

**SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS: DA  
SOBRECARGA EMOCIONAL AO ADOECIMENTO**

*MENTAL HEALTH OF INFORMAL CAREGIVERS OF THE ELDERLY: FROM  
EMOTIONAL OVERLOAD TO ILLNESS*

Letícia Delleon Pereira Mafra Barbosa<sup>1</sup>  
Vanessa Rodrigues Barbosa<sup>2</sup>  
Bianca Próspero Da Silva Antunes<sup>3</sup>

**RESUMO**

O presente artigo objetivou identificar e avaliar os impactos na saúde do cuidador informal de idosos, por meio de revisão integrativa. Os dados foram coletados através de revistas eletrônicas e artigos científicos encontrados na base de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico, utilizando as palavras-chave: cuidadores informais, cuidadores de idosos, cuidadores e transtornos de saúde mental de cuidadores. Foram analisados 13 trabalhos em português, publicados entre janeiro de 2010 e agosto de 2021. Foi possível identificar impactos na saúde do cuidador, sendo o surgimento de sintomas psicológicos os de maior incidência.

**PALAVRAS-CHAVE**

Cuidadores informais. Idosos. Sobrecarga. Adoecimento.

<sup>1</sup>Discente do curso de Psicologia da UniFTC de Petrolina (UniFTC/PE) E-mail: leticiadelleon95@gmail.com

<sup>2</sup>Discente do curso de Psicologia da UniFTC de Petrolina (UniFTC/PE) E-mail: vanessa14\_rodrigues@hotmail.com

<sup>3</sup>Professora Orientadora da UniFTC de Petrolina (UniFTC/PE) Especialista em Terapia Cognitivo-comportamental E-mail: prospero.silva1@ftc.edu.br

## ABSTRACT

This article aimed to identify and assess the impacts on the health of informal caregivers of the elderly, through an integrative review. Data were collected through electronic journals and scientific articles found in the database: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American Literature on Health Sciences (LILACS) and Academic Google, using the keywords: informal caregivers, caregivers of elderly, caregivers and caregivers mental health disorders. Twenty-one studies in Portuguese, published between January 2010 and August 2021, were analyzed. It was possible to identify impacts on the caregiver's health, with the appearance of psychological symptoms being the most common.

## KEYWORDS

Informal caregivers. Elderly. Burden. Illness.

## 1 INTRODUÇÃO

A chegada da terceira idade reflete uma fase que traz consigo uma série de mudanças significativas na vida do idoso produzindo impactos consideráveis na vida do mesmo (KAWASAKI e DIOGO, 2001). É nesse período que o corpo começa a apresentar comorbidades naturais do processo de envelhecimento humano, que afetam diretamente a autonomia do sujeito e conseqüentemente sua saúde, seja física ou mental (OLIVEIRA et al., 2018).

O envelhecimento populacional tem se apresentado crescente, pelo menos 650 mil novos idosos são incorporados à população brasileira a cada ano (BRASIL, 2006). Paralelo a isso vão se revelando algumas demandas que podem surgir nesta fase como, por exemplo: a necessidade de auxílio para realizar atividades básicas diárias, visto que, durante o processo de envelhecimento o sujeito está propenso ao surgimento de prejuízos ou restrições em suas capacidades (FERREIRA, et. al., 2012).

Ramos (2003) aponta que outro fator que tem chamado atenção durante o processo de aumento do envelhecimento populacional, é o aumento da prevalência de doenças crônicas e incapacitantes. Ao detectar o surgimento de limitações na vida do idoso, surge então a figura do cuidador, sendo este o responsável para dar o suporte necessário, o qual define-se como alguém capaz de prestar o cuidado à outra pessoa em situações de alterações físicas e mentais (PEREIRA et al., 2017, p. 279).

O exercício de cuidador pode ser realizado de maneira formal ou informal, sendo o cuidador formal um profissional provido de conhecimentos na área e que exerce esta função de forma remunerada (LACERDA et al., 2019). Por outro lado, o cuidador informal é o papel assumido usualmente por um membro, que pode ser da família ou não, que nem sempre dispõe dos conhecimentos apropriados, e assume esse ofício de forma não remunerada (LACERDA et al., 2019).

Cabe ainda destacar que, em relação ao perfil do cuidador informal, percebe-se que é composto majoritariamente por mulheres, sendo estas: esposas ou filhas, que muitas vezes se tornam a principal e única responsável pela prestação dos cuidados (OLIVEIRA e D'ELBOUX, 2012).

Assumir o papel de cuidador informal pode ocorrer muitas vezes de forma imprevista. O diagnóstico, em alguns casos, é repentino e inesperado. Mudanças de vida e reorganização de papéis acabam sendo necessárias (CAMPOS e YAVO, 2016, p.21). Ao admitir a função de cuidador informal o sujeito assume então uma carga de trabalho, que pode ser integral, diária, e que demanda esforços físicos (OLIVEIRA e D'ELBOUX, 2012).

