

Sobrecarga de trabalho em familiares de idosos em cuidados paliativos

Work overload in elderly relatives in palliative care

Sobrecarga de trabajo en familiares mayores en cuidados paliativos

Recebido: 04/03/2020 | Revisado: 09/03/2020 | Aceito: 14/03/2020 | Publicado: 21/03/2020

José Ismar dos Santos Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8073-9099>

Universidade Federal do Rio Grande, Brasil

E-mail: ismarss@yahoo.com.br

Bárbara Tarouco da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1715-747X>

Universidade Federal do Rio Grande, Brasil

E-mail: barbarataroucos@gmail.com

Bibiane Moura da Rosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7323-5386>

Universidade Federal do Rio Grande, Brasil

E-mail: bibianemoura1@hotmail.com

Eduarda de Quadros Morrudo Garcia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9009-2137>

Universidade Federal do Rio Grande, Brasil

E-mail: eduardamorrudo@hotmail.com

Thiciane da Silva Roque

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8288-2750>

Universidade Federal do Rio Grande, Brasil

E-mail: roquethicianne@gmail.com

Resumo

Os cuidados paliativos tem por princípios reafirmar a importância da vida, enfrentando a morte como um processo natural, tendo a família um importante papel nesse processo. O presente estudo tem como objetivo conhecer o que a literatura nacional tem apresentado, no período de 2013 a 2019, sobre a temática sobrecarga de trabalho e suas dimensões nos cuidados familiares às pessoas idosas em cuidados paliativos. Trata-se de um estudo reflexivo

realizado com apoio de dez artigos e uma dissertação selecionados a partir dos descritores “cuidadores”, “idoso” e “assistência domiciliar” nas bases de pesquisa virtual Scientific Electronic Library Online, Literatura Latino-americano e do Caribe em Ciências da Saúde, Base de dados de Enfermagem, Literatura Internacional em Ciências da Saúde e Medline. As necessidades e dificuldades são comuns entre as vivências dos familiares. A sobrecarga de trabalho do cuidador é um fenômeno multidimensional que envolve alterações tanto no estado físico quanto no estado emocional do indivíduo. A rotina de um cuidador exige condições de preparo emocional, psicológico e físico, o que muitas vezes não acontece em todas as famílias. Pensando na reflexão acerca da proposta dos Cuidados Paliativos é fundamental considerar a família como unidade de cuidado, o contexto dos cuidadores familiares, ele é cercado de mudanças e desafios, seja no que tange as dificuldades de sobrecarga no cuidado para com o idoso, seja na ausência de condições socioeconômicas.

Descritores: Cuidadores; Idoso; Assistência domiciliar.

Abstract

Palliative care aims to reaffirm the importance of life, facing death as a natural process, with the family having an important role in this process. This study aims to know what the national literature has presented, in the period from 2013 to 2019, on the theme of work overload and its dimensions in family care for elderly people in palliative care. It is a reflective study carried out with the support of ten articles and a dissertation selected from the descriptors "caregivers", "elderly" and "home care" in the online research bases Scientific Electronic Library Online, Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences, Nursing Database, International Literature in Health Sciences and Medline. Needs and difficulties are common among family members' experiences. Caregiver work overload is a multidimensional phenomenon that involves changes both in the individual's physical and emotional state. The routine of a caregiver requires conditions of emotional, psychological and physical preparation, which often does not happen in all families. Thinking about the reflection on the Palliative Care proposal, it is essential to consider the family as a care unit, in relation to the context of family caregivers, it is surrounded by changes and challenges, whether with regard to the overload difficulties in caring for the elderly, be it in the absence of socioeconomic conditions.

keywords: Caregivers; Aged; Home care.

