



DILEMAS ATUAIS & DESAFIOS FUTUROS



Miranda do Douro

**Unidade de Longa Duração e Manutenção de Santa
Maria Maior**

Escola Superior de Saúde / IPB

28 e 29 de Setembro de 2012

LIVRO DE ATAS (EBOOK)

COORDENADORES:

Adília da Silva Fernandes

Carlos Pires Magalhães

Maria Augusta Pereira da Mata

Maria Helena Pimentel

Maria Gorete Baptista

FICHA TÉCNICA

Título

Dilemas atuais e desafios futuros | I Congresso de Cuidados Continuados da Unidade de Longa Duração e Manutenção de Santa Maria Maior

Autores/Editores

Adília da Silva Fernandes; Carlos Pires Magalhães; Maria Augusta Pereira da Mata;
Maria Helena Pimentel; Maria Gorete Baptista

Editora

Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança

Data

Setembro de 2012

ISBN

978-972-745-144-9

Esta edição é publicada pela Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança

Agência Nacional ISBN

Dilemas atuais e desafios futuros - I Congresso de Cuidados Continuados da Unidade de Longa Duração e Manutenção de Santa Maria Maior

editado por Adília da Silva Fernandes; Carlos Pires Magalhães; Maria Augusta Pereira da Mata; Maria Helena Pimentel; Maria Gorete Baptista

ISBN 978-972-745-144-9

Editora: Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Bragança

Prefixo da Editora: 972-745-

Livro em 1 volume, 259 páginas

Este livro contém informações obtidas de fontes autênticas. A responsabilidade pelo conteúdo dos artigos é única e exclusivamente dos autores.

Os artigos publicados neste livro são propriedade da ESSa-IPB. Este livro ou qualquer parte do mesmo, não poderá ser reproduzido ou transmitido em qualquer formato ou por qualquer meio, electrónico ou físico ou por qualquer sistema de armazenamento de informação ou de recuperação, sem autorização prévia por escrito da ESSa-IPB.

Todos os direitos reservados.

Escola Superior de Saúde | Instituto Politécnico de Bragança

Avenida D. Afonso V - 5300-121,

Bragança, Portugal

Tel: (+351) 273 303 200 / (+351) 273 330 950

Fax: (+351) 273 327 915

© 2012 by ESSa - IPB

ISBN 978-972-745-144-9

12. SOBRECARGA EM CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS DEPENDENTES E SUA RELAÇÃO COM VARIÁVEIS DO CUIDADOR E DEPENDÊNCIA DOS IDOSOS NAS AVD

**Maria Augusta Pereira da Mata^{1,3,4}; Maria Helena Pimentel^{2,3,4};
Adília Maria Pires da Silva Fernandes^{1,3,4}; Carlos Pires Magalhães^{1,3,4}; Manuel Alberto Brás^{1,3,4}**

¹ Professor Adjunto, PhD.

² Professor Coordenador, PhD.

³ Escola Superior de Saúde do IPB.
Avenida D. Afonso V - 5300-121 Bragança.
Tel.: (+351) 273 330 950

⁴ Membro do Núcleo de Investigação e Intervenção do Idoso (NIII)

Resumo

Introdução: Inúmeros estudos reportam diversos problemas sentidos pelos cuidadores informais, principalmente quando o cuidado se prolonga no tempo. Ribas *et al.* (2000) afirmam que o cuidador principal enfrenta diariamente desafios imprevisíveis e sofre perdas de controlo pessoal que se vão reflectir na sua saúde física e emocional. Zarit e Zarit (1983), Zarit, Orr e Zarit (1985), Zarit, Todd e Zarit (1986), Zarit (1997), referem que a intensidade da sobrecarga constitui melhor predictor de institucionalização do que o estado mental ou conductual da pessoa cuidada, pelo que, consideraram a carga do cuidador como sendo a chave para a manutenção na comunidade, das pessoas com demência. **Metodologia:** Com o objectivo de analisar a sobrecarga do cuidador informal de idosos dependentes e verificar a sua relação com variáveis do cuidador e com a dependência dos idosos cuidados nas AVD, desenvolveu-se um estudo descritivo e analítico junto de 268 cuidadores informais do distrito de Bragança, com aplicação de um formulário com inclusão da Entrevista de Carga do Cuidador de Zarit e aplicação dos índices de Barthel e de Lawton para avaliar as dependências nos idosos cuidados. Os dados foram submetidos a uma análise descritiva e de comparação de proporções pela aplicação do teste do Qui-quadrado. **Resultados:** Verificaram-se proporções mais elevadas de carga nos cuidadores com idades superiores a 40 anos ($p=0,009$); Nos cuidadores que percecionam a sua saúde como muito má e má, existem proporções mais elevadas de sobrecarga intensa, e nos que têm uma percepção boa ou muito boa há proporções mais elevadas de cuidadores sem sobrecarga ($p=0,001$). A sobrecarga do cuidador relaciona-se ainda com os níveis de dependência dos idosos nas ABVD ($p<0,001$), e nas AIVD ($p<0,001$). **Conclusão:** Os resultados obtidos mostram claramente a importância das redes sociais na prevenção e no controlo da sobrecarga do cuidador, bem como na aplicação da entrevista de carga como rotina na avaliação da saúde do cuidador.

