

SOBRECARGA EMOCIONAL DE CUIDADORAS DE IDOSOS

Gleicy Karine Nascimento de Araújo¹
Elismar Pedroza Bezerra²
Aline de Brito Torres³
Rafaella Queiroga Souto⁴

RESUMO

A população idosa vem crescendo rapidamente e com isso as necessidades de cuidado aumentam, sendo fundamental o papel do cuidador. Esse é um estudo do tipo quantitativo descritivo e transversal, que teve por objetivo avaliar os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadoras de idosos comunitários, bem como traçar o perfil sócio demográfico dos participantes do estudo. Foi realizado no município de Recife-PE no período de 2016 a 2017. Os participantes da pesquisa foram cuidadoras dos idosos que pertenciam a área de abrangência das três equipes de uma Unidade de Atenção Básica (UBS), localizada na micro-área III do Distrito de saúde IV do município de Recife, Pernambuco. Sendo a amostra resultante, 33 cuidadoras. Os resultados demonstraram sobrecarga emocional entre as cuidadoras investigadas, assim como foi constatado que algumas características sociodemográficas se relacionaram com maiores médias de sobrecarga. A maioria possui 2º grau completo, casadas ou morando junto, desempregadas e com idade menor do que 48 anos, com média de idade das cuidadoras de 50,48 anos. A maior parte da amostra do estudo sabia ler e escrever e para algumas delas tomar conta de seu familiar é sempre psicologicamente difícil, sentindo-se cansadas e esgotadas. Portanto, verifica-se que para tentar diminuir a sobrecarga e auxiliar essas cuidadoras, é necessário que orientações e esclarecimentos referentes à prática do cuidar sejam prestados, para que exerçam suas atividades de maneira mais leve e satisfatória.

Palavras-chave: Idoso, Cuidadoras de Idosos, Sobrecarga.

INTRODUÇÃO

O aumento da população idosa tem ganhado bastante destaque em vários aspectos nos últimos anos, principalmente no que diz respeito ao contexto social. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Pesquisa (IBGE) (IBGE, 2015), nas últimas três décadas, o envelhecimento no Brasil aumentou de forma acelerada, onde o número absoluto de pessoas com mais de 60 anos aumentou em média nove vezes mais que nos séculos anteriores. Nesta perspectiva, a estimativa da Organização Mundial da Saúde (OMS), é que o Brasil, até 2025, seja o sexto país em número de idosos (IBGE, 2015).

A longevidade tem sido apontada como uma das transformações demográficas mais significativas do século XXI (BODSTEIN; LIMA; BARROS, 2014). Sendo o aumento da

¹Enfermeira – Mestranda do PPGEN/UFPB, gleicy.kna@hotmail.com;

²Enfermeira – Mestranda do PMPG/UFPB/HULW/EBSERH, elismarpedroza@hotmail.com;

³Enfermeira - Faculdade Maurício de Nassau, aline.abt@hotmail.com;

⁴Docente da UFPB, rafaellaqueiroga7@gmail.com.

expectativa de vida considerado um dos maiores sucessos da humanidade, contudo, um dos grandes desafios para a saúde como um todo (FHON *et al.*, 2018). Com o processo de envelhecimento, a capacidade física e emocional começa a se tornar cada vez mais frágil, e o processo de desgaste corporal aumenta. A anatomia e a fisiologia diminuem suas funcionalidades, como também, as relações interpessoais começam a se modificar (VIEIRA *et al.*, 2012).

Tudo isso faz com que o idoso se torne cada vez menos independente para realizar suas atividades da vida diária. Neste contexto, o cuidador se faz protagonista, desempenhando um papel complexo, arraigado de dificuldades para além das exigências psicológicas e físicas já existentes na atividade do cuidar (ROCHA; PACHECO, 2013), como estresse, tensão, constrangimento, diminuição do convívio social, fadiga e depressão. Essa sobrecarga poderá acarretar problemas sociais e financeiros, afetando o bem-estar do cuidador (SOUSA *et al.*, 2008).

O tempo de cuidado, o nível de dependência para as atividades cotidianas e o nível de alteração cognitiva do idoso exercem influências significativas sobre a percepção de saúde e sobrecarga do cuidador (LILLO *et al.*, 2012)

Para Vieira *et al.* (2012), entender os fatores que envolvem o cuidar de um idoso é imprescindível, visto a necessidade de poder ajudar de maneira mais efetiva as pessoas que se dedicam a essa atividade.