Resumen

Los cuidados paliativos tienen como objetivo reafirmar la importancia de la vida, enfrentando la muerte como un proceso natural, con la familia teniendo un papel importante en este proceso. El objetivo de este estudio es saber qué ha presentado la literatura nacional, en el período comprendido entre 2013 y 2019, sobre el tema de la sobrecarga de trabajo y sus dimensiones en la atención familiar para personas mayores en cuidados paliativos. Este es un estudio reflexivo llevado a cabo con el apoyo de diez artículos y una disertación seleccionada entre los descriptores "cuidadores", "ancianos" y "atención domiciliaria" en las bases de investigación virtuales Biblioteca electrónica electrónica científica en línea, literatura latinoamericana y Caribbean Health Sciences, Base de datos de enfermería, International Health Sciences Literature y Medline. Las necesidades y dificultades son comunes entre las experiencias de los miembros de la familia. La sobrecarga de trabajo del cuidador es un fenómeno multidimensional que involucra cambios tanto en el estado físico como emocional del individuo. La rutina de un cuidador requiere condiciones de preparación emocional, psicológica y física, que a menudo no ocurre en todas las familias. Pensando en reflexionar sobre la propuesta de Cuidados Paliativos, es esencial considerar a la familia como una unidad de cuidado, en relación con el contexto de los cuidadores familiares, está rodeada de cambios y desafíos, ya sea en términos de las dificultades de sobrecarga en el cuidado los ancianos, ya sea en ausencia de condiciones socioeconómicas.

Descriptores: Cuidadores; Ancianos; Cuidados en el hogar.

1. Introdução

O envelhecimento populacional é uma realidade mundial. No Brasil, dados do censo demográfico, realizado no ano de 2016, demonstram a porcentagem de pessoas idosas de 60 anos ou mais, no período de 2005 e 2015, aumentou de 9,8% para 14,3 % da população. Além disso, em 2060, um em cada quatro brasileiros terão mais de 65 anos. Entre os responsáveis por esse fenômeno destaca-se a redução das taxas de natalidade e de mortalidade e o crescimento populacional (Couto, Caldas & Castro, 2019; IBGE, 2018).

O aumento da expectativa de vida vem ocorrendo paralelamente com o aumento da prevalência de doenças e agravos crônicos não transmissíveis, o que implica diretamente nas políticas sociais e de saúde. O acometimento da população idosa por condições crônicas de

saúde e sem possibilidade de cura ocorre geralmente em decorrência do declínio das funções orgânicas, levando-a a circunstância de terminalidade da vida. Nesse período, a pessoa idosa necessita de cuidados que proporcionem conforto e contribuam para melhor qualidade de vida, destacando-se a modalidade dos Cuidados Paliativos (CP) (Nunes et al., 2019).

Os CP têm por princípios reafirmar a importância da vida, enfrentando a morte como um processo natural, proporcionando cuidados que não acelerem a chegada da morte, nem a delongue com medidas desproporcionais (obstinação terapêutica), visando conforto da dor e de outros sintomas intensos, agregando os aspectos psicológicos e espirituais na estratégia do cuidado. Essa modalidade de cuidados prevê uma abordagem multiprofissional e um sistema de apoio à família para que ela possa compreender a patologia do paciente e enfrentar o momento de luto, bem como melhorar a qualidade de vida e influenciar positivamente o curso da doença (Rezende, 2016).

Na maioria das vezes, o paciente em situação de terminalidade da vida, recebe os CP no seu domicílio, com o suporte da família (Couto, Caldas & Castro, 2019), especialmente quando o indivíduo doente é uma pessoa idosa, sendo fundamental a figura do cuidador. O cuidador é definido pelo Ministério da Saúde como uma pessoa da família que se disponha a dar assistência ao paciente (Brasil, 2002). Pode, ainda, ser uma pessoa da comunidade que ao longo do tempo foi adquirindo experiência, realizando cuidados em pessoas doentes, e por meio desses cuidados foi desenvolvendo essa profissão de forma informal (Lago et al., 2015). O cuidador é aquela pessoa que assume todas as responsabilidades referentes aos cuidados básicos ao paciente de maneira contínua e/ou regular, na maioria das vezes, um familiar (Kobayasi et al., 2019).

Cabe ressaltar que quando se trata de cuidador familiar, muitas vezes, esse assume a função de forma repentina e, geralmente, não tem preparo técnico e muito menos psicológico, para desempenhar o seu novo papel (Nunes et al., 2018). Quando algum membro da família se vê envolvido neste tipo de cuidado, tal iniciativa pode trazer consequências sérias para sua vida, sendo a sobrecarga uma delas (Couto, Caldas & Castro, 2019).

Para o planejamento de cuidados paliativos com qualidade é necessário que a equipe multiprofissional, junto com a família, projete o cuidado em relação às necessidades humanas ligadas ao paliativismo. Os familiares e cuidadores devem estar preparados psicologicamente e tecnicamente para o paciente em fase terminal, buscando sempre conhecimento acerca do tema (Kobayasi et al., 2019; Lago et al., 2015; Couto, Caldas & Castro, 2019).

