

SAÚDE MENTAL DOS CUIDADORES DE PORTADORES DE ALZHEIMER

Franciane de Jesus Pereira¹
Natália Aparecida Fagundes Souza¹
Fernanda Bicalho Pereira²
fernandabicalhopereira@gmail.com

ÁREA DE CONHECIMENTO: Ciências da Saúde

RESUMO

O objetivo do presente estudo é realizar uma análise acerca das publicações científicas relacionadas à saúde mental dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer. Analisando a saúde mental dos cuidadores de portadores de Alzheimer, foram evidenciados os seus principais desafios. Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, a partir dos artigos pesquisados na Biblioteca Virtuais em Saúde, selecionados a partir de uma leitura prévia dos resumos anexados. Foram realizadas buscas na Biblioteca Virtual em Saúde, na data de 02 de fevereiro de 2020, utilizando como descritores as palavras cuidadores, Alzheimer e Idosos. Nesta busca, foram identificados 49 artigos completos, publicados no Brasil entre os anos 2016 e 2020. A partir da leitura atenta dos resumos dos trabalhos encontrados, foram selecionados 9 artigos a partir do critério de exclusão dos que não referenciavam dados relacionados a saúde mental dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer, sob perspectiva tanto dos profissionais de enfermagem quanto dos cuidadores que não apresentavam nenhum tipo de conhecimento científico a respeito da problemática. Os artigos selecionados foram lidos e analisados minuciosamente. Levando em consideração os estudos analisados foi comprovado que a capacitação profissional e o suporte social, afetivo e psicológico são fundamentais para que o cuidador consiga incluir as práticas de cuidado ao idoso em sua rotina de vida, com um menor impacto para a sua saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Mental; Alzheimer; Cuidador; Idoso.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a Legislação Brasileira, idoso é aquele que possui a idade igual ou maior que 60 anos. A partir da progressiva melhora nas condições sanitárias e de saúde, houve um aumento da expectativa de vida, ampliando assim o número de idosos dentre a população mundial. Esta é uma das fases da vida caracterizada por um processo dinâmico e progressivo, onde há modificações morfológicas, funcionais e bioquímicas (ALMEIDA *et al.*, 2009). O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) faz uma estimativa de que, em 2025, o Brasil

¹ Acadêmicos do curso de Enfermagem da Faculdade Vértice – UNIVÉRTIX – Matipó

² Graduada em Psicologia - UFMG. Mestre em Saúde e Enfermagem- UFMG. Professora da Faculdade Vértice UNIVÉRTIX– Matipó.

ocupará o sexto lugar quanto ao número de idosos, apresentando cerca de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Estima-se que em 2055 a participação de idosos na população total será maior que a de crianças e jovens com até 29 anos (CUNHA, 2017).

O envelhecimento populacional tornou-se desafio para as demandas de saúde de idosos, devido às elevadas taxas de doenças crônicas e respectivas complicações. As demências se destacam neste cenário com maior prevalência para Doença de Alzheimer (DA) (BARBOSA *et al.*, 2019).

A Doença é definida como um transtorno neurodegenerativo, que pode manifestar-se de forma progressiva, caracterizado pela deterioração cognitiva e da memória, o que promove um comprometimento das atividades cotidianas, além de uma diversidade de alterações comportamentais e de sintomas neuropsiquiátricos (MARTINS e SILVA, 2017). Quando o idoso apresenta comprometimento significativo no desempenho de suas atividades, torna-se necessário que em seu cotidiano seja auxiliado por um cuidador, que pode ou não ser um familiar, bem como ser ou não um profissional de saúde (SILVA *et al.*, 2018). De todo modo, a prestação desse cuidado ao idoso portador de Alzheimer implica em mudanças significativas na vida do cuidador, em função da responsabilidade que carrega sobre a vida do idoso (SILVA *et al.*, 2018).

O objetivo do presente estudo é realizar uma análise acerca das publicações científicas relacionadas à saúde mental dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 CUIDADORES

O cuidador é uma pessoa que, no âmbito familiar privado, efetua ou auxilia o indivíduo que não tem condições de desempenhar com autonomia as tarefas básicas e essenciais do seu dia a dia (desde os cuidados com o asseio do paciente até a gestão monetária familiar), objetivando a conservação da independência e autossuficiência (MANZINI E VALE, 2016).

O indivíduo que zela pelo idoso pode ser um familiar que não recebe retorno financeiro pelas atividades a qual desempenha (Informal), ou pode ser um trabalhador formal, que é remunerado pelo serviço prestado, que pode ou não ter

formação específica para promover um cuidado efetivo ao idoso (ALBUQUERQUE *et al.*, 2019).