De acordo com Martín *et al.*, (apud Rodrigues, 2011), o cuidar implica em uma relação de afeto de quem é cuidado e o seu cuidador. Neste contexto, os cuidados de saúde se encontram sistematizados em dois conjuntos diferentes: o sistema dito formal, constituído pelas instituições, pelos serviços de saúde e pelos profissionais de saúde; e, o sistema informal, composto essencialmente pelos membros da família ou outra pessoa do convívio do idoso.

Os cuidados informais assumem, na modernidade, um papel relevante na organização do sistema de cuidados em saúde, sendo essenciais na vida dos idosos cuidados (RODRIGUES, 2011).

Investigações que abordem o suporte aos que se dedicam ao exercício do cuidar e suas necessidades de saúde, principalmente, no que se refere ao conhecimento das causas que levam estes a adoecerem são necessárias (GRATÃO *et al.*, 2013).

Neste sentido, fica nítida a necessidade do desenvolvimento de estratégias, estudos e ações efetivas que auxiliem e direcionem as pessoas que exercem o papel do cuidar, visto que

essa função é desencadeante de fatores estressantes. Desta forma, a questão norteadora deste estudo é: quais os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadoras de idosos comunitários?

Com a finalidade de responder ao pressuposto em tela, a presente pesquisa tem por objetivo avaliar os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadoras de idosos comunitários, bem como traçar o perfil sócio demográfico das participantes do estudo.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo quantitativo descritivo, do tipo transversal, realizado no município de Recife-PE no período de 2016 a 2017.

Os participantes da pesquisa foram cuidadoras dos idosos que pertenciam a área de abrangência das três equipes de uma Unidade de Atenção Básica (UBS), localizada na micro-área III do Distrito de saúde IV do município de Recife, Pernambuco. Sendo a amostra resultante composta por 33 cuidadoras.

O local foi escolhido devido a sua proximidade com o campus Recife da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE) e à necessidade de assistência voltada a esse grupo populacional.

Foram realizadas reuniões com a secretaria de saúde do município, os agentes comunitários de saúde e enfermeiros da UBS, a fim de fornecer esclarecimento e sensibilizá-los acerca do propósito do estudo, a necessidade do apoio da unidade e obter permissão para a efetivação da pesquisa. Foi conduzido um treinamento com os interessados em participar da coleta de dados com o objetivo de preparar discentes e docentes para seguir o rigor e os preceitos éticos de uma pesquisa científica durante uma coleta de dados, além de lhes apresentar os instrumentos de coleta de dados e suas interpretações. Sendo assim, foram discutidas informações teóricas e práticas sobre o procedimento de coleta de dados. Foram 8 horas de treinamento, participando 33 coletadores, sendo 22 discentes do curso de enfermagem e 11 do curso de terapia ocupacional da UFPE.

Foi organizada uma escala de disponibilidade dos discentes, semanalmente, que foi combinada com a escala de trabalho dos ACSs. A partir disso, os alunos treinados realizaram a coleta de dados em dupla e acompanhados por um ACS. Esta logística foi necessária devido ao vínculo do ACS com a comunidade, possibilitando tanto a segurança do entrevistador quanto a confiança do entrevistado em participar da pesquisa.

A coleta de dados ocorreu no local de trabalho da cuidadora, ou seja, na residência dos idosos, após esclarecimento sobre os objetivos da pesquisa, orientação sobre o sigilo dos dados, disponibilidade em participar e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) pelos cuidadores que concordaram participar da pesquisa.

A coleta foi desenvolvida a partir da população de idosos, em que foi realizado o cálculo amostral mediante a fórmula de população finita para estudos epidemiológicos, compondo uma amostra de 159 idosos. A amostragem foi do tipo sistemática, de forma que a cada 5 idosos 1 era incluído. Conforme o idoso aceitava participar da pesquisa, era verificada a presença de um cuidador e, portanto, era realizado o convite de participação. Apenas 35 idosos apresentavam cuidador, sendo assim, esta pesquisa foi realizada com 35 cuidadores de idosos, no qual, para este estudo, foram utilizados os dados de 33 cuidadores porque eram do sexo feminino. Optou-se por utilizar para este estudo os dados referentes as cuidadoras por julgar necessário avaliar a sobrecarga especificamente para este grupo.

Para a coleta de dados, foram utilizados os instrumentos: o Brazil Old Age Shedule (BOAS) e Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal (QASCI). Do BOAS foram extraídas as questões referentes aos dados sociodemográficos. E do QASCI as referentes à sobrecarga emocional e implicação na vida pessoal do cuidador.

