

Sobrecarga do cuidador familiar de idoso da quarta idade
Overload of the fourth age Family caregiver of the elderly
Sobrecarga del cuidador de cuarta edad de la familia de personas mayores

Recebido: 06/07/2020 | Revisado: 15/07/2020 | Aceito: 01/08/2020 | Publicado: 10/08/2020

Joana Kátia de Mendonça Flexa Monteiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0011-3692>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: joanakatia@gmail.com

Selma Petra Chaves Sá

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9878-7179>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: selmapetrasa@gmail.com

Rachel da Silva Serejo Cardoso

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7283-8086>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: rachelserejo@gmail.com

William Dias Borges

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7671-7855>

Universidade de São Paulo, Brasil

E-mail: williamdborges@gmail.com

Barbara Avanci

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6071-7351>

Faculdade Anhanguera, Brasil

E-mail: barbaraavanci@gmail.com

Resumo

Objetivo: analisar evidências científicas disponíveis na literatura de saúde, em relação à sobrecarga de cuidadores familiares idosos na quarta idade. Método: estudo descritivo-discursivo de revisão integrativa realizada em janeiro e fevereiro de 2020, baseada em dados: Biblioteca Nacional de Medicina, Literatura América Latina e Caribe em Ciências da Saúde e Biblioteca on-line da Biblioteca Eletrônica Científica: Resultados: cuidadores são em sua maioria familiares, mulheres, filhas, moradores da mesma Instituição de Longa Permanência e

responsáveis pelo cuidado diário, e com capacidades limitadas. Mostrasse que dentro dos fatores que afetam negativamente a qualidade de vida dos cuidadores, incluem o grau de dependência dos idosos e o estresse sobre o cuidador. Conclusão: O tema da qualidade de vida dos cuidadores familiares de idosos ainda é pouco explorado na literatura, especialmente no que diz respeito à quarta idade. Sugere-se que novos estudos sejam conduzidos com uma abordagem mais geral, independente da doença do idoso, uma vez que a necessidade de cuidadores é indispensável para idosos com deficiência física e/ou cognitiva, e quanto maior o número de tarefas no cuidado do idoso, maior será a sobrecarga do cuidador e, conseqüentemente, afetará sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Cuidador de idosos; Sobrecarga; Qualidade de vida.

Abstract

Objective: to analyze scientific evidence available in the health literature, in relation to the burden of elderly family caregivers in the elderly. Method: descriptive-discursive study of an integrative review conducted in January and February 2020, based on data: National Library of Medicine, Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences and on-line library of the Scientific Electronic Library. Results: caregivers are mostly family members, women, daughters, residents of the same Long-Term Institution and responsible for daily care, and with limited capacities. Show that among the factors that negatively affect the quality of life of caregivers, include the degree of dependence of the elderly and the stress on the caregiver. Conclusion: the theme of quality of life for elderly family caregivers is still little explored in the literature, especially with regard to the elderly. It is suggested that further studies be conducted with a more general approach, regardless of the elderly's disease, since the need for caregivers is indispensable for the elderly with physical and / or cognitive disabilities, and the greater the number of tasks in caring for the elderly , the greater the burden on the caregiver and, consequently, will affect their quality of life.

Keywords: Elderly caregiver; Overload; Quality of life.

Resumen

Objetivo: analizar la evidencia científica disponible en la literatura de salud, en relación con la carga de los cuidadores familiares de ancianos en los ancianos. Método: estudio descriptivo-discursivo de una revisión integradora realizada en Enero y Febrero 2020, basado en datos: Biblioteca Nacional de Medicina, Literatura Latinoamericana y del Caribe en Ciencias de la Salud y biblioteca en línea de la Biblioteca Científica Electrónica: Resultados: los cuidadores

son en su mayoría miembros de la familia, mujeres, hijas, residentes de la misma institución a largo plazo y responsables de la atención diaria, y con capacidades limitadas. Muestre que entre los factores que afectan negativamente la calidad de vida de los cuidadores, se incluye el grado de dependencia de los ancianos y el estrés sobre el cuidador. Conclusión: El tema de la calidad de vida de los cuidadores familiares para los ancianos todavía se explora poco en la literatura, especialmente con respecto a los ancianos. Se sugiere que se realicen más estudios con un enfoque más general, independientemente de la enfermedad de los ancianos, ya que la necesidad de cuidadores es indispensable para los ancianos con discapacidades físicas y / o cognitivas, y cuanto mayor sea el número de tareas en el cuidado de los ancianos, mayor será la carga del cuidador y, en consecuencia, afectará su calidad de vida.

Palabras clave: Cuidador de ancianos; Sobrecarga; Calidad de vida.

1. Introdução

O envelhecimento populacional é, sem dúvida, uma preocupação de pesquisadores, organizações e instituições em vários países atualmente, dadas as suas implicações econômicas e sociais. Essa realidade impõe grandes desafios a toda a sociedade e, em especial, ao setor saúde, pois enquanto são planejadas ações de promoção e prevenção de doenças para idosos que visam garantir o envelhecimento satisfatório, há um parte desse grupo populacional, que tem condições que dificultam a manutenção de uma vida independente e funcional. Nesse sentido, todos os estágios evolutivos devem ser atendidos principalmente para os idosos que é o que apresenta maiores limitações nos seres humanos uma vez que diferentes capacidades podem ser comprometidas como a intelectual e física com consideráveis evidências na quarta idade.

De acordo com cálculos da Organização das Nações Unidas (ONU, 2019), pessoas com mais de 60 anos no mundo aumentaram no século XX, passando de 400 milhões nos anos 50 para 700 milhões nos anos 90 do próprio século; estima-se que até 2025 haverá cerca de 1200 milhões de idosos, sendo que o grupo chamado "quarta idade" (com mais de 80 anos de idade) aumentará em 30% nos próximos 30 anos nos países desenvolvidos.