Estudos demonstram que, por inúmeras vezes, os familiares que assumem os cuidados a pessoas idosas em cuidados paliativos, são pessoas sem formação específica e que realizam

esses cuidados sem receber remuneração. Diante dessa nova realidade, esses cuidadores poderão ter sobrecarga, seja de ordem física ou psíquica. Outro sintoma relatado pelos cuidadores é o estresse emocional sendo expresso por sintomas como: insônia, ansiedade e depressão (Kobayasi et al., 2019; Moura et al., 2019).

É preciso ter um olhar direcionado as demandas dos familiares e cuidadores de pacientes em terminalidade, visando que suas necessidades sejam também atendidas de modo que possam oferecer um cuidado adequado aos pacientes que estão sob seus cuidados. A partir do exposto, o presente estudo tem como objetivo conhecer o que a literatura nacional tem apresentado, no período de 2013 a 2019, sobre a temática sobrecarga de trabalho e suas dimensões nos cuidados familiares às pessoas idosas em cuidados paliativos.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo reflexivo acerca do tema sobrecarga de trabalho em familiares de pessoas idosas em cuidados paliativos, dando ênfase ao familiar, devido às repercussões advindas deste papel de cuidador. O levantamento bibliográfico foi realizado por meio da seleção dos estudos, que se fez nas bases de dados: Base de Dados de Enfermagem (BDENF), MEDLINE, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs) e Scientific Eletronic Library Online (SciELO), mediante busca no site da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizou-se os descritores idoso, cuidadores e assistência domiciliar. A coleta nas bases de dados foi realizada no período de dezembro de 2019 a fevereiro de 2020.

Posteriormente a busca, foram definidos os critérios de inclusão para a seleção dos artigos: artigos referentes à familiares/cuidadores que prestam assistência a pessoas idosas; publicações em português, na íntegra e com acesso livre, publicadas no período de 2013 a 2020.

Quadro 1 - Seleção dos artigos de pesquisa nas bases de dados MEDLINE, SCIELO, BDENF e LILACS de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos - Rio Grande, RS, Brasil, 2020.

Crítérios de seleção	MEDLINE	SCIELO	BDENF	LILACS
Produção encontrada	4.998	33	116	205
Texto completo disponível	2.535	26	87	163
Idioma português	25	25	80	125
Publicado entre 2013 - 2020	16	09	37	47
Resumo disponível	16	09	37	47
Texto não disponível	-	0	02	0
Repetido em outra base	-	0	02	02
Fuga do tema	07	03	16	20
Excluído após leitura do resumo	04	04	13	19
Total selecionado	05	02	04	06

Cada artigo foi analisado minuciosamente, dando enfoque a temática a ser discutida ao longo deste trabalho. Os artigos selecionados foram analisados pelo método de análise de conteúdo de Bardin. Para Bardin (2011), a análise do conteúdo é um conjunto de instrumentos de cunho metodológico em constante aperfeiçoamento, e se aplicam a discursos extremamente diversificados. Tem como etapas: pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

Na pré-análise, a organização do material a ser analisado tem por objetivo torná-lo operacional, sistematizando as ideias preliminares. A exploração do material é considerada a fase da descrição analítica a qual diz respeito ao corpus. Na fase de inferência e interpretação, os resultados são tratados. É nela que ocorre a condensação e a ênfase das informações para análise, resultando nas interpretações inferenciais (Vosgerau et al., 2016).

3. Resultados

Após a análise do conteúdo da literatura selecionada foram identificados e discutidos os seguintes fatores e aspectos que influenciam e/ou contribuem para a sobrecarga de trabalho em familiares de pessoas idosas em cuidados paliativos.

3.1 Alterações físicas e emocionais relacionadas ao ato de cuidar.

A sobrecarga de trabalho do cuidador é um fenômeno multidimensional que envolve alterações físicas e emocionais do indivíduo, causando um desequilíbrio entre atividade e repouso, o que por inúmeras vezes, leva a um enfrentamento individual comprometido. O cuidador, com o passar do tempo, vê seu estado de saúde e bem-estar serem afetados e, por muitas vezes, passa também a necessitar de cuidados (Kobayasi et al., 2019; Muniz et al., 2016; Wachholz, Santos & Wolf, 2013).

