



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS, TECNOLOGIA E SAÚDE
CAMPUS ARARANGUÁ
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA**

LUÍS HENRIQUE BELISKI

**Sofrimento psíquico de cuidadores familiares de idosos dependentes no
Brasil: um estudo multicêntrico**

**Araranguá
2023**

LUÍS HENRIQUE BELISKI

**Sofrimento psíquico de cuidadores familiares de idosos dependentes no
Brasil: um estudo multicêntrico**

Trabalho apresentado como requisito parcial
à unidade curricular Trabalho de Conclusão
de Curso II ao Curso de Graduação em
Fisioterapia, da Universidade Federal de
Santa Catarina – UFSC, campus Araranguá.

Orientador: Prof. Dr. Roger Flores Ceccon

Araranguá

2023

RESUMO

Introdução: Nas últimas décadas, a expectativa de vida apresentou aumento no Brasil devido ao declínio da taxa de fecundidade e diminuição da mortalidade. Houve crescimento no número de idosos com 80 anos e mais, etapa vulnerável do ponto de vista social e da saúde física e mental, o que gerou aumento na proporção de idosos em situação de dependência. **Objetivo:** analisar narrativas sobre o sofrimento psíquico de cuidadores familiares de idosos em situação de dependência no Brasil. **Métodos:** Estudo qualitativo e de caráter multicêntrico. Cujas coletas de dados foram realizadas no ano de 2019 em oito municípios brasileiros: Araranguá (SC), Porto Alegre (RS), Rio de Janeiro (RJ), Belo Horizonte (MG), Brasília (DF), Fortaleza (CE), Teresina (PI) e Manaus (AM). Foram realizadas pesquisas com profundidade e os dados foram analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo do tipo Temática. **Resultados:** As narrativas apontam que o familiar não se sente preparado para a função, exerce um trabalho solitário e sem auxílio para tarefas básicas do cotidiano. Um dos impactos para o cuidador, é a questão financeira. Os cuidadores familiares de idosos muitas vezes enfrentam sobrecargas devido às demandas físicas, emocionais e financeiras do cuidado. A sobrecarga vem desde o auxílio pro idoso tomar um banho e alimentar-se, configurando-se como atividades exaustivas. **Conclusão:** O ato de cuidar pode prejudicar a vida do cuidador, impactando as dimensões emocional, física, psicológica e/ou financeira.

Palavras-chave: cuidador familiar; idoso, saúde do idoso.

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Quantitativo de idosos dependentes, cuidadores familiares e cuidadores formais entrevistados na pesquisa, municípios de diferentes regiões do Brasil, 2019	09
--	-----------

LISTA DE SIGLAS

AVD	Atividades da vida diária
AIVD	Atividades instrumentais de vida diária
AM	Amazonas
CE	Ceará
DF	Distrito Federal
MG	Minas Gerais
RJ	Rio de Janeiro
RS	Rio Grande do Sul
SC	Santa Catarina
PI	Piauí

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MÉTODO.....	9
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	11
3.1 Cuidadores familiares com dificuldades financeiras.....	11
3.2 Cuidadores familiares em sobrecarga de trabalho.....	12
3.3 Cuidadores familiares que não conseguem produzir autocuidado.....	14
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	16
REFERÊNCIAS.....	17

1 INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a expectativa de vida apresentou aumento no Brasil devido ao declínio da taxa de fecundidade e diminuição da mortalidade (FLORIANO *et al.*, 2012). Houve crescimento no número de idosos com 80 anos e mais, etapa vulnerável do ponto de vista social e da saúde física e mental, o que aumentou a proporção de idosos em situação de dependência. Assim, estima-se que em 2050 o país terá 77 milhões de pessoas dependentes de cuidados (CECCON *et al.*, 2021).

