

## “QUEM CUIDA DE QUEM?”: RELATO DA EXPERIÊNCIA EM UM PROJETO DE PESQUISA COM CUIDADORES DE IDOSOS

Joicielly França Bispo<sup>1</sup>  
Andrezza Marques Duque<sup>2</sup>

### INTRODUÇÃO

Estima-se que até o final de 2030 a população com 60 anos ou mais terá um aumento de 34%, totalizando 1,4 bilhões em comparação com 1 bilhão registrado em 2019. Em 2050, esse número deverá ser ainda maior, com 2,1 bilhões de pessoas idosas em todo o mundo (OPAS, 2020). No Brasil, um aumento também vem sendo observado. Em 2012, pessoas com 65 anos ou mais representavam 8,8% da população, enquanto em 2019, esse percentual passou para 10,8% (IBGE, 2020). Além desse cenário de envelhecimento populacional, tem-se observado mudanças no quadro das principais doenças que acometem a população. Doenças infecciosas e parasitárias vêm sendo substituídas pelas doenças crônicas e tem afetado toda uma rede assistencial de saúde. Portanto, é necessário que o sistema de saúde se adapte a essa nova realidade composta por um maior número de idosos e formule estratégias voltadas para as ações preventivas e de acompanhamento continuado (OLIVEIRA, 2019).

Dentre as possibilidades de ações, a Atenção Domiciliar (AD) tem sido fundamental nesse processo de reformulação da saúde. De acordo com a Portaria nº 963, de 27 de maio de 2013, a AD surge como uma nova modalidade de atenção à saúde para reorganizar o processo de trabalho das equipes que oferecem uma assistência domiciliar, sendo caracterizada por ações de promoção à saúde, prevenção e tratamento de doenças e reabilitação em domicílio, ofertando uma assistência de cuidados contínuos e integrada às redes de atenção à saúde (BRASIL, 2013a). A portaria ainda define que no decorrer desse processo, é imprescindível a presença de um cuidador, que pode ser caracterizado como uma pessoa que, possuindo ou não qualquer tipo de vínculo com o usuário, deve ser capacitada para auxiliá-lo em suas necessidades e atividades da vida diária na qual a pessoa apresente algum tipo de limitação para realizá-las (BRASIL, 2013a). Esse cuidador pode ser formal, sendo este um profissional capacitado por meio de alguma instituição de ensino, ou informal, quando os responsáveis por prestarem esse cuidado são os próprios familiares.

---

<sup>1</sup>Residente em Saúde da Família pela Universidade Federal de Sergipe - UFS. Graduada em Enfermagem. [joiciellyfbispo@gmail.com](mailto:joiciellyfbispo@gmail.com);

<sup>2</sup>Docente 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](mailto:andrezza.duque@yahoo.com.br).

Na maioria das vezes, os cuidadores familiares prevalecem na oferta desses cuidados. Estudos mostram que cuidar de um idoso dependente em detrimento da responsabilidade contínua que o cuidador familiar assume cotidianamente pode resultar em diversos efeitos negativos no âmbito físico, mental e até mesmo social (NUNES *et al.*, 2019). Negligenciar a própria saúde devido às mudanças na vida cotidiana, pela rede de apoio ausente ou pela privação de sair do domicílio, impacta diretamente na qualidade de vida desses cuidadores, sendo estes, fatores que podem influenciar no desenvolvimento de comorbidades, sobretudo físicas e mentais (BAPTISTA *et al.*, 2012; IRFAN *et al.*, 2017; SANTOS *et al.*, 2019; MOURA *et al.*, 2019). Sendo assim, pesquisas que venham a expor a realidade desses cuidadores podem ser uma forma de incentivo para a criação de estratégias que possam assegurar uma melhor assistência a essa população. Portanto, este estudo teve o objetivo de descrever a experiência de uma residente em saúde da família durante a coleta de uma pesquisa com cuidadores de pessoas idosas que estavam sob o cuidado na atenção domiciliar.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência sobre a participação na pesquisa “Avaliação da sobrecarga de cuidadores de idosos internados em ambiente domiciliar”, que foi realizada 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 e excluídos aqueles não considerados como o cuidador principal do idoso.

Para o projeto de pesquisa foram utilizados os instrumentos: Formulário sociodemográfico e do perfil de saúde do cuidador, que foi elaborado pelas pesquisadoras e; Inventário de Sobrecarga do Cuidador (ISC), teste validado e adaptado no Brasil através do estudo de Valer (2012). Os dados foram analisados de maneira quantitativa, com estatística descritiva através do *software BioEstat®*, versão 5.3. e, qualitativa através de categorias temáticas que puderam ser obtidas pela descrição da experiência da pesquisadora através das suas anotações durante a visita domiciliar a cada pessoa entrevistada para a pesquisa de campo.

