

Francine Morais da Silva

Enfermeira. Mestra em Enfermagem
Escola de Enfermagem
Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS
Porto Alegre/Rio Grande do Sul

Vanessa Menegalli

Enfermeira do Hospital de Clínicas de Porto Alegre.
Especialista em Saúde da Família
Porto Alegre/Rio Grande do Sul

Aline Oliveira

Enfermeira do Hospital de Clínicas de Porto Alegre
Especialista em Saúde da Família
Porto Alegre/Rio Grande do Sul

RESUMO

Objetivo: Identificar na literatura as percepções e experiências dos cuidadores de idosos com foco na saúde mental dos mesmos ao exercerem o cuidado, por meio de uma revisão integrativa da literatura. **Método:** Revisão integrativa realizada na plataforma BVS por artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais, utilizando-se as bases de dados LILACS, MEDLINE e BDNF com os descritores “Percepção” AND “Cuidadores” AND “Saúde Mental” AND “Cuidados de Enfermagem”. Foram analisados artigos em português, inglês e espanhol publicados nos últimos cinco anos (2016 a 2021). **Resultados:** A amostra compõe-se de seis artigos selecionados (100%), cinco artigos (85,7%) são de abordagem qualitativa e um artigo (17%) é de abordagem quanti-qualitativa. **Conclusão:** Os familiares se tornam cuidadores por não possuírem condições financeiras para contratar um profissional, e, desse modo, assumem as responsabilidades do cuidado, mesmo não estando aptos. Os cuidadores relatam que experimentam uma sobrecarga física e emocional ao prestarem o cuidado ao idoso. Dessa forma, seria importante a preservação da saúde do cuidador (física, mental, emocional), para que ele possa se manter apto a exercer esse cuidado, afinal o cuidar é um processo interativo entre o cuidador e o ser cuidado, o que afeta o cuidador, invariavelmente afeta também o idoso. A nossa sociedade não está preparada para atender aos idosos. É evidente que a informação acerca da doença é deficiente, assim como as orientações sobre as modalidades do cuidado. O papel do cuidador é o principal fator na melhora, na reabilitação e no bem-estar do idoso. Nesse sentido, a enfermagem como elo do cuidado tem que estar atenta as dificuldades enfrentadas pelo cuidador no cuidado com o idoso, assim como nas necessidades do próprio idoso.

Palavras-Chave: Percepção. Cuidadores. Saúde Mental. Cuidados de Enfermagem.

INTRODUÇÃO

O Brasil tem crescido bastante nos últimos anos em sua expectativa de vida. Sendo assim, a população de idosos brasileiros é cada vez maior e, mesmo existindo inúmeras maneiras de propor uma melhor qualidade de vida para essa população, as contrariedades na saúde que a idade avançada produz são inevitáveis, e os cuidados dispensados, também. A população idosa forma uma faixa etária mais suscetível a problemas de saúde, nesse sentido, espera-se um aumento de enfermidades crônicas, dentre as quais há baixa letalidade e alto grau de incapacitação¹.

É necessário que o cuidado com o idoso seja mais discutido entre os profissionais da saúde a fim de auxiliar de forma mais específica os idosos quando acometidos pelas dificuldades que a terceira idade proporciona, assim como incluir efetivamente esse assunto na formação curricular dos estudantes de graduação da área da saúde².

As dificuldades advindas nessa faixa etária exigem cuidados especiais, e cuidadores qualificados para que possam amenizar os sofrimentos e promover uma melhora da qualidade de vida do paciente idoso³.

Tendo em vista o aumento progressivo da população idosa, o resgate do papel dos “cuidadores” formais é uma questão a ser discutida. Entretanto, em razão da complexidade cada vez maior na organização das sociedades, enfatiza-se a necessidade de preparo e aprendizado específicos para exercer esse papel de “cuidador”⁴.

Os cuidadores de idosos, em algumas situações não estão devidamente preparados para lidar com as peculiaridades que por ventura, o paciente venha a adquirir, ou, então, sofrem sobrecarga psicológica e física. O Ministério da Saúde lançou em 2008 o Guia Prático do Cuidador no qual destaca que esse indivíduo fica sobrecarregado, pois muitas vezes assume a responsabilidade pelos cuidados e que diante disto é comum passar por cansaço físico, depressão, abandono do trabalho, alterações na vida conjugal e familiar. Essa responsabilidade transformada em tensão sentida pelo cuidador prejudica a ele e à própria pessoa cuidada⁵.