A dependência caracteriza-se como a incapacidade funcional de realizar atividades da vida diária (AVD), como alimentar-se e tomar banho, e atividades instrumentais de vida diária (AIVD), como usar o telefone e preparar refeições (HUBERT, 2021). Os idosos com dependência são afetados pela perda das habilidades funcionais, estando predispostos às limitações provocadas pelo aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis, o que requer cuidados dos serviços de saúde e assistência domiciliar (CARNEIRO *et al.*, 2016).

Para os idosos dependentes, o cuidado é fundamental para suprir a perda de autonomia (MINAYO; CORREA, 2020). O cenário de dependência em que estão inseridos torna necessária a presença do cuidador familiar, e este precisa adaptar-se ao convívio com o idoso, modificando sua própria vida (FLORIANO; AZEVEDO; REINERS, 2012). O cuidador familiar é considerado informal, abrangendo familiares, vizinhos, amigos e pessoas próximas, devido ao fato de exercer a função de forma voluntária, sem preparação e/ou treinamento (DOMINGUES; SANTOS; QUINTANS, 2009).

Os idosos dependentes, muitas vezes, enfrentam desafios, doenças, violências, negligências, problemas emocionais e familiares (CECCON *et al.*, 2021). Muitos necessitam de cuidados há bastante tempo, não possuem cuidador profissional e apresentam sintomas depressivos e solidão, mesmo mantendo convívio frequente com filhos e netos (CECCON *et al.*, 2021).

Quanto aos cuidadores, muitos também são longevos, o que configura uma situação de “idosos cuidando de idosos” (FLESCH *et al.*, 2017). Diante disso, o ato de cuidar, pode prejudicar a saúde e a qualidade de vida de quem cuida, visto que há sobrecarga e repetições de atividades, somando-se à fragilidade, falta de

autocuidado e redução das condições físicas pelo ato de envelhecer, cuja restrição das AVD do cuidador pode-se tornar um problema a mais (GOMES *et al.*, 2018).

Nesse cenário, os cuidadores familiares podem estar inseridos em contextos de sofrimento psíquico e, por isso, suscetíveis a doenças físicas e psicológicas, afetando seu bem-estar físico, mental e social. Assim, alguns problemas vivenciados por este grupo estão relacionados às situações estressantes oriundos do desenvolvimento do cuidado, além de estarem expostos à negligência do Estado, que não garante assistência.

Este estudo teve como objetivo analisar narrativas sobre o sofrimento psíquico de cuidadores familiares de idosos dependentes no Brasil.

2 MÉTODO

Estudo qualitativo cujo referencial teórico está inserido na hermenêutica-dialética, que busca enfatizar o uso crítico e abrangente da linguagem. Esta perspectiva levou em consideração as opiniões, ideias e crenças das pessoas envolvidas com a problemática do sofrimento psíquico de cuidadores familiares de idosos dependentes no Brasil. Faz parte de uma pesquisa multicêntrica coordenada pela Fundação Oswaldo Cruz cujo objetivo era a construção de políticas de dependência a idosos e seus cuidadores formais e informais (MINAYO, 2019).

A pesquisa foi realizada durante o ano de 2019 em oito municípios brasileiros: Araranguá (SC) e Porto Alegre (RS), na região sul; Rio de Janeiro (RJ), na região sudeste; Belo Horizonte (MG) e Brasília (DF), na região centro-oeste; Fortaleza (CE) e Teresina (PI), na região nordeste; e Manaus (AM), na região norte.

Quadro 1- Quantitativo de idosos dependentes, cuidadores familiares e cuidadores formais entrevistados na pesquisa, municípios de diferentes regiões do Brasil, 2019.

Município/Estado	Idosos dependentes	Cuidadores familiares	Cuidadores formais
Araranguá (SC)	12	13	6
Belo Horizonte (BH)	7	11	0
Brasília (DF)	10	10	0
Fortaleza (CE)	10	11	5
Manaus (AM)	5	10	5
Porto Alegre (RS)	11	11	4
Rio de Janeiro (RJ)	3	7	2
Teresina (PI)	6	11	5

Total	64	84	27
-------	----	----	----

Fonte: Autor, (2023).

