

**SOBRECARGA EM CUIDADORES DE IDOSOS****OVERLOAD IN CAREGIVERS OF THE ELDERLY****SOBRECARGA EN CUIDADORES DE ANCIANOS**

Fayanne Schaustz Bom¹, Selma Petra Chaves Sá², Rachel da Silva Serejo Cardoso³

RESUMO

Objetivo: avaliar sobrecarga nos cuidadores de idosos a partir da Escala de Sobrecarga ZARIT. **Método:** este estudo compreende uma das partes do projeto de pesquisa: "Cuidador de Idosos: necessidades e impactos na saúde". É um estudo transversal, desenvolvido em dois campos de estudo, o Centro de Estudos e Pesquisas do envelhecimento (CEPE-RJ) e o Centro de Atenção aos Idosos e seus Cuidadores (CASIC/UFF). Pesquisa realizada com 53 cuidadores. Foi aplicado questionário sócio demográfico e o Questionário de Zarit para a avaliação de sobrecarga. O questionário de Zarit é composto por 22 perguntas que avaliam a sobrecarga dos cuidadores. Os dados foram tabulados e analisados através do SPSS. **Resultado:** 45,3% dos cuidadores apresentaram-se com sobrecarga moderada, 13,2% com sobrecarga moderada à severa; 3,8% sobrecarga severa e 32,1% com ausência de sobrecarga. **Descritores:** Idoso; Cuidadores; Esgotamento Profissional.

ABSTRACT

Objective: to evaluate the overload in caregivers of the elderly with the ZARIT Overload Scale. **Method:** this study comprises one of the parts of the research project: "Elderly Caregiver: Health Needs and Impacts". Cross-sectional study, developed in two fields of study, the Center for Studies and Research on Aging (CEPE-RJ) and the Care Center for the Elderly and their Caregivers (CASIC/UFF). Research carried out with 53 caregivers. A socio-demographic questionnaire and the Zarit Questionnaire were applied for the evaluation of overload. Zarit's questionnaire consists of 22 questions that assess the caregiver's overload. Data were tabulated and analyzed using SPSS. **Result:** 45.3% of the caregivers presented moderate overload, 13.2% with moderate to severe overload; 3.8%, severe overload and 32.1%, with no overload. **Descriptors:** Elderly; Caregivers; Burnout.

RESUMEN

Objetivo: evaluar la sobrecarga de cuidadores de ancianos con la Escala de Sobrecarga Zarit. **Método:** este estudio comprende una parte del proyecto de investigación: "El cuidador de ancianos: necesidades y los impactos sobre la salud". Se trata de un estudio transversal desarrollado en dos campos de estudio, el Centro de Estudios e Investigación sobre el Envejecimiento (CEPE-RJ) y el Centro de Atención a los Ancianos y sus Cuidadores (CASIC/UFF). Investigación realizada con 53 cuidadores. Se aplicó el cuestionario socio-demográfico y el cuestionario de Zarit para la evaluación de la sobrecarga. El cuestionario de Zarit consta de 22 preguntas que evalúan la carga de los cuidadores. Los datos fueron tabulados y analizados con el programa SPSS. **Resultado:** 45,3% de los cuidadores que se presentan con la sobrecarga moderada, 13,2% con sobrecarga moderada a severa; 3,8% con sobrecarga severa y 32,1% ninguna sobrecarga. **Descriptor:** Ancianos; Cuidadores; Burnout.