Através dos cuidados prestados, cuidador e idoso estabelecem uma relação, com um grau intenso de interação cotidiana. Os cuidados prestados ao idoso, a intensidade da interação e da dedicação dispensadas pelo cuidador, podem promover sobrecarga física e mental, com o desenvolvimento de um quadro de estresse neste indivíduo. Tais situações podem afetar a vida de um modo amplo, podendo comprometer a saúde psíquica e biológica do cuidador (CAPARROL *et al.*, 2018).

O excesso de atividades desempenhadas, quando associadas um maior comprometimento da saúde do idoso, com uma maior dependência deste com relação ao cuidador promove repercussões na saúde do cuidador (CARRARO; MAGALHÃES; CARVALHO, 2016). A necessidade de tempo para o zelo com o idoso requer muito do cuidador, de modo que sua vida pessoal não receba atenção como necessário. Logo, a pessoa deixa a sua vida de lado, negligenciando atividades essenciais à saúde do próprio, acarretando problemas em vários âmbitos da sua vida (ALBUQUERQUE *et al.*, 2019).

2.2 ALZHEIMER

A Doença de Alzheimer (DA) é uma disfunção neurodegenerativa gradativa e letal, que se apresenta por deterioração cognitiva e da memória, causando assim o comprometimento evolutivo das ocupações da vida diária e uma diversidade de manifestações neuropsiquiátricas e de modificações comportamentais (MARINS e SILVA, 2017).

Este tipo de demência se inicia no tronco cerebral, especialmente numa área designada núcleo dorsal da rafe, e não no córtex, que é o centro de encadeamento de informações e retenção da memória (ENGEL, 2017). A DA é usualmente definida físico-quimicamente por duas ações principais: a degradação de proteínas beta-amiloide (placas senis) e os emaranhados neuro-fibrilares, inicialmente forma lesões externas ao neurônio, logo após são internos e aniquila o sistema de deslocamento de nutrientes e outros elementos. Impedindo as trocas de sinapses entre neurônios, esses dois processos sem comunicação uns com os outros, acabam morrendo e, desse modo atingindo a memória e o comportamento (FARFAN *et al.*, 2017).

Classificada em maior ou menor grau, o Alzheimer nas fases iniciais de manifestação, não apresenta comprometimento considerável da memória e das capacidades físicas, motoras e intelectuais. Portanto, encontram-se casos em que o portador se depara em um estado mais tardio, com situação demencial, por exemplo, onde, na maioria das vezes não responde por ele e não tem domínio de si. Contudo, além da perda da habilidade de solucionar questões simples e coordenação motora, suas memórias alternam, precisando assim, de cuidados especiais (CAETANO; SILVA; SILVEIRA, 2017).

2.3 SAÚDE DOS CUIDADORES

Segundo Abulquerque *et al.* (2019), qualidade de vida se associa ao cuidado e ao controle do indivíduo sobre seu posicionamento na vida, no âmbito da cultura e sistemas de valores nos quais habita e em relação aos seus propósitos, expectativas, protótipos e apreensões. Compreendem também sua saúde física, psicológica, níveis de independência, relacionamento social, características ambientais e padrão espiritual.

O cuidado permanente com o idoso está relacionado à execução de tarefas o que propicia um encargo maior na vida dos cuidadores. Assim, em virtude dos comprometimentos físicos e emocionais, resultantes desta exposição prolongada, existem situações de esgotamento, uma maior predisposição ao desenvolvimento de quadros de estresse é verificada entre os cuidadores, determinando o quanto a saúde desses indivíduos torna-se suscetível. A rotina do cuidador pode ser tão mediada dessas contenções que suas necessidades se invalidam. Aos poucos, ele vai inibindo sua vida social, o lazer e até mesmo a sua individualidade, e sua existência torna-se, em diversas situações, apenas uma extensão da vida do idoso com demência (CESARIO *et al.*, 2017).

Segundo Abulquerque *et al.* (2019), quanto maior a idade do cuidador, pior tende a ser a sua qualidade de vida. Em detrimento da idade, é maior a possibilidade de existência de doenças crônicas. Além disso, as tarefas exaustivas e constantes, à sobrecarga das obrigações e a necessidade de acordar à noite, bem como a obstinação dos idosos em desempenhar suas funções, colaboram para a deterioração do bem-estar físico e mental dos cuidadores. Tal situação é bastante

alarmante, principalmente considerando que as patologias manifestadas estão associadas à morbidade e mortalidade na população geral.

3. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, onde foram utilizados artigos pesquisados na plataforma de busca Biblioteca Virtual em Saúde, selecionados a partir de uma leitura prévia dos resumos anexados, que seguiu os seguintes critérios de inclusão: I) Veículo de publicação: optou-se por periódico indexado, visto que são órgãos de maior divulgação e de fácil acesso para os pesquisadores; II) Idioma de publicação: artigos publicados na íntegra em língua portuguesa (do Brasil); III) Ano de publicação: foram selecionados artigos publicados entre 2016 e 2020, totalizando, portanto, um período de 5 anos; IV) Trabalhos relacionados a quaisquer vieses relacionados à temática dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer. Os descritores utilizados foram: cuidadores, Alzheimer e Idosos.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram realizadas buscas na Biblioteca Virtual em Saúde, na data de 02 de fevereiro de 2020, utilizando como descritores as palavras cuidadores, Alzheimer e Idosos. Nesta busca, foram identificados 49 artigos completos, publicados no Brasil entre os anos 2016 e 2020. A partir da leitura atenta dos resumos dos trabalhos encontrados, foram selecionados 9 artigos a partir do critério de exclusão dos que não referenciavam dados relacionados a saúde mental dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer, sob perspectiva tanto dos profissionais de enfermagem quanto dos cuidadores que não apresentavam nenhum tipo de conhecimento científico a respeito da problemática. Os artigos selecionados foram lidos e analisados minuciosamente.

A revisão integrativa elaborada por Albuquerque *et al.* (2019), aponta os principais impactos na qualidade de vida do cuidador promovidos pelos cuidados prestados ao idoso portador de Alzheimer. Dentre esses impactos, os autores destacaram a depressão, distúrbios do sono, desafios para conseguir suporte e apoio nos cuidados, bem como dificuldades físicas, financeiras, poucas oportunidades de lazer e atividade física.

Já Cesário *et al.* (2017), a partir de um estudo quantitativo analisaram a relação entre estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idosos portadores da doença de Alzheimer. Os autores identificaram os familiares, ao assumirem as funções de cuidado com o portador de Alzheimer, têm sua qualidade de vida e saúde profundamente afetadas, desenvolvendo quadros intensos de estresse (CESARIO *et al.*, 2017).

Farfan (*et al.*, 2017) desenvolveram uma revisão sistemática da literatura sobre os cuidados oferecidos pelos cuidadores, familiares e profissionais de enfermagem aos portadores da doença de Alzheimer. Os autores identificaram que é frequente identificar nos cuidadores pouco conhecimento sobre o Alzheimer e uma sobrecarga de tarefas em função dos cuidados demandados pelo paciente, o que desgasta em excesso os cuidadores, do ponto de vista físico, mental e social. Dessa forma os serviços e profissionais de saúde devem intervir sempre que possível na melhoria das condições e qualidade de vida do paciente e também da dinâmica familiar (FARFAN *et al.*, 2017).

Engel (2017) discute a relação entre cuidador e idoso portador de Alzheimer, a partir de uma pesquisa etnográfica. A autora analisa o tema sob a perspectiva do impacto afetivo, emocional e simbólico que o diagnóstico e os processos de cuidar promovem na vida do cuidador e do idoso. Desde que o diagnóstico chega os sintomas, o isolamento e na vida do idoso e da família, estes passam a experimentar de forma partilhada o desenvolvimento dos sintomas, as perdas, os estados de isolamento, dentro outros. Engel (2017) ainda destaca que essa relação de cuidado também pode ser marcada pela violência, pela negligência e de muitas agonias. Mas trata-se de um cuidado construído na partilha (ENGEL, 2017).

A partir de um estudo teórico à luz do Interacionismo Simbólico, o estudo de Marins e Silva (2017) analisa a interação entre idoso portador de Alzheimer e seu cuidador principal. Segundo os autores, não é possível compreender a relação entre o idoso e seu cuidador de modo determinista. Os símbolos e significados são transmitidos e interpretados na relação de cuidado que estabelece entre esses dois sujeitos, e se transformam em demandas de cuidado. Logo, as características do relacionamento entre idoso e cuidador, e do cuidador com a doença, dependem muito da subjetividade e da interpretação que cada cuidador faz dos significados e símbolos presentes nessa relação (MARINS E SILVA, 2017).

Manzini e Vale (2016) analisaram os fatores associados à resiliência entre cuidadores familiares de idosos com doença de Alzheimer, ao que concluíram sobre a importância do desenvolvimento de atitudes positivas por parte dos cuidadores, enquanto ferramenta para enfrentarem os diversos aspectos negativos e prejudiciais à própria saúde inculcidos no processo de cuidar.

O trabalho de Caetano, Silva e Silveira (2017), tomou como objetivo levantar as produções científicas sobre os sintomas e às intervenções em grupo relacionadas ao Alzheimer. Os autores identificaram que o grau de comprometimento promovido pela doença ao portador se relaciona de forma direta com a dependência para com os cuidadores. A revisão integrativa desenvolvida pelos autores apontou a metodologia de grupos de apoio ou de apoio social como as intervenções que obtiveram melhores resultados com relação ao suporte oferecido aos cuidadores, proporcionando melhores cuidados aos portadores da patologia (CAETANO; SILVA; SILVEIRA, 2017).