Na América Latina, há um aumento sustentado na proporção e número absoluto de pessoas com 60 anos ou mais. O processo de envelhecimento continuará aumentando rapidamente nos próximos anos, especialmente até 2030, quando o crescimento na faixa etária de maiores de 60 anos será de 2,3% (Sarahy, et al., 2019).

No Brasil, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e Estudos

da Interagências de Saúde (RIPSA) (op cit.) mostram que em 2019 o país apresentava 210,1 milhões de habitantes, havendo um crescimento populacional de 0,79%, porém, dados publicados mostram queda no crescimento em relação a 2018, quando a taxa foi de 0,82%.

Por outro lado, os avanços científicos e tecnológicos permitiram o alongamento da vida e, em muitos casos, o gozo dos idosos da última etapa de suas vidas (Cesário & Chariglione, 2018).

“Mas, assim como a velhice não é um fenômeno homogêneo, a qualidade de vida dos idosos e seu bem-estar variam como resultado dessa diversidade. A idade é um dos fatores que condiciona a dependência, influenciando decisivamente o isolamento, a pobreza, a incapacidade e o ambiente adverso (Mendes, Silveira & Galvão, 2008).

Logo, “a quarta idade se distingue pois poderá ocorrer diminuição das habilidades, perda de independência, transtornos do tipo orgânico e psicológico, além da existência de doenças como diabetes e hipertensão” (Martínez, 2018), entre outras, que requerem a orientação do cuidador.

A dedicação a essa tarefa das pessoas na quarta idade e com capacidades limitadas pode implicar em uma maior deterioração de sua qualidade de vida, e menos possibilidades de cuidado, cansaço, dores de cabeça, dores articulares, distúrbios depressivos e do sono, ansiedade e irritabilidade. Tais características são algumas das condições mais recorrentes em quem cumpre a função de cuidador de idoso e, portanto, poderá implicar na diminuição da qualidade de vida, o que ao mesmo tempo, exige em uma maior responsabilidade e apoio das diversas estruturas sociais em relação a eles. (Pereira, et al., 2019)

Assim, cuidar dessa faixa etária crescente é, portanto, um desafio que envolve cada setor da sociedade; e nesse sentido o Brasil, em um contexto onde muitos países do mundo defendem a convenção sobre os direitos dos idosos Organização Mundial da Saúde (OMS), necessita prestar uma atenção especial ao estudo e implementação de estratégias intersetoriais que gerem serviços e ambientes amigáveis aos idosos. O fato é que desde 2000 essa população tem aumentado, e que a OMS estabeleceu metas importantes de "Saúde Para Todos no Ano 2000" exige, por assim dizer, rever e adaptar os programas atuais para o cuidado dos idosos.

Logo, o bem estar do idoso reflete diretamente no cuidador, que pode ser afetado do ponto de vista individual, familiar e social. Uma vez que, além do excesso de tarefas que realiza, limita seu projeto de vida; podendo sentir ansiedade e estresse.

Além disso o cuidador familiar deve ser visto com um olhar diferenciado, pois o mesmo está englobado em um ciclo onde passa por várias dificuldades, necessidades e ao

mesmo tempo tem que contar com ou criar novas estratégias para lidar com a situação de ter um familiar em cuidados paliativos, no seu convívio. (Souza, et al., 2020)

Portanto, é do interesse do presente estudo verificar evidências científicas existentes em relação à sobrecarga do cuidador de idosos.

Para examinar os artigos da literatura foi realizada uma pesquisa nas seguintes bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Sistema de Análise e Recuperação de Literatura Médica Online (Medline) e Biblioteca Eletrônica Cientista Online (SciELO). Os seguintes descritores e suas combinações em português e inglês foram utilizados para a busca de artigos "Cuidador de idosos" "Sobrecarga" "Qualidade de vida".

Tendo em vista o exposto e buscando oferecer contribuições para a elaboração e/ou aplicação de revisões abrangentes no cenário de enfermagem, este artigo tem como objetivo analisar evidências científicas disponíveis na literatura de saúde, em relação à sobrecarga de cuidadores familiares idosos na quarta idade

2. Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão descritiva-discursiva e integrativo. O estudo foi realizado de acordo com as seguintes etapas: identificação do tema e elaboração da questão da pesquisa, estabelecendo os critérios de inclusão e exclusão, definição das informações que seriam extraídas dos estudos selecionados, seleção de bancos e bancos de dados para consulta, avaliação dos estudos incluídos na revisão, interpretação dos resultados e apresentação de síntese de conhecimento. (Bardin, 2011)

Os materiais selecionados foram analisados criteriosamente e criticamente, com leitura e releitura em sua totalidade, tentando descrever os principais resultados e conclusões dos autores. Além dos textos encontrados na pesquisa, outras publicações relevantes foram incluídas na análise para contextualizar este estudo.

Para análise de dados, utilizou-se a técnica de Análise de Conteúdo Temático, organizada em três etapas: pré-análise, exploração de materiais e processamento de dados, inferência e interpretação. Nesse contexto, os artigos foram inicialmente fluídos, em seguida, os artigos foram completamente lidos para selecionar elementos relevantes, como palavras e frases dotadas de significados para o processo de avaliação de dados. Por fim, a consolidação das unidades cadastrais, de acordo com a analogia dos significados e abstração das categorias.

Para a revisão integrativa, a questão da pesquisa foi apresentada como: "Que evidências científicas estão disponíveis em revistas de saúde que retratam a interferência de carga dos cuidadores familiares da quarta idade e sua qualidade de vida?"

