

FATORES ASSOCIADOS A SOBRECARGA EMOCIONAL DE CUIDADORES DE IDOSOS COMUNITÁRIOS.

Aline de Brito Torres ¹; Elismar Pedroza Bezerra ²; Susanne Pinheiro Costa e Silva ³; Gleicy Karine Nascimento de Araújo ⁴; Rafaella Queiroga Souto ⁵.

Hospital Universitário Lauro Wanderley, aline.abt@hotmail.com, (1); Hospital Universitário Lauro Wanderley, elismarpedroza@hotmail.com (2); Universidade Federal da Paraíba, susanne.pc@gmail.com;(3); Universidade Federal de Pernambuco, gleicy.kna@hotmail.com(4); Universidade Federal de Campina Grande, rafaella(5).

Resumo: Trata-se de um estudo quantitativo descritivo, do tipo transversal, que teve como tem por objetivo avaliar os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadores 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 cuidadores dos idosos que pertenciam a área de abrangência das três equipes da Unidade de Atenção Básica (UBS) Sítio Wanderley, localizada na micro-área III do Distrito de saúde IV do município de Recife, Pernambuco. Sendo a amostra resultante, 35 cuidadores. Os resultados demonstraram sobrecarga emocional entre os cuidadores investigados, assim como foi constatado que algumas características sócio-demográficas dos cuidadores relacionaram-se com maiores médias de sobrecarga. O estudo apresentou predominância do sexo feminino, com média etária de 50,34 anos. A faixa etária que predominou foi de 40 a 49 anos e maior parte da amostra do estudo sabia ler e escrever. Conclui-se que para tentar diminuir a sobrecarga e auxiliar esses cuidadores, é necessário que orientações e esclarecimentos referentes a pratica do cuidar sejam prestados, par que os mesmos apresentam e as melhores maneiras de exercer suas atividades.

Palavras Chaves: Idoso, Cuidadores, Sobrecarga.

Introdução

O envelhecimento populacional vem ocorrendo muito rapidamente e a longevidade tem sido apontada como uma das transformações demográficas mais significativas do século XXI (BODSTEIN; LIMA; BARROS, 2014). O aumento da idade populacional é considerado um dos maiores sucessos da humanidade. Contudo, um dos grandes desafios para a saúde como um todo (GRATÃO et al., 2013).

Com o processo de envelhecimento a capacidade física e emocional começa a se tornar cada vez mais frágil (VIEIRA *et al.*, 2012) e o processo de desgaste corporal aumenta. A anatomia e fisiologia diminuem suas funcionalidades, como também, as relações interpessoais começam a se modificarem (NERI, 2006).

Tudo isso faz com que o idoso torne-se cada vez menos independente para realizar suas atividades da vida diária. É aí que surge a peça fundamental que é o cuidador, no qual desempenha um papel difícil, muitas vezes acompanhado de dificuldades para além das exigências psicológicas e físicas já existentes na atividade do cuidar (ROCHA; PACHECO, 2013). Às vezes enfrentam situações degradantes, tais como estresse, tensão, constrangimento, diminuição do convívio social, fadiga e depressão. Essa sobrecarga poderá acarretar vários problemas sociais e financeiros, afetando o bem-estar do cuidador (SOUSA *et al.*, 2008).

Para Vieira et al. (2012), entender os fatores que envolvem o cuidar de um idoso é de suma importância, 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 cuidado (RODRIGUES, 2011)

Por tudo, faz-se necessário, estudos e investigações que abordem o suporte aos cuidadores informais e suas necessidades de saúde, principalmente, no que se refere ao conhecimento das causas que levam estes a adoecerem. Esse entendimento é de suma valia para o norteamo de novas políticas públicas, sendo um novo desafio para o sistema de saúde (GRATÃO et al., 2013).

Assim, este estudo tem por objetivo avaliar os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadores de idosos comunitários, bem como traçar o perfil sócio-demográfico dos participantes do estudo.

Método

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

Os participantes da pesquisa foram cuidadores dos idosos que pertenciam a área de abrangência das três equipes da Unidade de Atenção Básica (UBS) Sítio Wanderley, localizada na micro-área III do Distrito de saúde IV do município de Recife, Pernambuco. Sendo a amostra resultante: 35 cuidadores.

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. Isso, anterior à coleta de dados.

Foi efetuado, também, um treinamento com os alunos 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 foram em dupla acompanhados por um ACS em direção a casa do idoso sorteado, levando um *kit* de coleta contendo: aferidor de pressão arterial, fita métrica, régua, lápis, borracha, caneta e almofada para carimbo (em caso de assinatura a rogo, se necessário). 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 do cuidador, 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.

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 por meio de estatística descritiva.

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

O estudo apresentou predominância do sexo feminino (94,3%; n=33), com média etária de 50,34 anos e desvio padrão (DP) de 11,7. O cuidador mais jovem apresentava 27 anos e o com maior idade 76 anos, sendo que 8 dos 35 cuidadores tinham idade igual ou superior a 60 anos. A faixa etária que predominou foi de 40 a 49 anos (34,3%; n= 12). Quanto ao número de filhos, tinham em média 1,83 filhos, com desvio padrão (DP) de 1,99. 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 (91,4%; n=32). Apresentava o 2º Grau completo (45,7%; n=16). Possuía vida conjugal (60%; n=21), casado ou morando junto. Com uma média de 3,5 pessoas morando com eles, sendo o mínimo de 1 e o máximo de 10 pessoas, desvio padrão de 1,9.

