

PERFIL DE SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE CUIDADORES DE IDOSOS INTERNADOS EM AMBIENTE DOMICILIAR

Joicielly França Bispo¹
Andrezza Marques Duque²

INTRODUÇÃO

O crescente envelhecimento populacional já é uma realidade no Brasil e no mundo. Até o final de 2030, a estimativa mundial é que o percentual de pessoas com 60 anos ou mais será 34% maior, correspondendo a 1,4 bilhões, superando o total de 1 bilhão em 2019. Espera-se que em 2050, esse número populacional tenha dobrado, chegando a 2,1 bilhões de pessoas (OPAS, 2020).

No Brasil, também vem ocorrendo um aumento significativo. De acordo com a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua, em 2012, 8,8% da população possuía 65 anos ou mais, passando, em 2019, para um total de 10,8% (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2020).

Concomitante a este crescente aumento de pessoas idosas e as características inerentes resultantes do processo de envelhecimento biológico, surgem as comorbidades, principalmente crônicas, que podem afetar negativamente a saúde física e mental da pessoa idosa, causar limitações quanto ao autocuidado e privar a sua convivência em sociedade. Por isso, deve-se pensar em estratégias que possam garantir o acesso à reabilitação, tecnologias auxiliares, ambientes de apoio e inclusão e cuidados a longo prazo quando necessário (OPAS, 2020).

Na maioria das vezes, esses cuidados a longo prazo estão relacionados à Atenção Domiciliar (AD). O Ministério da Saúde define a AD como uma modalidade de atenção à saúde, sendo considerada como substitutiva ou complementar e caracterizada por um conjunto de ações de promoção à saúde, prevenção e tratamento de doenças e reabilitação que são oferecidos em domicílio, além de garantir um cuidado continuado e integrado às redes de atenção à saúde (BRASIL, 2013a).

¹Residente em Saúde da Família pela Universidade Federal de Sergipe - UFS. Graduada em Enfermagem. joiciellyfbispo@gmail.com;

²Docente do curso de Graduação em Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Sergipe. Doutora em Ciências da Saúde. Mestre em Saúde Coletiva. Especialista em Terapia Ocupacional em Gerontologia. Graduada em Terapia Ocupacional. andrezza.duque@yahoo.com.br.

Dentro do processo de organização da AD é fundamental a presença de um cuidador. Segundo a Portaria nº 963, de 27 de maio de 2013, o cuidador é caracterizado como uma pessoa que pode ou não ter algum tipo de vínculo com o usuário e que deve ser capacitada para auxiliá-lo diariamente em necessidades e atividades em que possua dificuldades ou que seja incapaz de realizá-las por algum tipo de limitação (BRASIL, 2013). Esse cuidador ainda pode ser definido como formal, quando se trata de um profissional capacitado, ou informal quando os próprios familiares ofertam esse cuidado (SOUSA; FIGUEIREDO; CERQUEIRA, 2006).

Predominantemente, estes cuidados em domicílios são realizados pelos próprios familiares, principalmente mulheres, que na maioria das vezes podem não contar com o treinamento ou apoio necessários (OPAS, 2020). Por consequência disso, a falta de assistência ao próprio cuidador aliado ao fato deste desempenhar a sua função sozinho e de forma constante, pode ocasionar em uma sobrecarga intensa e repercutir negativamente nas suas funções físicas, mentais e sociais (LAGO, 2015). Essa sobrecarga ainda pode facilitar o surgimento de diversos problemas de saúde, sejam eles físicos ou mentais (NARDI; SAWADA; SANTOS, 2013).

Portanto, é notória a necessidade da realização de estudos que evidenciem a importância de um olhar para esse cuidador para além de um indivíduo que presta cuidados ao idoso, mas também como um indivíduo que também necessita de uma assistência qualificada e mais ainda de um preparo físico e mental. Diante disso, este estudo teve como objetivo caracterizar o perfil de saúde física e mental de cuidadores de idosos internados em ambiente domiciliar.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo quantitativo descritivo com corte transversal, realizado com 26 cuidadores de idosos vinculados a uma Unidade Básica de Saúde da cidade de Aracaju, Sergipe. A coleta de dados foi realizada entre os meses de janeiro e março de 2023 e incluídos cuidadores formais ou informais, de todas as idades e ambos os sexos. Foram excluídos aqueles não considerados como o cuidador principal do idoso.

Os instrumentos utilizados foram: Formulário sociodemográfico e do perfil de saúde do cuidador que foi elaborado pelas pesquisadoras; e Escala de Katz para avaliação da dependência do idoso. Foi utilizada estatística descritiva através do *software BioEstat®*, versão 5.3, através da realização de frequências e percentuais para as variáveis qualitativas e médias para as variáveis quantitativas.