Exercer a função de cuidador requer adaptação a uma nova rotina de vida, onde o familiar ao assumir o papel de cuidador passa a experimentar um acentuado senso de responsabilidade em contraposição com o reduzido senso de liberdade (MONTIJO e COURA, 2014 p.107).

Bauab (2013) aponta que a falta de tempo para dedicar-se às questões e práticas pessoais é apontada como um dos aspectos mais estressantes do cuidado. Tal situação pode estar relacionada, ao fato de que, muitos cuidadores informais desempenham esta função sozinhos.

Muniz et. al (2016 p.181) denota que os cuidadores, em sua maioria, exercem essa atividade sem ter recebido nenhum treinamento, utilizando um conhecimento empírico, de forma solitária e desgastante.

Areosa et al. (2014) expõe que no Brasil, existe uma insuficiência no apoio ao cuidador que acaba ficando mais exposto a doenças, estados emocionais negativos e desorganização da sua vida. A carência deste apoio surge por parte da família e também por parte do sistema público de saúde, o que pode contribuir ainda mais com o isolamento deste sujeito e conseqüentemente aumentar a sua demanda de trabalho (MAGNO; SILVA; MARCOLAN, 2021).

Esta carga de atribuições diárias pode ao longo do tempo acarretar sobrecarga, que pode ser física ou emocional (GRATAO et al., 2012). Estudos sobre as tarefas do cuidador e o impacto do cuidar em sua saúde mostram que esses costumam apresentar sintomas físicos – como hipertensão arterial, diabetes, dores lombares – e a condição emocional mais frequente é a depressão (CAMPOS e YAVO, 2016, p. 21).

De acordo com Fernandes e Garcia (2009), em virtude da exposição extensa aos diversos eventos estressores presentes na situação de cuidado, o cuidador familiar está sob o risco de manifestar problemas de saúde semelhantes aos apresentados pela pessoa para a qual ele provê cuidado.

Sendo assim, faz-se necessário atentar-se à saúde do cuidador, e é importante salientar que o bem-estar deste, interfere também na qualidade dos cuidados prestados (AREOSA et al., 2014). A partir disso, este trabalho se desenvolve com o intuito de averiguar os impactos na saúde mental e o processo de adoecimento - com ênfase no âmbito psíquico - de cuidadores informais de idosos.

## **2 MATERIAL E MÉTODOS**

O presente estudo consiste em uma revisão bibliográfica embasada especificamente na revisão integrativa, cujo objetivo é conglomerar e sintetizar o conhecimento científico já produzido sobre o tema investigado (SILVEIRA; GALVÃO, 2005).

Utilizou-se o método indutivo na coleta e análise dos dados de cuidadores informais de idosos, no qual se levou em consideração todo o contexto em que se localizava esse público. A utilização desse método objetivou-se alcançar desfechos mais gerais mediante a observação de eventos particulares. O uso

deste método se apresentou considerável, especialmente, na obtenção dos dados iniciais, onde pretendeu-se observar aspectos como: a manifestação e a constância dos fatos (GIL, 2008).

O procedimento de pesquisa disposto foi o qualitativo, pois compreendeu-se que essa abordagem permitia uma compreensão mais ampla do fenômeno e propiciou uma obtenção de dados minuciosamente descritos, além de ter possibilitado uma apreensão de aspectos mais subjetivos do objeto de estudo.

Os dados foram coletados através de revistas eletrônicas e artigos científicos encontrados na base de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS) e Google Acadêmico.

A pesquisa ocorreu através da busca pelas seguintes palavras-chave: cuidadores informais, cuidadores de idosos, cuidadores, e transtornos de saúde mental de cuidadores.

Para a seleção dos materiais adotou-se o seguinte critério: artigos sobre o cuidador informal de idoso, publicados entre janeiro de 2010 e agosto de 2021. Como critério de exclusão, foram eliminados os artigos que não estavam escritos em língua portuguesa ou que estavam duplicados em mais de uma base de dados pesquisadas.

Deste modo, alcançaram-se três categorias para análise e discussão: os desafios do autocuidado, a ausência de suporte e manifestações psicológicas diante do exercício de cuidar.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Foram selecionados inicialmente 21 artigos em português mediante a leitura do resumo, posteriormente, após a leitura na íntegra, foram excluídos 8 artigos, restando assim, 13 para o estudo. Utilizou-se como critério para exclusão, aqueles que não forneceram dados relevantes para o foco da pesquisa.