Os dados coletados foram tabulados e analisados no SPSS versão 21.0. Foi realizada estatística descritiva por meio da frequência absoluta e relativa e medidas de tendência central (média e mediana) e dispersão (mínimo, máximo e desvio padrão).

Este projeto é vinculado a uma pesquisa intitulada “Impacto de intervenções multidimensionais em idosos cadastrados na atenção primária à saúde e seus cuidadores” aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do Centro de Ciências da Saúde (CCS) da UFPE sob nº de protocolo: 51557415.9.0000.5208.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

As participantes do estudo apresentaram média de idade de 50,48 anos (desvio padrão de 12,03 anos). A cuidadora mais jovem apresentava 27 anos e a com maior idade 76 anos, sendo que 6 das 33 cuidadoras tinham idade igual ou superior a 60 anos. A variável faixa etária foi dicotomizada a partir da mediana e verificou-se que predominou a idade de menor ou igual a 48 anos (51,5%; n= 17). Quanto ao número de filhos, tinham em média 1,79 filhos. O número máximo de filho por cuidador foi de 9 e o mínimo zero filhos.

A maior parte da amostra do estudo sabia ler e escrever (90,9%; n=30), apresentava o 2º grau completo (45,5%; n=15), possuía vida conjugal/casada ou morando junto (63,3%; n=21), e com uma média de 3,5 pessoas morando com elas, sendo o mínimo de 1 e o máximo de 10 pessoas.

Ao serem perguntadas se trabalham atualmente, 24,2% (n=8) responderam que sim, e 72,7% (n 24) responderam que não trabalham.

Na Tabela 1, observam-se as características sociodemográficas e econômicas dos cuidadores.

Tabela 1 – Distribuição dos dados sociodemográficos das participantes do estudo. Recife, PE, 2016-2017

VARIÁVEIS	n	%
Faixa etária		
Menor ou igual a 48 anos	17	51,5
Maior que 48 anos	16	48,5
Estado civil		
Casadas/morando junto	21	63,6
Viúva, solteira/ divorciada	12	36,4
Trabalha Atualmente		
Sim	8	25,0
Não	24	75,0
Se o entrevistado sabe ler ou escrever		
Sim	30	90,9
Não	3	9,1
Escolaridade Máxima Completa		
Primário	2	6,9
Ginásio ou 1º Grau	9	31,0
2º Grau Completo	15	51,7
Curso Superior	3	10,3
TOTAL	33	100,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2016-2017.

Sobre as características sociodemográficas e econômicas das cuidadoras, os resultados do presente estudo corroboram a literatura, pois verificou-se o predomínio, também, do sexo feminino (86%) em um estudo realizado por Cesário *et al.* (2017) que avaliava o estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso.

Estudos sobre o cuidador apontou o predomínio de mulheres e a idade média em torno de 50,34 anos. Isso ocorre porque cultural e socialmente, ainda é considerada como sendo uma característica da mulher adaptar-se às exigências dos familiares e, portanto, estar mais preparada para desempenhar o referido papel, enquanto o homem, o provedor financeiro da família (LENARDT *et al.*, 2010; BORGHI *et al.*, 2013). Ademais, na maioria das vezes as mulheres que exercem esse cuidado são idosas, esposas ou filhas, que moram com o indivíduo cuidado e não recebe remuneração financeira para exercer este cuidado (ORLANDI *et al.*, 2017).

Ainda, é válido ressaltar que a mulher que é cuidadora dos idosos suportam diversas consequências negativas relacionadas a várias atividades que esta cuidadora exerce somente pelo fato de ser do sexo feminino, tais como as atividades domésticas do ambiente em que o idoso reside e no seu próprio local de moradia caso diferencie do local do idoso. Diante disso, essas consequências podem refletir em prejuízos no autocuidado e qualidade de vida deste cuidador, além da sobrecarga (CALDEIRA *et al.*, 2017).

Em relação à escolaridade, a maior parte das cuidadoras apresentava 2º grau completo. O estudo de Ferreira (2011) mostra que os indivíduos que possuem maior escolaridade apresentam melhores condições de prestarem um cuidado com mais qualidade. Além disso, o nível de escolaridade pode facilitar no que diz respeito a compreensão das orientações de cuidado e tratamento daquele idoso, em contrapartida, o cuidador pode focar na questão de buscar a cura de doenças incuráveis e, conseqüentemente, desenvolver frustrações e angústias em meio ao enfrentamento da situação (SEIMA, LENARDT, CALDAS, 2014).