As demandas do ato de cuidar exigem um esforço maior do cuidador para buscar suprir as necessidades da pessoa idosa. A literatura destaca que o cuidador, frequentemente, negligencia a sua saúde, para dar atenção e cuidar do seu familiar, vivenciando sofrimento ou sobrecarga emocional e, por inúmeras vezes, deixando de cuidar da sua própria saúde em favor da prestação de cuidados ao paciente (Lacerda et al., 2019; Moura et al., 2019).

Na maioria das vezes, a sobrecarga do cuidador não é avaliada e nem percebida. Ademais, estudos evidenciam que a prática de atividade física regularmente pelos cuidadores minimiza o desgaste físico e possibilitam o aumento da sobrecarga (Lago, et al., 2015).

Autores identificaram importantes mudanças no cotidiano das famílias, principalmente na parte emocional. O ato de cuidar diariamente oportuniza o surgimento dos sentimentos de sobrecarga física e de desconforto emocional (Couto, Caldas & Castro, 2019; Loureiro et al., 2015). Sintomas como cansaço e instabilidade emocional são referidos pelos cuidadores familiares de pessoas idosas em cuidados paliativos. Esses sintomas podem culminar em estresse e, em alguns casos, prejuízo da qualidade do relacionamento familiar (Nunes et al., 2019).

No contexto de respostas consideradas negativas na vivência do papel de cuidador, identificaram-se os sentimentos de angústia, tristeza, ansiedade, culpa, remorso, irritabilidade e nervosismo. Esses sentimentos somados a toda circunstância vivida pelo cuidador, podem desencadear uma enorme sobrecarga emocional (Couto, Caldas & Castro, 2019).

Estudos afirmam que o cuidador familiar necessita de cuidados especiais, no que se refere à sua saúde física e emocional, pois essas têm influência direta no cuidado prestado, e conseqüentemente no bem-estar e na qualidade de vida do paciente e do cuidador (Lacerda et al., 2019).

3.2 Inexistência de rede de apoio para o cuidado

Com embasamento em estudos acerca das redes de apoio aos cuidadores durante a assistência a pessoas idosas em cuidados paliativos, fica evidenciado que a inexistência dessa rede e dos serviços socioassistenciais pode ser um precursor de distúrbios de saúde e/ou acarretar sobrecarga para o cuidador, sem o suporte das redes de apoio, o cuidador passa por inúmeras necessidades ao mesmo tempo em que tem que criar estratégias de cuidado para a assistência ao familiar debilitado (Pereira et al., 2013).

Outros fatores referidos nos estudos que contribuem para o aumento da sobrecarga, diz respeito a fatores estruturais, entre eles pode-se citar a ausência de profissionais médicos na atenção básica, a oferta de consultas e exames especializados de forma insuficiente correlacionado com a dinâmica de funcionamento dos serviços de saúde. A literatura destaca que, muitas vezes, o horário de funcionamento se transforma em obstáculo para que os cuidadores familiares possam conseguir uma assistência contínua e de qualidade (Sousa, et al., 2014).

O presente estudo evidenciou a carência e debilidade das ações de apoio às famílias desenvolvidas pelas equipes da Estratégia de Saúde da Família (ESF), principalmente as que são focadas nos cuidadores. Cabe destaque a falta de ações voltadas à orientação dos

cuidadores para exercer/realizar atividades de cuidado e procedimentos sem nenhuma experiência. Esse fator é responsável por aumentar a sobrecarga dos cuidadores (Muniz et al., 2016).

Os resultados encontrados são assustadores, pois mostram o quanto os serviços formais de apoio, a interação entre os profissionais e os cuidadores familiares e as intervenções em rede ainda são precárias. Estudos apontam que para uma melhor rede de apoio às famílias é preciso a inserção ou criação de políticas públicas que incluam às necessidades e o suporte aos cuidadores, com o intuito de melhorar a qualidade de vida dos cuidadores familiares e a qualidade dos cuidados prestados às pessoas idosas (Nunes et al., 2019).