Já Caparrot et al., (2018), analisaram uma intervenção cognitiva para cuidadores domiciliares de idosos com Alzheimer, a qual se mostrou uma importante ferramenta na promoção da qualidade de vida, melhora na cognição de modo geral, bem como diminuidora dos níveis de estresse dos cuidadores.

Por fim, Carraro, Magalhães e Carvalho (2016) identificaram, por meio de revisão de literatura, evidências de uma associação positiva entre a melhoria na qualidade de vida de cuidadores e o emprego da acupuntura enquanto intervenção e terapia em saúde, por promover uma integração entre os aspectos físicos e mentais.

Os artigos analisados no presente trabalho sinalizam para o importante impacto na qualidade de vida do cuidador, gerado pelo processo de cuidado despendido para com o portador de Alzheimer. Nesse sentido, há proposições de intervenções para a melhoria desse processo saúde-doença-cuidado, mas ainda com pouco respaldo na literatura. Em geral, os cuidadores recebem pouca assistência e intervenções para a promoção de qualidade de vida e saúde. Desse modo, se encontram mais vulneráveis a adoecimentos e comprometimentos, de ordem física e psicossocial.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

É essencial o desenvolvimento de estudos e intervenções buscando conhecer e intervir nas condições de vida, saúde de trabalho dos cuidadores de idosos portadores de Alzheimer.

No decorrer de cada estágio da doença de Alzheimer, o cuidado ao portador se torna gradativamente essencial, porém mais sacrificante e árduo. Dessa forma, o cuidador também necessita de atenção com relação a qualidade de vida, tanto para que este se mantenha autônomo na produção da própria saúde, quanto para que tenha condições de prestar ao idoso um cuidado efetivo.

Levando em consideração esses aspectos, a capacitação profissional e o suporte social, afetivo e psicológico são fundamentais para que o cuidador consiga incluir as práticas de cuidado ao idoso em sua rotina de vida, com um menor impacto para a sua saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, F. K. O. DE; FARIAS A.P. DO.E.C.DE; MONTENEGRO, C DAS; LIMA, N. K. F. DE; GERBASI, HM C. L.M. Qualidade de vida cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. **Revista Atual In Derme**. v. 87, n. 25, 2019.

CAETANO, L. A. O; SILVA, F. S. DA; SILVEIRA, C. A. B. Alzheimer, sintomas e grupos: uma visão integrativa. **Revista Vínculo**. v. 14, n. 2, São Paulo, 2017.

CARRARO, P. F. H; MAGALHÃES, C. M. C; CARVALHO, P. D. Qualidade de vida de cuidadores e idosos com diagnóstico de Alzheimer e o emprego de acupuntura. **Revista Mudanças- Psicologia da Saúde**. v. 24, n. 2, 2016.

CESARIO, V. A. C; LEAL, M. C. C; MARQUES, A. P. DE O; CLAUDINO, K. A. Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. **Revista Saúde em Debate**, 2017.

ENGEL, C. L. Doença de Alzheimer: o cuidado como potencial partilha do sofrimento. **Revista Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento**. v. 22, n 3, p 9-27, 2017.

MANZINI, C. S. S; VALE, F. A. C. Resiliência em cuidadores familiares de idosos com Doença de Alzheimer. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 18, n.12, 2016.

MARINS, A. M. DA F; SILVA, J. DA. O impacto do comportamento do idoso com doença de Alzheimer na vida do cuidador. **Rev. enferm. Cent.-Oeste Min**; v. 7, n.1. 2017.

MARINS, A. M. DA. F; SILVA, J. DA. O impacto do comportamento do idoso com

doença de Alzheimer na vida do cuidador. **Revista de Enfermagem do Centro-oeste Mineiro**. v. 7, 2017.

MASSA, L. D. B. Mapeamento da atuação do terapeuta ocupacional junto a idosos com Doença de Alzheimer e seus cuidadores. **Revista Kairós- Gerontologia**. v. 20, n. 3, p 79-111, 2017.

SANTOS, G. D. D; CIASCA, E. C; OLIVEIRA, A. M. DE; FORLENZA, O. V. Intervenções psicossociais para cuidadores de idosos com demência. **Sociedade Ibero americana de Informação Científica**, 2018.

SILVA, M. I. S. DA, *et al.* Doença de Alzheimer: repercussões biopsicossociais na vida do cuidador familiar. **Rev.enferm UFPE online.**, Recife, v.7 n. 12, p.1931-39, jul., 2018.