¹Enfermeira, Centro de Estudo e Pesquisa do Envelhecimento, Especialização em Enfermagem Gerontológica, Mestranda, Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial, Universidade Federal Fluminense/MPEA/UFF. Niterói (RJ), Brasil. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: fayschaustz@gmail.com; ²Enfermeira, Professora Titular, Doutora (Pós-Doutora), Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa/EEAAC, Universidade Federal Fluminense/UFF. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: spetra@ig.com.br; ³Enfermeira Especialista, Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde, Universidade Federal Fluminense/MACCS/UFF. Niterói (RJ), Brasil. Niterói (RJ), Brasil. E-mail: rachelserejo@bol.com.br

INTRODUÇÃO

O envelhecimento atual da população está acontecendo em proporções muito rápidas nos últimos anos em consequência da redução da taxa de fecundidade e aumento da expectativa de vida consequente dos avanços tecnológicos e mudanças no cotidiano da população como: alterações na estrutura família.¹

Os idosos apresentam múltiplas doenças, enfermidades crônicas, o que requer a busca frequente a especialistas, que proporcionam gastos diretos e indiretos muito elevados. O que impulsiona a estruturação de políticas e estratégias visando a prevenção e a promoção da saúde dos idosos e dos cuidadores.²

As alterações fisiológicas e biológicas no idoso exigem participação e ajuda dos cuidadores. Através da proximidade física e dos vínculos emocionais, o sistema emocional, principalmente, da família é profundamente abalado, passam a se impor privações e modificações no estilo de vida para incluir as novas necessidades de seu membro doente, é comum a família obrigar-se a reajustar seus papéis para facilitar o enfrentamento da situação específica no âmbito doméstico.

Geralmente o cuidado ao idoso implica em uma série de tarefas que podem levar muitas vezes a exaustão do cuidador, a sobrecarga emocional vivenciada pelo cuidador pode interferir no cuidado prestado ao paciente, sendo inclusive fator preditor de maior número de hospitalizações entre os pacientes, aumento de institucionalizações e maior mortalidade entre os cuidadores.^{3,4}

Torna-se necessário maior abordagem biopsicossocial e profissional aos cuidadores de pacientes idosos. O esclarecimento aos profissionais de saúde sobre aspectos da qualidade de vida do cuidador ajuda a direcionar estratégias para a melhora e a manutenção da qualidade de vida desses indivíduos. Entretanto, são necessários mais estudos relacionados a esse tema, principalmente em relação a abordagens terapêuticas eficazes nesse universo cuidador/idoso.

O impacto sofrido pelos cuidadores pode ser observado também na utilização de serviços de saúde, já que cuidadores de pacientes idosos, principalmente com diagnóstico de DA, consultam 46% mais médicos e utilizam mais medicamentos psicotrópicos - como antidepressivos e antipsicóticos - do que cuidadores de pacientes que não têm DA. Os cuidadores apresentam uma piora na saúde física, um prejuízo no sistema imunológico, que pode

persistir até quatro anos após o falecimento do paciente.⁵

Em decorrência do impacto, os cuidadores podem desenvolver sintomas físicos e psicológicos. Os sintomas físicos mais comuns são: hipertensão arterial, distúrbios digestivos, doenças respiratórias e propensão a infecções. Sintomas psicológicos frequentes são: depressão, ansiedade e insônia. A saúde precária do cuidador também é um fator que contribui para a institucionalização do paciente.⁶

Com a ocorrência do envelhecimento populacional torna-se fundamental a necessidade de Ampliação das Modalidades da Assistência da Saúde do Idoso garantindo uma prática de preservação da capacidade funcional e suporte ao cuidador.

Estudo desenvolvido por em 2009, mostrou que os cuidadores com depressão possuíam menor qualidade de vida.⁷ Os estudos existentes sobre os cuidadores abordam a sobrecarga, a ansiedade, o impacto deste cuidado, o estresse e qualidade de vida e saúde. Mas, o impacto das necessidades dos cuidadores de idosos na sua saúde, é uma lacuna que necessita ser preenchida.^{8,4,9,10}

Os cuidadores, em sua maioria, não são orientados e nem instrumentalizados para este cuidado, o que proporciona muitas dificuldades para lidar com o cuidado ao idoso e gera sobrecarga neste cuidador.

O objetivo deste estudo consiste em avaliar sobrecarga nos cuidadores de idosos a partir da Escala de Sobrecarga ZARIT.

