porto Alegre, v. 17, n. 1, julho 2013.

MINGHELLI, B. et al. Comparação dos níveis de ansiedade e depressão entre idosos ativos e sedentários. **Revista de Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 40, n. 2, p. 71-76, 2013

PINTO, K. L. B.; ARRAIS, A. R.; BRASIL, K. C. T. R. (2014). Avosidade X maternidade: Avó como suporte parental na adolescência. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v.19, n.1, p.37-47, jan./abr, 2014.

SCHULER, E.; DIAS, C. M. S. B. Avós que criam seus netos: uma proposta de intervenção psicoeducativa. In. Atas CIAIQ-III Congresso Ibero-americano de investigação Qualitativa. v.2, 2014. p. 134-139. Disponível em:  
<http://proceedings.ciaiq.org/index.php/CIAIQ/article/view/509/504> acesso 01 jul. 2017