Foram assumidos como critérios de inclusão no estudo: artigos primários que abordavam os seguintes temas: cuidadores de idosos com nove artigos, sobrecarga com sete artigos e qualidade de vida com seis artigos, e uma tese de mestrado, escrita em Português, Inglês ou Espanhol. Os estudos não-achados, comentários, revisões e dissertações foram critérios de exclusão. Para um total de 23 investigações. A pesquisa utilizou os descritores "cuidadores" e "qualidade de vida", intercalados com o operador relacional "and", aplicando os filtros: ano de publicação, banco de dados nacional e internacional, texto completo, tipo de estudo (artigo) e palavras chave. Para coleta de dados, foi desenvolvido um script estruturado para estabelecer a homogeneização das informações coletadas.

Para refinar a amostra, foram lidos os títulos e o resumo de todos os artigos, então foi realizada a análise e seleção da pesquisa potencialmente relevante para este estudo, em seguida, cada item selecionado foi revisado exaustivamente.

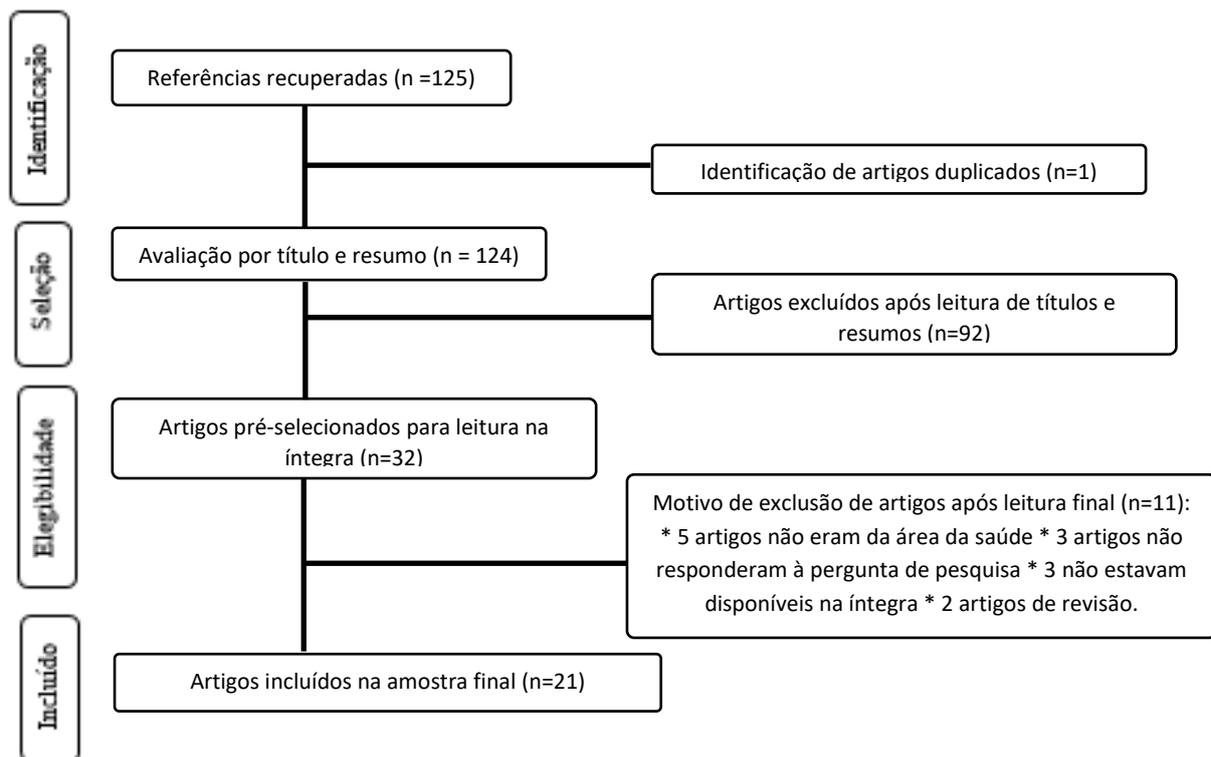
A coleta de dados ocorreu entre janeiro e fevereiro de 2020. As bases de dados selecionadas foram: Biblioteca Nacional de Medicina (PubMed), Literatura Latino-Americana e Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO). A SciELO foi escolhida como local para buscar artigos primários devido à sua relevância para o tema investigado. Para o banco de dados Pubmed, foram utilizados os seguintes descritores temáticos ("cuidador de idoso", sobrecarga, "qualidade de vida"). Para o banco de dados Lilacs e a biblioteca SciELO, foram utilizados Descritores de Ciência da Saúde (DeCS): cuidadores e qualidade de vida. Para realizar a busca, esses descritores foram organizados com a ajuda do relacional "or" e tanto a análise quanto a síntese dos dados extraídos dos artigos foram realizadas de forma descritiva, permitindo observar, contar, descrever e classificar o para reunir o conhecimento produzido sobre o assunto explorado na revisão.

Foram escolhidos 21 artigos incluídos na revisão, analisados criticamente para retirar as informações relevantes contidas em cada artigo e também determinar o nível de evidência através da avaliação do método utilizado em cada um deles. (Martínez, 2018)

Nesta revisão, a questão do estudo se concentrou na pesquisa sobre o nível de evidências científicas, disponíveis em revistas de saúde que retratam a interferência do fardo dos cuidadores familiares da quarta idade e sua qualidade de vida, na área da saúde. Portanto, o nível de prova dos artigos selecionados foi determinado de um a cinco, da seguinte forma: o

nível 1 consiste na síntese de estudos de coorte ou estudos e controles de caso, nível 2 em uma única coorte ou estudos de caso e controles, nível 3 em metasíntese ou síntese de estudos descritivos, nível 4 em estudo descritivo ou qualitativo e nível 5 em opinião especializada. (Ferraz, et al., 2019)

Figura 1 - Fluxograma do processo de seleção dos artigos incluídos no estudo.



Fonte: Autores.