Participaram deste estudo 84 cuidadores familiares de 64 idosos dependentes de diferentes municípios brasileiros, cujo acesso aos participantes foi viabilizado pelas Secretarias Municipais de Saúde de cada cidade. Após, agendou-se as entrevistas, sendo elas realizadas nas residências dos cuidadores familiares.

Incluíram-se no estudo os cuidadores familiares que cuidam de idosos em situação de dependência funcional ou social, de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos. Excluíram-se cuidadores que se recusaram a falar, apresentavam dificuldades oratórias e que não se encontravam na residência no momento da entrevista.

As narrativas foram elaboradas por meio de entrevistas semiestruturadas a partir de um instrumento criado por pesquisadores de diversas Universidades brasileiras, possibilitando a coleta de informações sobre o objeto de estudo. Esta versou sobre características sociodemográficas, história de vida e dependências, além do trabalho dos cuidadores familiares e seus históricos de sofrimentos psíquicos. As entrevistas com os participantes foram realizadas por professores e estudantes nas residências dos sujeitos do estudo, com duração média de uma hora.

Os dados foram analisados por meio da técnica de Análise de Conteúdo do tipo Temática, sucedida da seguinte forma: (1) pré-análise, onde foram realizadas sínteses analíticas das entrevistas; (2) exploração do material, no qual foram desenvolvidas divisões do material de estudo; (3) interpretação, na qual foram realizadas deduções das falas dos sujeitos.

Todos os participantes assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e o projeto de pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Fundação Oswaldo Cruz, sob o CAAE nº 44615315.0.0000.5240.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo foram divididos em três temas que emergiram das narrativas dos cuidadores familiares, cujo foco foram os aspectos que influenciam no sofrimento psíquico desse grupo populacional. As categorias foram divididas em: “Cuidadores familiares com dificuldades financeiras”; “Cuidadores familiares em sobrecarga de trabalho”; e “Cuidadores familiares que negligenciam a própria saúde”.

3.1 Cuidadores familiares com dificuldades financeiras

Muitas vezes, o familiar que assume o papel de cuidador não está preparado para tal situação. Essa situação pode estar relacionada com o auxílio de atividades básicas do cotidiano, sendo elas coisas práticas ou não, como tomar banho, higienizar-se ou então gastos que não fazem parte da renda mensal, por exemplo médico, medicamentos entre outros (DEJOURS, 2007). Dessa forma, um dos impactos para o cuidador é a questão financeira (ALMEIDA, *et al.*, 2010).

Quando os cuidadores foram questionados sobre as fatores que podem ter contribuído para o sofrimento psíquico, eles produziram narrativas como:

“Se eu tivesse condição, eu pagaria uma pessoa pra me ajudar. Na hora que as meninas não estão aqui, eu queria alguém aqui direto pra eu poder descansar um pouco a mente”.

(T.M.S. 70 anos, Araranguá-SC)

“...não vem ninguém me ajudando, nem dando apoio moral, nem ajudando financeiramente, em nada e isso chateia a pessoa”.

(M.J.S 60 anos, Belo Horizonte-BH)

A partir das narrativas notou-se a extrema necessidade de mais ajuda para os cuidadores familiares, pois os idosos precisam de cuidados integrais, os

cuidadores acabam não conseguindo conciliar o seu trabalho formal com o cuidado do familiar, acarretando complicações financeiras.

O trabalho desempenha um papel importante na formação da personalidade e é uma maneira de fazer parte do mundo. Sendo assim, quando o indivíduo perde a serventia para o seu trabalho, acaba sentindo-se incapaz, passando a tentar se reinventar em algum outro meio de trabalho (DEJOURS, 2007). Dessa forma, a mudança de emprego provoca reflexão sobre problemas práticos do cotidiano. Assim, a instabilidade financeira pode levar a outros distúrbios sobre o estado psicológico/emocional do cuidador e por consequência, o adoecimento (SILVA, BATISTA & CERQUEIRA, 2017).