Também, percebe-se que os cuidadores com mais idade são mais susceptíveis à sobrecarga e a complicações de saúde, visto que, as alterações decorrentes do processo de envelhecimento estão cada vez mais presentes e se somam ao desgaste físico e psicológico que o dia a dia de deveres e responsabilidades acarreta (VIEIRA *et al.*, 2012).

Neste sentido, verifica-se que o despreparo das famílias para enfrentar as adversidades referentes ao processo de envelhecer e as alterações ligadas a essas mudanças influencia na adaptação positiva ou negativa dos familiares no atendimento as necessidades do idoso, ocasionando situações conflituosas e que provocam sofrimento (REIS *et al.*, 2015). Um dos

fatores que pode influenciar no surgimento e desenvolvimento do estresse é a renúncia que o cuidador faz em diversos contextos, principalmente no que diz respeito a rotina deste cuidador que irá passar por adaptações, renunciando cuidados consigo mesmo, no ambiente doméstico e familiar, se abdicando de atividades consideradas importantes para este indivíduo (FLORIANO *et al.*, 2014; REIS *et al.*, 2015).

Outro fato que chamou a atenção no nosso estudo é o fato de a maioria das cuidadoras serem desempregadas ou se dedicam somente às atividades domésticas, corroborando com Anjos *et al.*, (2014), quando fala que o exercício do cuidar, muitas vezes, obriga os cuidadores a reduzir a jornada de trabalho ou deixar o trabalho remunerado, principalmente quando a situação do idoso exige dedicação exclusiva e é seu familiar. O percentual de cuidadores desempregados pode estar relacionado a este fato, uma vez que 74,2% deles referiram que se dedicavam, exclusivamente, às atividades domésticas e sem remuneração.

Em um estudo realizado no município de Sobral, localizado no noroeste do Ceará, foi possível observar que a maioria eram cuidadores do sexo feminino, com mais de 60 anos, com escolaridade de um a quatro anos de estudo, cor parda, religião católica e estado civil solteiro (MUNIZ *et al.*, 2016). Esses resultados permitem a reflexão de que o número de idosos sendo cuidadores de outros idosos tende a aumentar.

Em outro estudo, realizado em Curitiba (PR), identificou-se que dentre as características sociodemográficas dos cuidadores entrevistados, a maioria esteve na faixa etária de 50 a 60 anos, também eram do sexo feminino, apresentavam mais de 8 anos de escolaridade, estado conjugal de união estável, não exerciam atividade laboral e coabitam com o idoso (SEIMA, LENARDT, CALDAS, 2014).

Na análise das características relacionadas à sobrecarga do cuidador neste estudo, verificou-se que as cuidadoras sentem vontade de fugir da situação em que se encontram (54,8%; n=17). Um estudo realizado em Campinas (SP) referiu que a vontade de fugir se configura como sintoma psicológico do estresse mais frequente, que podem levar aos sintomas físicos tais como tensão muscular, dificuldade na memória e sensação de desgaste físico continuamente (GUIMARÃES; LIPP, 2011).

Além disso, o estresse pode influenciar com consequências negativas na vida do cuidador que presta assistência ao idoso, sendo necessário compreender que a qualidade de vida auxilia no estado de saúde de quem cuida e é cuidado (CESÁRIO *et al.*, 2017).

Alguns fatores podem contribuir para a instalação do estresse, tais como o excesso de atividades causado pela realização do cuidado, as dificuldades em enfrentar a situação que o

idoso está vivenciando e o desgaste físico e mental (GUIMARÃES; PINTO; TEBALDI, 2017). Deste modo, a rotina de cuidados possibilita que o cuidador apresente problemas de saúde, como por exemplo a depressão e ansiedade, relacionadas a este estresse (PESSOTI *et al.*, 2018).

É evidente que o declínio da qualidade de vida entre os cuidadores pode estar sendo influenciado pela vivência do cuidado ofertado, visto que, ocasiona preocupações sobre a evolução e prognóstico quando o idoso está acometido por alguma patologia. Ainda, os prejuízos na qualidade de vida do cuidador podem interferir diretamente na qualidade de vida do idoso assistido (CESÁRIO *et al.*, 2017).

