

SOBRECARGA E QUALIDADE DE VIDA DE CUIDADORES FAMILIARES EM ATENÇÃO DOMICILIAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA

**FERNANDA EISENHARDT DE MELLO¹; MELISSA HARTMANN²; SILVIA
FRANCINE SARTOR³; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA⁴**

¹Universidade Federal de Pelotas – fernandaemello@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas - hmelissahartmann@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – sii.sartor@hotmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

Com o adoecimento de um familiar, torna-se necessário haver um cuidador no domicílio e, na maioria das vezes, esse é um membro da família que se disponibiliza ao cuidado da pessoa. Há quem diga que os cuidadores não recebem informação suficiente para essa tarefa, o que os tornam despreparados para certos desafios (CASTRO, SOUZA, 2016). No entanto sabe-se que informações e orientações sobre o cuidado a ser realizado com o paciente são repassadas pela equipe de saúde. O desafio está em como esta capacitação é realizada, pois geralmente é no momento da alta hospitalar, na qual o acompanhante e paciente se encontram imersos em dúvidas acerca do prognóstico da doença e também em como irão se organizar para a dinâmica do cuidado domiciliar. Nesse contexto, acredita-se que haverá dificuldade para o cuidador na absorção de tantas informações. Além disso, assumir tal papel, acarreta em redução de qualidade de vida deles, pois relegam a segundo plano o cuidado de si.

A transformação na vida do cuidador para tentar adaptar-se à sobrecarga de cuidados e aos estresses do dia-a-dia implica também no comprometimento da sua Qualidade de Vida (QV), em que estão envolvidos fatores como a saúde física, o estado psicológico, os níveis de independência, os relacionamentos sociais, as características ambientais, e o padrão espiritual (CEDANO, BETTENCOURT, TRALDI, 2013).

Nesse sentido, a realização de pesquisas que abordem a questão da sobrecarga do cuidador, embora sejam abundantes, são necessárias, para que se possa pensar alternativas de como melhorar as condições de vida destes que sustentam a possibilidade do paciente permanecer no domicílio em atenção domiciliar. Desse modo, este trabalho tem como objetivo identificar nas produções científicas questões relativas a sobrecarga do cuidador familiar e como ela afeta a qualidade de vida desse.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho foi realizado a partir de uma revisão de literatura, que faz parte da primeira etapa do projeto “Avaliação das Tecnologias de Cuidado Ofertadas ao Cuidador Familiar no Cenário da Atenção Domiciliar”, o qual está sendo realizado pela Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). Esse projeto tem como objetivo geral qualificar as tecnologias de cuidado desenvolvidas junto aos cuidadores em atenção domiciliar.

O projeto consiste em uma pesquisa quanti-qualitativa que envolverá três etapas: a primeira trata-se de duas revisões integrativas, a primeira sobre

instrumentos e escalas que avaliam a sobrecarga do cuidador e a segunda sobre intervenções direcionadas a cuidadores familiares; a segunda será a elaboração de um instrumento quanti-qualitativo que será realizado em um teste piloto nos cuidadores da Estratégia de Saúde da Família; e na terceira, o instrumento será aplicado nos cuidadores familiares vinculados ao Serviço de Atenção Domiciliar do Hospital Escola – UFPEL-EBSERH.

Sendo assim, durante a realização da primeira etapa, sobre a primeira revisão, foram consultadas as bases de dados PubMed e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Na primeira, utilizou-se os seguintes descritores: “*caregivers*”, “*surveys and questionnaires*”, “*home care services*”, “*life change events*” e “*quality of life*”, encontrando um total de 604 resultados. Enquanto na base de dados LILACS, foram utilizados os descritores: “cuidador”, “familiar cuidador”, “cuidador de família”, “cuidador familiar”, “cuidadores”, “inquéritos e questionários” e “qualidade de vida”, no qual 33 resultados foram encontrados. Em ambos utilizou-se os filtros 10 anos e humanos.

Foram aplicados os critérios de exclusão “não ser com cuidadores” e “não ser em atenção domiciliar”, selecionando um total de 71 artigos sobre o tema a serem lidos na íntegra. Entre esses, 17 resumos tratavam sobre a carga e a qualidade de vida dos cuidadores informais, o que norteou a importância de tratar o assunto do presente trabalho.