Nos dias atuais, grande parte da população não consegue acesso aos serviços do SUS, incluindo os familiares de idosos dependentes, aumentando o grau de sofrimento psíquico. Sendo assim, é fundamental práticas no âmbito do SUS, que garantam cuidado integral a partir de suas necessidades.

Os cuidadores, muitas vezes, enfrentam dificuldades financeiras e isso pode gerar situações desafiadoras, pois cuidar de alguém exige recursos. É fundamental que seja garantido o direito aos cuidadores a apoio financeiro ou assistência governamental como o Benefício de Prestação Continuada, previsto na Lei Orgânica da Assistência Social, que atende pessoas idosas com mais de 65 anos ou pessoas com deficiências (OMS, 2019). Ainda é de suma importância que os cuidadores procurem auxílio da família para ajuda nas despesas.

3.2 Cuidadores familiares em sobrecarga de trabalho

Neste capítulo serão apresentadas as narrativas que fazem referência à sobrecarga de trabalho dos cuidadores familiares e que influenciam no sofrimento psicológico deste grupo populacional. Para cuidar, o cuidador precisa ser cuidado, fator muitas vezes negligenciado pelo Estado pela sobrecarga do trabalho. Soares e Munari (2007) mostram que é necessário que outros familiares compreendam o sofrimento dos cuidadores e auxiliem na redução de sua carga de trabalho e emocional, promovendo troca de cuidadores e experiências, repartindo as responsabilidades, compartilhando preocupações e alegrias, tendo então uma redução do sofrimento do cuidador familiar e da pessoa cuidada.

“Ah, eu sinto triste, e eu tô muito atarefada. Cuidar de minha casa lá, vim, cuidar deles aqui, voltar pra lá. Tem dia que eu tô cansada que não aguento levantar. Mas eu sou obrigada a levantar”.

(K.E., 56 anos, Porto Alegre-RS)

“...estou muito cansada, não posso sair de casa, fico o tempo todo cuidando dele e da mamãe, está há um ano na mesma situação dela”.

(M.L.A.S, 64 anos, Teresina-PI)

Com base nas narrativas notou-se sofrimento dos cuidadores familiares devido à sobrecarga do trabalho, pois precisam conciliar a responsabilidade de mais de um local de trabalho e isso sobrecarrega.

Os cuidadores familiares de idosos muitas vezes enfrentam sobrecargas devido às demandas físicas, emocionais e financeiras do cuidado e isso torna-se um problema na vida dos cuidadores. Essa sobrecarga vem desde o auxílio para o idoso tomar um banho, às vezes até alimentar-se, tornando-se algo exaustivo quando somado ao dia a dia (FLORIANO *et al.*, 2012).

Cuidar de um idoso pode ser desgastante, principalmente se o mesmo sofre de doenças limitadoras. A partir disso, os cuidadores podem apresentar sentimentos de tristeza, frustração, ansiedade e depressão e isso gera impacto financeiro, pois precisa reduzir sua carga no trabalho atual para poder cuidar do idoso, ou manter diferentes vínculos trabalhistas e acabar sobrecarregando a si mesmo (FLORIANO *et al.*, 2012).

Dada a intensidade exigida desse trabalho de cuidar do idoso dependente, muitas vezes 24 horas por dia, os cuidadores acabam ficando com a saúde vulnerável para conseguir dar conta das tarefas (BRANDÃO *et al.*, 2017).

A partir disso, é importante que busquem apoio com outros familiares ou grupos e cuidem de si para evitar o esgotamento e manter a saúde e o bem-estar.