Alguns dos estudos analisados versam sobre o apoio, suporte social e o acesso aos serviços de saúde. Na falta da rede de apoio, a sobrecarga do cuidador é inevitável, sendo essencial um gerenciamento da atenção da pessoa idosa que conecte os familiares, a comunidade e os serviços, possibilitando a integração e criação de estratégias que favoreçam no planejamento da atenção, contribuindo com a qualidade de vida dos seus cuidadores. É importante ressaltar que as famílias, ainda hoje, respondem pelo apoio social, funcional, econômico, material e afetivo dos seus membros (Pereira & Soares, 2015).

O apoio e a rede de suporte ao idoso ocorrem de maneira informal, acarretando como já mencionado uma sobrecarga nos cuidadores que poderia ser evitada (Pereira & Soares, 2015). Dessa forma, é necessário articular redes locais de suporte social a partir dos serviços disponíveis na comunidade, para manter a inclusão social das famílias cuidadoras de idosos (Gonçalves et al., 2013).

3.3 Grau de dependência funcional da pessoa idosa.

O cuidar de uma pessoa idosa dependente é complexo, pois envolve a realização de diversas tarefas no dia-a-dia, que estão fortemente ligadas às atividades de vida diária (AVDs). Essas atividades estão relacionadas ao preparo e oferecimento das refeições, a higienização oral e corporal do idoso, auxiliar na locomoção e movimentação, levar e/ou acompanhar até o banheiro, realizar mudança de decúbito. Todas essas tarefas realizadas de forma repetitiva vão aos poucos levando a sobrecarga do familiar cuidador (Pereira & Soares, 2015).

Poucos estudos na literatura pesquisaram a relação que existe entre o grau de dependência funcional, os níveis de sobrecarga e qualidade de vida nos cuidadores

(Wachholz, Santos & Wolf, 2013). Contudo, é sabido que a sobrecarga de trabalho está vinculada ao tipo de doença/agravo com a qual o cuidador deve lidar e a dependência funcional da pessoa idosa. Quanto maior a dependência, maior a sobrecarga do cuidador (Pereira et al., 2015; Muniz et al., 2016).

Alguns estudos analisados destacam que os sintomas psiquiátricos e comportamentos agressivos dos pacientes, tais como delírio e depressão, aumentam o grau de dependência do indivíduo, e com isso tendem a aumentar a carga sobre os cuidadores familiares (Marx et al., 2011; Pereira & Soares, 2015).

A sobrecarga do cuidador é resultante do ato de lidar com o aspecto da dependência física e a incapacidade mental do indivíduo doente. O processo de cuidar de um idoso em cuidados paliativos é contínuo e quase sempre irreversível (Pereira et al., 2013). Tanto os cuidados quanto as responsabilidades tendem a aumentar de acordo com a evolução da doença e o grau de dependência apresentado. Estudo afirma que inúmeras situações desenvolvidas no cuidado, após uma doença crônica acompanhada da dependência, são condicionantes para o surgimento da sobrecarga (Coppeti et al., 2018).

A sobrecarga do cuidador está associada à dependência funcional do idoso para as atividades básicas diárias, o domínio social e o estresse emocional (Kobayasi et al., 2019). Nesse sentido, é preciso avaliar o nível de sobrecarga desses cuidadores, possibilitando orientar o planejamento de ações da enfermagem voltadas a eles e às pessoas idosas (Pereira et al., 2013).

3.4 Falta de conhecimento para exercer o papel de cuidador

Um fator importante que contribui para o agravamento da sobrecarga é a falta de informação sobre a doença, o tratamento utilizado, as estratégias mais apropriadas para lidar com as condutas problemáticas dos doentes e para o manejo das situações de crise (Rezende, 2016).

Essa falta de informação, orientação e apoio dos serviços de saúde contribuem para o surgimento de sentimentos de sobrecarga, podendo gerar desconforto ao cuidador familiar (Couto, Caldas & Castro, 2019). Já os cuidadores que recebem treinamentos e acompanhamentos de profissionais de saúde tendem a apresentar menos problemas de saúde melhor qualidade de vida (Marx et al., 2011; Pereira & Soares, 2015).

Os cuidadores familiares, inúmeras vezes, sem preparo ou conhecimento acabam não sabendo como prestar os cuidados à pessoa idosa em cuidados paliativos, porém mesmo sem

saber como lidar com a nova realidade e cheio de dúvidas em relação aos cuidados que devem ter em casa, esse tem que criar estratégias para cuidar e conviver com o risco de aumentar sua sobrecarga de trabalho, já que não sabe como realizar os cuidados assistenciais (Lima, Spagnuolo & Patricio, 2013).