MÉTODO

Este estudo compreende uma das partes do projeto de pesquisa: "Cuidador de Idosos: necessidades e impactos na saúde" aprovado no Comitê de ética em pesquisa sob nº: 19784013.3.0000.5243. Estudo transversal, desenvolvido em dois campos de estudo, um o Centro de Estudos e Pesquisas do envelhecimento (CEPE-RJ) que está vinculado ao Instituto Vital Brasil/Secretaria de Saúde do RJ e tem como um dos seus objetivos a capacitação, e o outro, o Centro de atenção aos idosos e seus cuidadores (CASIC/UFF), um programa de extensão vinculado ao Departamento de Fundamentos de Enfermagem e Administração da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa/UFF cadastrado na Pró-Reitoria de Extensão e realiza atividades com os idosos e seus cuidadores. Os participantes da pesquisa foram 53 cuidadores de idosos que participam de atividades nos campos citados acima. Os critérios de inclusão foram: ser cuidador de idosos há mais de 6 meses, ambos os sexos,

Bom FS, Sá SPC, Cardoso RSS.

Sobrecarga em cuidadores de idosos.

idade acima de 18 anos e ter mais de 4 anos de escolaridade.

A coleta de dados foi realizada entre de março/2015 a junho/2015 noa dois campos citados acima.

O perfil sociodemográfico do cuidador foi conhecido por meio das variáveis: sexo, idade, estado civil, escolaridade e se vive com o idoso.

Para verificar a sobrecarga dos cuidadores, utilizou-se a escala *Zarit Burden Interview* (ZBI), desenvolvida em 1987 ¹¹, validada e adaptada para a língua portuguesa em 2002 ¹². Esse instrumento tem 22 itens que avaliam a sobrecarga dos cuidadores, associada à capacidade funcional dos pacientes, a seus distúrbios de comportamento e às situações cotidianas. Cada item é pontuado em uma escala de 0 a 4, sendo: nunca = 0, raramente = 1, algumas vezes = 2, frequentemente = 3 e sempre = 4. O escore total é calculado, somando-se todos os itens e pode variar de 0 a 88 pontos. Assim, quanto maior a pontuação, maior será a sobrecarga¹².

Para a análise dos dados, foi construída uma planilha eletrônica no programa *Excel*®, onde os dados foram organizados em dupla digitação e validados para a comparação das digitações. Após a validação, a planilha foi importada ao programa estatístico *Statistical*

Package for the Social Science (SPSS®), onde foram realizadas as análises estatísticas.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foi assinado em duas vias. Uma delas foi entregue ao idoso e ao cuidador, e a outra ficou com o pesquisador.

RESULTADOS

Em relação ao perfil dos cuidadores, a maioria tinha entre 40 a 59 anos (58,5%), sexo feminino (83%), moradores de São Gonçalo(30,2%), religião Evangélica (39,6%), casados (49,1%), ensino médio completo (37,7%), com renda familiar de 3 a 4 salários mínimos (39,6%). Em relação ao tipo de cuidador, 62,3% de cuidadores informais e em sua maioria moravam com o idoso (54,7%).

Com a aplicação do Questionário de Zarit obtivemos um total de 45,3% dos cuidadores com sobrecarga moderada, 13,2% com sobrecarga moderada à severa; 3,8% sobrecarga severa e 32,1% com ausência de sobrecarga. Os cuidadores que apresentaram ausência de sobrecarga foram em sua maioria os formais, apenas cuidadores informais apresentaram sobrecarga severa e a sobrecarga moderada foi evidenciada pela maioria dos cuidadores informais.

Tabela 1. Classificação de Zarit.