**Tabela 1** - Estudos selecionados mediante cumprimento dos critérios estabelecidos

Base de dados	Título	Autores	Ano de Publicação	Método	País	Resultados
Scielo	"A gente não é de ferro": Vivências de cuidadores familiares sobre o cuidado com idosos dependentes no Brasil.	SOUSA, Gírliani Silva de et al.	2021	Estudo Multicêntrico.	Brasil	O estudo apontou uma série de motivações para assumir o posto de cuidador, tanto positivos quanto negativos, além disso, frisou o descaso da rede pública no apoio com os mesmos tanto na prevenção quanto na promoção
Reben	Ansiedade e depressão em cuidadores de idosos dependentes: um estudo analítico"	FELIPE, Sarah Giulia Bandeira et al.	2020	Analítico transversal	Brasil	Os achados mostraram o surgimento de ansiedade e depressão em relação aos cuidadores, os quais demandam uma certa atenção assim como os idosos dependentes.
Revista Saúde e Desenvolvimento	Aspectos envolvidos na assistência prestada ao idoso dependente: percepções dos cuidadores informais	DE LACERDA, Maria Gerciana Gomes et al.	2019	Exploratório descritiva.	Brasil	A pesquisa relatou que os cuidadores pontuaram a falta de assistência por parte da rede de saúde tanto na preparação quanto no apoio, e por fim, destacou-se a necessidade do apoio do ESF aos cuidadores informais.

Psicologia, saúde e doenças	Cuidar de si e do outro: estudo sobre os cuidadores de idosos	AREOSA, Sílvia Virgínia Coutinho et al.	2014	Pesquisa qualitativa	Portugal	Concluiu-se que a rotina de cuidado com o idoso dependente é composta por uma série de demandas sendo estas compostas por situações tensas, desgastantes e de difícil manejo, que acabam por produzir resultados negativos na vida do cuidador
Reben	Estudos nacionais sobre cuidadores familiares de idosos: revisão integrativa.	OLIVEIRA, Déborah Cristina; D'ELBOUX, Maria José.	2012	Revisão bibliográfica integrativa.	Brasil	Os resultados apontaram que o processo de cuidado aponta uma série de demandas, como: a ausência de suporte, a falta de preparo, a apresentação de manifestações psicológicas, a redução na qualidade de vida e a escassez de estudos voltados para o cuidador.
Research, Society and Development	Impactos físicos e emocionais na saúde do cuidador informal de pacientes com doença de Alzheimer.	DE SOUZA, Pedro Henrique et al.	2021	Revisão integrativa da literatura.	Brasil	O estudo aponta que a piora no quadro de Alzheimer produz uma série de impactos físicos e emocionais na vida do cuidador e também na sua qualidade de vida.

RBGG	Mudanças no cotidiano de cuidadores de idosos em processo demencial.	BAUAB, Juliana Pedroso; EMMEL, Maria Luisa Guillaumon.	2014	Transversal, correlacional comparativo	Brasil	Apontou-se que o ato de cuidar contribui fortemente na mudança de vida do cuidador, onde o mesmo deixa ou reduz o hábito de exercer inúmeras funções realizadas anteriormente.
J Health Sci	Perfil das morbidades dos cuidadores informais de idosos com Alzheimer.	OLANDA, Katyane de Kássia Rodrigues; PASSOS, Xisto Sena; DIAS, Cristina Sousa	2015	Descritivo exploratório	Brasil	Mostrou-se que após um período de cuidado com o idoso com Alzheimer, os cuidadores começam a apresentar o adoecimento não somente psicológico mas também físico
Research, Society and Development	Sintomatologia depressiva em cuidadores familiares de idosos com Alzheimer ou outra demência.	MAGNO, Daniela Cristina; DA SILVA, Daniel Augusto; MARCOLAN, João Fernando.	2021	Descritivo transversal	Brasil	Os resultados apontaram que os cuidadores são vistos como paciente "ocultos" e que apresentam um processo de adoecimento psicológico diante desse processo de cuidado e que não são assistidos por culpabilização de si e do sistema de saúde

Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba	Sobrecarga biopsicossocial e estresse do cuidador de idoso dependente.	DOS SANTOS, Mariana Bastos et al.	2018	Transversal	Brasil	Notou-se que cuidadores de idosos dependentes estão vulneráveis ao adoecimento podendo variar o grau entre cada sujeito em específico, além disso, perceptivelmente pontuou-se a ausência de políticas públicas específicas para o cuidador.
Revista Gaúcha de Enfermagem	Sobrecarga de cuidadores informais de idosos dependentes na comunidade em municípios de pequeno porte.	AIRES, Marines et al.	2020	Transversal analítico.	Brasil	Os resultados indicam que a figura feminina, de baixa escolaridade, que residem com o sujeito e que abrem mão do cuidado de si apresentaram elevados índices de sobrecarga, contribuindo no processo de adoecimento
Kairós	Um olhar sobre a saúde das mulheres cuidadoras de idosos: desafios e possibilidades.	PEREIRA, Lara Thaianne Souza et al	2017	Descritivo transversal	Brasil	A pesquisa aponta que a ausência de suporte de familiares, do governo e da sociedade em geral contribui de maneira disfuncional tanto para o cuidador quanto para o idoso assistido