Identificar e analisar o nível de qualidade de vida dos cuidadores de idosos e os fatores que influenciam nesse processo é fundamental para o planejamento de ações em saúde que almejem encontrar soluções para atenuar as consequências negativas da sobrecarga de cuidado vivenciada (DUARTE *et al.*, 2018).

Percebe-se que, mesmo a maioria respondendo que não sentem vontade de fugir, ainda é um fardo para algumas delas cuidar da pessoa idosa, gerando um sentimento de fuga.

O ritual do cuidar realizado diariamente é tido muitas vezes como uma sobrecarga e transtorno para vida do cuidador. O peso emocional é imenso, exigindo paciência, amor e renúncia (PASINI, 2014).

A maioria das mulheres (46,7%; n 14) acha que cuidar do seu familiar não é psicologicamente difícil respondeu que não. E para (16,7%; n 5) sempre é psicologicamente difícil.

Em relação ao cansaço e esgotamento do cuidador ao cuidar do seu familiar (58,1%; n 18) não se sentem cansados. Já para (6,5%; n 2) quase sempre se sentem esgotados. Ao serem indagados se entram em conflito consigo próprio por estar a tomar conta do seu familiar, (25,8 %; n 8) responderam que raramente entra em conflito, e a maioria (67,7 %; n 21) respondeu que não.

No que se refere ao estado de saúde das cuidadoras, (9,7%; n 3) responderam que sempre pensam que seu estado de saúde tem piorado por estar a cuidar do seu familiar, e (77,4%; n 24) que não pensam assim. Esses dados corroboram com o estudo de Maciel *et al.* (2015) em que a maioria (73,33%) realizam consultas medicas frequentemente, e referem apresentar problemas de saúde (60,0%), entretanto, se contradizem quando os cuidadores apontam que se dedicam em tempo integral aos cuidados do idoso e não priorizam a busca por consultas e atendimentos de saúde (VAZ; SANTOS; FERRAZ, 2018).

Para Pasini (2014), o cuidado direcionado à pessoa idosa envolve dimensões físicas, psíquicas e sociais que levam ao esgotamento. Físicas, ao abranger e objetivar a satisfação das necessidades imediatas e mediatas do corpo humano, ao auxiliar na solução de questões que, sozinho, o idoso não tem condições de resolver. Sociais, no que tange à significação deste cuidado na expectativa desse cliente. Acredita-se que o cuidado não possa ser fragmentado na atenção dos aspectos físicos ou dos psicossociais. Ambos são complementares, indivisíveis e necessários.

A sobrecarga do cuidador pode sofrer influência do nível de capacidade funcional que o idoso apresenta, além de estar relacionado a quantidade de doenças que este indivíduo desenvolve (OLIVEIRA *et al.*, 2018). O estudo de Seima *et al.* (2014) avaliou a relação do cuidador com o idoso que apresentava doença de Alzheimer, verificando que esta rotina se configura por um cuidado exaustivo, com alta demanda e constante supervisão, sendo na maioria das vezes desgastante para o cuidador. O estudo de Marins *et al.* (2016) também avalia o nível de sobrecarga do cuidador de idosos com Alzheimer.

A dependência funcional se caracteriza pelo estado em que o indivíduo carece de assistência ou auxílio na execução das atividades da vida diária, decorrentes da diminuição ou perda da autonomia física, psíquica e/ou social (TRINDADE *et al.*, 2017). Entretanto, um estudo realizado na Bahia avaliou com maior aprofundamento essa interação do comprometimento da capacidade funcional e apresentou que existiu uma satisfatória adaptação familiar frente as novas demandas, destacando o respeito, boa interação e bem-estar entre os envolvidos (REIS *et al.*, 2015).

Já ao serem indagadas se sentem que sua vida social tem sido prejudicada por cuidar do seu familiar, teve-se como resposta, (9,7%; n 3) sempre e (77,4%; n 24) não sentem que sua vida social está prejudicada.

Assistir uma pessoa idosa é uma atividade árdua que causa mudanças na rotina do cuidador (PAVARINI *et al.*, 2017) e expõe pessoas de qualquer idade a situações em que elas se sintam tensas (BIANCHI *et al.*, 2016).

Ferreira (2011) observou que o cuidador é privado de suas atividades de lazer acarretando déficits no que diz respeito ao convívio social. Isso pode ser explicado, em parte, pelo despreparo técnico dos cuidadores que acarreta sobrecargas pessoais e alterações no modo de viver, visto que não conseguem administrar bem o autocuidado e atividades de lazer à medida que cuidam do outro.