Palavras-chave: Cuidador informal; Sobrecarga; Dependência.

Abstract

Introduction: Several problems felt by informal caregivers mainly when care is developed during many time are related in many studies. Ribas *et al.* (2000) say that main caregiver faces daily unpredictable challenges and suffers losses of personal control that will reflect in his/her physical and emotional health. Zarit e Zarit (1983), Zarit, Orr e Zarit (1985), Zarit, Todd e Zarit (1986), Zarit (1997), reported that the intensity of burden is best predictor of institutionalization than the behavioral or mental state of the cared person, for what they considered the caregiver's burden as being the key to maintaining the persons with dementia in the community. **Methodology:** With the aim of analyzing the informal caregiver's burden of dependent elderly and to determine their relationships with caregiver's variables and elderly's dependency in DLA, a descriptive and analytical study was developed in a sample of 268 informal caregivers living in the district of Bragança, by applying a questionnaire which included the Caregiver's Burden Interview developed by Zarit and the Barthel and Lawton Indexes to evaluate the dependencies in the elderly. Data were submitted to a descriptive analyze and comparison of proportions with the application of qui-scare. **Results:** Caregivers older than 40 years showed higher proportions of burden ($p=0,009$); Those caregivers who classify their health as bad or very bad have higher proportions of burden and in those who classify it as good or very good there are higher proportions of caregivers without burden ($p=0,001$). Caregiver's burden is still related to dependency levels both in BDLA ($p<0,001$), and in IDLA ($p<0,001$). **Conclusion:** Results show clearly the importance of social nets in the prevention of caregiver's burden as well as the application of Caregiver's Burden interview as a routine in caregiver's health evaluation.

Keywords: Informal Caregiver; Burden; Dependency.

Introdução

A literatura evidencia que se assiste, na sociedade actual, a um aumento sem precedentes das situações relacionadas com a dependência e, logicamente com o conjunto de pessoas que necessita de algum tipo de ajuda para o desenvolvimento da sua vida, de forma a poder ajustar-se ao meio e interagir com ele.

De acordo com o IMSERSO (2007), as alterações demográficas e sociais estão a produzir um aumento progressivo da população em situação de dependência. Associado ao aumento contínuo das pessoas com 65 e mais anos, está ainda o fenómeno demográfico denominado por “envelhecimento do envelhecimento”, conceito que pretende traduzir o crescente aumento do número de pessoas com 80 e mais anos e que, segundo os mesmos autores, duplicou nos últimos vinte anos. Assim, estas duas situações demográficas fazem com que exista maior número de idosos em situação de dependência nas últimas etapas da sua vida.

O Decreto-Lei nº 101/2006 de 6 de Junho define dependência como sendo

a situação em que se encontra a pessoa que, por falta ou perda de autonomia física, psíquica ou intelectual, resultante ou agravada por doença crónica, demência orgânica, sequelas pós-traumáticas, deficiência, doença severa e/ou incurável em fase avançada, ausência ou escassez de apoio familiar ou de outra natureza, não consegue, por si só, realizar as actividades da vida diária.

Face a situações de total ou parcial dependência, impõe-se a ajuda de alguém que faculte os cuidados à pessoa que deles necessita, sendo em muitos casos assegurados por um elemento da família que adquire assim a função de cuidador principal. No caso de não usufruir de remuneração pela tarefa executada, então este cuidador assume a função de cuidador informal. O conceito de cuidador informal obteve nos últimos anos particular relevo, quer ao nível da literatura, quer ao nível da investigação em gerontologia.

No contexto português, à semelhança de outros países, os cuidados de saúde primários constituem o polo de complemento e ajuda aos serviços prestados pelos cuidadores informais, embora nem sempre de forma efectiva e, como afirma Bermejo (2005), os cuidadores representam uma peça chave na tríade terapêutica equipa de saúde – utente dependente – cuidador.

