

AVALIAÇÃO DO ESTRESSE DE CUIDADORES DE IDOSOS POR MEIO DA ESCALA DE ZARIT

**SOUZA, Elizabeth Aparecida de¹; ALMEIDA, Ludmila Tiburcio de²;
MARASCHIN, Maristela Salet³; TONINI, Nelsi Salet⁴**

INTRODUÇÃO: Considerando o aumento do número de pessoas idosas no país, paralelamente o aumento das doenças crônicas não transmissíveis o que pode ocasionar maior número de pessoas com dependência. Assim, a tarefa de cuidar pode trazer benefícios e satisfação, mas o que prevalece é a sobrecarga para o cuidador, resultando em estresse emocional, desgaste físico e problemas de saúde. **OBJETIVO:** Caracterizar o perfil e avaliar a sobrecarga dos cuidadores de idosos de uma comunidade do município de Ubitatã/PR por meio da escala de Zarit. **DESCRIÇÃO METODOLÓGICA:** A amostra foi composta por 25 cuidadores de idosos do município e foram selecionados na área de abrangência das quatro Unidades Básicas de Saúde da Família. Utilizou-se para a coleta de dados um questionário embasado na Escala de Zarit, a qual é constituída por vinte e dois itens, englobando avaliação do impacto percebido sobre a saúde física e emocional, atividades sociais e condições financeiras dos cuidadores. A escala de respostas varia de 0 a 4, de acordo com a presença ou a intensidade de uma resposta afirmativa (nunca=0, raramente=1, algumas vezes=2, freqüentemente=3 e sempre=4). A exceção é a última questão, no qual o entrevistado é abordado quanto a sobrecarga no papel de cuidador e as respostas podem ser: nem um pouco=0, um pouco=1, moderadamente=2, muito=3, extremamente=4¹. A pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética da Universidade Paranaense sob o protocolo nº. 20546/2010. **RESULTADO E DISCUSSÃO:** Muitas características foram resgatadas dentre os 25 cuidadores de idosos e a faixa etária dos cuidadores variou de 30 a 59 anos com média de 45 anos, sendo que 50% dos cuidadores encontram-se na faixa etária de 39 a 48 anos. Destaca-se que 21 têm de oito até onze anos de estudo e três referem nível superior e uma cuidadora analfabeta. A baixa escolaridade interfere, direta ou indiretamente, na prestação de cuidados aos idosos, pois uma queda na qualidade do serviço prestado, quando o cuidador(a) necessita seguir dietas, prescrições e manusear medicamentos que requer a leitura de receitas médicas, entender a dosagem e via de administração, entre outras². Em relação à remuneração, apenas 11 dos cuidadores são remunerados, uma cuidadora recebe menos de um salário mínimo. A grande luta de quem trabalha na área é pela profissionalização do cuidador, que atualmente é considerada ocupação e não profissão pelo Ministério do Trabalho³. Ao tornar uma profissão pode-se definir carga horária, piso salarial, qualificação, funções, bem como escolaridade. Ainda 15 sujeitos não têm nenhum grau de parentesco com o idoso, como referencial para amplitude do conhecimento da complexidade que os mesmos enfrentam na escolha de dedicar-se á essas pessoas com necessidades de cuidados. Com relação ao sexo, foi constatado que 24 dos cuidadores entrevistados eram mulheres e apenas um homem. Geralmente o cuidado torna-se atribuição das mulheres na família⁴. Fato este que pode ser explicado pela tradição, quando as mulheres permaneciam dentro de casa, tornando-se disponível para a atividade. Estudo realizado em Porto Alegre mostrou resultados semelhantes aos obtidos neste

¹ Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela Universidade Estadual de Maringá – UEM – PR. Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Paranaense – UNIPAR – Unidade de Cascavel – PR e Enfermeira da 10ª Regional de Saúde. Rua Rio de Janeiro, 704 – Centro – Cascavel. elizabethsouza@unipar.br (45)9971.0968.

² Enfermeira. Graduada pela Universidade Paranaense – UNIPAR - Unidade de Cascavel – PR.

³ Enfermeira. Mestre em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Paranaense – UNIPAR e da Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE – Campus de Cascavel – PR.

⁴ Enfermeira. Doutora em Enfermagem psiquiátrica pela Universidade de São Paulo – USP- Ribeirão Preto/ SP. Docente do Curso de Enfermagem da Universidade Paranaense – UNIPAR – e da Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE. Campus de Cascavel – PR