Rene	Vivências de ser cuidador familiar de idosos dependentes no ambiente domiciliar.	DO COUTO, Alcimar Marcelo; DE CASTRO, Edna Aparecida Barbosa; CALDAS, Célia Pereira.	2016	Pesquisa qualitativa	Brasil	Os cuidadores pontuaram que o processo de cuidado varia em aspectos positivos e negativos que individualmente na sobrecarga e manifestações psicológicas
------	--	--	------	----------------------	--------	--

### 3.1 Os desafios do autocuidado

Do material selecionado, o maior número de estudos foram produzidos pela área da enfermagem (12). Quanto ao perfil do cuidador, 92,1% são mulheres, de meia-idade e algumas idosas (FELIPE et al., 2020). Apenas em um estudo foi identificado a presença de cuidadoras menores de idade (AREOSA et al., 2014).

Este perfil majoritariamente feminino foi identificado em outros estudos (AIRES et al., 2020; GRATAO et al., 2012; MENDES et al., 2019). É possível verificar que ainda é comum atribuir à mulher o papel de cuidar.

Küchemann (2010) aponta que apesar dos inúmeros arranjos familiares e a inserção progressiva da mulher no mercado de trabalho, ainda se mantém predominante a compreensão de que o trabalho doméstico, a socialização das crianças e o cuidado dos idosos e dos doentes, sejam de responsabilidade quase sempre, das mulheres.

A maioria dos cuidadores possui algum vínculo afetivo com o idoso, sendo as cônjuges e filhas as que mais assumem tal papel (SOUZA et al, 2021). Este achado corrobora com a pesquisa de Nunes et al (2018), que ao avaliar o grau de parentesco de 362 cuidadores, identificou que, 91,5% eram familiares, sendo 53,6% filhos(as) e 28,9%, cônjuges. O parentesco e a relação de afeto com o idoso, pode ser um dos fatores contribuintes na decisão de assumir a função de cuidador.

Sousa et al., (2021) destaca que: o afeto, o sentimento de gratidão pelos anos em que o idoso dedicou-se à família e a responsabilidade moral e ética, são levadas em consideração para a adoção desta função. Entretanto, o autor aponta que a também aqueles familiares que assumem a função apenas pelo fato de não haver outra pessoa disponível.

A carência de suporte ao cuidador familiar reflete diretamente nos desafios do autocuidado, onde essas adversidades favorecem o surgimento de obstáculos na atenção às próprias necessidades corporais, mentais e psicológicas (PEREIRA et al., 2017).

Segundo Bauab e Emmel (2014), é perceptível o índice considerável quando se volta a atenção aos cuidados pessoais do cuidador informal, tendo em vista que os resultados da sua respectiva pesquisa apontam que a grande maioria deixou de exercer atividades que eram praticadas anteriormente. Um

breve exemplo apontado pelos autores foi que 68,75% dos cuidadores pontuaram que deixaram de viajar devido às responsabilidades com o idoso dependente.

Essa realidade relaciona-se ao desvio do foco de atenção com o cuidador, os quais estão propensos a situações vulneráveis, onde os impactos voltados ao processo de vida desse sujeito podem repercutir no desenvolvimento de transtornos, e conseqüentemente na assistência prestada (BEZERRA, 2018).

A grande demanda de *stress* utiliza-se como porta de entrada para o adoecimento psíquico do cuidador familiar, onde surgem pela sobrecarga de atividades de si e do outro, do abandono dos demais familiares, das pendências financeiras, das limitações que surgiram na rotina de ambos, da comorbidade do idoso e dos contratempos que surgem no ato do cuidado (AREOSA et al, 2014).

Os desafios do autocuidado surgem diante da vida social do cuidador familiar ser deixada em segundo plano por conta do excesso de demanda, sendo assim, ocorre o abandono parcial ou total das atividades bem como o tempo para si torna-se reduzido (COUTO, CASTRO e CALDAS, 2016). Em grande parte, nota-se que o próprio cuidador prioriza a atenção ao sujeito cuidado apartando o autocuidado que conseqüentemente agrega a sobrecarga existente na sua rotina (SOUSA et al, 2021).

### 3.2 Ausência de suporte

Foi possível identificar mudanças significativas na vida dos cuidadores mediante adoção da função de cuidador, sendo a mudança mais recorrente: a escassez de tempo para cuidar de si (COUTO, CASTRO; CALDAS, 2016). Pode-se perceber que a mesma possui uma considerável relação com a sobrecarga dos cuidadores, como evidenciam outros estudos (BALLARIN et al., 2015; FONSECA; PENA; SOARES, 2008; SIMARI et al., 2021).