Esta pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer nº 5.807.295 e teve a autorização dos participantes da pesquisa mediante a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Todas as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos foram respeitadas (BRASIL, 2013b).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 27 idosos internados em ambiente domiciliar, 70,37% eram do sexo feminino, com uma média de idade de 83,3 ($\pm 10,0$) anos e uma idade mínima de 64 e máxima de 99 anos. Quase a totalidade (96,30%) apresentou um nível muito dependente nas atividades básicas da vida diária. Dos 26 cuidadores entrevistados, a média de idade foi de 53,3 anos ($\pm 14,3$) com idade mínima de 27 e máxima de 78 anos. 88,46% eram do sexo feminino, 73,08% eram pretos ou pardos, 80,77% possuíam algum grau de parentesco com o idoso e trabalhavam uma média de 21 ($\pm 6,3$) horas diárias como cuidador.

Sobre o perfil de saúde física, 70,37% dos cuidadores referiram apresentar queixas/problemas clínicos, sendo que o tipo mais prevalente foi o circulatório e cardiovascular com um percentual de 42,42%, seguido por hormonal e endócrino com 24,24% e musculoesquelético com 15,15%. Esses dados foram semelhantes ao de outros estudos, que também encontraram uma predominância de problemas como hipertensão arterial, diabetes e doenças osteoarticulares em cuidadores de idosos (MOURA *et al.*, 2019; DAY *et al.*, 2021). Um outro estudo realizado em diversos países por Konerding *et al.* (2019) verificou que a presença de problemas físicos pode ser um fator desencadeante para uma maior sobrecarga no cuidador.

Majoritariamente os cuidadores desta pesquisa eram pertencentes ao sexo feminino, o que pode explicar o quadro de problemas clínicos evidenciado pelo estudo. Ainda é considerado comum, pela sociedade, que a mulher assuma o compromisso de cuidar do lar, dos filhos e ainda exercer jornadas de trabalho exaustivas fora do domicílio, muitas vezes sem nenhum tipo de apoio. Nesse sentido, pode afetar gravemente a sua qualidade de vida, influenciando no desenvolvimento de uma sobrecarga de trabalho e, conseqüentemente, na negligência da sua saúde em prol da saúde do outro (MOURA *et al.*, 2019).

Um dado interessante foi que apesar dos problemas clínicos, quase metade dos cuidadores deste estudo referiram praticar algum tipo de atividade física (42,31%), demonstrando um resultado contrário ao que foi apresentado por Moura *et al.* (2019) que observou em sua pesquisa o não engajamento dos cuidadores com a prática de exercícios físicos.

No que se refere a saúde mental, 50% dos cuidadores possuíam alguma queixa. Dentre essas queixas, 81,25% apresentavam sintomas de ansiedade, 12,50% sintomas de depressão e 6,25% sintomas de insônia. Esse quadro foi semelhante ao que foi discutido por outros autores, no qual verificaram que na maioria dos casos, os cuidadores relataram uma saúde mental precária (RIFFIN *et al.*, 2019; JORDÁN-BOLAÑOS *et al.*, 2021).

Outros estudos também encontraram uma associação significativa entre transtornos mentais e sobrecarga nos cuidadores, principalmente relacionado a ansiedade e depressão (RIFFIN *et al.*, 2019; ACHILIKE *et al.*, 2020). Além disso, um maior tempo de trabalho pode ser um dos fatores desencadeantes para o desenvolvimento de sobrecarga no cuidador (KONERDING *et al.*, 2019). Essa é uma realidade condizente com o presente estudo, que verificou que os cuidadores trabalhavam uma média de 21 ($\pm 6,3$) horas diárias.

É nítido que cuidar do outro pode ocasionar o surgimento de desgaste físico e transtornos mentais como depressão e ansiedade, principalmente quando esse cuidador não dispõe de recursos suficientes, como conhecimento, habilidades e uma rede de apoio adequada que ajude a reduzir o tempo individual de serviço (IRFAN *et al.*, 2017). A inexistência de um vínculo junto a equipe de Estratégia de Saúde da Família também pode levar a esse desfecho (SANTOS *et al.*, 2019).

Apesar do alto percentual de sintomas relacionados à ansiedade observado no presente estudo, somente 23,08% dos cuidadores já realizaram algum tipo de tratamento para esta condição. 15,38% tinham um histórico ou faziam uso de algum tipo de psicofármaco, entre eles, os antidepressivos (54,55%) seguido pelos ansiolíticos (27,27%). De acordo com estudos já publicados, os psicotrópicos com uso mais indiscriminado são os ansiolíticos, seguidos pelos antidepressivos e, a população que mais faz uso desse tipo de medicação, e de forma abusiva, é a do sexo feminino (MOURA *et al.*, 2016). Um estudo de Gatto *et al.* (2021) evidenciou que há uma associação significativa entre o uso de medicamentos psicotrópicos e a sobrecarga do cuidador.