Os 17 resumos foram analisados a partir da leitura do título e do conteúdo e, com isso selecionados pelo tema tratado, pois ao ler o total de resumos encontrados durante a pesquisa nas bases de dados, visualizou-se que muitos eram similares quanto ao tema.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da leitura dos resumos selecionados, é possível perceber os desafios enfrentados diariamente pelos cuidadores. Além da grande demanda de cuidados e a necessidade de fornecer apoio à pessoa doente, os familiares precisam atender outros encargos, como o trabalho, a família e, principalmente, a própria saúde.

Dentre os 17 resumos selecionados, os diferentes tipos de sobrecarga variam em sobrecarga física, emocional e social, afetando diferentes tipos de atividades, algumas citadas anteriormente. No quadro (Figura 1) abaixo, está exposta a frequência que aparece cada um dos tipos de sobrecargas de acordo com o tema e o resumo.

Sobrecarga Física	Sobrecarga Emocional	Sobrecarga Social
5	11	7

Figura 1. Quadro de frequência em que os tipos de sobrecarga aparecem entre os 17 resumos selecionados.

Fonte: dados da pesquisa.

Um exemplo de situação na qual a sobrecarga no cuidador se torna nítida é quando o paciente a ser cuidado está em fase de final de vida, situação na qual além do físico, o emocional e o social são igualmente afetados. O cansaço causado pelo atendimento afeta fisicamente o corpo do cuidador, podendo causar ansiedade e depressão, que juntamente com o medo da perda, abalam o seu estado emocional. Associado aos dois fatores citados, a falta de tempo e vontade para relacionamentos abala a condição social da pessoa (KRUG, MIKSCH, PETERS-KLIMM et al, 2016).

Com isso, fontes de apoio e relações confiáveis são fundamentais para auxiliar a pessoa que cuida, a fim de evitar a sobrecarga imposta nesses (KRUG, MIKSCH, PETERS-KLIMM et al, 2016). O Programa de Internação Domiciliar Interdisciplinar (PIDI) e o Melhor em Casa, programas vinculados ao Serviço de Atenção Domiciliar do Hospital Escola-UFPEL, são exemplos de rede de apoio existente no município de Pelotas, pois oferecem cuidados domiciliares ao paciente juntamente com uma equipe multiprofissional (OLIVEIRA, MACHADO, OSIELSKI et al, 2017).

4. CONCLUSÕES

A necessidade de intervir nos cuidadores familiares se torna presente quando percebe-se que a qualidade de vida desses é afetada, uma vez que diante disso existe a possibilidade de o cuidador se tornar um paciente também.

Apesar da grande rede de publicações sobre o assunto, ressaltar o problema ainda existente é importante para incentivar e promover o autocuidado do cuidador familiar. Diante disso, torna-se claro o objetivo do projeto e de realizar as revisões de literatura para a qualificação das tecnologias de cuidados oferecidas à pessoa que promove o cuidado na atenção domiciliar.

Por fim, outro exemplo a ser citado como fonte de apoio aos cuidadores familiares é o projeto de extensão “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado”, composto por acadêmicos da Faculdade de Enfermagem e da Faculdade de Terapia Ocupacional, os quais realizam visitas domiciliares aos cuidadores, visando a realização da escuta terapêutica e de algumas intervenções com esses. Assim, a carga sobre os cuidadores pode ser amenizada e a qualidade de vida torna-se satisfatória.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CASTRO, L. M.; SOUZA, D. N. Programa de intervenção psicossocial aos cuidadores informais familiares: o cuidar e o autocuidado. **Interacções**, v.12, n. 42, p. 150-162, 2016.

CEDANO, S.; BETTENCOURT, A. R. C.; TRALDI, F.; MACHADO, M. C. L. O.; BELASCO, A. G. S. Qualidade de vida e sobrecarga dos cuidadores de portadores de Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica em oxigenoterapia. **Revista Latino Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 21, n. 4, p. 860-867, 2013.

KRUG, K.; MIKSCH, A.; PETERS-KLIMM, F.; ENGESER, P.; SZECSENYI, J. Correlation between patient quality of life in palliative care and burden of their



family caregivers: a prospective observational cohort study. **BioMed Central Palliative Care**. University Hospital Heidelberg, v. 15, n. 1, p.1, 2016.

OLIVEIRA, S. G.; MACHADO, C. R.; OSIELSKI, T. P.O., OLIVEIRA, A. D. L.; FRIPP, O. J. C.; ARRIEIRA I. C. O., et al. Estratégias De Abordagem Ao Cuidador Familiar: Promovendo O Cuidado De Si. **Revista Extensão em Foco**, Palotina, v.23, n.13, p.135-148, 2017.