A prática assistencialista meramente encontrada e explorada em grande parte dos trabalhos investigados visa trazer como foco a ausência de suporte em relação ao cuidador familiar, onde obtêm-se como principal rede de apoio tanto para o idoso quanto para seu cuidador, o apoio familiar, social e do Sistema Único de Saúde (MAGNO; SILVA; MARCOLAN, 2021).

A falta desse suporte é relativamente frisada por todo o público analisado, onde resultam em impactos consideráveis na vida dos cuidadores e conseqüentemente no sujeito cuidado. Esse fator favorece a sobrecarga do indivíduo e o surgimento do adoecimento emocional, sendo este considerado o ponto pertinente na problemática elucidada (MAGNO; SILVA; MARCOLAN, 2021).

Percebe-se a privação de programas por parte da rede pública de saúde que aspirem a atenção especificamente para o cuidador familiar e o seu preparo para o ato de cuidado com o idoso dependente, onde necessariamente deveria haver programas de prevenção e promoção de saúde para ambas as partes (BAUAB e EMMEL, 2014).

Apesar da ausência de suporte do SUS voltada especificamente para o cuidador, existem assistências no âmbito público que podem abarcar as demandas que se manifestam durante esse período, como, por exemplo, o Programa de Saúde da Família, o qual além de integrar o idoso enfermo também pode assistir o cuidador familiar. Impreterivelmente, essa rede de apoio

institucional norteia ações que incorporem o processo de saúde dos envolvidos nesse ato (BAUAB; EMMEL, 2014, p. 350).

É indispensável a discussão acerca do apoio da família, tendo em vista que dos estudos analisados na construção desse presente artigo todos citam a carência do suporte familiar como fator contribuinte para a sobrecarga emocional e o respectivo adoecimento desse indivíduo. Isso ocorre devido ao excesso de atividades praticadas pelo cuidador, o qual inevitavelmente toma para si as responsabilidades do idoso acrescentando-as às suas obrigações que já existiam anteriormente (MAGNO et al., 2021).

### **3.4 Manifestações psicológicas diante do exercício de cuidar**

No que refere-se aos impactos na vida dos cuidadores, a sobrecarga é usualmente identificada (CONCEIÇÃO et al., 2021), e se apresenta mais acentuada nos cuidadores informais de idosos dependentes e/ou acamados (OLIVEIRA et al., 2018; REIS, 2018;).

Pessoas mais dependentes física e psicologicamente acabam por exigir mais dos seus cuidadores aumentando deste modo os desafios associados ao cuidar (FERREIRA, 2013).

Giacomin, Uchoa e Costa (2005) em pesquisa realizada com 10 mulheres cuidadoras de seus respectivos esposos em situação de dependência, revelou que as mesmas dispensavam cuidados em tempo integral, e consideravam as atividades que requerem maior intimidade, como o banho, a higiene íntima e o cuidado de feridas, as mais difíceis de serem executadas.

Um estudo realizado por Aires et al., (2020) identificou outras variáveis que influenciam na sobrecarga do cuidador, tais como: residir com o idoso, utilização da sua renda para cobrir os gastos com o idoso, idade elevada do cuidador e o tempo dispensado ao cuidado. Neste mesmo estudo observou-se que as mulheres possuíam sobrecarga maior que os homens, fato este, que pode possuir forte relação com a prevalência do sexo feminino nesta função.

Em relação aos sintomas psicológicos manifestados, a depressão e a ansiedade se apresentam prevalentes, consideravelmente, em cuidadores informais de idosos acometidos por: doença de Alzheimer e outras demências (MAGNO; SILVA; MARCOLAN, 2021; SOUZA et al., 2021).

Este indicador harmoniza com a pesquisa realizada com 30 cuidadores informais de idosos portadores de Alzheimer, que compareciam às reuniões da ABRAZ (Associação Brasileira de Alzheimer) do Estado de Goiás, no qual verificou-se que de 60% dos cuidadores que não possuíam sintomas físicos e/ou psicológicos, 16,66% adquiriram sintomas psicológicos e 16,66% sintomas psicológicos e físicos (OLANDA; PASSOS; DIAS, 2015).

Outro estudo realizado por Araújo, Oliveira e Pereira (2012) na cidade do médio Vale do Paraíba com 58 cuidadores ligados a ABRAZ, apontou que 38 cuidadores obtinham autopercepção de alterações psicológicas (depressão e funções cognitivas).

Silva (2017) pôde constatar o mesmo em um estudo realizado com 111 cuidadores informais de idosos com doenças neurodegenerativas, onde 53 informaram ter adquirido alguma doença, sendo a depressão (17) e os sintomas pertencentes aos transtornos ansiosos (10) as mais declaradas.

É válido frisar que a rotina com o idoso enfermo é constituída por situações conflituosas, tensas, desgastantes em todos os sentidos e muitas

vezes de difícil manejo, que implicam diretamente nos encargos diários. Essas circunstâncias, quando persistentes na rotina, afetam a saúde mental do cuidador, ocasionando uma série de resultados disfuncionais que decorrem no processo de vida de ambos envolvidos, manifestando-se a necessidade de uma atenção sublime a esse sujeito (AREOSA et al, 2014).