Diante destes fatos fica claro a necessidade da reflexão sobre uma maior atenção a esta população específica e que está em franca expansão. É urgente que se iniciem programas que voltem sua atenção aos idosos, que têm diversas vezes suas necessidades e problemas pouco conhecidos tanto pelo público em geral quanto pelos profissionais de saúde⁶. É fundamental analisar as experiências e as percepções que os cuidadores de idosos têm de sua atividade, para que assim, esse cuidado possa promover uma melhor qualidade de vida para o cuidador e para o paciente idoso.

Pesquisas na área precisam ser efetivadas buscando meios para aprimorar as formas de cuidados exercidas até então para a população idosa mantendo concomitância com a saúde física e psíquica de quem exerce esse tipo de cuidado.

No presente estudo, o objetivo principal foi identificar na literatura as percepções e experiências dos cuidadores de idosos com foco na saúde mental dos mesmos ao exercerem o cuidado, por meio de uma revisão integrativa da literatura.

METODOLOGIA

Este é um estudo de revisão integrativa (RI) que contempla a análise de várias pesquisas primárias sobre determinado assunto, a fim de definir conclusões mais abrangentes sobre um fenômeno específico, baseada nos pressupostos de Cooper que sistematiza em cinco etapas para RI, que são: formulação do problema; coleta de dados; avaliação dos dados; análise e interpretação dos dados e apresentação dos resultados⁷.

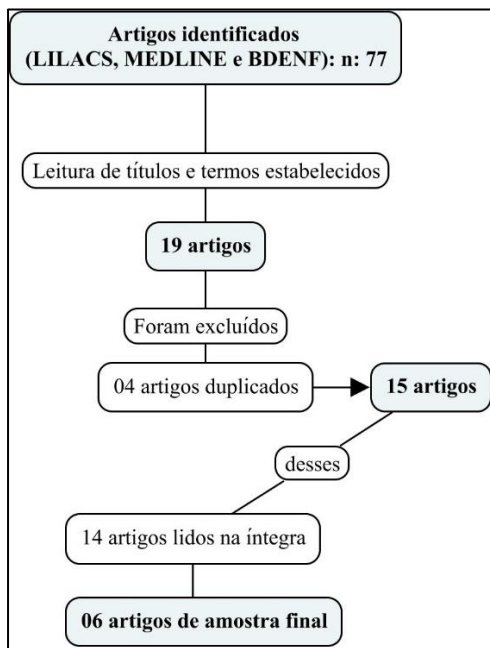
Para realização dessa revisão integrativa foram analisados artigos em português, inglês e espanhol publicados nos últimos cinco anos (2016-2021). Coleta de dados realizada na plataforma BVS por artigos publicados em periódicos nacionais e internacionais, utilizando-se as bases de dados LILACS, MEDLINE e BDNF com os descritores Percepção; Cuidadores; Saúde Mental; Cuidados de Enfermagem.

O estudo teve como critérios de inclusão artigos nacionais e internacionais de enfermagem e de outras áreas. Foram selecionados artigos originais oriundo de pesquisa do tipo qualitativo e quantitativo que abordaram o tema em pesquisa; artigos completos que contenham resumos indexados nas bases de dados.

Como critérios de exclusão, foram excluídos os artigos que requeriam pagamento de taxas, estudos duplicados e informes técnicos.

A investigação se deu através do cruzamento de Descritores em Ciências da Saúde (DECS), com o operador booleano “and”: “Percepção” AND “Cuidadores” AND “Saúde Mental” AND “Cuidados de Enfermagem”. O fluxograma a seguir mostra a busca detalhada (Figura 1).

Figura 1 - Fluxograma da busca detalhada do estudo, Porto Alegre, RS, Brasil, 2021



Para avaliação dos dados, inicialmente, foram incluídos 19 artigos pela leitura de títulos e termos estabelecidos. Desses, 04 artigos foram excluídos por serem duplicados. Após a leitura de títulos e resumos, 14 artigos foram selecionados para serem lidos na íntegra. Com a leitura crítica dos textos, 06 foram selecionados para serem utilizados nesta revisão integrativa.

A fim de registrar os dados coletados dos artigos, foi elaborado um Formulário Para Avaliação dos Estudos, preenchido após a leitura dos artigos, possibilitando assim, a análise das informações encontradas.

Para análise e interpretação dos resultados, a fim de sintetizar e comparar os dados registrados nos instrumentos foi elaborado um quadro sinóptico geral para registrar os elementos que respondem à questão norteadora.

Para validação da pesquisa, foi realizada busca dos artigos nas bases de dados por dois pesquisadores individuais utilizando a mesma estratégia de cruzamento dos descritores.