Em relação à situação econômica, a maior parte só possui como renda mensal até 1 salário mínimo (65,7%; n=23). Respondendo que o que ganha só dá na conta certa para as necessidades básicas (42,9%). Porém, (28,6%; n=10) disseram que o que ganham sempre falta um pouco para suas necessidades. Ao ser perguntado como julga sua situação econômica

comparada há 10 anos, a maior parte respondeu que é a mesma coisa (37,1%; n=13).

Sobre as características sócio-demográficas e econômicas dos cuidadores, 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.

A semelhança da maioria dos estudos sobre o cuidado observou-se que entre os cuidadores predominavam mulheres e a idade média em torno de 50,34 anos. Isso ocorre por que 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 deve ser o provedor financeiro da família (LENARDT ET AL., 2010; BORGHI ET AL., 2013).

Um dado que merece destaque em nossa pesquisa é em relação à escolaridade, pois a maior parte dos cuidadores apresentava 2º Grau completo. Como mostra o estudo de Ferreira (2011), que os indivíduos que possuem maior escolaridade apresentaram melhores condições de prestarem um cuidado com mais qualidade.

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).

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

Tabela 1. Dados sócio-demográficos dos participantes do estudo.

VARIÁVEIS	n	%
Sexo		
Masculino	2	5,7
Feminino	33	94,3
Faixa etária		
20-29	1	2,9
30-39	5	14,3
40-49	12	34,3

50-59	9	25,7
Maior igual a 60	8	22,9
Estado civil		
Casados/morando junto	21	60,0
Viúvo, separado ou solteiros	14	40,0
Renda		
Até 1 salário mínimo	23	65,7
De 1 a 2 salários	10	28,6
Maior que 2 salários	2	5,7
* Valor do salário mínimo no momento foi de 887,00.		
Se o entrevistado sabe ler ou escrever		
Sim	32	91,4
Não	3	8,6
Escolaridade Máxima Completa		
Primário	2	5,7
Ginásio ou 1º Grau	9	25,7
2º Grau Completo	16	45,7
Curso Superior	4	11,4
NA	3	8,6
NR/NS	1	2,9
TOTAL	35	100

Fonte: Dados da pesquisa

Na análise das características relacionadas à sobrecarga do cuidador neste estudo, como mostra a Tabela 2, verificou-se que os cuidadores ao serem indagados se sentem vontade de fugir da situação em que se encontram, 18 deles (51,4 %) responderam que não sentem. Já para 4 deles (11,4%), quase sempre sentem vontade de fugir da situação em que se encontram. Em relação a tomar conta do seu familiar se é psicologicamente difícil, 14 (40%) respondeu que não. E para 5 deles (14,3 %) sempre é psicologicamente difícil.

Em relação ao cansaço e esgotamento do cuidador ao cuidar do seu familiar, 20 (57,1%) não se sentem cansados. Já para 2 deles (5,7%) quase sempre sentem-se esgotados. Ao serem indagados se entram em conflito consigo próprio por estar a tomar conta do seu familiar, 9 (25,7 %) responde que às vezes entra em conflito sim, e 22 (62,9 %) respondeu que não.

Ao avaliar os fatores envolvidos na sobrecarga emocional de cuidadores de idosos, verificou-se uma média de 8,09 e desvio padrão (DP) de 4,05.

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

Tabela 2. Respostas dos cuidadores frente as questões de sobrecarga emocional..

	Não/Nunca		Raramente		As vezes		Quase Sempre		Sempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
1.Sente vontade de fugir da situação em que se encontra?	18	51,4	3	8,6	4	11,4	4	11,4	4	11,4
2.Tomar conta de seu familiar é psicologicamente difícil?	14	40	1	2,9	7	20	5	14,3	5	14,3
3.Sente-se cansado e esgotado por estar a cuidar do seu familiar?	20	57,1	6	17,1	5	14,3	2	5,7	2	5,7
4. Entra em conflito consigo próprio por estar a tomar conta do seu familiar?	22	62,9	9	25,7	1	2,9	1	2,9	2	5,7

Fonte: Dados da pesquisa

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 sintam-se tensas (BIANCHI *et al.*, 2016).

Na análise das características do idoso 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).

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 à medida que cuidam do outro.

Conclusão

Os resultados da pesquisa permitiram as conclusões aqui apresentadas, no qual percebe-se a sobrecarga emocional entre os cuidadores investigados, assim como foi constatado que algumas características sócio-demográficas dos cuidadores relacionaram-se com maiores médias de sobrecarga.

Para tentar diminuir a sobrecarga e auxiliar esses cuidadores, é necessário que orientações e esclarecimentos referentes a prática do cuidar sejam prestados, para que os mesmos apresentem e as melhores maneiras de exercer suas atividades.

É importante frisar que, embora os achados deste estudo mostrem uma realidade local, o presente estudo traz contribuições, haja vista que elucida algumas questões importantes referentes aos efeitos do cuidar.

Referências

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** MUITO BOM! MUITOS DADOS SOBRE IDOSOS NO BRASIL, v. XVII (2), 2014.3350271790.

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>.

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.

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.

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>.

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.

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.

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=S1809-98232012000200008&lng=pt&tlng=pt>.

Neri A.L, Fortes A.C.G. A dinâmica do estresse e enfrentamento da velhice e sua expressão no prestar cuidados a idosos no contexto da família. In: Freitas EV, et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia.** Rio de janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

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. 2018.