Em suma, o surgimento ou agravamento de doenças crônicas também são pontuados em mais da metade dos artigos analisados para a construção desse trabalho. Observando que a ausência de atenção a doenças que já se fazem presentes, podem ocasionar implicações em relação às enfermidades (COUTO; CASTRO; CALDAS, 2016).

#### 4 CONCLUSÃO

O estudo apontou que cuidadores informais de idosos tendem a desenvolver um processo de adoecimento considerável, decorrente da inexperiência e sobrecarga que surgem diante o ato de cuidado (SOUSA et al, 2021). Tal situação lesiona especificamente a figura feminina, a qual tem seu processo de vida totalmente desamparado perante às adversidades que surgem (FELIPE et al., 2020). Cabe pontuar que a sociedade patriarcal sobrecarrega ainda mais esse público, somatizando com a ausência de políticas públicas e do apoio familiar (OLIVEIRA e D'ELBOUX, 2012).

A discussão acerca dos cuidadores informais de idosos é de extrema relevância, tendo em vista que a escassez de estudos, no que se refere ao processo de adoecimento, é notória, bem como a carência de suporte ao cuidador.

Perceptivelmente, o foco vira-se totalmente ao idoso enfermo suprimindo os encargos que surgiram após assumir a responsabilidade de dedicar-se a maioria das vezes integralmente ao idoso cuidado (SOUSA et al, 2021).

Oliveira e D'Elboux (2012), citam em seus estudos que a maioria dos cuidadores tem seu curso de vida comprometido por consequência do cuidado prestado, no qual a sobrecarga e o adoecimento surgem nesse processo, implicando tanto na vida do indivíduo, mas também na do idoso assistido.

Sendo assim, torna-se relevante um olhar atencioso para os cuidadores familiares, validando os impactos que podem surgir e o quão tal problemática é postergada no nosso país. Com base nos dados coletados percebeu-se que tais sujeitos adquirem tanto sintomas físicos quanto psicológicos, decorrentes dos períodos excessivos de stress.

É importante considerar ainda, que embora tenha se obtido resultados consideráveis, no que diz respeito, ao indicativo de mudanças na saúde psíquica dos sujeitos cuidadores, destaca-se paralelo a isso a remota participação da Psicologia no material avaliado.

É válido ressaltar, que a Psicologia pode e deve ofertar suas contribuições tanto na produção literária, quanto nas ações em campo. Considerando os achados na pesquisa, é necessário assinalar que o SUS possui dispositivos que devem de forma conjunta identificar e auxiliar essas famílias, tais como: as equipes de Saúde da Família, visto que esta, é a porta de entrada, e o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF).

Profissionais de saúde precisam estender o olhar para a saúde do cuidador, compreendendo que este, por vezes, não possui preparo, e sofre mudanças bruscas na sua vida, sendo necessário assim, atenção, suporte e

cuidado, pois, ainda, que os cuidadores informais sejam peças fundamentais para o desenvolvimento da Assistência Domiciliar, é dever do Estado oferecer todo o suporte requerido, tal qual a Política Nacional da Pessoa Idosa prevê. “Sendo a família, via de regra, a executora do cuidado ao idoso, evidencia-se a necessidade de se estabelecer um suporte qualificado e constante aos responsáveis por esses cuidados, tendo a atenção básica por meio da Estratégia de Saúde da Família um papel fundamental” (BRASIL, 2006).

Se faz necessário ainda a realização de mais estudos que abordem de forma minuciosa o processo de adoecimento dos cuidadores, visto que, a literatura tem demandado um olhar maior para a sobrecarga, mas com escassa avaliação dos efeitos danosos desta.

Em síntese, confere salientar, que se faz urgente o debate em torno da operacionalização da atividade de cuidador informal, de modo que se possa pensar na resolução das questões contraproducentes surgidas no percurso.