estudo o qual encontrou 95,3% de mulheres entre os cuidadores de idosos. Quanto ao estado civil, verifica-se que a maioria dos sujeitos são solteiros ou casados. Em relação ao grau de parentesco 15 das pessoas não têm nenhum grau parentesco com o idoso, há de se considerar que 10 dos cuidadores possuem grau de parentesco, destes 7 são filhas, um filho e 2 nora. Os dados apontam que os primogênitos assumem uma parcela significativa da responsabilidade, situação que requer atenção dos profissionais de saúde, principalmente da enfermeira, sendo que os membros da família nem sempre estão dispostos a assumir o cuidado e quando assumem podem estar despreparados ou sobrecarregados⁴. Entretanto os cuidadores informais como filhos e parentes constituem a mais importante fonte de suporte para os idosos. O questionário avalia a sobrecarga do cuidador por meio de questões relativas à presença de sentimentos, em diversos aspectos, manifestos pelo cuidador para com o familiar. Portanto, 14 pedem mais ajuda do que ele(a) necessita e 12 se sentiam estressada sempre entre cuidar e as outras responsabilidades com a família e o trabalho. No que diz respeito ao comportamento do idoso, os cuidadores foram unânimes ao relatar que nunca sente envergonhado(a). Ainda 12 sentem-se irritados 15 sentem-se tensos quando o idoso está por perto. Os cuidadores, 16 sentiam que o idoso nunca afetava negativamente seus relacionamentos com outros membros da família ou amigos e 16 relatam que seu familiar sempre dependia deles e 20 sentiam que seu familiar esperava ser sempre cuidado por eles, como se fossem as únicas pessoas que o idoso pudesse contar ou depender. Quanto a vontade de receber visitas em casa 10 cuidadores referiram pouco a vontade, enquanto 15 relatam nunca sentir que não tinham privacidade por causa do familiar. Ao considerar a capacidade de cuidar 14 dos cuidadores nunca se sentiram incapazes de cuidar de seu familiar por muito mais tempo e 13 afirmaram que gostariam que simplesmente outra pessoa sempre cuidasse dele(a). A avaliação do grau da sobrecarga do grupo de cuidadores (n=25), destes 2 apresenta sobrecarga pequena, 8 sobrecarga moderada, 13 sobrecarga moderada a severa e 2 sobrecarga severa. Partindo de uma análise ampla, é perceptível a maior concentração de cuidadores com sobrecarga de moderada a severa. Chama a atenção a sobrecarga moderada, a sobrecarga moderada a severa, bem como a severa, somados, mostram que a maior parte dos cuidadores estão sobrecarregados pelo papel que desempenham. Os impactos que os cuidados geram nos cuidadores são descritos frequentemente como carga, ou seja, o que pesa sobre uma pessoa, que pode incidir na responsabilidade, incumbência ou situação incomoda⁵. Também é importante mencionar que existem dois níveis das repercussões do cuidar, a saber, as objetivas, que são resultantes da prática dos cuidados e se tornam mais visíveis, enquanto que as subjetivas são menos explícitas, uma vez que se manifestam através de estresse ou sofrimento⁵. As repercussões que se manifestam sobre quem cuida variam ao longo do processo de cuidar, sendo que a sobrecarga/estresse é mais intensa no início da relação, com probabilidades de diminuir à medida que o cuidador vai se adaptando à nova situação e vai adquirindo mais competências para cuidar⁵. **CONCLUSÃO:** O nível de estresse no cuidador de idosos pode ser causado por diversas situações, desde a prática dos cuidados, tensão do próprio ambiente, as relações interpessoais até sua vida pessoal e emocional. Portanto, é de extrema importância que o profissional de saúde/enfermeiro esteja atento tanto ao idoso como seus cuidadores, desde a maneira como os cuidadores vivem e o desenvolvimento da suas vidas fora dos cuidados, na perspectiva de se desenvolver apoio integral de suporte aos cuidadores, no intuito destes indivíduos terem a possibilidade de alcançar equilíbrio entre as exigências do cuidar e as suas próprias necessidades. **CONTRIBUIÇÕES PARA A ENFERMAGEM:** Aprofundar o entendimento da equipe de enfermagem com relação à sobrecarga dos cuidadores de idosos para a detecção de disfunções, visando à intervenção precoce na busca do reequilíbrio desses sujeitos, bem como a organização dos serviços e na melhoria da qualidade assistencial prestada ao cuidador e consequentemente ao idoso.

Palavras-chave: Estresse, idosos, escala de Zarit

Área temática: Políticas e práticas em saúde e enfermagem.

REFERÊNCIAS:

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção a saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e Saúde da pessoa idosa**. Brasília, 2007.
2. NAKATANI, A . Y. K. et al. **Perfil dos cuidadores informais de idosos com déficit de autocuidado atendidos pelo Programa de Saúde da Família**. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, Goiânia, v.5, n.1, 2003. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br/revista>>. Acesso em: 22 de nov. de 2010.
3. SILVA, Jorge Roberto Afonso Souza. <http://g1.globo.com/Noticias/> (**Mercado para Cuidador de idoso esta em alta**) 18/03/2010. Acesso em 02 de dezembro de 2010, às 12:33 hrs.
4. CALDAS, C. P.; SALDANHA, A.L. **Cuidado Familiar: A Importância da Família na Atenção à Saúde do Idoso**. **Saúde do Idoso: a arte de cuidar**. 2ª. Ed. Rio de Janeiro: Interciência, 2004.
5. SCAZUFCA, M. **Versão Brasileira da escala «Burden Interview» para avaliação de sobrecarga em cuidadores de indivíduos com doenças mentais**. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Março, 24 (1) 2002.