Quando se depara com essa situação, o cuidador assume a responsabilidade de cuidar, contudo sem treinamento, sem nenhum tipo de preparo para esta situação. A experiência de cuidar tem que ser adquirida pelas tentativas e erros, pela repetição ou orientações de terceiros. Isto transforma o ato de cuidar em domicílio em um aprendizado contínuo e diário (Lima, Spagnuolo & Patricio, 2013).

As atividades desenvolvidas pelos familiares em domicílio, por vezes, são de alta complexidade e realizadas sem apoio ou supervisão de uma rede de saúde para ensinar e acompanhar, o que acarreta prejuízo no cuidado ao paciente, e desgaste psicológico ao cuidador. Estudos realizados pontuam que esse ato rotineiro de realizar procedimentos sem ter preparo acarreta uma sobrecarga de grau alto, pois além do ato de realizar os cuidados, o familiar é o responsável pela pessoa que esta recebendo os cuidados (Muniz et al., 2016).

4. Discussão

Com base em inúmeros estudos acerca da sobrecarga em familiares cuidadores ficou evidenciado alguns fatores que contribuem para esse aumento. Um estudo realizado com o objetivo de traçar o perfil do cuidador familiar de idosos em domicílio evidenciou que o fato destes assumirem a responsabilidade pelo cuidado faz com que os mesmos estejam sempre sobrecarregados (Manoel et al., 2013).

Ressalte-se o quanto é importante avaliar e identificar a sobrecarga do cuidador, já que é um aspecto importante para assistência a pessoa idosa, porquanto, o excesso de sobrecarga pode comprometer a qualidade do cuidado e interferir nas relações familiares (Stackfleth et al., 2012).

Com base em uma pesquisa realizada em Ribeirão Preto (SP) com 124 cuidadores, os autores identificaram que o desconforto emocional dos participantes esteve fortemente ligado à sobrecarga. Faz-se relevante dar atenção para a prevenção de sobrecarga no familiar cuidador, pois pode estar relacionado com o aparecimento de sintomas e desconforto emocional (Gratão et al., 2012).

A fragilidade apresentada pela idosa pode está diretamente ligada à sobrecarga de trabalho do cuidador, quanto maior a fragilidade do idoso e sua dependência, maior será a

sobrecarga de seu cuidador. Esse fato pode ser confirmado pelos resultados de estudo realizado com 47 cuidadores de Veranópolis (RS), no qual os autores verificaram que quanto mais dependente for a pessoa idosa, mais ele terá necessidade dos cuidados, com isso levando a uma sobrecarga dos cuidadores que realizam os cuidados diariamente (Stackfleth et al., 2012).

A tarefa de cuidar de um idoso exige do cuidador dedicação quase exclusiva, e mais ainda nos casos em que os idosos são portadores de doenças incapacitantes. Com base nisso, cabe relatar que na fase de cuidados terminais, os sintomas dos pacientes ficam mais intensos, exigindo maior atenção, o que aumenta a sobrecarga e estresse do cuidador (Manoel et al., 2013).

Verificou-se, ainda, relação entre a idade do doente e o grau de sobrecarga. Os cuidadores que auxiliam idosos mais velhos convivem com sobrecarga mais intensa do que aqueles que cuidam de idosos mais jovens (Gratão et al., 2012).

Apesar da criação das políticas públicas voltadas à atenção domiciliar, o que se predomina são os cuidadores familiares que assumem os cuidados sozinhos, sem auxílio governamental. Esses cuidadores acabam modificando sua rotina diária, o contexto domiciliar e o planejamento de sua própria vida, em virtude do tempo dispensado ao cuidado do familiar doente (Day, 2017).

Outro fator que contribui para o surgimento dessa sobrecarga está relacionado à falta de uma rede de apoio. Evidencia-se a importância do apoio de outros membros da família ao cuidador, além de uma rede de saúde efetiva que preste total assistência e auxílio aos familiares cuidadores durante o cuidado (Gratão et al., 2012). Por meio de uma melhor rede de apoio aos cuidadores, esses têm a chance de buscar diferentes caminhos, descobrindo novas maneiras para prestar cuidado ao idoso, de modo que possam adaptar-se a nova rotina sem anular suas próprias necessidades. Nesse sentido, programas de intervenção e apoio aos cuidadores familiares devem ser estimulados (Rodrigues, 2014).