## REFERÊNCIAS

- AIRES, Marines et al. Sobrecarga de cuidadores informais de idosos dependentes na comunidade em municípios de pequeno porte. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 41, 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190156>.
- AREOSA, Sílvia Virgínia Coutinho et al. Cuidar de si e do outro: estudo sobre os cuidadores de idosos. **Psicologia, Saúde e doenças**, v. 15, n. 2, p. 482-494, 2014. Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saude. <http://dx.doi.org/10.15309/14psd150212>.
- BALLARIN, Maria Luisa Gazabim Simões et al. Perfil sociodemográfico e sobrecarga de cuidadores informais de pacientes assistidos em ambulatório de terapia ocupacional/Sociodemographic profile and burden of informal caregivers of patients assisted in occupational therapy outpatient clinic. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional da Ufscar**, [S.L], v. 24, n. 2, p. 315-321, 2016. Editora Cubo. <http://dx.doi.org/10.4322/0104-4931.ctoao0607>.
- BAUAB, Juliana Pedroso. O cotidiano, a qualidade de vida e a sobrecarga de cuidadores de idosos em processo demencial de uma unidade escolar ambulatorial. Dissertação (Mestrado em Terapia Ocupacional) - Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2013.
- BAUAB, Juliana Pedroso; EMMEL, Maria Luisa Guillaumon. Mudanças no cotidiano de cuidadores de idosos em processo demencial. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L], v. 17, n. 2, p. 339-352, 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1809-98232014000200011>.
- BEZERRA, Ana Teresa Cardoso et al. Avaliação da sobrecarga de cuidadores informais de idosos assistidos na atenção domiciliar: um recorte no DF. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Fundação de Ensino e Pesquisa em Ciências da Saúde, Escola Superior de Ciências da Saúde, Brasília, 2018.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006**. Brasília, 2006.
- COURA, Daniela; MONTIJO, Karina Maxeniuc Silva. Psicologia aplicada ao cuidador e ao idoso. São Paulo: Érica, 2014.
- DA CONCEIÇÃO, Haylane Nunes et al. Perfil e sobrecarga dos cuidadores informais de idosos dependentes. **Research, Society and Development**, [S.L], v. 10, n. 6, p. 1-8, 7 jun. 2021. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.16061>
- DE ARAÚJO, Claudia Lysia Oliveira; OLIVEIRA, Janaina França; PEREIRA, Janine Maria. Perfil de cuidadores de idosos com Doença de Alzheimer. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 15, n. 1, p. 109-128, 2012.



DE LACERDA, Maria Gerciana Gomes et al. Aspectos envolvidos na assistência prestada ao idoso dependente: percepções dos cuidadores informais. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, v. 13, n. 15, 2019.

DE SOUZA, Pedro Henrique et al. Impactos físicos e emocionais na saúde do cuidador informal de pacientes com doença de Alzheimer. **Research, Society and Development**, [S.L], v. 10, n. 8, p.1-10, 4 jul. 2021. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i8.16990>.

DE SOUZA YAVO, Ivete; CAMPOS, Elisa Maria Parahyba. Cuidador e cuidado: o sujeito e suas relações no contexto da assistência domiciliar. **Psicologia: teoria e prática**, [S.L], v. 18, n. 1, p. 20-32, 30 abr. 2016. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.15348/1980-6906/psicologia.v18n1p20-32>.

DO COUTO, Alcimar Marcelo; DE CASTRO, Edna Aparecida Barbosa; CALDAS, Célia Pereira. Vivências de ser cuidador familiar de idosos dependentes no ambiente domiciliar. **Rev Rene**, [S.L], v. 17, n. 1, p. 76-85, 2016. Rev Rene - Revista da Rede de Enfermagem de Nordeste. <http://dx.doi.org/10.15253/2175-6783.2016000100011>.

DOS SANTOS, Mariana Bastos et al. Sobrecarga biopsicossocial e estresse do cuidador de idoso dependente. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, [S.L], v. 20, n. 2, p. 92-97, 25 jul. 2018. Pontifical Catholic University of Sao Paulo (PUC-SP). <http://dx.doi.org/10.23925/1984-4840.2018v20i2a7>.

FELIPE, Sarah Giulia Bandeira et al. Ansiedade e depressão em cuidadores informais de idosos dependentes: um estudo analítico. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [S.L], v. 73, n. 1, p.1-8, 2020. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0851>.

FERNANDES, Maria das Graças Melo; GARCIA, Telma Ribeiro. Atributos da tensão do cuidador familiar de idosos dependentes. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [S.L], v. 43, n 4, p. 818-824, dez. 2009. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0080-62342009000400012>.

FERREIRA, Isabel Neves. **A sobrecarga do cuidador informal de pessoas com dependência**. 2013. Tese de Doutorado. Instituto Politécnico de Setúbal. Escola Superior de Saúde.

FERREIRA, Olívia Galvão Lucena et al. Envelhecimento ativo e sua relação com a independência funcional. **Texto & Contexto-Enfermagem**, [S.L], v. 21, p. 513-518, set. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-07072012000300004>.

FONSECA, N. R.; PENNA, AFG; SOARES, M. PG Ser cuidador familiar: um estudo de caso sobre as consequências de assumir este papel. **Physis**, [S.L], v 18, n. 4, p. 727-743. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-73312008000400007>.

GIACOMIN, Karla C.; UCHOA, Elizabeth; LIMA-COSTA, Maria Fernanda F. Projeto Bambuí: a experiência do cuidado domiciliário por esposas de idosos dependentes. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L], v. 21, n. 5, p. 1509-1518, out. 2005. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-311x2005000500024>.