Nesse sentido, dos 21 artigos revisados, três estão no nível de três, onze no nível quatro e sete no nível cinco, demonstrando alta porcentagem de artigos descritivos e na opinião de especialistas. No entanto, artigos encontrados nos níveis um e dois que demonstram a síntese de estudos de coorte ou estudos de caso e controles são insuficientes em uma única coorte ou estudos de caso e controle.

3. Resultados

A revisão integrativa consiste em 21 artigos e uma dissertação de mestrado. Os artigos incluídos nesta revisão abrangem os últimos dez anos nos países Brasil, Cuba, Alemanha, México, Argentina, Turquia, Colômbia, Espanha, Chile.

Quadro 1 - Identificação de artigos selecionados de acordo com autores, periódico, ano; tipo de estudo; nível de evidência; objetivos e método. Niterói. Rio de Janeiro, 2020.

Autores, periódico, ano	Objetivos/ método	Nível de evidência
Breinbauer, H; Vásquez, H; Mayanz, S; Guerra, C; Millán, T. Revista de Medicina de Chile 2009	Validar as escalas originais e abreviadas de Zarit para carga do cuidador. Método: validação psicométrica	3
Pérez, M; Llibre, J. J. Rev. Cubana Enfermer, 2010	Descrever as características sócio-demográficas e o nível de sobrecarga dos cuidadores informais de idosos com demência leve e moderada Método: transversal	4
Villarejo, L; Zamora, M.A; Casado, G. Enfermería Global, 2012	Avaliar a sobrecarga subjetiva e a dor percebida em cuidadores de idosos dependentes e determinar se a intensidade da dor percebida está associada à sobrecarga do cuidador Método: observacional, descritivo e transversal	4
Gonçalves, J. E; Gomes, A. L; Vieira, N.F; Carvalho, A. F; Brasil de Almeida, C. Cienc. Enferm, 2014	Avaliar a qualidade de vida relacionada à saúde de cuidadores familiares de idosos e relacioná-la a sobrecarga de trabalho de 50 cuidadores de idosos atendidos em duas unidades de Saúde da Família. Método: analítico, de corte transversal, de abordagem quantitativa	5
Ferreira, T; De Freitas, K.N; Pereira, K.M Melo, M.G Da Silva, S. Revista da Escola de Enfermagem. USP 2015	Estimar a prevalência de sobrecarga entre os cuidadores familiares de idosos dependentes, residentes no município de João Pessoa, e identificar possíveis associações entre a sobrecarga e as características sociodemográficas de idosos e cuidadores Método: epidemiológico, descritivo, transversal	4
Porto, M. M; Lefèvre, F. Revista Brasileira de Crescimento e Desenvolvimento Humano. 2015	Compreender o que é para esse cuidador familiar o ato de cuidar e como ele vê esse idoso objeto do cuidado. Método: transversal	4
Silva, J. R; Gonzales, J. T; Huaman, T. M; Marques, S; Aparecida, R. Revista de Enfermagem. 2016	Determinar a sobrecarga de trabalho e a qualidade de vida do cuidador principal do idoso atendido em um consultório geriátrico Método: qualitativo, descritivo, de corte transversal	5
Piñanez, M. C; Nuñez, A. M.; Re Dominguez, M. L	Determinar o grau de sobrecarga sofrida pelo cuidador primário de idoso.	5

Revista de Salud Pública Paraguay 2016	Método: observacional, descritivo, de corte transversal, com componente analítico	
Flesch, L. D; Batistoni, S. S; Neri, A.L; Cachioni, M. Geriatr., Gerontol. Aging 2017	Revisar os estudos que relacionam os aspectos da dupla vulnerabilidade (saúde física do cuidador, autopercepção de saúde do cuidador, dependência do alvo de cuidados e sobrecarga percebida) com aspectos psicológicos da qualidade de vida do cuidador. Método: bibliográfico	4
Bierhals, C. C; Santos, N. O.; Fengler, F.L; Raubustt, K. D; Forbes, D. A; Paskulin, L. M. Revista. Latino-americana de Enfermaria, 2017	Identificar as necessidades sentidas e normativas dos cuidadores familiares principais no apoio instrumental a idosos registrados em um Programa de Atenção Domiciliar em uma Unidade Básica de Saúde no Sul do Brasil. Método: taxonomia de necessidades de Bradshaw	4
Martínez M. L Revista Cubana de Salud Pública. 2018	Determinar os níveis de ansiedade, depressão e sobrecarga em cuidadores primários de idosos centenários. Método: experimental	4
Cesário, L. M; Chariglione, I. P Revista. Brasileira de Geatria e Gerontol. 2018	Evidenciar as percepções de familiares cuidadores, frente às mudanças ocorridas na família, após um parente idoso receber diagnóstico de demência, mensurando as alterações no nível de sobrecarga e analisando o discurso desse familiar. Método: transversal	5
Ferraz, K; Narriman, R; Cruz, V; Karenny, N. J; De Oliveira, D. Ciência Enfermagem, 2018	Identificar os fatores associados à qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos residentes em domicílio. Método: transversal, censitário	5
Götze H; Brähler E; Gansera L; Schnabel A; Gottschalk-Fleischer A; Köhler N Eur J Cancer Care (Engl), 2018	Examinar os parâmetros psicológicos em cuidadores familiares em pacientes com câncer com cuidados paliativos, antes e após a morte dos pacientes. Método: bibliográfico	5
Pereira, N; Pedreira, L.C; Gomes, N. P; Fonseca, E.O; Araújo, L; Santos, A. Revista da Escola de Enfermagem. USP, 2019	Conhecer as consequências de assistência à saúde de cuidadores de idosos dependentes. Método: qualitativo	5
Reis.E; Dourado, V; Guerra, R. L Estud. Interdiscip. Envelhec, 2019	Avaliar e correlacionar a percepção da qualidade de vida e fatores de risco à saúde de cuidadores formais de idosos. Método: transversal	5
Mendes, P. N; Figueiredo, M.L; Ribeiro, A. M; Fernandes, M.A; Fonseca, R. S.	Avaliar a sobrecarga e identificar os fatores relacionados a sobrecarga em cuidadores informais de idosos acamados em domicílio assistidos pela	3