Existem inúmeros fatores que corroboram ao aumento da sobrecarga. Estudos evidenciaram a importância da relação entre esses fatores. O fato de ser cuidador único atrelado a falta de uma rede de apoio, e a necessidade de conviver diariamente com uma pessoa idosa com alto grau de dependência, aumenta o grau de sobrecarga do cuidador. Ainda existem poucos estudos sobre a temática, voltados para busca de uma melhor qualidade de vida dos cuidadores, suas necessidades, dificuldades enfrentadas, necessitando de investimento em pesquisas que abordem essa temática, contribuindo para melhoria da qualidade de vida, tanto do familiar doente quanto do cuidador.

5. Considerações Finais

Pensando na reflexão acerca da proposta dos Cuidados Paliativos é fundamental considerar a família como unidade de cuidado, mesmo com os avanços e com os passos que vem sendo dado em relação ao tema, percebe-se que ainda se dá pouca ênfase na prática a estes cuidadores. Contudo, é possível detectar a necessidade de outros estudos que se aprofundem em estabelecer as implicações físicas, emocionais, sociais e econômicas dos cuidadores, bem como pesquisas qualitativas com o intuito de conhecer a percepção dos cuidadores acerca do papel desempenhado.

Em relação ao contexto dos cuidadores familiares, ele é cercado de mudanças e desafios, seja no que tange as dificuldades de sobrecarga no cuidado para com o idoso, seja na ausência de condições socioeconômicas.

Considera-se que o familiar deve ser visto com um olhar diferenciado, pois o mesmo está englobado em um ciclo onde passa por várias dificuldades, necessidades e ao mesmo tempo tem que contar com ou criar novas estratégias para lidar com a situação de ter um familiar em cuidados paliativos, no seu convívio.

Referências

Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 7.

Brasil, IBGE (2018). *Estimativa populacional*. Acesso em 16 de junho de 2019, em <http://www.ibge.gov.br>.

Brasil. Ministério da Saúde. (2012). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Caderno de atenção domiciliar*. Brasília.

Coppetti, L., Girardon-Perlini, N. M. O., Andolhe, R., & Dalmolin, A. (2019). Produção científica da enfermagem sobre o cuidado familiar de idosos dependentes no domicílio. *ABCS Health Sciences*, 44(1). 58-66.

Couto, A. M., Caldas, C. P., & Castro, E. A. B. (2019). Cuidado domiciliar a idosos dependentes de cuidadores familiares com sobrecarga e desconforto emocional. *Rev Fun Care*

Online. 11(4):944-950. Acesso em 28 de fevereiro de 2020, em:
<http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.2019.v11i4.944-950>.

Day, C. B. (2017). Efeito da intervenção educativa share na sobrecarga de cuidadores familiares de idosos após acidente vascular cerebral: *ensaio clínico randomizado*. 98 f.

Gonçalves, L. T. H., Leite, M. T., Hildebrandt, L. M., Bisogno, S. C., Biasuz, S., & Falcade, B. L. (2013). Convívio e cuidado familiar na quarta idade: qualidade de vida de idosos e seus cuidadores. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 16(2), 315-325.

Gratao, A. C. M., Vendruscolo, T. R. P., Talmelli, L. F. D. S., Figueiredo, L. C., Santos, J. L. F., & Rodrigues, R. A. P. (2012). Sobrecarga e desconforto emocional em cuidadores de idosos. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 21(2), 304-312.

Kobayasi, D. Y., Rodrigues, R. A. P., Fhon, J. R. S., Silva, L. M., de Souza, A. C., & Chayamiti, E. M. P. C. (2019). Sobrecarga, rede de apoio social e estresse emocional do cuidador do idoso. *Avances en Enfermería*, 37(2), 140-148. Acesso em 17 de fevereiro de 2020, em <https://doi.org/10.15446/av.enferm.v37n2.73044>.

Lacerda, M. S., Prado, P. R. D., Barros, A. L. B. L. D., & Lopes, J. D. L. (2019). Sintomas depressivos em cuidadores familiares de pacientes com insuficiência cardíaca: revisão integrativa. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 40.