Cuidar de alguém representa um dos maiores desafios a ultrapassar, envolvendo longos períodos de tempo dispensados ao familiar, desgaste físico, custos financeiros, sobrecarga emocional, riscos mentais e físicos.

O cuidador enfrenta diariamente situações imprevisíveis e sofre perdas de controlo pessoal que vão provocar alterações na sua saúde física e emocional. Ribas *et al.* (2000) referem que essas alterações não se manifestam apenas na saúde, já que também estão implicados aspectos sociais e económicos.

Hung, Sánchez e Bello (2003) afirmam que, em resultado da sua função, o cuidador pode apresentar um conjunto de problemas físicos, mentais e sócio-económicos, a que geralmente se dá o nome de carga e que pode ser objectiva ou subjectiva. Afirmam que a sobrecarga objectiva se refere à interrupção da vida social do cuidador, à quantidade de tempo e dinheiro investido no cuidado ao familiar, assim como aos problemas de conduta que este apresente, enquanto a sobrecarga subjectiva diz respeito à percepção que o cuidador apresenta da repercussão emocional e das necessidades e problemas relacionados com o acto de cuidar. A intensa dedicação que o cuidador dirige ao idoso dependente, faz com que num futuro mais ou menos próximo, ele venha a padecer de alterações na sua saúde física e mental, transformando-se naquilo a que diversos autores apelidam de “paciente oculto” (Flórez, 2002; Linde, Velasco & Velasco, 2005). O estudo desenvolvido por Larrinoa, Martínez, Ortiz, Carrasco, Solabarrieta e Gómez (2011) evidenciou que a autopercepção da saúde física e mental dos cuidadores era pior que a autopercepção de saúde da população geral.

Com o objectivo de analisar a sobrecarga do cuidador informal de idosos dependentes e verificar a sua relação com variáveis do cuidador e com a dependência dos idosos cuidados nas Atividades de Vida Diária, foi desenvolvido o presente estudo.

Material e Métodos

Desenvolveu-se um estudo descritivo e analítico junto de 268 cuidadores informais do distrito de Bragança informais de idosos com dependência física e/ou mental residentes no distrito de Bragança.

Procedimentos

Os casos foram identificados através de enfermeiros dos centros de saúde que

desenvolvem visitação domiciliária, e directores técnicos de instituições de idosos que possuem a valência de apoio domiciliário. Obteve-se ainda a colaboração destes técnicos para a colheita de informação, a quem foi previamente apresentado o objectivo do estudo, definidos termos e clarificados os conceitos.

Os cuidadores que preenchiam os critérios de inclusão (serem cuidadores de pelo menos um idoso com dependência física e/ou mental, e que não auferissem qualquer remuneração pelo cuidado prestado) foram convidados a participarem no estudo, sendo elucidados acerca do objectivo do mesmo, e garantidos o anonimato e confidencialidade dos dados.

Posteriormente os dados foram submetidos a tratamento estatístico com recurso ao programa informático SPSS (PASW) versão 1.8 utilizando-se a estatística descritiva e inferencial com cálculo de proporções e sua comparação através do teste do Qui-quadrado. Os cuidadores foram integrados em grupos de carga de acordo com os pontos de corte apresentados por Sequeira (2010)

Resultados

Os cuidadores estudados apresentam uma média de idades de 55,41 anos (min: 22; máx: 87 anos). Na tabela 1, é possível verificar ainda que, além dos idosos cuidadores, o grupo etário a seguir mais representado é o dos 50 – 59 anos, seguido do das pessoas com idades compreendidas entre os 40 – 49 anos.

Os resultados evidenciam o predomínio do género feminino (apesar da prevalência de 15,3% de indivíduos do género masculino), a prevalência acentuada de pessoas casadas (77,2%), com habilitações literárias ao nível do ensino básico (51,9%), realçando-se no entanto, um percentual de 10,4% de cuidadores sem escolaridade.

Os cuidadores são maioritariamente filhas da pessoa cuidada com uma prevalência de 51,9%, seguindo-se as esposas com 16,4% e as noras com 9,3%. De realçar a existência de 1,9% de cuidadores que não possuem laços familiares com a pessoa cuidada: são amigos ou vizinhos que, por questões de solidariedade decidiram prestar ajuda.