Nesse estudo foram respeitadas as ideias dos autores mantendo a autenticidades de seus pensamentos, que foram referenciados conforme normas de Vancouver.

RESULTADOS

Foram incluídos 06 artigos nessa revisão n=19 (Quadro 1):

Quadro 1 – Descrição dos artigos selecionados nas bases de dados LILACS, MEDLINE e BDNF como amostra do estudo, Porto Alegre, RS, Brasil, 2021.

Nº	Título	Autor	Ano	Metodologia
1	An evaluation study of caregiver perceptions of the Ontario's Health Links program	Valaitis et al. ⁸	2020	Qualitativo do tipo exploratório
2	A qualitative study of older informal carers' experiences and perceptions of their caring role	Greenwood, et al. ⁹	2019	Qualitativo do tipo exploratório
3	Nurses' Perspectives on Family Caregiver Medication Management Support and Deprescribing.	Tjia et al. ¹⁰	2019	Qualitativo do tipo exploratório
4	Percepção de cuidadores familiares sobre cuidados paliativos	Sabino Cavalcanti et al. ¹¹	2018	Qualitativo do tipo exploratório
5	Is it time to abandon care planning in mental health services? A qualitative study exploring the views of professionals, service users and carers.	Brooks et al. ¹²	2018	Qualitativo do tipo exploratório
6	Hospice Family Caregiver Involvement in Care Plan Meetings: A Mixed-Methods Randomized Controlled Trial.	Parker et al. ¹³	2017	Quanti-Qualitativo do tipo ensaio clínico randomizado

Entre os artigos, três (50%) referiram que os cuidadores possuem certo grau de parentesco com o idoso⁹⁻¹¹. Muitas vezes, os familiares se tornam cuidadores por não possuírem condições financeiras para contratar um profissional¹⁴ e, desse modo, assumem as responsabilidades do cuidado, mesmo não estando aptos. Os cuidadores devem saber o que é envelhecer e as consequências desse fato e como ele ocorre, e só assim estarão habilitados e satisfeitos no trabalho de cuidado ao idoso¹⁵. Observa-se que alguns cuidadores possuem pouco conhecimento e informação acerca da doença, ocasionando uma falta de capacitação do cuidador o que

gera sentimentos de medo e dúvida diante do quadro em que o idoso se encontra¹¹.

Os cuidadores relatam que experimentam uma sobrecarga física e emocional ao prestarem o cuidado ao idoso¹⁰. Dessa forma, seria importante a preservação da saúde do cuidador (física, mental, emocional)¹², para que ele possa se manter apto a exercer esse cuidado, afinal o cuidar é um processo interativo entre o cuidador e o ser cuidado, o que afeta o cuidador, invariavelmente afeta também o idoso¹⁵.

A sobrecarga mental causa uma percepção negativa do cuidador em relação ao quadro do idoso, onde ele apresenta um desgaste emocional manifestando sensações de cansaço e intensa preocupação, muitas vezes causador de distúrbios de sono¹¹. É comum que apresentem simultaneamente uma sobrecarga física decorrente das tarefas prestadas ao cuidado, muitas vezes apresentando certos problemas osteomusculares¹³. Essa sobrecarga está intimamente relacionada ao nível de dependência física do idoso¹¹. Para minimizar essa sobrecarga, alguns métodos se tornam relevantes, como o uso de equipamentos que auxiliem na assistência ao idoso¹⁵ mesmo que, em muitos casos, essas orientações de adaptação domiciliares não sejam repassadas ao cuidador.

Observa-se, portanto, que as informações e orientações sobre o cuidado são rapidamente repassadas e, na maioria das vezes, se tornam restritas aos cuidados físicos¹². Mesmo diante de todos os problemas relacionados à sobrecarga física e emocional dos cuidadores, eles se mostram envolvidos em promover um suporte emocional para os idosos, manifestando uma grande dedicação em forma de carinho e amor¹¹.

Os cuidadores relatam a importância de seu cuidado na melhora do idoso. Com a incapacidade funcional da maioria dos idosos o cuidado é fundamental para uma melhora na qualidade de vida, pois só assim muitos deles têm a chance de reabilitarem-se⁹. Entre as principais atividades prestadas pelos cuidadores estão as atividades de escuta e suporte emocional, como também tarefas de menor complexidade: higiene, auxílio na alimentação, colocar/tirar roupa, sentar, ficar em pé¹¹.

Identifica-se que as dificuldades encontradas pelos cuidadores diante do cuidado prestado ao idoso é a falta de atenção necessária, a insegurança e a falta de compreensão¹¹.