Lago, D. M. S. K., Guilhem, D., Sousa, J. A., Silva, K. G. N. D., & Vieira, T. S. (2015). Sobrecarga física e psicológica dos cuidadores de pacientes internados em domicílio. *Rev. enferm. UFPE on line*, 319-326. Acesso em 22 de fevereiro de 2020, em <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10342/11049>.

Lima, A. A. D., Spagnuolo, R. S., & Patrício, K. P. (2013). Revendo estudos sobre a assistência domiciliar ao idoso. *Psicologia em Estudo*, 18(2), 343-351.

Loureiro, L. D. S. N., Pereira, M. A., Fernandes, M. D. G. M., & dos Santos Oliveira, J. (2015). Percepção de enfermeiras sobre a tensão do papel de cuidador. *Revista Baiana de Enfermagem*, 29(2). 164-171.

Manoel, M. F., Teston, E. F., Waidman, M. A. P., das Neves Decesaro, M., & Marcon, S. S. (2013). As relações familiares e o nível de sobrecarga do cuidador familiar. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, 17(2), 346-353.

Marx, C., Rodrigues, E. M., Rodrigues, M. M., & Vilanova, L. C. P. (2011). Depressão, ansiedade e sonolência diurna em cuidadores primários de crianças com paralisia cerebral. *Revista paulista de pediatria*, 29(4), 483-488.

Moura, K. R. D., Sousa, E. M. S., Pereira, K. L. A., Barroso, L. M. F. D. M., Miranda, M. S., & Carvalho, G. C. N. (2019). Sobrecarga de cuidadores informais de idosos fragilizados. *Rev. enferm. UFPE on line*, 1183-1191.

Muniz, E. A., Freitas, C. A. S. L., Oliveira, E. N., & Lacerda, M. R. (2016). Grau de sobrecarga dos cuidadores de idosos atendidos em domicílio pela Estratégia Saúde da Família. *Saúde em Debate*, 40, 172-182.

Nunes, D. P., Brito, T. R. P. D., Duarte, Y. A. D. O., & Lebrão, M. L. (2019). Cuidadores de idosos e tensão excessiva associada ao cuidado: evidências do Estudo SABE. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 21, e180020.

Pereira, L. S. M., & Soares, S. M. (2015). Fatores que influenciam a qualidade de vida do cuidador familiar do idoso com demência. *Ciência & Saúde Coletiva*, 20, 3839-3851.

Pereira, R. A., Dos Santos, E. B., Fhon, J. R. S., Marques, S., & Rodrigues, R. A. P. (2013). Sobrecarga dos cuidadores de idosos com acidente vascular cerebral. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 47(1), 185-192.

Rezende, G. (2016). *Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos em cuidados paliativos* (Doctoral dissertation, Universidade de São Paulo). Ribeirão Preto.

Rodrigues, J. E. G., Machado, A. L. G., Vieira, N. F. C., Fernandes, A. F. C., & Rebouças, C. B. D. A. (2014). Qualidade de vida e sobrecarga de cuidadores familiares de idosos dependentes. *Ciencia Y Enfermeria*, 20(3), 119-129.

Stackfleth, R., Diniz, M. A., Fhon, J. R. S., Vendruscolo, T. R. P., Fabrício-Whebe, S. C. C., Marques, S., & Rodrigues, R. A. P. (2012). Sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos frágeis que vivem em el domicilio. *Acta Paulista de Enfermagem*, 25(5), 768-774.

Sousa, F. D. O. S., Medeiros, K. R. D., Gurgel Júnior, G. D., & Albuquerque, P. C. D. (2014). Do normativo à realidade do Sistema Único de Saúde: revelando barreiras de acesso na rede de cuidados assistenciais. *Ciência & Saúde Coletiva*, 19, 1283-1293.

Vosgerau, D. S. R., Pocrifka, D. H., & Simonian, M. (2016). Etapas da análise de conteúdo complementadas por ciclos de codificação: possibilidades a partir do uso de software de análise qualitativa de dados. *CIAIQ2016*, 1.

Wachholz, P. A., Santos, R. C. C., & Wolf, L. S. P. (2013). Reconhecendo a sobrecarga e a qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos frágeis. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 16(3), 513-526.

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

José Ismar dos Santos Sousa – 20%

Bárbara Tarouco da Silva – 20%

Bibiane Moura da Rosa – 20%

Eduarda de Quadros Morrudo Garcia – 20%

Thiciane da Silva Roque – 20%