3.3 Cuidadores familiares que não conseguem produzir autocuidado

Grande parte dos cuidadores entrevistados neste estudo sentem dificuldades em assumir o cuidado dos idosos dependentes sozinhos, no qual precisam de ajuda para assumir o controle de suas vidas pessoais e ter momentos de descanso. A maioria acredita que precisa de ajuda de familiares ou grupos de apoio no cuidado para conseguirem assumir o controle de suas vidas pessoais e ter algum descanso (MENDEZ-LUCK *et al.*, 2019). Porém, existem problemas familiares que impossibilitam a troca de cuidados por diversos fatores como: distância geográfica, rompimento nas relações familiares e responsabilidade na prestação do cuidado (MENDEZ-LUCK *et al.*, 2019; GREENWOOD & SMITH, 2019; KARSCH, 2003; RODRIGUEZ, 2004).

Já fui há muitos anos no psiquiatra, antes dele adoecer, mas agora na verdade, eu não tenho tempo nem de cuidar da minha saúde”.

(E.S.S, 50 anos, Belo Horizonte-BH)

“Dificuldade que eu tenho, pois não tenho muita estrutura não, porque numa época que eu ficava cuidando dela sozinha eu adoeci.

(M.N.E.G, 67 anos, Brasília-DF)

Quando os cuidadores familiares foram questionados sobre como estava a própria saúde naquele momento, evidenciou-se que os mesmos, ao cuidarem dos idosos familiares, não possuem tempo para se cuidar. Outra cuidadora familiar ainda cita que já havia feito tratamentos para a saúde no passado e que no momento da pesquisa, estava difícil manter esse cuidado.

O aparecimento de patologias nos cuidadores familiares, acabam os tornando pacientes. Estudos salientam que o aumento dessas fragilidades e patologias em cuidadores, é produzida pela sobrecarga física e emocional, acabando excedendo os limites de esforços físico, mental, psicológico, social e econômico (KARSCH, 1998).

A saúde dos cuidadores de idosos é um aspecto importante, mas muitas vezes esquecido. Eles enfrentam desafios que podem afetar a sua saúde física e mental. Ainda, eles precisam lidar com as exigências físicas de cuidar de idosos, e isso pode prejudicar os cuidadores com dores ou até mesmo patologias (BRANDÃO *et al.*, 2017).

O estresse de cuidar de um idoso pode levar à ansiedade, depressão e exaustão emocional. Por isso, os cuidadores acabam se deixando de lado, sentindo-se esgotados. Porém, é importante que eles cuidem de si buscando grupos de apoio emocional, terapias ou até mesmo em conversas com amigos/familiares (BRANDÃO *et al.*, 2017).

É fundamental que os cuidadores reservem tempo para seu lazer, encontrando diminuição de estresse diário, além de cuidado com a saúde física, com alimentação adequada, atividade física e sono regular para que assim, consigam produzir cuidado de qualidade para os idosos familiares (BRANDÃO *et al.*, 2017).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dessa pesquisa, pode-se afirmar que o ato de cuidar pode desgastar a vida do cuidador, sendo pela forma emocional, física, psicológica e/ou financeira. Ainda notou-se o exaustivo trabalho do cuidador levando ao esgotamento.

As narrativas apontam que os cuidadores precisaram reorganizar suas vidas para conseguir conciliar trabalhos, família e os cuidados ao idoso, ocasionando privação de seus planos pessoais, prejudicando em muitos casos sua situação financeira por não estar preparado para tal situação e também deixando de lado sua saúde social, emocional e física.

A situação dos cuidadores de idosos é um pauta essencial para o Estado brasileiro, sendo necessária a implementação de políticas públicas de proteção aos cuidadores familiares de idosos dependentes, compreendendo as barreiras físicas, sociais e emocionais que estão associadas ao ato de cuidar, tanto para melhor qualidade de vida quanto para redução da sobrecarga dos cuidadores e dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

Almeida, M. M., Schal, V. T., Martins, A. M., & Modena, C. M. (2010). A sobrecarga de cuidadores de pacientes com esquizofrenia. *Rev. Psiquiatr. Rio Gd. Sul*, 32(3),73-9.