Quando questionados sobre lazer, apenas 38,46% faziam algum tipo de atividade relacionada a isso. O que remete ao fato de que ao cuidar de um idoso dependente, o cuidador passa por diversas mudanças físicas, mentais e socioeconômicas que modifica completamente as suas atividades de rotina diária, relações sociais e equilíbrio emocional, muitas vezes ocasionando em uma maior privação de liberdade e impactando diretamente em sua qualidade de vida (JORDÁN-BOLAÑOS *et al.*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os cuidadores constituíram-se majoritariamente como pretos ou pardos, pertencentes ao sexo feminino e com algum grau de parentesco com o idoso. No perfil de saúde física, identificou-se a presença de problemas clínicos diversos, incluindo circulatório, cardiovascular, hormonal, endócrino e musculoesquelético. Enquanto no perfil de saúde mental, prevaleceram queixas de sintomas associados à ansiedade e a depressão, tendo sido baixo o percentual de cuidadores que tinham um histórico ou faziam uso de algum psicofármaco naquele momento. Diante dos resultados, pôde-se perceber que o processo de cuidar impacta diretamente na qualidade de vida do cuidador, gerando repercussões negativas em todos os âmbitos da sua vida, desde aspectos físicos e mentais até aspectos relacionados a vida social desses indivíduos.

Portanto, espera-se que os resultados desta pesquisa possam contribuir de alguma forma para o incentivo e a criação de políticas públicas voltadas para a qualidade de vida e bem-estar do cuidador, considerando que não é possível discutir sobre saúde do idoso sem garantir a saúde daqueles que realizam o cuidado. Ressalta-se ainda a necessidade de realização de mais estudos nessa área que possam se aprofundar quanto aos diferentes fatores que acometem a vida dessa população.

Palavras-chave: Saúde, Exaustão do cuidador, Abandono do Autocuidado.

REFERÊNCIAS

ACHILIKE, S. *et al.* Caregiver Burden and Associated Factors Among Informal Caregivers of Stroke Survivors. **J Neurosci Nurs**, v. 52, n. 6, p. 277-283, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33156591/>. Acesso em: 12 jul. 2023.

BRASIL. **Portaria nº 963, de 27 de maio de 2013.** Redefine a Atenção Domiciliar no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, DF, 2013a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0963_27_05_2013.html. Acesso em: 03 jul. 2023.

BRASIL. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012.** Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 13 jun. 2013b. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso em: 04 jul. 2023.

DAY, C. B. *et al.* Nursing Home Care Intervention Post Stroke (SHARE) 1 year effect on the burden of family caregivers for older adults in Brazil: A randomized controlled trial. **Health Soc Care Community**, v. 29, n. 1, p. 56-65, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32602588/>. Acesso em: 07 jul. 2023.

GATTO, C. *et al.* Prevalência de sobrecarga em cuidadores de idosos assistidos na Atenção Primária à Saúde. **Saúde em Redes**, v. 7 n. 1, 2021. Disponível em: <http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/rede-unida/article/view/2982>. Acesso em: 04 jul. 2022.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua - Características gerais dos domicílios e dos moradores 2019**. IBGE, 2020. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv101707_informativo.pdf. Acesso em: 03 jul. 2023.

IRFAN, B. *et al.* Impact of Caregiving on Various Aspects of the Lives of Caregivers. **Cureus**, v. 9, n. 5, e1213, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28589062/>. Acesso em: 04 jul. 2022.

KONERDING, U. *et al.* Do Caregiver Characteristics Affect Caregiver Burden Differently in Different Countries?. **Am J Alzheimers Dis Other Dement**, v. 34, n. 3, p. 148-152, 2019.

JORDÁN-BOLAÑOS, A. I. *et al.* Salud familiar y psicológica del cuidador primario de adultos mayores dependientes. **Rev inf cient**, v. 100, n. 5, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1348644>. Acesso em: 12 jul. 2023.

LAGO, D. M. S. K *et al.* Sobrecarga física e psicológica dos cuidadores de pacientes internados em domicílio. **Rev enferm UFPE on line**, v. 9, supl., p. 319-26, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/10342/11049>. Acesso em: 03 jul. 2023.

MOURA, D. C. N. *et al.* Uso abusivo de psicotrópicos pela demanda da estratégia saúde da família: revisão integrativa da literatura. **SANARE**, v. 15, n. 2, p.136-144, 2016. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1048/594>. Acesso em: 12 jul. 2023.

MOURA, K. R. *et al.* Sobrecarga de cuidadores informais de idosos fragilizados. **Rev enferm. UFPE on line**, v. 13, n. 5, p. 1183-1191, 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1024036>. Acesso em: 07 jul. 2023.

NARDI, E. F. R.; SAWADA, N. O.; SANTOS, J. L. F. The association between the functional incapacity of the older adult and the family caregiver's burden. **Rev Lat Am Enfermagem**, v. 21, n. 5, p. 1096-1103, 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24142218/>. Acesso em: 03 jul. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Decade of healthy Ageing 2020-2030**. OPAS, 2020. Disponível em: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52902/OPASWBRAFPL20120_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em: 03 jul. 2023.

RIFFIN, C. *et al.* A Multifactorial Examination of Caregiver Burden in a National Sample of Family and Unpaid Caregivers. **J Am Geriatr Soc.**, v. 67, n. 2, p 277-283, 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6367031/>. Acesso em: 12 jul. 2023.



SANTOS, W. P. *et al.* Sobrecarga de cuidadores idosos que cuidam de idosos dependentes.

Rev Cuid, v. 10, n. 2, e607, 2019. Disponível em:

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732019000200200&lang=pt. Acesso em: 04 jul. 2023.