Acta. Paulista de Enfermagem, 2019	Estratégia Saúde da Família. Método: analítico, transversal	
Pires, D.; Pereira, T. R; Oliveira, Y. A.; Lebrão, A. M. Rev.Brasileira. Epidem, 2019	Descrever o perfil sociodemográfico e assistencial dos cuidadores de idosos e analisar os fatores associados à tensão excessiva associada ao cuidado Método: transversal	3
Sarahy, A.; Quevedo, P.M; Pedroza, R.I; Valenzuela, S. E; Peralta, S. L; Vargas, M.R Enferm. Glob, 2019	Determinar a relação entre o grau de sobrecarga e as características sociodemográficas de cuidadores informais de idosos com Diabetes Mellitus do tipo 2 Método: quantitativo, descritivo e correlacional	4
Alves, L.; Quirino, D; Ricarte,S; Diniz, V; De Carvalho, L; Vale, F. Dementia & Neuropsychologia, 2019	Identificar as consequências da Síndrome de Burnot em cuidadores informais de idosos com demência Método: bibliográfico	4
Akgun-Citak E; Attepe-Ozden S; Vask A; Bruchem-Visser RL; Pompili S; Kav S; Acar S; Aksoydan E; Altintas A; Aytar A; Baskici C; Blazevicene A; Scarpa AR; Kiziltan G; Mattace-Raso Arch Gerontol Geriatr. 2019	Explorar as experiências e necessidades dos cuidadores informais em quatro países Método: experimental	3

Fonte: Autores (2020).

4. Discussão

Cuidador familiar de idoso

Os principais resultados da conclusão dos artigos incluídos nesta revisão em relação ao cuidador de idosos, conclui-se que os cuidadores são, em sua maioria, familiares, mulheres, filhas, moradores do mesmo domicílio que idosos e responsáveis de cuidados diários. O perfil sociodemográfico corresponde às mulheres, com mais de 60 anos, casadas, com ensino médio e nexos familiar. Encontrou associação com significância estatística entre o grau de sobrecarga primária do cuidador e laços familiares. (Götze, et al., 2016)

Nessa idade existem algumas doenças típicas da idade, convivência com novas pessoas que entram na família, envelhecimento fisiológico de órgãos e sistemas, bem como vulnerabilidades às agressões do meio ambiente. Essas mudanças manifestam-se em declínios no estado de saúde, o que às vezes leva a situações de incapacidade como: imobilidade,

instabilidade e deficiência intelectual, que condiciona a necessidade de uso de cuidadores familiares. (Flesch , 2017; Pereira, et al.,2019)

Geralmente, pessoas da quarta idade que a sociedade marginaliza erroneamente têm características que os limitam como seres humanos sem considerá-los como uma bagagem de experiências para que sejam consideradas regularidades dessas pessoas a seguir: Começam a desenvolver doenças biológicas como osteoartrite, diabetes, cataratas, Parkinson, osteoporose, doenças cardiovasculares e pressão alta. Entre as doenças neurológicas ou mentais estão: Alzheimer, demência senil. Para isso são adicionadas doenças sociais como: Isolamento social e pouca ou nenhuma oportunidade de trabalho.

Nesse sentido, o cuidado do idoso requer pessoas motivadas e comprometidas com o cuidado dos idosos. Os idosos precisam de cuidados especiais, onde o cuidador deve ser treinado no tratamento do respeito, afeto, educação e conhecimento essencial da saúde e higiene para garantir aos avós de muitas famílias um ambiente pacífico, seguro, responsável e saudável para promover sua saúde. As famílias muitas vezes procuram o cuidador de idosos que melhor se adapte ao idoso, os cuidadores desempenham um papel importante em seu uso em favor da longevidade satisfatória.

Tudo isso pode causar alterações no estado emocional dos idosos (Götze, et al., 2016; Muniz, 2015), por isso precisam de cuidados profissionais, no entanto, os cuidadores deste estudo cuidam de seus idosos com respeito e dignidade, embora muitas vezes sejam desencorajados pelo desgaste que eles enfrentam diariamente no trabalho, sem ajuda e apoio, solitários e sem qualquer atenção. (Mendes, Silveira & Galvão, 2008) Alguns deles estavam sobrecarregados, o que está associado à frequência do cuidado e às condições funcionais e cognitivas dos idosos. (Brasil, 2019)

Por outro lado, propõe-se que as consequências do cuidado com parentes dependentes, afetem a saúde dos cuidadores de idosos, sendo essencial uma gestão na qual o cuidado do cuidador é essencial para prevenir e/ou reduzir os problemas de saúde, especialmente no que diz respeito ao sistema osteomuscular. (Flesch, 2017) Por quanto, o cuidado traz seus benefícios e desafios, essa atividade deve ser agradável para quem a desenvolve; portanto, deve ser realizado com amor, dedicação e afeto por parte dos cuidadores, bem como apoio do setor saúde e organizações para o desenvolvimento dessa atividade humana.

Alguns estudos têm mostrado que a maioria dos cuidadores está desempregado, não tem renda ou recebe um salário mínimo. Quanto à escolaridade, verificou-se variação, de analfabeto a quem tem nível superior e pós-graduado, embora a prevalência tenha sido de

baixa escolaridade, apenas ao ensino fundamental (Gonçalves, et al., 2014; Götze, et al., 2016; Pérez & Llibre, 2010).

Cuidar de um familiar diagnosticado com demência tem implicações diretas para os cuidadores familiares, especialmente os cuidadores familiares que enfrentam o processo de envelhecimento. As demandas exigidas pela ação assistencial mudam a rotina familiar e aumentam muito a carga do cuidador. (Pereira, et al., 2019) Além disso, a alta prevalência de fatores de risco relacionados a doenças crônicas não transmissíveis, doenças cardiovasculares e síndrome metabólica, bem como correlações entre as variáveis estudadas, destacando a necessidade de intervenções interdisciplinares e políticas de saúde voltadas para esse grupo de trabalho específico (Fineout-Overholt & Stillwell, 2011). É necessário, portanto, acompanhar o estado de saúde dos cuidadores, a fim de prevenir distúrbios físicos e mentais. (Pérez & Llibre, 2010)

Sobrecarga do Cuidador familiar de idoso

Nesse sentido, a sobrecarga do cuidador familiar se idoso da quarta idade foi analisada em Brasil (2019); Gonçalves et al. (2014); Mendes, et al. (2019) sendo significativa, diferença estatística no escore total de carga e nos domínios que compõem e as variáveis: estado civil do cuidador; parentesco com idosos e em todas as variáveis clínicas do cuidador. Houve uma correlação positiva entre a carga e a idade do cuidador e entre a carga e as horas do dia dedicadas ao cuidado (Breinbauer, et al 2009). Demonstrando, um maior grau de sobrecarga do cuidador primário, em associação com a sobrecarga, os domínios eram 'capacidade funcional', 'aspectos físicos', 'aspectos emocionais' e 'dor'. (Porto & LefèvreII, 2015) Há cuidadores com sobrecarga severa e moderada. (Brasil, 2019)

Por outro lado, foi aplicada a escala de sobrecarga do cuidador Zarit, em suas versões originais e abreviadas para cuidados paliativos, considerados úteis e válidos, especialmente no contexto da atenção primária, para a detecção de cuidadores de pacientes dependentes e sua possível intervenção. (Martínez, 2018)

O Zarit Burden Inventory é um instrumento que quantifica o grau de sobrecarga que os cuidadores sofrem. Consiste em uma lista de 22 afirmações que descrevem como os cuidadores às vezes se sentem. Dependendo da frequência com que você experimenta, o cuidador indica em uma escala onde 0 (nunca), 1 (raramente), 2 (às vezes) e 4 (quase sempre). As pontuações obtidas em cada item são processadas e a pontuação final representa o grau de sobrecarga do cuidador. Há uma prevalência de nível quatro (op cit.). Alguns dos

envolvimentos físicos decorrentes da sobrecarga estão associados à fadiga, falta de sono, exaustão física e/ou psicológica, descompensação de doenças crônicas, abandono do tratamento médico e habilidades de autocuidado ineficientes. (op cit.)

A sobrecarga do cuidador variou nos estudos analisados, mostrando principalmente um nível médio de sobrecarga, embora alguns cuidadores tenham apresentado o nível de comprometimento moderado a grave (Mendes, 2019; Pérez & Llibre, 2010). A relação de sobrecarga do cuidador está associada ao menor nível de independência funcional, ou seja, quanto mais dependente os idosos, maior a sobrecarga dos cuidadores. A incapacidade cognitiva também pode ter implicações para o cotidiano do cuidador e contribuir para o aumento dos níveis de sobrecarga e desconforto emocional

Alega-se que a sobrecarga pode ser minimizada ou tolerada melhor se os cuidadores possuem redes de suporte eficientes ou suporte interno e externo, resultando em maior tempo e habilidades eficientes de autocuidado, os valores mínimos de sobrecarga geral apenas expressos em nível emocional. (Martínez, 2018) Entre as mudanças na saúde dos cuidadores após assumirem esse papel, geralmente são atribuídas à sobrecarga física e emocional decorrente do cuidado com os idosos. Nesse contexto, todos os cuidadores de idosos relataram envolvimento em suas condições de saúde e 71,4% relataram a presença de pelo menos uma doença. (Flesch, 2017)

Portanto, há uma relação entre estados emocionais negativos, como ansiedade e depressão com a percepção de carga, no entanto, o estudo revelou que os cuidadores primários não experimentam sobrecarga em relação com sua atividade. A má percepção de carga está relacionada à experiência de ansiedade e depressão como estados emocionais reativos em relação à depressão e ansiedade. Isso é explicado pela sobrecarga emocional que ainda não impactou a sobrecarga global avaliada. (Martínez, 2018)

A sobrecarga pode ser minimizada ou melhor tolerada se os cuidadores possuem redes de suporte eficientes ou suporte interno e externo, resultando em maior tempo e habilidades eficientes de autocuidado.

Qualidade de vida do cuidador familiar idoso

Outro elemento a ser avaliado nesta pesquisa foi relacionado à qualidade de vida dos cuidadores de idosos, estudos evidenciados em sete dos artigos estudados (Breinbauer, et al., 2009; Ferreira et al., 2013), nesse sentido, os resultados mostraram que a qualidade de vida do o cuidador é afetado por diversas variáveis simultâneas, como o grau e o tipo de

dependência dos idosos aos quais o cuidado é direcionado, sua saúde, a carga percebida e os efeitos positivos e negativos (Gonçalves, et al., 2014). A qualidade de vida alcançada pelo idoso depende em grande parte do cuidador primário. No entanto, como tem sido representado em valores percentuais, eles são submetidos a altos níveis de ansiedade (Martínez, 2018) Em muitos casos, esses problemas não podem ser completamente resolvidos, mas podem ser mitigados, permitindo assim uma melhoria na comunicação que sem dúvida favorece qualidade de vida.