GRATAO, Aline Cristina Martins et al. Sobrecarga e desconforto emocional em cuidadores de idosos. **Texto & Contexto-Enfermagem**, [S.L], v. 21, n. 2, p. 304-312, jun. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-07072012000200007>.

KAWASAKI, Kozue; DIOGO, Maria José D.'Elboux. Assistência domiciliária ao idoso: perfil do cuidador formal-parte I. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 35, p. 257-264, 2001.

KÜCHEMANN, Berlindes Astrid. O cuidado dos idosos e das idosas: velhas tensões e novos desafios para conciliar trabalho produtivo e reprodutivo. **Communication III, Seminário Nacional «Trabalho e Gênero**, p. 15-17, 2010.

MAGNO, Daniela Cristina; DA SILVA, Daniel Augusto; MARCOLAN, João Fernando. Sintomatologia depressiva em cuidadores familiares de idosos com Alzheimer ou outra demência. **Research, Society and Development**, [S.L], v. 10, n. 5, p. 1-11, 13 maio. 2021. Research, Society and Development. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i5.15107>.

MENDES, Polyana Norberta et al. Sobrecargas física, emocional e social dos cuidadores informais de idosos. **Acta Paulista de Enfermagem**, [S.L], v. 32, n.1, p. 87-94, fev. 2019. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201900012>.

MONTENEGRO, Rosiran Carvalho de Freitas. Mulheres e Cuidado: Responsabilização, Sobrecarga e Adoecimento. In: **XVI Encontro Nacional de Pesquisadores em Serviço Social**, v. 16, n. 1, 2018, Espírito Santo. Anais [...] Vitória: UFES, 2018.

NUNES, Daniella Pires et al. Cuidadores de idosos e tensão excessiva associada ao cuidado: evidências do Estudo SABE. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, [S.L], v. 21, n. 2, p. 1-14, 2019. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1980-549720180020.supl.2>.

OLANDA, Katyane de Kássia Rodrigues; PASSOS, Xisto Sena; DIAS, Cristina Sousa. Perfil das morbidades dos cuidadores informais de idosos com Alzheimer. **J Health Sci**, v. 33, n. 1, p. 83-88, 2015.

OLIVEIRA, Adriano Rodrigues et al. Avaliação da sobrecarga dos cuidadores informais através da Escala Burden interview atendidos durante o estágio de fisioterapia em Saúde Coletiva. **Revista de Atenção à Saúde**, [S.L], v. 16, n. 58, p. 76-83, 15 abr. 2018. USCS Universidade Municipal de Sao Caetano do Sul. <http://dx.doi.org/10.13037/ras.vol16n58.5550>.



OLIVEIRA, Déborah Cristina; D'ELBOUX, Maria José. Estudos nacionais sobre cuidadores familiares de idosos: revisão integrativa. **Revista brasileira de enfermagem**, [S.L], v. 65, n. 5, p. 829-838, out. 2012. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-71672012000500017>.

OLIVEIRA, João Manoel Borges de et al. Envelhecimento, saúde mental e suicídio. Revisão integrativa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [S.L], v. 21, n. 4, p. 488-498, ago. 2018. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562018021.180014>.

PEREIRA, Lara Thaianne Souza et al. Um olhar sobre a saúde das mulheres cuidadoras de idosos: desafios e possibilidades. **Revista Kairós: Gerontologia**, [S.L], v. 20, n. 1, p. 277-297, 30 mar. 2017. Pontifical Catholic University of Sao Paulo (PUC-SP). <http://dx.doi.org/10.23925/2176-901x.2017v20i1p277-297>.

RAMOS, Luiz Roberto. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. **Cadernos de Saúde Pública**, [S.L], v. 19, n. 3, p. 793-797, jun. 2003. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0102-311x2003000300011>.

REIS, Ana Raquel Guimarães. **A sobrecarga do cuidador informal da pessoa idosa dependente**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Enfermagem) – Universidade Fernando Pessoa, Porto, 2018.

SILVA, Lízia Fabíola Almeida. Estudo bioético sobre familiares que cuidam de pessoas idosas com doenças neurodegenerativas. 2017. Tese (Doutorado em bioética) - Faculdade de Ciências Médicas, Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. O cuidado de enfermagem e o cateter de Hickman: a busca de evidências. **Acta Paulista de enfermagem**, [S.L], v. 18, n. 3, p. 276-284, set. 2005. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0103-21002005000300008>.

SIMARI, Ronise Stael et al. Cuidadores domiciliares: sobrecarga de trabalho e rede de apoio. **Revista Científica de Enfermagem**, v. 11, n. 34, p. 192-202, 2021.

SOUSA, Girliani Silva de et al. “A gente não é de ferro”: Vivências de cuidadores familiares sobre o cuidado com idosos dependentes no Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L], v. 26, n. 1, p. 27-36, jan. 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020261.30172020>.