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Não informado	3	5,7	5,7	5,7
Ausência de Sobrecarga	17	32,1	32,1	37,7
Sobrecarga Moderada	24	45,3	45,3	83,0
Sobrecarga Moderada a Severa	7	13,2	13,2	96,2
Sobrecarga Severa	2	3,8	3,8	100,0
Total	53	100,0	100,0	

DISCUSSÃO

O predomínio de mulheres cuidadoras também é uma característica frequente encontrada em diversos estudos.¹³⁻⁵ Os achados reforçaram que, apesar da mulher atualmente está inserida no mercado de trabalho, o papel social da mulher ainda é determinado com a função de provedora de cuidados.

Nessa pesquisa encontramos uma sobrecarga maior em cuidadores informais, ou seja, aqueles cuidadores que fazem parte da família seja ele esposa, filha, neta, são os que mais apresentam sobrecarga em relação ao cuidado do idoso. Outros estudos demonstram

que o cuidador informal possuiu a maior sobrecarga do cuidado. Sendo assim, ele deve ser alvo de mais atenção, para que se evitem situações que possam levá-lo a níveis elevados de sobrecarga.¹⁵

Os resultados em relação à Sobrecarga é compatível com o encontrado em um estudo realizado em Santa Cruz do Sul em 2014, onde revelam o predomínio da sobrecarga moderada (46%) entre os cuidadores, seguido da sobrecarga moderada a severa (32%).¹⁶

Torna-se essencial identificar o cuidador como sujeito que também necessita ser considerado no planejamento e nas ações de enfermagem, na perspectiva de que é preciso

que o ele esteja bem informado para ser capaz de prover um cuidado digno ao idoso.¹⁷

CONCLUSÃO

Através dos resultados apresentados verifica-se que os cuidadores de idosos apresentam sobrecarga em relação ao cuidado e necessitam de suporte e orientação para lidar com as questões relacionadas ao dia-a-dia do idoso. Uma das alternativas é a formação de grupos de apoio aos cuidadores que funcionam como um local de troca de experiências e apoio emocional.

A próxima etapa deste estudo é a criação de Tecnologia Educacional em forma de grupo de apoio para cuidadores de idosos com o objetivo de diminuir a sobrecarga já evidenciada.

FINANCIAMENTOS

Editais Faperj- CEPE pró idoso

Centro de Estudos e Pesquisa do Envelhecimento do Rio de Janeiro- Instituto Vital Brasil- Secretaria de Saúde do Estado do Rio de Janeiro