A pesquisa teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa sob o parecer nº 5.807.295 com a autorização dos participantes da pesquisa através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, sendo respeitadas todas as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos (BRASIL, 2013b).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No presente estudo, 88,46% dos cuidadores eram do sexo feminino, 80,77% possuíam algum grau de parentesco com o idoso e trabalhavam uma média de 21 horas diárias como cuidador. Nas entrevistas, observou-se que os cuidadores apresentaram diferentes tipos de sobrecarga, principalmente em relação ao tempo dependente, vida pessoal e sobrecarga física.

### **- O cuidado como atribuição da mulher: Por que ainda permanece essa ideia de cuidado?**

Os direitos das mulheres foram gradativamente sendo conquistados no decorrer dos séculos, no entanto, as tarefas relacionadas ao lar ainda seguem sendo consideradas como uma responsabilidade da mulher, e isto mostra que ainda há uma disparidade na divisão do trabalho doméstico entre homens e mulheres (D'INCAO, 1997). Com isso, cuidar de familiares, na maioria dos casos, torna-se atribuição das mulheres, por determinação social, cultural e de poder (BOURDIEU, 2012).

Outros estudos também mostraram a predominância de cuidadores mulheres e com um maior nível de sobrecarga em relação aos homens. Isto pode ser por elas também terem que cuidar da família e do lar sem uma rede de apoio adequada, o que acaba trazendo consequências negativas para a sua saúde física e mental, como doenças cardiovasculares e transtornos mentais como depressão e ansiedade (MOURA *et al.*, 2019; GATTO *et al.*, 2021).

Considerando que majoritariamente os cuidadores eram do sexo feminino, quando havia relatos pessoais nas entrevistas, eles tinham alguma relação com a rede de apoio do cuidador. No presente estudo, naquelas entrevistas em que o idoso estava por perto, o cuidador demonstrou uma certa positividade nas respostas, principalmente naquelas relacionadas a sobrecarga pela função do cuidar. Este é um comportamento que pode ser explicado pelo entendimento de ser cuidador como uma obrigação imposta pela família ou pela vida e que acaba sendo aceita por existir algum tipo de vínculo familiar entre o cuidador e o idoso ou por problemas sociais que são culturalmente enraizados pela sociedade (AHNERTH *et al.*, 2020).

Uma das cuidadoras, referiu que apesar de ter muitos irmãos, ela acabou sendo a responsável pela tarefa de cuidar da mãe por não possuir trabalho, no entanto, nenhum dos outros irmãos lhe dão o mínimo de apoio, o que acaba sobrecarregando a mesma e a privando de ter liberdade em sua vida pessoal para além do cuidar. Quando questionados sobre o período em que cuidam do idoso, alguns se abalaram emocionalmente ou desabafaram a respeito da trajetória, principalmente em relação às dificuldades enfrentadas durante todo o processo de adaptação. Isso também foi observado em outros relatos, principalmente quanto a falta de tempo para sair de casa por não ter quem possa cuidar do idoso na ausência do

cuidador, mesmo que por um breve momento. Uma das cuidadoras, que mora em uma rua próxima à Unidade Básica de Saúde, se queixou sobre não conseguir ir até o serviço para solicitar exames de rotina para si, por ser a única companhia para o marido, que possui doença de Alzheimer.

### **- “Eu cuido da pessoa idosa e quem cuida de mim?”: A presença de comprometimentos na saúde dos cuidadores**

Diversos estudos já demonstraram uma precária saúde física e mental entre os cuidadores, sobretudo quando associada a presença de sobrecarga (RIFFIN *et al.*, 2019; ACHILIKE *et al.*, 2020). Esta situação foi observada pelo relato de sintomas de ansiedade, depressão e insônia, como também, histórico ou uso atualmente de algum medicamento para essas condições. Além disso, foram observados muitos relatos de abandono de medicamentos por conta própria e sem terem um acompanhamento adequado com algum profissional de saúde, o que denota a ausência de cuidado no gerenciamento da própria saúde.

É nítido que esta situação impacta gravemente na saúde do cuidador, pois mesmo que as equipes de saúde da família realizem visitas domiciliares, a assistência acaba sendo voltada para a pessoa idosa e não para a pessoa que cuida da pessoa idosa, ou seja, o cuidador. Entretanto, essa é uma prática passível de ser modificada pois a equipe de saúde precisa entender que o cuidador também é usuário do serviço e precisa de uma assistência tanto quanto o idoso, ainda mais voltada para as suas necessidades e especificidades. No entanto, essa é uma grande problemática a ser discutida, considerando os diversos desafios que ainda precisam ser enfrentados pela Atenção Primária no Brasil, sobretudo, quanto aos problemas estruturais e organizacionais, que incluem o acesso dos serviços a população e a integralidade do cuidado (FACCHINI; TOMASI; DILÉLIO, 2018).

### **- Sobre o ser cuidador e ter a capacidade de cuidar**

É comum que os cuidadores, sobretudo aqueles que são os próprios familiares, não tenham nenhum tipo de capacitação que os prepare para assumir tal função, gerando muitas dúvidas e inseguranças que acabam sendo resolvidas no decorrer do tempo após se adaptar a nova rotina diária de trabalho. Na maioria das vezes, a capacitação consiste em orientações pontuais acerca do cuidado que são realizadas pela própria equipe de saúde da família ou pelo serviço de atenção domiciliar, quando este, presta acompanhamento ao idoso.

Realizar o cuidado sem a orientação e o conhecimento adequado pode expor o idoso e o próprio cuidador a riscos físicos, ergonômicos, químicos e biológicos por não efetuar o cuidado da forma como deveria. Tudo isso pode ser uma consequência do vínculo fragmentado da Estratégia de Saúde da Família (ESF) com os idosos e seus cuidadores,

gerando um desgaste físico e psíquico dos mesmos (SANTOS *et al.*, 2019). Por isso, é imprescindível que a ESF se aproxime desse cuidador e consiga garantir uma assistência integralizada aos idosos, com o intuito de prevenir as repercussões negativas nas suas vidas que possam afetar também a qualidade de saúde do idoso. Portanto, é essencial conhecer a realidade dos cuidadores de idosos e as implicações físicas e emocionais que podem surgir no decorrer do processo de cuidar.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A troca de experiências, a escuta, o respeito, o acolhimento no espaço do outro e ser capaz de enxergar no cuidador um ser humano que precisa ser cuidado, durante as visitas domiciliares, foi importante para perceber a necessidade da ampliação da assistência ao cuidador. A vivência no projeto foi imprescindível para a identificação de que os profissionais de saúde incluam este cuidado nas visitas domiciliares e para que possam compreender que o cuidado à saúde da pessoa idosa também precisa ser ampliado para a saúde de quem os cuida.

**Palavras-chave:** Saúde, Cuidador, Carga de cuidar.

## 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.
- AHNERETH, N. M. S. *et al.* "A Gente Fica Doente Também": Percepção do Cuidador Familiar sobre o seu Adoecimento. **Rev. Interinst. Psicol.**, v. 13, n. 1, p. 1-20, 2020. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202020000100007](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000100007). Acesso em: 31 jul. 2023.
- BAPTISTA, B. O. *et al.* A sobrecarga do familiar cuidador no âmbito domiciliar: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 33, n. 1, p. 147-156, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/SFH4h8sJmc3B74TmSZ59HLL/?lang=pt>. Acesso em: 04 jul. 2023.
- BOURDIEU, P. **A dominação masculina**. 11ª ed. Rio de Janeiro: Bertand do Brasil, 2012.
- 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](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0963_27_05_2013.html). Acesso em: 04 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.

D'INCAO, M. Mulher e família burguesa. In: PRIORI, M. D. **História das mulheres no Brasil**. São Paulo: Contexto, 1997. p. 223-40.

FACCHINI, L. A.; TOMASI, E.; DILÉLIO, A. S. Qualidade da Atenção Primária à Saúde no Brasil: avanços, desafios e perspectivas. **Saúde debate**, v. 42, n. 1, p. 208-223, 2018.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/sdeb/a/TmzJ4T4MkCxFxbpxTFXJsd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 26 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. 2023.

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](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. 2023.

MOURA, K. R. *et al.* Sobrecarga de cuidadores informais de idosos fragilizados. **Rev Enferm UFPE on line**, v. 13, n. 5, p. 1183-91, 2019. Disponível em:

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/239086/31931>. Acesso em: 04 jul. 2023.

NUNES, D. P. *et al.* Cuidadores de idosos e tensão excessiva associada ao cuidado:

evidências do Estudo SABE. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 21, n. Suppl 02, e180020, 2019. Disponível em:

<https://www.scielo.org/article/rbepid/2018.v21suppl2/e180020/>. Acesso em: 04 jul. 2023.

OLIVEIRA, A. S. Transição demográfica, transição epidemiológica e envelhecimento populacional no Brasil. **Hygeia - Revista Brasileira de Geografia Médica e da Saúde**, v. 15, n. 32, p. 69-79, 2019. Disponível em: <https://seer.ufu.br/index.php/hygeia/article/view/48614>. Acesso em: 25 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](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](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732019000200200&lang=pt). Acesso em: 04 jul. 2023.

VALER, D. B. **Adaptação do instrumento Caregiver Burden Inventory para uso com cuidadores de pessoas idosas no Brasil**. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Enfermagem, Programa de Pós-graduação em Enfermagem. Porto Alegre, 101 p., 2012. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/49105>. Acesso em: 29 jun. 2023.