Os cuidadores deste estudo cuidam de seus familiares idosos com respeito e dignidade, embora muitas vezes sejam desencorajados pelo desgaste que enfrentam diariamente em seu trabalho, sem ajuda nem apoio, solitários e sem qualquer atenção. (Mendes, Silveira & Galvão, 2008) O envelhecimento é um processo irreversível que afeta as células que compõem os seres vivos, que, com o tempo, são expostas a uma deterioração funcional que pode levar à morte. No entanto, observou-se que a qualidade de vida do desgaste se deve à sobrecarga no cuidado dos idosos. Portanto, é necessário acompanhar o estado de saúde dos cuidadores, a fim de prevenir distúrbios físicos e mentais.

Isso deve ser acompanhado por uma mudança na visão sobre o envelhecimento, que historicamente colocou o idoso em uma posição de desvantagem social, quase sempre como uma pessoa dependente, que é incapaz de tomar iniciativa e fazer parte do desenvolvimento de sociedade.

Estudos no Ceará em 2015, concluíram que em sua maioria os idosos têm predomínio de doenças crônicas como hipertensão arterial, demência e doenças ósseas, incluindo comorbidades e alto uso de drogas. Em relação às atividades do cotidiano foram considerados dependentes parciais ou independentes (Pérez & Llibre, 2010). Houve uma ligação entre a sobrecarga e a piora da qualidade de vida dos cuidadores de idosos nessas unidades de saúde (op cit.). Implementar grupos de apoio social e organizar o atendimento domiciliar pode ajudar a minimizar os efeitos do excesso de idade e melhorar a qualidade de vida do cuidador.

Observou-se que as menores escores de qualidade de vida dos cuidadores de idosos estavam na questão do estado de saúde geral, sendo que as maiores foram encontradas no domínio das relações sociais. Os cuidadores que fizeram outras atividades fora de cuidados também demonstraram melhores taxas de qualidade de vida no domínio psicológico.

Os artigos avaliados apresentaram a evidência classificado como nível 5 (Akgun-Citak, 2019; Cesário & Chariglione, 2018; Fineout-Overholt & Stillwell, 2011; Flesch, 2017; Pereira, et al., 2019, Götze, et al., 2016; Mendes, Silveira & Galvão, 2008; Piñanez, Nuñez & Dominguez, 2016) e nível 4 (Bierhals, et al., 2017; Brasil, 2019; Reis, Dourado & Guerra,

2019; Ferraz, et al, 2019; Martínez, 2018; Pérez & Llibre, 2010), demonstrando que esse tema tem sido discutido pelos autores para refletir sobre essas questões, expondo suas opiniões. Por outro lado, a dissertação do mestre de Muniz (2015), permite analisar as perspectivas de endossados, cuidadores e profissionais, utilizou o método descritivo para discutir a qualidade de vida do cuidador idoso.

5. Considerações Finais

Os resultados deste estudo mostram que o tema a respeito da sobrecarga dos cuidadores familiares idosos ainda é pouco explorado na literatura, especialmente no que diz respeito à quarta idade. Como fator limitante, este estudo excluiu cinco artigos por não estarem totalmente disponíveis, além de outros seis que apresentavam contradições entre o que estava encarnado na discussão e as conclusões. Supõe-se que a disponibilidade desses estudos e da sua leitura subsequente poderiam apresentar os sujeitos em diferentes panoramas.

A deterioração da saúde e a consequente perda de autonomia, limitam a vida social dos idosos, portanto, seus cuidados garantem a realização de uma longevidade com maior qualidade de vida, o que exige que as pessoas responsáveis por seus cuidados, especialmente o cuidador familiar, pois são elas que mais sabem sobre seus sofrimentos, motivações e expectativas de vida.

Este estudo contribui para a área de enfermagem, demonstrando a necessidade de publicações com maiores níveis de evidência, que permitam incentivar e fazer políticas públicas eficazes que facilitem as famílias, que desejam, cuidar de seus idosos com dignidade, baixa sobrecarga e excelente qualidade de vida.

Sugere-se que pesquisas futuras sejam conduzidas com uma abordagem mais geral, independente da doença do idoso, uma vez que a necessidade de cuidadores é indispensável para idosos com deficiência física e/ou cognitiva, e o nível desse compromisso é que interfere na sobrecarga do cuidador e, conseqüentemente, na sua qualidade de vida.

Referências

Alves, L., Quirino, D., Ricarte, S., Diniz, V., De Carvalho, L., & Vale, F. (2019). Burnout syndrome in informal caregivers of older adults with dementia: A systematic review. *Dement. Neuropsychol*, 13(4).415-421. <https://doi.org/10.1590/1980-57642018dn13-040008>

Akgun-Citak, E., Attepe-Ozden, S., Vaskelyte, A., van Bruchem-Visser, R. L., Pompili, S., Kav, S., Acar, S., Aksoydan, E., Altintas, A., Aytar, A., Baskici, C., Blazeveciene, A., Scarpa, A. R., Kiziltan, G., & Mattace-Raso, F. (2019). Challenges and needs of informal caregivers in elderly care: Qualitative research in four European countries, the TRACE Project. *Arch Gerontol Geriatr*, 87, 103971. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2019.103971>

Bardin L. (2011). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.

Bierhals, C. C., Santos, N. O., Fengler, F. L., Raubustt, K. D., Forbes, D. A., & Paskulin, L. M. (2017). Necesidades de los cuidadores familiares en la atención domiciliaria a ancianos. *Rev. Latino-Am. Enferm. Online*. 25, e2870. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.1511.2870>.

Brasil, IBGE (2019). *Estimativa populacional*. Recuperado de <http://www.ibge.gov.br>.

Breinbauer, H., Vásquez, H., Mayanz, S., Guerra, C., & Millán, T. (2009). Validación en Chile de la Escala de Sobrecarga del Cuidador de Zarit en sus versiones original y abreviada. *Rev. Méd. Chile*. 137(5), 657-665. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872009000500009>

Cesário, L. M., & Chariglione, I. P. (2018). A percepção de familiares cuidadores frente às mudanças ocorridas após um diagnóstico de demência. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 21(6), 743-754. <https://doi.org/10.1590/1981-22562018021.180123>.

Ferraz, K., Narriman, R., Cruz, V., Kareny, N. J & De Oliveira, D. (2018). Fatores associados à qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos, *Cienc. enferm.* 24 , 17. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532018000100217>.

Ferreira, T., Freitas, K. N., Pereira, K.M., Melo, M. G., & Silva, S. (2015). Qualidade de vida de cuidadores de indivíduos com acidente vascular encefálico: associação com características e sobrecarga. *Rev Esc Enferm USP*; 49(2), 0245-0252. <https://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420150000200009>

Fineout-Overholt, E., & Stillwell, S.B. (2011). Evidence-based practice, step by step: asking the clinical question: a key step in evidence-based practice. *The American journal of nursing*, 110(3), 58–61. <https://doi.org/10.1097/01.NAJ.0000368959.11129.79>

Flesch, L. D., Batistoni, S. S., Neri, A. L., & Cachioni, M. (2017). Aspectos psicológicos da qualidade de vida de cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. *Geriatr., Gerontol. Aging*, 11(3), 138-149.

Gonçalves, J. E., Gomes, A. L., Vieira, N. F., Carvalho, A. F., & Almeida, C. B. (2014). Qualidade de vida e sobrecarga de cuidadores familiares de idosos independentes. *Ciencia y enfermería*, 20(3), 119-129. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532014000300011>

Götze, H., Brähler, E., Gansera, L., Schnabel, A., Gottschalk-Fleischer, A., & Köhler, N. (2016). Anxiety, depression and quality of life in family caregivers of palliative cancer patients during home care and after the patient's death. *European journal of cancer care*, 27(2), e12606. <https://doi.org/10.1111/ecc.12606>

Martínez, L. (2018). Ansiedad, depresión y sobrecarga en cuidadores de adultos centenarios, *Rev Cubana Salud Pública*, 4(4), .61-70.

Mendes, K. D. S., Silveira, R. C., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 17(4), 758-764. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>

Mendes, P. N., Figueiredo, M. L, Santos, A. M. R., Fernandes, M. A, & Fonseca, R. S. (2019). Sobrecargas física, emocional e social dos cuidadores informais de idosos. *Acta Paulista de Enfermagem*, 32(1), 87-94. <https://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201900012>

Muniz, E. A. (2015) *Atenção domiciliar na Estratégia Saúde da Família: análise das perspectivas de idosos, cuidadores e profissionais*. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Saúde da Família) - Universidade Federal do Ceará, Sobral.

Organização das Nações Unidas- ONU (2019). *A ONU e as pessoas idosas*. Recuperado de <https://nacoesunidas.org/acao/pessoas-idosas/>.

Pereira, N., Pedreira, L.C., Gomes, N.P., Fonseca, E.O., Araújo, L & Santos, A. (2019). Consequências do cuidado para a saúde de idosas cuidadoras de familiares dependentes. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 53, e03446.<https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018002303446>

Pérez, M., & Llibre, J. J. (2010). Características sociodemográficas y nivel de sobrecarga de cuidadores de ancianos con Enfermedad de Alzheimer. *Revista Cubana de Enfermería*, 26(3), 110-122.

Piñanez, M. C., Nuñez, A. M. & Dominguez, M. L. (2016). Sobrecarga en cuidadores principales de adultos mayores. *Rev. salud pública*, 6(2),10-15.

Pires, D., Pereira, T. R., Oliveira, Y. A., & Lebrão, M. L. (2018). Cuidadores de idosos e tensão excessiva associada ao cuidado: evidências do Estudo SABE. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 21(Suppl. 2), e180020. Epub February 04, 2019.<https://doi.org/10.1590/1980-549720180020.supl.2>

Porto, M. M., & LefèvreII, F. (2015). Cuidar em família: análise da representação social da relação do cuidador familiar com o idoso. *Rev. bras. crescimento desenvolv. hum*,15 (1), 01-10.

Reis, E., Dourado, V., & Guerra, R. L. (2019). Qualidade de vida e fatores de risco à saúde de cuidadoras formais de idosos. *Estud. Interdiscip. Envelhec*; 24(1), 47-61. Recuperado de <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/82925/54442>.

Sarahy, A., Quevedo, P. M., Pedroza, R. I., Valenzuela, S. E., Peralta, S. L., & Vargas, M. R. (2019). Grado de Sobrecarga y Caracterización de Cuidadores de Personas Adultas Mayores con Diabetes Mellitus tipo 2. *Enfermería Global*, 18(56), 57-78. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.4.361401>

Silva, J. R., Gonzales, J. T., Huaman, T. M., Marques, S., & Aparecida, R. (2016). Sobrecarga y calidad de vida del cuidador principal del adulto mayor, *Av Enferm.*, 34(3), 251-258.

Souza, J. I., Silva, B. T., Rosa, B. M., Garcia, E. Q., & Roque, T. S (2020). Sobrecarga de trabalho em familiares de idosos em cuidados paliativos. *Research, Society and Development*. 9(4):146943001. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i4.3001>

Villarejo, L., Zamora, M. A., & Casado, G. Sobrecarga e dor percebida em cuidadores idosos dependentes. *Global Nursing*, 11 (27), 159-164. <https://dx.doi.org/10.4321/S1695-61412012000300009>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Joana Kátia de Mendonça Flexa Monteiro – 60%

Selma Petra Chaves Sá – 10%

Rachel da Silva Serejo Cardoso – 10%

William Dias Borges – 10%

Barbara Avanci – 10%