Universidade Federal Fluminense

REFERÊNCIAS

1. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão (BR), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, Diretoria de Pesquisas, Contas Nacionais. Conta-Satélite de Saúde 2007- 2009 [Internet]. Rio de Janeiro: IBGE; 2009 [cited 2015 Nov 12]. Available from: <http://www.ibge.com.br/home/presidencia/noticias/imprensa/ppts/00000007243701162012372418823437.pdf>
2. Ministério da Saúde (BR), Agência Nacional de Saúde Suplementar. Plano de Cuidado Para Idosos na Saúde Suplementar [Internet]. Rio de Janeiro: ANS; 2013 [cited 2015 Nov 12]. Available from: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/plano_cuidado_idosos.pdf
3. Souza NR, Oliveira AA, Oliveira MML, Santos CVS, Silva CC, Vilela ABA. Olhar sobre o cuidador de idosos dependentes. Rev Saúde Com [Internet]. 2005 [cited 2015 Nov 12];1(1):51-9. Available from: <http://www.uesb.br/revista/rsc/v1/v1n1a7.pdf>
4. Garrido R, Almeida OP. Distúrbios de comportamento em pacientes com demência: impacto sobre a vida do cuidador. Arq neuropsiquiatr [Internet]. 1999 June [cited 2015 Nov 12];57(2-B): 427-34. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/anp/v57n2B/1447.pdf>
5. Cruz MN, Hamdan AC. O impacto da doença de Alzheimer no cuidador. Psicol estud [Internet]. 2008 Apr/June [cited 2015 Nov 12];13(2):223-9. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/pe/v13n2/a04v13n2>
6. Bárbara GHS, Bonfim FK, Carvalho CG, Magalhães SR. As dificuldades vivenciadas pelo cuidador do paciente portador de Alzheimer. Rev Univer Vale Rio Verde [Internet]. 2013 Aug/Dec [cited 2015 Nov 12];11(2):477-92. Available from: http://revistas.unincor.br/index.php/revistau_nincor/article/view/1169/pdf_80
7. Pinto MF, Barbosa DA, Ferreti CEL, Souza LF, Fram DS, Belasco AGS. Qualidade de vida de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer. Acta Paul Enferm [Internet]. 2009 May [cited 2015 Nov 12];22(5):652-7. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v22n5/09.pdf>
8. Mendez L, Giraldo O, Aguirre-Acevedo D, Lopera F. Relación entre ansiedad, depresión, estrés y sobrecarga em cuidadores familiares de personas com demência tipo Alzheimer por mutación e280 em presenilina. Rev chil neuropsicol (En línea) [Internet]. 2010 July [cited 2015 Nov 12];5(2):137-45. Available from: <http://www.neurociencia.cl/dinamicos/articulos/143022-rcnp2010vol5n2-7.pdf>
9. Paula JA, Roque FP, Araujo FS. Qualidade de vida em cuidadores de idosos portadores de demência de Alzheimer. J bras psiquiatr [Internet]. 2008 [cited 2015 Nov 12];57(4):283-7. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/jbpsiq/v57n4/a11v57n4.pdf>
10. Seidl EMF, Zannon CMLC. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. Cad saúde pública [Internet]. 2004 Mar/Apr [cited 2015 Nov 12];20(2): 560-80. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v20n2/27.pdf>
11. Zarit SH, Zarit JM. The memory and behavior problems checklist - 1987R and the Burden Interview (Technical report). Pennsylvania: University Park; 1990.
12. Scazufca M. Versão brasileira da escala Burden Interview para avaliação de sobrecarga em cuidadores de indivíduos com doenças mentais. Rev bras psiquiatr (Online) [Internet]. 2002 Jan [cited 2015 Nov 12];24(1):12-7. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/rbp/v24n1/11308.pdf>
13. Amendola F, Oliveira MA, Alvarenga MR. Qualidade de vida dos cuidadores de pacientes dependentes no Programa de Saúde da

Bom FS, Sá SPC, Cardoso RSS.

Sobrecarga em cuidadores de idosos.

Família. Texto contexto-enferm [Internet]. 2008 Apr/June [cited 2015 Nov 12]. Available from

<http://www.scielo.br/pdf/tce/v17n2/07.pdf>

14. Gratão AC. Sobrecarga vivenciada por cuidadores de idosos na comunidade [tese] [Internet]. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo: EERP; 2010.

15. Ricarte LF. Sobrecarga do cuidador informal de idosos dependentes no Conselho da Ribeira Grande [dissertação] [Internet]. Porto: Universidade do Porto; 2009 [cited 2015 Nov 12]. Available from:

<https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/19131/2/ESCx.pdf>

16. Fava, MC, Silva, NRD, Silva, MLD. Avaliação da sobrecarga em cuidadores familiares de pacientes de um Centro de Atenção Psicossocial. Barbarói [Internet]. 2014 July [cited 2015 Nov 12]. Available from <http://repositorio.unesp.br/handle/11449/115348>

17. Camacho ACLF, Abreu LTA, Leite BS, Mata ACO, Tenório DM, Pires RS. Validação de cartilha informativa sobre idoso demenciado pelos enfermeiros e acadêmicos de enfermagem: estudo observacional-transversal. Online braz j nurs (Online) [Internet]. 2014 Jan [cited 2015 Nov 12];12(1):145-61. Available from: <http://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/4010>

Submissão: 28/03/2016

Aceito: 08/12/2016

Publicado: 01/01/2017

Correspondência

Selma Petra Chaves Sá
Universidade Federal Fluminense
Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa
Rua Dr. Celestino, 74
Bairro Centro
CEP: 24020-091 – Niterói (RJ), Brasil