Encontra-se deficiência de informação aos cuidadores acerca da doença e da falta de preparo e orientação do cuidado, sendo os cuidados prestados de maneira empírica, prosseguindo pela falta de orientação no ambiente hospitalar¹².

Destaca-se, também, como problemas desencadeados pelo cuidado ao paciente, uma sobrecarga física e emocional¹¹, que contribui para o desgaste psicológico e físico dos cuidadores, podendo ocasionar alguns problemas de saúde a esse cuidador, como já referido, que são as dores e os problemas osteomusculares¹³.

CONCLUSÃO

Nesta revisão integrativa de literatura que teve como objetivo identificar na literatura as percepções e experiências dos cuidadores de idosos com foco na saúde mental dos mesmos ao exercerem o cuidado foi observado, diante da literatura pesquisada, o quanto a preocupação com o bem-estar do cuidador de idosos é atual e muito relevante, principalmente no âmbito de dar suporte emocional ao idoso. Identificou-se que é importante, primeiramente, avaliar o paciente a fim de identificar a sua evolução e, a partir de então, proporcionar conforto de acordo com as suas necessidades, respeitando sua autonomia e suas escolhas. E não é só o paciente que exige cuidado, seus familiares também precisam de algum tipo de apoio psicológico e espiritual, assim como de orientações específicas.

Portanto, faz-se necessário que a equipe de enfermagem mantenha um diálogo com a família do enfermo, deixando-a sempre ciente dos procedimentos prestados e facilitar o contato da família com o paciente, gerando um elo entre a equipe de enfermagem, o paciente e o cuidador/familiar.

No hospital, o cuidador tem seu trabalho percebido por todos os profissionais da saúde, pois é evidente que a melhora do paciente está intimamente ligada ao cuidado prestado pelo cuidador ali presente.

Os cuidadores de idosos hospitalizados são de extrema importância para o serviço da equipe de enfermagem, pois eles estão presentes durante um bom período da hospitalização e podem observar possíveis alterações, comunicando à enfermagem e solicitando ajuda. O familiar pode ajudar na realização de cuidados simples durante a hospitalização, auxiliando no desenvolvimento das atividades de alimentação, locomoção e higienização, se tornando assim uma companhia para o cliente e um parceiro para a enfermagem. Cabe à equipe de enfermagem orientar e ajudar o familiar quanto às atividades que ele pode participar visando o bem-estar do idoso.

A nossa sociedade não está preparada para atender aos idosos. É evidente que a informação acerca da doença é deficiente, assim como as orientações sobre as modalidades do cuidado. As orientações de enfermagem devem estar presentes durante todo o tempo de permanência do paciente no ambiente hospitalar. Se essa interação da enfermagem com os cuidadores e os idosos não ocorre, o cuidado no ambiente domiciliar será falho e frustrante para o cuidador e para o idoso, e é a partir desse momento que os cuidadores passam pelas inúmeras dificuldades encontradas no processo do cuidado, como já foi citado.

É fundamental que os cuidadores estejam preparados para fornecer assistência, não somente na esfera física, mas também que saibam como promover uma reabilitação social e psicológica para o idoso.

É notável que existam muitos sentimentos controversos dos cuidadores em relação ao cuidado prestado. As dificuldades para cuidar do idoso são aumentadas devido a outras atividades que os cuidadores

familiares desempenham como o trabalho, as atividades domiciliares, entre outros.

Nesse sentido, quando o idoso necessita de cuidados especiais enfrentados no adocimento, por exemplo, é comum, que o cuidado seja exercido por poucos ou até por uma única pessoa que, naturalmente, se sente sobrecarregada e solitária. Porém, esses cuidadores demonstram, também, sentimentos de gratidão, amor e companheirismo perante o idoso. Sentimentos ambivalentes como esses, são comumente observados entre os cuidadores e, diante desse fato, conclui-se que apenas o tratamento clínico do idoso não é suficiente para o bem-estar, e que a qualidade de vida do cuidador é fundamental para promover satisfação de ambos os envolvidos, levando em consideração que o cuidador, assim como o idoso, também necessita de cuidados físicos e psicológicos.

Sendo assim, como todos os dados extraídos dos artigos é visível que o papel do cuidador é o principal fator na melhora, na reabilitação e no bem-estar do idoso. A enfermagem como elo do cuidado tem que estar atenta as dificuldades enfrentadas pelo cuidador no cuidado com o idoso, assim como nas necessidades desse idoso. Orientar o cuidador deve ser uma prática diária do enfermeiro, pois o cuidador, geralmente familiar, não tem as mesmas instruções de um profissional da saúde.