BRANDÃO, GCG et al. Perfil da saúde dos cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. *RSC online*, 2017; 6(1): p 96-113.

CARNEIRO, Jair Almeida et al. Prevalência e fatores associados à fragilidade em idosos não institucionalizados. *Revista Brasileira Enfermagem*, Brasília, v. 69, n. 3, p. 435-442, jun. 2016.

CECCON, Roger Flores et al., Envelhecimento e dependência no Brasil: características sociodemográficas e assistenciais de idosos e cuidadores. *Ciência saúde coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 1, jan. 2021.

CECCON, Roger Flores et al., Atenção Primária em Saúde no cuidado ao idoso dependente e ao seu cuidador. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2021, v. 26, n. 01, p. 99-108.

Flesch, Letícia Decimo et al. Aspectos psicológicos da qualidade de vida de cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. *Geriatr Gerontol Aging*.2017; 11 (3): 138-149.

Dejours, C. (2007). O trabalho entre sofrimento e prazer. In C. Dejours (Ed.), *A banalização da injustiça social*. Rio de Janeiro: FGV.

DOMINGUES; Marisa Accioly R. C, SANTOS; Carina Farias, QUINTANS; Jeane R. Doença de Alzheimer: o perfil dos cuidadores que utilizam o serviço de apoio telefônico da ABRAZ – **Associação Brasileira de Alzheimer** 2009.

Floriano, L. A., Azevedo, R. C. S., Reiners, A. A. O & Sudré, M. R. S. (2012). CUIDADO REALIZADO PELO CUIDADOR FAMILIAR AO IDOSO DEPENDENTE, EM DOMICÍLIO, NO CONTEXTO DA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA. *Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2012 Jul-Set; 21(3): 543-8.*

Floriano LA, AZEVEDO RCS, REINERS AAO. Cuidador familiar de idosos: a busca pelo apoio social formal e informal. **Ciência Cuidado Saúde**. 2012; 11(1):018-025.

Greenwood N, Smith R. Motivations for being informal carers of people living with dementia: a systematic review of qualitative literature. **BMC Geriatrics** 2019; 19(1):e169.

GOMES, Nildete Pereira et al. Health-related consequences of caring for dependent relatives in older adult caregivers. **Revista. esc. enfermagem. USP**, São Paulo, v. 53 e 03446, dez. 2019.

GOMES, Maria Lovâni Pereira; DA SILVA, José Carlos Barboza; BATISTA, Eraldo Carlos. Escutando quem cuida: quando o cuidado afeta a saúde do cuidador em saúde mental. *Revista Psicologia e Saúde*, v. 10, n. 1, p. 3-17, 2018.

HUBERT, Kássia. Cuidadores familiares de idosos dependentes no Brasil: vulnerabilidades es estratégias de enfrentamento. Araranguá, f. 29, 2021.

Karsch UM, organizador. Envelhecimento com dependência: revelando cuidadores. São Paulo: EDUC; 1998.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Benefício de Prestação Continuada (BPC), 2019. Disponível em: Benefício de Prestação Continuada (BPC) — Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome (www.gov.br) Acesso em: 02 de novembro de 2023.

Mendez-Luck CA, Anthony KP, Guerrero LR. Burden and bad days among mexican-origin women caregivers. **J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci** 2019; 75(8):1719-1730.

Minayo, Maria & Correa, Mariele. **CUIDADO E CUIDADORES**. Dec, 2020; 10.13140/RG.2.2.21005.77284.

Silva, F. M., Batista, E. C., & Cerqueira, G. R. (2017). O uso de fármacos ansiolíticos e antidepressivos pelo cuidador de idoso acamado. *Saúde em Foco*, 3(2),62-76.

Soares, C. B., & Munari, D. B. (2007). Considerações acerca da sobrecarga em familiares de pessoas com transtornos mentais. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 6(3),357-62.