Na análise das características relacionadas à sobrecarga do cuidador, verificou-se que com o passar dos anos na atividade de cuidar, no processo de adaptação, o cuidador relata mais confiança com as experiências vividas, diminuindo os sentimentos de sobrecarga (GRATÃO *et al.*, 2013).

Na Tabela 2, observam-se as respostas dos cuidadores sobre as questões de sobrecarga emocional.

Tabela 2 - Distribuição das respostas das cuidadoras acerca das questões de sobrecarga emocional. Recife, PE, 2016-2017

Variáveis	Não/Nunca		Raramente		As vezes		Quase Sempre		Sempre	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.Sente vontade de fugir da situação em que se encontra?	17	54,8	2	6,5	4	12,9	4	12,9	4	12,9
2.Tomar conta de seu familiar é psicologicamente difícil?	14	46,7	1	3,3	6	20,0	4	13,3	5	16,7
3.Sente-se cansado e esgotado por estar a cuidar do seu familiar?	18	58,1	6	19,4	5	16,1	2	6,5	2	6,5
4.Entra em conflito consigo próprio por estar a tomar conta do seu familiar?	21	67,7	8	25,8	1	2,9	1	3,2	1	3,2
5.Pensa que seu estado de saúde tem piorado por estar a cuidar?	24	77,4	1	3,2	1	3,2	3	9,7	3	9,7
6.Cuidar do seu familiar tem exigido um grande esforço físico?	18	58,1	1	3,2	7	23	1	3,2	5	16,1
7.Sente que perdeu o controle da sua vida desde que seu familiar adoeceu?	23	74,2	0	0	3	9,7	2	6,5	3	9,7
8.Acha que tomar conta do seu familiar dá-lhe a sensação de estar preso?	18	58,1	2	6,5	7	22,6	1	3,2	3	9,7

9.Sente que sua vida social

tem sido prejudicada por 24 77,4 0 0 3 9,7 1 3,2 3 9,7
cuidar do seu familiar?

10.Já se sentiu ofendida e

zangada com o comportamento 11 35,5 3 9,7 10 32,3 3 9,7 4 12,9
do seu familiar?

Fonte: Dados da pesquisa, 2016-2017.

A sobrecarga pode estar relacionada a satisfação com a vida, uma vez que se verifica que os cuidadores que tendem a apresentar maiores níveis de sobrecarga são aqueles que apresentam baixa satisfação com a vida. Um estudo realizado em Campinas reforça através do teste de regressão logística que a sobrecarga aumenta 2,5 vezes a chance de desenvolver baixa satisfação com a vida (CALDEIRA *et al.*, 2017; FUHRMANN *et al.* 2015).

É importante destacar que o cuidador na maioria das vezes se depara com a função de prestar cuidados a pessoa idosa sem treinamento prévio, sem realizar um curso para obter o conhecimento necessário em realizar as condutas e identificar sinais que o idoso demonstre em casos de alterações no seu estado de saúde (IKEGAMI *et al.*, 2018). Assim como na reprodução no domicílio dos cuidados hospitalares necessários.

A sobrecarga dos cuidadores é um tema bastante debatido na literatura, em contrapartida, é imprescindível que novas pesquisas em contextos diferentes sejam realizadas a fim de fornecer subsídios para uma atenção dos profissionais de saúde quanto a necessidade de prestar assistência de saúde aos cuidadores, possibilitando que ao apresentar um bom estado de saúde, o cuidador se torne apto para exercer um cuidado eficaz e sem abdicar-se de seus interesses e atividades pessoais. Ademais, é importante ressaltar que este público carece de atenção uma vez que os idosos se configuram como as pessoas que mais precisam de cuidados.

CONCLUSÃO

A maioria das cuidadoras de idosos desse estudo possui 2º grau completo, são casadas ou moram com alguém, estão desempregadas e tem idade menor do que 48 anos. Para algumas delas, tomar conta de seu familiar é sempre psicologicamente difícil, como também, sentem-se cansadas e esgotadas com a tarefa do cuidar.

Esta pesquisa mostra informações de cuidadoras que prestam cuidados a pessoa idosa da comunidade, sem especificidade da patologia que acomete o idoso dependente.

Os resultados trazem contribuições e elucidam algumas questões importantes referentes aos efeitos do cuidar.

Para tentar diminuir a sobrecarga e auxiliar essas cuidadoras, é necessário que orientações e esclarecimentos referentes a prática do cuidar sejam prestados, para que exerçam suas atividades de maneira mais leve e satisfatória.

REFERÊNCIAS

ANJOS, Karla Ferraz dos; BOERY, Rita Narriman Silva de Oliveira; PEREIRA, Rafael. Qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos dependentes no domicílio. **Texto contexto - enferm.**, Florianópolis, v. 23, n. 3, p. 600-608, Sept. 2014.

BIANCHI, Mariana *et al.* Zarit Burden Interview Psychometric Indicators Applied in Older People Caregivers of Other Elderly. **Revista Latino-Americana de Enfermagem** v. 24, n. 0, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692016000100433&lng=en&tlng=en>.0104-1169.

BODSTEIN, Airton; LIMA, Valéria Vanda Azevedo De; BARROS, Angela Maria Abreu De. A VULNERABILIDADE DO IDOSO EM SITUAÇÕES DE DESASTRES: NECESSIDADE DE UMA POLÍTICA DE RESILIÊNCIA EFICAZ. **Ambiente & Sociedade ISSN: 1414-753X**, v. XVII (2), 2014.3350271790.

CALDEIRA, Rebeca de Barros et al. Variáveis associadas à satisfação com a vida em cuidadores idosos de parentes também idosos cronicamente doentes e dependentes. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 20, n. 4, p. 503-517, 2017.

CESÁRIO, Vanovya Alves Claudino et al. Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. **Saúde em Debate**. v. 41, n. 112, p. 171–182, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042017000100171&lng=pt&tlng=pt>.

DUARTE, António et al. Qualidade de vida e sobrecarga dos cuidadores informais dos pacientes idosos das unidades de cuidados de assistência domiciliar do Algarve (PT). **SaBios-Revista de Saúde e Biologia**, v. 12, n. 1, p. 12-26, 2018.

FERREIRA, Caroline Gomes. **Fatores Associados à Qualidade de Vida de Cuidadores de Idosos em Assistência Domiciliária** Factors Associated with the Quality of Life of Caregivers of Elderly Individuals in Home Care. **SEGUIR ESSE COMO PARAMETRO**, p. 398–409, 2011.

FHON, J.R.S. et al. Factors associated with frailty in older adults: a longitudinal study. **Rev Saúde Pública**, São Paulo, v. 52, n. 74, 2018. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S00349102018000100266&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 28 nov 2018.

FLESCHE, Leticia Decimo et al. Aspectos psicológicos da qualidade de vida de cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. **Geriatrics, Gerontology and Aging**, v. 11, n. 3, p. 138-149, 2017.

FLORIANO, Luciane Almeida et al. Cuidado realizado pelo cuidador familiar ao idoso dependente, em domicílio, no contexto da estratégia de saúde da família. **Texto Contexto Enferm**, v. 21, n. 3, p. 543-8, 2012.

FUHRMANN, Ana Cláudia et al. Associação entre a capacidade funcional de idosos dependentes e a sobrecarga do cuidador familiar. **Revista gaúcha de enfermagem**. Porto Alegre. Vol. 36, n. 1 (mar. 2015), p. 14-20, 2015.

GRATÃO, Aline Cristina Martins; , LUANA FLÁVIA DA SILVA TALMELLI , LEANDRO CORRÊA FIGUEIREDO , IDIANE ROSSET , CIBELE PERONI FREITAS, Rosalina Aparecida Partezani Rodrigues. Dependência funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador. **Rev Esc Enfermagem USP PERFEITO**, v. 47, n. 1, p. 137-144, 2013.

GUIMARÃES, Claudiane Aparecida; NOVAES LIPP, Marilda Emmanuel. Um olhar sobre o cuidador de pacientes oncológicos em cuidados paliativos. **Psicologia: teoria e prática**, v. 13, n. 2, 2011.

GUIMARÃES, Lucas Fernando de Oliveira; PINTO, Carolina Tebaldi; TEBALDI, Joelma Batista. Alzheimer: diagnóstico precoce auxiliando na qualidade de vida do cuidador. **Memorialidades**, v. 12, n. 23 e 24, p. 11-30, 2017.

IKEGAMI, Érica Midori et al. Relação entre sobrecarga de cuidadores informais e nível de independência de idosos hospitalizados. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 29, n. 2, p. 129-134, 2018.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Projeção preliminar da população do Brasil para o período 2012-2025**. Rio de Janeiro; 2015.

LENARDT, M. H. et al. O idoso portador da doença de Alzheimer: o cuidado e o conhecimento do cuidador familiar. **Rev. Min. Enferm.** Belo Horizonte, v. 14, n. 3, p. 301-7, jul./set., 2010. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/120>>. Acesso em: 9 mar. 2019.

LILLO P, MIOSHI E, HODGES JR. Caregiver burden in amyotrophic lateral sclerosis is more dependent on patients' behavioral changes than physical disability: a comparative study. **BMC Neurol**, 2012.

MACIEL, Adriane Pureza et al. Qualidade de vida e estado nutricional de cuidadores de idosos dependentes. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 18, n. 4, p. 179-196, 2015.

MARINS, Aline Miranda da Fonseca; HANSEL, Cristina Gonçalves; DA SILVA, Jaqueline. Mudanças de comportamento em idosos com Doença de Alzheimer e sobrecarga para o cuidador. **Escola Anna Nery**, v. 20, n. 2, p. 352-356, 2016.

MUNIZ, Emanuel Avelar et al. Grau de sobrecarga dos cuidadores de idosos atendidos em domicílio pela Estratégia Saúde da Família. **Saúde em Debate**, v. 40, p. 172-182, 2016.

ORLANDI, Ariene Angelini dos Santos et al. Perfil de idosos que cuidam de outros idosos em contexto de alta vulnerabilidade social. **Escola Anna Nery**, v. 21, n. 1, 2017.

OLIVEIRA, Julimar Fernandes de et al. Quality of life of elderly people who care for other elderly people with neurological diseases. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 4, p. 428-438, 2018.

PAVARINI, Sofia Cristina Iost *et al.* Elderly caregivers living in urban, rural and high social vulnerability contexts. **Revista da Escola de Enfermagem da USP** v. 51, n. 0, p. 1-7, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342017000100456&lng=en&tlng=en>.

PASINI, Daniela. Vivências dos cuidadores de idosos durante a internação hospitalar. **Dissertação (Mestrado)**, Universidade Federal do Rio Grande, 2014.

REIS, Luana Araújo dos et al. Relação familiar da pessoa idosa com comprometimento da capacidade funcional. **Aquichan**, v. 15, n. 3, p. 393-402, 2015.

PESSOTTI, Carla Fabiana Carletti et al. Family caregivers of elderly with dementia Relationship between religiosity, resilience, quality of life and burden. **Dementia & neuropsychologia**, v. 12, n. 4, p. 408-414, 2018.

ROCHA, Bruno Miguel Parrinha; PACHECO, José Eusébio Palma. Idoso em situação de dependência: Estresse e coping do cuidador informal. **ACTA Paulista de Enfermagem** v. 26, n. 1, p. 50-56, 2013.

RODRIGUES, Marta Piedade Gonçalves. Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal-versão reduzida. **Escola Superior de Enfermagem do Porto** v. Mestrado, p. 132, 2011.

SEIMA, Marcia Daniele; LENARDT, Maria Helena; PEREIRA CALDAS, Célia. Relação no cuidado entre o cuidador familiar e o idoso com Alzheimer. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, n. 2, 2014.

SOUSA, Ananda Guerra De *et al.* Avaliação da qualidade de vida de cuidadores de pacientes com sequelas neurológicas. **ConScientiae Saúde** v. 7, n. 4, p. 497-502, 2008.

TRINDADE, Ana Paula Nassif Tondato da et al. Repercussão do declínio cognitivo na capacidade funcional em idosos institucionalizados e não institucionalizados. **Fisioterapia em Movimento**, v. 26, n. 2, 2017.

VAZ, Luana Catiele Silva; SANTOS, Kionna Oliveira Bernardes; FERRAZ, Daniel Dominguez. Condições de saúde e trabalho entre cuidadores de idosos frágeis. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 8, n. 3, p. 319-329, 2018.

VERIDIANA BOHNS DUARTE, MARIA DA GLÓRIA SANTANA, MARILÚ CORRÊA SOARES, DENISE GAMIO DIAS, Maíra Buss Thofern. **A perspectiva do envelhecer para**

o ser idoso e sua família. v. V.7, p. 42–50 , 2005. Disponível em:
<<http://revistas.ufpr.br/refased/article/viewArticle/8052>>.

VIEIRA, Lizyana *et al.* Cuidar de um familiar idoso dependente no domicílio: reflexões para os profissionais da saúde. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006., v. 15, n. 2, p. 255–264 , 2012. Disponível em:
<http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232012000200008&lng=pt&tlng=pt>.