Tabela 1 – Distribuição dos cuidadores segundo as características sociodemográficas

	n	%
Género (n=268)		
Feminino	227	84,7
Masculino	41	15,3
Idade – anos (n=268)		
<40 anos	33	12,3
40-60 anos	138	51,5
>= 60 anos	97	36,2
Estado Civil (n=268)		
Solteiro	39	14,6
Casado/União de facto	207	77,2
Divorciado/Separado	11	4,1
Viúvo	11	4,1
Habilitações académicas (n=268)		
Sem escolaridade	28	10,4
1º Ciclo	91	34,0
2º Ciclo	28	10,4
3º Ciclo	20	7,5
Ensino Secundário	40	14,9
Ensino Superior	61	22,8
Parentesco (n=268)		
Filha	139	51,9
Marido	13	4,9
Esposa	44	16,4
Filho	19	7,1
Nora	25	9,3
Sobrinha	2	0,7
Neta	11	4,1
Amigo(a)/vizinho(a)	5	1,9
Outros	10	3,7

Mais de metade dos cuidadores (56,0%) evidencia níveis de sobrecarga distribuídos por: sobrecarga intensa (31,0%) e sobrecarga ligeira (25%).

No que concerne à autopercepção de saúde, verificou-se que 19,8% dos cuidadores classificaram a sua saúde como má ou muito má e 43,3% entendiam a sua saúde como regular.

Verificaram-se proporções mais elevadas de carga nos cuidadores com idades superiores a 40 anos ($X^2=13,581$; $p=0,009$). Verificou-se ainda que nos cuidadores que percecionam a sua saúde como muito má e má, existem proporções mais elevadas de sobrecarga intensa, enquanto que naqueles que têm uma percepção boa ou muito boa há proporções mais elevadas de cuidadores sem sobrecarga. ($X^2=26,891$; $p=0,001$).

A sobrecarga do cuidador relaciona-se ainda com os níveis de dependência dos idosos nas Atividades Básicas da Vida Diária onde existe maior proporção de cuidadores que evidenciaram sobrecarga intensa é maior nos que cuidavam de idosos totalmente dependentes, e a proporção dos que não evidenciam sobrecarga é mais elevada naqueles que cuidam de idosos independentes nestas AVD ($X^2=48,300$; $p < 0,001$), verificando-se situação idêntica quando se relacionou a sobrecarga com a dependência nas Atividades Instrumentais da Vida Diária ($X^2=23,278$; $p < 0,001$).

Discussão

Tradicionalmente, o cuidado prestado a familiares é desenvolvido maioritariamente por mulheres, tarefa que lhes está acometida desde tempos imemoriais. Mas será que essa realidade persiste numa sociedade em que a mulher tem adquirido um papel cada vez mais activo e produtivo?

A representatividade das mulheres no presente estudo ascende a 84,7%. Estes valores estão alinhados pelos encontrados nos inúmeros estudos acerca da temática, nomeadamente no estudo de Rodríguez, Echanagorria e Castello (2005), que referem que 83,6% dos cuidadores informais de idosos pertencem ao género feminino. Tobio, Tomás, Gómez e Palomo (2010), afirmam que persiste um discurso conservador ou tradicional de interiorização e conformismo face ao acto de cuidar. Estes investigadores mencionam ainda que os homens vão sendo progressivamente implicados no acto de cuidar de um familiar, sobretudo quando se trata de uma criança. Esse cuidado é menos evidente na velhice mais frágil, salvo quando são reformados e cuidam das suas esposas doentes. Tal poderá ser o caso dos cuidadores masculinos encontrados no presente estudo, onde a proporção destes cuidadores ascende a 15,3%.

A amostra de cuidadores estudada apresenta uma média de idades próxima dos 55,41 anos (min: 22; máx: 87 anos), é casada (77,2%), filha da pessoa cuidada (51,9%) e possui habilitações literárias ao nível do ensino básico. Esta realidade vai de encontro ao concluído por González-Valentin e Calvez-Romero (2009:15) onde numa amostra de 128 cuidadores, o perfil encontrado foi "... mulher casada que não trabalha, filha da pessoa incapacitada, com estudos primários, e uma idade média de 56 anos...".

A análise da relação entre variáveis permitiu verificar a existência de relação entre a dependência da pessoa cuidada com a sobrecarga percebida pelo cuidador, resultados contrariam os obtidos por González, Graz, Pitiot e Podestá (2004) que, concluíram que não haver evidências de relação entre a sobrecarga e o grau de dependência das pessoas cuidadas, mas corroboram os resultados de Bocchi (2004), num estudo onde procedeu à análise de artigos publicados sobre a sobrecarga dos cuidadores de pessoas acometidas de Acidente Vascular Cerebral, onde concluiu que a sobrecarga está frequentemente associada ao nível de dependência física e mudanças comportamentais das pessoas cuidadas.

A autoperceção de saúde corroboram os resultados obtidos por Larrinoa, Martínez, Ortiz, Carrasco, Solabarrieta e Gómez (2011) que concluíram que a autoperceção da saúde física e mental dos cuidadores era pior que a autoperceção de saúde da população geral.

Conclusões

Os resultados obtidos evidenciam a necessidade da utilização da entrevista de carga do cuidador como rotina na entrevista de avaliação do seu estado de saúde. Esta avaliação conduziria necessariamente à inclusão de conteúdos (em termos de educação para a saúde individual) que contribuíssem para a aquisição de competências no cuidar, e conseqüente prevenção e/ou redução da sobrecarga.

Entende-se que, aquando da avaliação da situação de saúde dos idosos dependentes, deve ter-se sempre em consideração a díade cuidador/pessoa cuidada.

Parecem também evidenciar a importância das redes sociais no apoio ao cuidador, pelo que seria de extrema utilidade o incentivo à constituição de grupos de voluntários, ou grupos de ajuda mútua que pudessem cooperar nesta prestação informal de cuidados, servindo como agentes de suporte instrumental e emocional do cuidador informal de idosos dependentes.

Referências Bibliográficas

- Bermejo, C. (2005). *Factores, necesidades y motivaciones de los cuidadores principales que influyen en el mantenimiento del cuidado de las personas dependientes en el núcleo familiar*. Nure Investigación, (11), pp. 1-7.
- Bocchi, S. C. (2004). *Vivenciando a sobrecarga ao vir-a-ser um cuidador familiar de pessoa com acidente vascular cerebral (AVC): uma análise do conhecimento*. Rev Latino-am Enfermagem; 12(1), pp. 115-121
- Flórez L., J.A. (2000). El síndrome del cuidador. *JANO*, 58, pp.46-50.
- González, F., Graz, A., Pitiot, D., & Podestá, J. (2004). *Sobrecarga del cuidador de personas con lesiones neurológicas*. Obtido em 17 de Agosto de 2011, de Revista del Hospital J.M. Ramos Mejía: <http://www.ramosmejia.org.ar/>
- González-Valentin, A., & Gálvez-Romero, C. (2009). Características sociodemográficas, de salud y utilización de recursos sanitarios de cuidadores de ancianos atendidos en domicilio. *GEROKOMOS 20 (1)*, pp. 15-21.
- Hung, G. J., Sánchez, B. R., & Bello, A. M. (2003). *Red Latinoamericana de Gerontología*. Obtido em 7 de Agosto de 2009, de Red Latinoamericana de Gerontología: <http://www.gerontologia.org/noticia.php?id=143>
- IMSERSO (2007). *Nace un Derecho para Todos*. Dossier. Minusval. (6) número especial. Enero/Febrero.
- Larrinoa, P.F., Martínez, S., Ortiz, N., Carrasco, M., Solabarrieta, J. & Gómez, I. (2011). Autopercepción del estado de salud en familiares cuidadores y su relación con el nivel de sobrecarga. *Psicothema*, 23 (3), pp. 388-393.
- Linde J.M.M., Velasco M.A.I., & Velasco, B. I. (2005). El apoyo social como modulador de la carga del cuidador de enfermos de Alzheimer. *Psicología y salud*, enero-junio, 15 (1), pp.33-43.
- Portugal, Decreto-Lei nº 101 (2006). Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados. *Diário da República*, pp.3857-3865.
- Ribas, J., Castel, A., Escalada, B., Ugas, L., Grau, C., Magarolas, R., Puig, J., Carulla, J., & Pi, J. (2000). Transtornos Psicopatológicos del cuidador Principal no Profesional de Pacientes Ancianos. *Revista Psiquiatria Fac. Medicina Barna*; 27 (3), pp.131-134.
- Rodríguez, P. R., Echanagorria, A. M., & Castello, M. S. (2005). *Cuidados a las personas Mayores en los hogares Españoles; el entorno Familiar*. Madrid: IMSERSO.
- Sequeira, C.(2010). *Cuidar de idosos com dependência física e mental*. Lisboa: Lidel.
- Tobío, C., Tomás, M. S., Gómez, M. V., & Palomo, M. T. (2010). *El cuidado de las personas; Un reto para el siglo XXI*. Barcelona: Fundación "la Caixa".
- Zarit, S., & Zarit, J. (1983). *The Memory and behaviour problems checklist - and the burden Interview*. Technical Report: Pennsylvania State University.
- Zarit, S., Orr, N., & Zarit, J. M. (1985). *The Bidden victims of Alzheimer's disease. Families under stress*. New York: New York University Press.
- Zarit, S., Todd, P.A., & Zarit, J.M. (1986). Subjective Burden of Husbands and Wives as Caregivers: A Longitudinal Study. *The Gerontologist*, 26 (3), pp.260-266.