Seria válido considerar a hipótese de organizar grupos de educação em saúde para as famílias desses idosos nos serviços de atenção primária, onde fossem feitas as orientações necessárias para que ambos (cuidador e idoso) possam usufruir de uma maior qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

1 Duran-Badillo T, Salazar-González BC, Cruz-Quevedo JE, Sánchez-Alejo EJ, Gutierrez-Sanchez G, Hernández-Cortés PL. Função sensorial, cognitiva, capacidade de caminhar e funcionalidade de idosos. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2020;28:e3282.

2 Santos MAB, Moreira RS, Faccio PF, Gomes GC, Silva VL. Fatores associados à violência contra o idoso: uma revisão sistemática da literatura. Ciência & Saúde Coletiva. 2020;25(6):2153-2175.

3 Terassi M, Rossetti ES, Luchesi BM, Gramani-Say K, Hortense P, Pavarini SCI. Factors associated with depressive symptoms in elderly caregivers with chronic pain. Rev Bras Enferm. 2020;73(1):e20170782.

4 Lago SSM, Ferreira DF, Gonçalves LHT, Polaro SHI, Fernandes DS. Sobrecarga do cuidador familiar da pessoa idosa com Alzheimer. Enferm Bras. 2020;19(3):246-252.

5 Israel NEN, Andrade OG, Teixeira JJV. A percepção do cuidador familiar sobre a recuperação física do idoso em condição de incapacidade funcional. Ciênc saúde colet. 2011;16(1):1349-1356.

- 6 Lopes CC, Oliveira GA, Stigger FS, Lemos AT. Associação entre a ocorrência de dor e sobrecarga em cuidadores principais e o nível de independência de idosos nas atividades de vida diária: estudo transversal. *Cad. Saúde Colet.* 2020;28(1):98-106.
- 7 Cooper HM. *The integrative research review: A systematic approach.* Newbury Park, CA: Sage, 1989. Whittemore R, Knafk K. The integrative review: updated methodology. *J. Adv. Nurs.*;2005;5(52):546-553.
- 8 Valaitis RK, Markle-Reid M, Ploeg J, Butt ML, Ganann R, Murray N, et al. An evaluation study of caregiver perceptions of the Ontario's Health Links program. *PLoS ONE.* 2020;15(2):e0229579.
- 9 Greenwood N, Pound C, Brearley S, Smith R. A qualitative study of older informal carers' experiences and perceptions of their caring role. *Maturitas.* 2019;124:1-7.
- 10 Tjia, J, Santo-Madeya S, Mazor KM, Han, P, Nguyen B, Curran T, et al. Nurses' Perspectives on Family Caregiver Medication Management Support and Deprescribing. *J Hosp Palliat Nurs.* 2019;21(4):312-318.
- 11 Cavalcante AES, Mourão Netto JJ, Martins KMC, Rodrigues ARM, Goyanna NF, Aragão OC. Percepção de cuidadores familiares sobre cuidados paliativos. *Arq. Ciênc. Saúde.* 2018;25(1):24-28.
- 12 Brooks HL, Lovell K, Bee P, Sanders C, Rogers A. Is it time to abandon care planning in mental health services? A qualitative study exploring the views of professionals, service users and carers. *Health Expect.* 2018;21:597-605.
- 13 Parker OD, Demiris G, Washington K, Kruse RL, Petroski G. Hospice Family Caregiver Involvement in Care Plan Meetings: A Mixed-Methods Randomized Controlled Trial. *AJHPM.* 2017;34(9):849-859.
- 14 Gomes WD, Resck ZMR. A percepção dos cuidadores domiciliares no cuidado a clientes com sequelas neurológicas. *Rev Enferm UERJ.* 2009;17(4):496-501.
- 15 Silva YC, Silva KL. Constituição do sujeito cuidador na atenção domiciliar: dimensões psicoafetiva, cognitiva e moral. *Escola Anna Nery.* 2020;24(4).

APÊNDICES

Apêndice A – Formulário para Avaliação dos Estudos

SAÚDE MENTAL DOS CUIDADORES DE IDOSOS: PERCEPÇÕES E EXPERIÊNCIAS

Número do artigo:
1. Dados de identificação:
Título:
Autores: Titulação:
Periódico: Ano: Volume: Número:
Descritores/Palavras-Chave:
2. Objetivo/Questão de investigação:
3. Metodologia:
Tipo de estudo:
População/Amostra: Local onde o estudo aconteceu:
Técnica de coleta de dados:
4. Resultados referentes à questão norteadora:
5. Limitações/Recomendações:
6. Observação: