

Qualidade de vida em cuidadores de idosos: uma revisão integrativa

Quality of life of caregivers of the elderly: an integrative review

Fernanda Kelly Oliveira de Albuquerque¹ • Ana Patricia do Egito Cavalcanti de Farias²
Carolina da Silva Montenegro³ • Nadja Karla Fernandes de Lima⁴ • Helaine Cristina Lins Machado Gerbasi⁵

RESUMO

O crescimento da população idosa é uma realidade atual e é consequência de um processo de transição demográfica e epidemiológica. O idoso com seu estado de saúde comprometido precisará da ajuda de um cuidador, geralmente alguém da família, na maioria das vezes em tempo integral, o que poderá gerar uma sobrecarga que comprometerá sua qualidade de vida. Objetiva-se analisar a produção científica à cerca da qualidade de vida dos cuidadores de idosos. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, cuja busca foi realizada nos indexadores LILACS, PubMed, CINAHL e Scopus. Foram analisados 18 artigos, nos quais a maioria dos estudos eram transversais. Quanto à população dos estudos, a maior parte dos artigos analisou cuidadores de idosos com Alzheimer. Os principais resultados para influenciadores na qualidade de vida dos cuidadores: depressão; má qualidade do sono; dificuldades de apoio, suporte social, financeiro, físico e na divisão de tarefas; falta de lazer e atividade física; problemas de saúde pré-existentes nos cuidadores; e características sócio demográficas. Através do conhecimento das variáveis que interferem na qualidade de vida dos cuidadores, pôde-se compreender como e o quanto essa qualidade de vida é afetada e assim projetar intervenções para melhorar a vivência dos cuidadores.

Palavras - chave: cuidadores; idoso; qualidade de vida.

ABSTRACT

The growth of the elderly population is a current reality and it is a consequence of an epidemiologic demographic transition process. The elderly with compromised health will need the help of a caregiver, generally someone who is part of the family, most of the time in integral time, and it could generate and overburden that will compromise his or her life quality. It aims to analyze the scientific production on the life quality of elderly caregivers. This is an integrative review of literature, in which the search was performed in the indexers LILACS, PubMed, CINAHL e Scopus. 18 articles were analyzed, in which most of the studies were cross-sectional. Regarding the population of the study, most of the articles analyzed caregivers of elderly people with Alzheimer. The main results for influencers in life quality of caregivers: depression; poor sleep quality; support difficulties, social, financial, physical and task division support; lack of physical activity and leisure; preexistent health problems in caregivers; and sociodemographic characteristics. Through knowing the variables that interfere in life quality of caregivers, it could be understood how and when this life quality is affected and thus plan interventions to improve caregivers' life experience.

Keywords: caregivers; elderly; quality of life.

NOTA

¹. fe_kellyjp@yahoo.com.br. Enfermeira especialista em Terapia Intensiva. Enfermeira assistencial do Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW UFPB

². paty.egito.pa@gmail.com. Enfermeira especialista em Saúde pública e enfermagem do trabalho. Enfermeira assistencial do Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW UFPB

³. carolynamontenegro@hotmail.com. Enfermeira especialista em Saúde da Família. Enfermeira assistencial do Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW UFPB

⁴. nadjakarlalima@yahoo.com.br. Enfermeira especialista em Enfermagem do Trabalho, saúde coletiva e saúde materna e neonatal. Enfermeira assistencial do Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW UFPB

⁵. helaininha@hotmail.com. Enfermeira especialista em Saúde da Família e Saúde Coletiva. Enfermeira assistencial do Hospital Universitário Lauro Wanderley - HULW UFPB



INTRODUÇÃO

Uma das maiores conquistas culturais de um povo em seu processo de humanização é o envelhecimento de sua população, refletindo numa melhoria das condições de vida. De acordo com projeções das Nações Unidas Fundo de Populações⁽¹⁾, “uma em cada 9 pessoas no mundo tem 60 anos ou mais, e estima-se um crescimento para 1 em cada 5 por volta de 2050”. Estima-se que em 2050 pela primeira vez haverá mais idosos que crianças menores de 15 anos.

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) apontou que o número de idosos no Brasil é um dos maiores do mundo, com taxas de crescimento de mais de 4% ao ano no período de 2012 a 2022, ocasionando uma modificação considerável em sua pirâmide populacional. Espera-se para os próximos 10 anos, um incremento médio de mais de 1 milhão de idosos anualmente⁽²⁾.

O crescimento da população idosa é uma realidade atual e é consequente um processo de transição demográfica e epidemiológica. Com isso, a tendência é ocorrer um aumento no número de indivíduos que apresentarão doenças crônicas não transmissíveis, e o aumento da prevalência dessas doenças está relacionado diretamente com as taxas de idosos dependentes e portadores de incapacidades funcionais, de origem orgânica e/ou psicológica⁽³⁻⁴⁻⁵⁻⁶⁾.

O idoso frágil pode apresentar dificuldade no equilíbrio e na marcha, o que pode levar a quedas, disfagia, dificuldade de absorção, além das incontinências urinárias e fecais que fazem parte da realidade da maioria das pessoas idosas, exigindo nessa etapa da vida o auxílio de um cuidador⁽⁷⁾. O cuidador pode ser formal ou informal, o formal tem conhecimento adquirido através de treinamento específico e tem remuneração garantida, enquanto o informal geralmente é alguém da família, que não tem remuneração financeira pelas atividades desenvolvidas⁽⁸⁾.

O idoso com seu estado de saúde comprometido precisará da ajuda de alguém para realizar as atividades da vida, por mais simples que sejam, e na maioria das vezes quem assume esse papel é um familiar. São assumidas responsabilidades de suporte e assistência ao idoso, desde suas necessidades básicas, até outras atividades, como ir ao supermercado e realizar transações bancárias. Na maioria das vezes, o cuidado é realizado por filhas ou esposas, em tempo integral, sem revezamento com outros familiares. Essa dependência pode gerar uma sobrecarga ao cuidador e trazer fatores de risco à saúde, comprometendo sua qualidade de vida⁽⁹⁻¹⁰⁾.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, qualidade de vida corresponde à percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Inclui também sua saúde

física, psicológica, níveis de independência, relacionamento social, características ambientais e padrão espiritual⁽¹¹⁾.

As repercussões na vida do cuidador são inquestionáveis, a demanda de tempo na prestação de cuidados exige muito do mesmo, fazendo com que sua vida pessoal não receba a atenção necessária. Essa carga de exigência faz com que ele negligencie seu lazer, sua vida social e afetiva, sua saúde, e em alguns casos, seu trabalho remunerado, gerando problemas financeiros⁽¹²⁾.

Com o intuito de responder a esta indagação, estabelecemos como objetivo do estudo: analisar a produção científica à cerca da qualidade de vida dos cuidadores de idosos.

MÉTODO

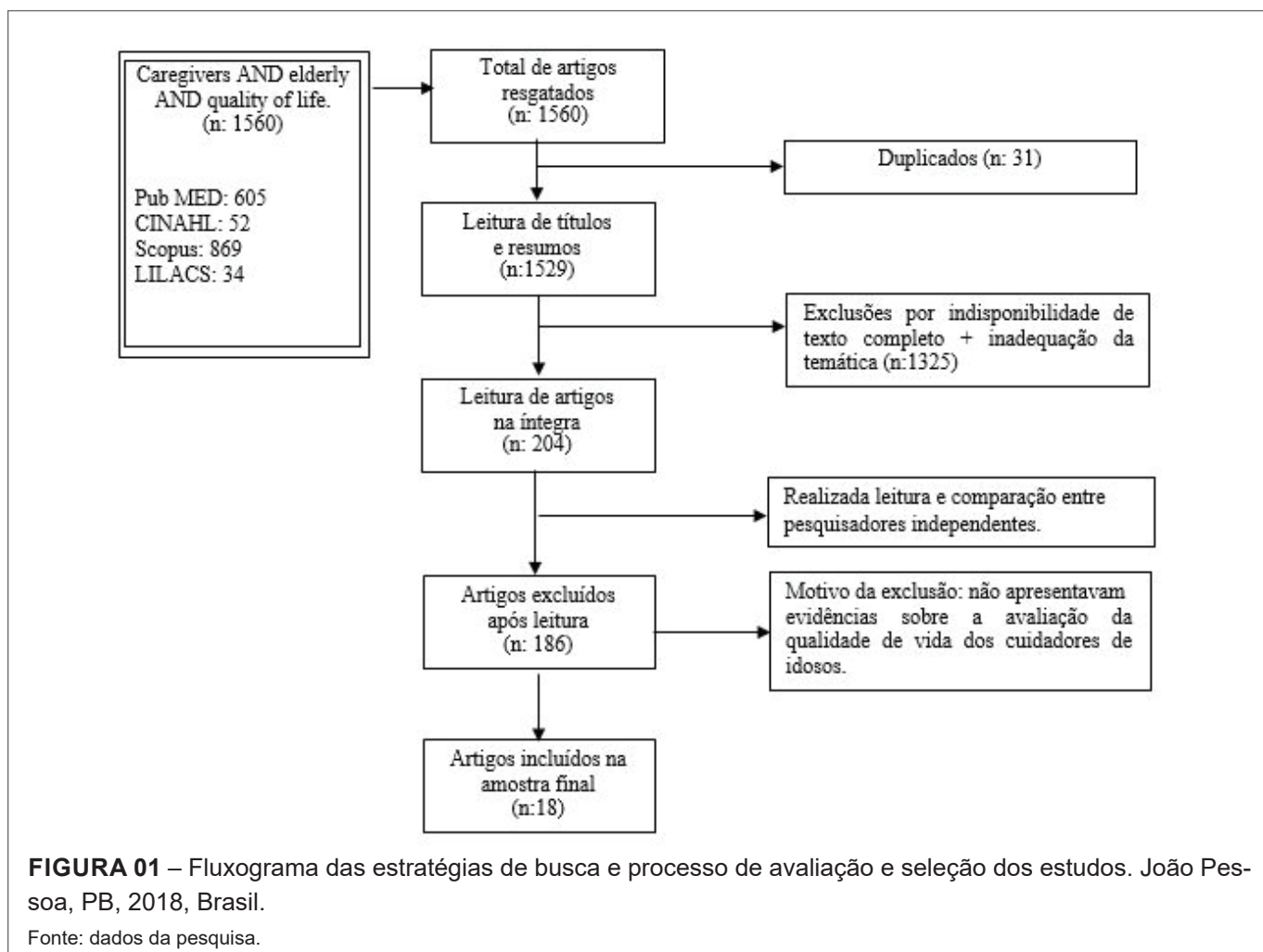
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica, considerada como um método de pesquisa que permite a busca, avaliação crítica e a síntese das evidências disponíveis do tema investigado. Inclui a análise de pesquisas relevantes no meio científico referente ao tema investigado, além de identificar lacunas do conhecimento que necessitam ser preenchidas por meio da realização de novas pesquisas⁽¹³⁾.

A construção da revisão integrativa teve como etapas: 1) formulação da questão norteadora; 2) busca em bases de dados primários; 3) seleção e categorização dos estudos; 4) avaliação dos estudos selecionados; 5) discussão e interpretação dos resultados; e 6) síntese do conhecimento com recomendação para a prática.

Para guiar o estudo, formulou-se a seguinte questão norteadora: Quais as evidências científicas à cerca da qualidade de vida dos cuidadores de idosos? A busca pelos artigos foi realizada nas bases de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS), American National Library of Medicine (PubMed), Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL), Elsevier B.V.(Scopus). Foram realizados cruzamentos com descritores indexados no MeSH Terms: ‘caregivers’, ‘elderly’ e ‘quality of life’ (Figura 01)

Os critérios para inclusão definidos para seleção dos artigos foram: estudos primários desenvolvidos com seres humanos; artigos referentes à qualidade de vida dos cuidadores da pessoa idosa mensurada por instrumentos validados; publicações em português, inglês e espanhol na íntegra e indexadas nos referidos bancos de dados no período de 2013 a 2018. O período definido deve-se ao fato de os estudos da área de saúde terem uma evolução constante, sendo primordial a sua atualização. Foram excluídos os artigos que não apresentaram evidências acerca da qualidade de vida dos cuidadores de idosos.

Para organizar os dados obtidos na etapa anterior, um quadro foi elaborado (Quadro 1), no qual foram identificadas variáveis referentes aos artigos selecionados: identificação da publicação (autores, periódico, ano), objetivos, tipo



de estudo, amostra e principais resultados. Os dados foram examinados por meio de análise descritiva, com o intuito de responder à questão norteadora da pesquisa e são apresentados no Quadro 1.

RESULTADOS

Foram encontrados inicialmente 1560 artigos. Após a retirada dos repetidos e dos que não atendiam aos critérios de inclusão, restaram 18 estudos para revisão. Na PubMed, 10; na CINAHL, nenhum artigo; na base de dados Scopus, 6; e na LILACS, 2.

Quanto à população dos estudos, 4 pesquisaram cuidadores informais de idosos de forma abrangente, 3 cuidadores de idosos com comprometimento da capacidade funcional, 5 analisaram cuidadores de idosos com demência ou Alzheimer e 2 pesquisaram cuidadores de idosos com algum tipo de deficiência. Outras populações estudadas, aparecendo em 1 artigo cada, foram: cuidadores informais de idosos após a reabilitação; que sofrem de câncer; portadores de doenças crônicas; e que desempenham a função de cuidador de outros idosos.

Com relação aos métodos dos estudos, foi identificado um estudo qualitativo⁽²³⁾, um estudo prospectivo⁽²⁵⁾, um estudo exploratório⁽²⁸⁾, um estudo do tipo seccio-

nal⁽¹⁴⁾, dois modelos integrativos de revisão da literatura⁽⁹⁻¹⁵⁾, um modelo de revisão sistemática da literatura⁽²⁶⁾ e os demais eram transversais.

Os artigos apresentados tiveram com principais resultados para influenciadores na qualidade de vida dos cuidadores: depressão⁽⁹⁻¹⁷⁻¹⁸⁻²⁷⁻²⁸⁻²⁹⁾; má qualidade do sono⁽⁹⁻²⁷⁻²⁹⁾; dificuldades de suporte social, financeiro, físico e na divisão de tarefas⁽⁹⁻¹⁹⁻²³⁻²⁶⁻²⁷⁾; falta de lazer e atividade física⁽⁹⁻¹⁵⁾; problemas de saúde pré-existentes nos cuidadores⁽⁹⁻²⁶⁾; e características sócio demográficas⁽¹⁴⁻²¹⁻²⁷⁻²⁸⁾.

DISCUSSÃO

Os estudos mostraram que o papel do cuidador de idosos é extremamente desgastante, as situações de estresse crônico vivenciadas pelos familiares, o impacto psicológico que o cuidado prolongado gera, dificuldades no manejo da doença, o grau de incapacidade, adaptações às mudanças e a própria característica das doenças progressivas podem eventualmente desencadear doenças psiquiátricas, como: depressão⁽⁹⁻¹⁷⁻¹⁸⁻²⁷⁻²⁸⁻²⁹⁾, ansiedade⁽⁹⁻¹⁸⁻²⁷⁻²⁸⁾, estresse e baixa satisfação com a vida. Sintomas depressivos aparecem como fator mais determinante da saúde física dos cuidadores em comparação com a população geral em termos globais⁽²⁸⁾.

QUADRO 01 – Caracterização dos estudos selecionados segundo identificação, objetivos, tipo de estudo, amostragem e principais resultados. João Pessoa, PB, Brasil, 2018

	Autores, Periódico, Ano / País	Objetivo	Tipo de Estudo	Amostra	Principais Resultados
E1 ⁽⁹⁾	Pereira LSM, Soares SM Ciência & Saúde Coletiva 2015 Brasil	Analisar as evidências disponíveis sobre os fatores que influenciam a qualidade de vida (QV) do cuidador familiar do idoso com demência.	Modelo integrativo de revisão da literatura	11 artigos	Fatores que influenciam a QV do cuidador familiar: depressão; má qualidade do sono; tipo de demência e sintomas neuropsiquiátricos; apoio, suporte social e acesso aos serviços de saúde; lazer; problemas de saúde pré-existentes; intervenções subsidiadas com treinamento para o cuidador e espiritualidade.
E2 ⁽¹⁴⁾	Reis LA et al Braz J Phys Ther 2013 Brasil	Avaliar a QV e os fatores associados em cuidadores de idosos com comprometimento da capacidade funcional.	Estudo seccional	40 cuidadores de idosos com comprometimento da capacidade funcional.	A maioria dos cuidadores são mulheres de baixa escolaridade; alta distribuição de problemas de saúde nos cuidadores; os Domínios Físicos e Meio ambiente foram os mais prejudicados, enquanto o psicológico foi o menos afetado. A QV dos cuidadores de idosos está bastante comprometida, principalmente no Domínio Físico naqueles que são o cuidador principal. A presença de sequelas e doenças esteve relacionada à diminuição de aspectos da QV.
E3 ⁽¹⁵⁾	Ferreira DC et al J Nurs UFPE on line 2014 Brasil	Analisar publicações sobre a QV dos cuidadores familiares de idosos com a doença de Alzheimer.	Estudo descritivo, tipo revisão integrativa da literatura.	12 artigos	Apresenta-se como fator negativo para a QV do cuidador familiar, a capacidade para atividade de lazer; como limitante a sobrecarga, comunicação no binômio cuidador/ idoso acometido e a falta de atividade física. A QV do cuidador é pior quando a capacidade funcional do idoso apresenta-se mais comprometida. Reforçada a importância do planejamento e de ações de enfermagem voltadas ao cuidador familiar.
E4 ⁽¹⁶⁾	Rocha ACO et al J Nurs UFPE on line 2015 Brasil	Conhecer a QV de idosos que desempenham a função de cuidadores de outros idosos, a partir da utilização do instrumento <i>WHOQOL-bref</i> .	Estudo descritivo, exploratório, transversal, com abordagem quantitativa	151 idosos cuidadores de outros idosos	A auto-avaliação da QV do idoso cuidador foi satisfatória; a média do domínio relações sociais trouxe maior contribuição para a QV; o domínio físico apresentou valores superiores em idosos que são cuidadores quando comparados a idosos que não exercem essa função; o domínio meio ambiente apresentou-se com os menores valores na avaliação da QV, portanto, é o domínio que necessita de maior intervenção.
E5 ⁽¹⁷⁾	Ornstein K et al Am J Geriatric Psychiatry 2013 EUA	Avaliar como os sintomas distintos de BPSD (sintomas comportamentais e psicológicos associados à demência), afetam os sintomas depressivos para cuidadores de pacientes com demência.	Análise transversal, longitudinal	160 pacientes que dispunham de cuidadores, recrutados de centros de transtorno de memória ou consultórios médicos privados.	Constatou-se que os sintomas depressivos do paciente apresentaram maior magnitude de efeito na depressão do cuidador; e que desenvolver e testar estratégias mais eficazes para o tratamento da depressão em pacientes com demência pode melhorar os resultados para o paciente e o cuidador.
E6 ⁽¹⁸⁾	Santos RL et al Arquivos de Neuro- Psiquiatria 2014 Brasil	Investigar a QV dos cuidadores de pacientes com demência leve e moderada; e os aspectos relacionados à QV.	Estudo transversal	88 pacientes primários (21 do sexo masculino) e pacientes com doença de Alzheimer (22 homens).	Os resultados mostraram que o fardo dos cuidadores e os sintomas depressivos estavam fortemente relacionados a QV de cuidadores, para os cuidadores de ambos os grupos de demência leve e moderada.

E7 ⁽¹⁹⁾	Bagne BM, Gasparino RC Revista de Enfermagem UERJ 2014 Brasil	Avaliar a QV do cuidador do portador da Doença de Alzheimer (DA) e sua relação com o nível de independência funcional do portador.	Estudo quantitativo, descritivo e transversal	123 prontuários de pacientes portadores de DA e 66 cuidadores	Os resultados demonstram a relação entre o domínio relações sociais e o apoio recebido pelo cuidador; relata a importância de que o cuidador receba apoio de seus familiares, visto que a sobrecarga decorrente da execução das tarefas, somada às dificuldades financeiras, de manejo com o portador da demência, cansaço físico e mental contribuem para o desencadeamento do estresse e consequente piora da QV.
E8 ⁽²⁰⁾	Rosina NEF et al Rev.latino Americano de Enf 2013 Brasil	Identificar a associação entre a capacidade funcional do idoso e a sobrecarga do cuidador.	Estudo descritivo, de corte transversal e de caráter quantitativo	178 idosos que apresentavam incapacidade funcional e seus cuidadores	A maioria dos cuidadores relatou sobrecarga moderada; os homens apresentaram maiores chances de menor sobrecarga do que as mulheres e quanto mais independente o idoso, maiores as chances de menor sobrecarga do cuidador.
E9 ⁽²¹⁾	Du J et al Medicine 2017 China	Investigar a QV entre cuidadores chineses de idosos com deficiência em Pequim; e para explorar os preditores de HRQoL dos cuidadores.	Estudo de corte transversal	766 cuidadores	A análise mostrou que cada bloco de variáveis independentes (características demográficas de adultos idosos com deficiência, características demográficas de cuidadores, contexto de cuidar e carga subjetiva de cuidador) contribuíram significativamente para a QV física e mental dos cuidadores. O fator de cuidador subjetivo explicou a maior quantidade de variância total em todas as subescalas de MH e a 2ª maior variação na maioria das subescalas físicas. Portanto, a carga subjetiva do cuidador foi o preditor mais forte da QV.
E10 ⁽²²⁾	Rodriguez-Perez M et al Health and Quality of life Outcomes 2017 Espanha	Analisar a relação entre estratégias de enfrentamento e dimensões da QV em cuidadores primários de parentes idosos dependentes.	Estudo descritivo transversal	86 cuidadores primários de idosos dependentes	O enfrentamento disfuncional (passivo ou evitativo) foi relacionado a uma pior QV na dimensão psicológica, enquanto as estratégias de enfrentamento centradas na emoção e socialmente suportadas foram associadas a uma qualidade superior da vida em dimensões psicológicas e ambientais, respectivamente. As dimensões físicas e relacionais da QV não estavam relacionadas ao tipo de enfrentamento.
E11 ⁽²³⁾	Thai JN et al Am J Hosp Palliat Care 2016 EUA	Gerar hipóteses sobre fatores que afetam as avaliações de QV para cuidadores informais de idosos (+65 anos) com incapacidade tardia.	Estudo qualitativo	Cuidadores de parentes mais velhos (+65 anos) com incapacidade.	O estudo mostrou que 52% dos cuidadores experimentaram um declínio na QV. Os fatores que afetaram a qualidade de vida dos cuidadores foram: social, emocional, físico e financeiro.
E12 ⁽²⁴⁾	Van Dam PH et al JAMDA 2017 Holanda	Descrever a QV de cuidadores informais após a reabilitação geriátrica e identificar os determinantes associados.	Estudo transversal com acompanhamento longitudinal	350 cuidadores informais (66,2% do sexo feminino, 63 anos de idade) e os seus receptores de cuidados (63,4% do sexo feminino, idade de 78 anos);	O estudo demonstrou que a proporção de cuidadores parceiros é grande (50,4%). A maioria dos cuidadores informais se sentiriam menos felizes se tivessem que parar suas tarefas de cuidados e entregar a responsabilidade para outra pessoa auto-escolhido. Saúde, felicidade e a carga antes da reabilitação geriátrica dos idosos, são citadas como fatores determinantes associados à QV dos cuidadores.
E13 ⁽²⁵⁾	Germain V et al Journal of Geriatric Oncology França 2016	Avaliar a sobrecarga percebida e a QV do cuidador principal de pacientes (≥70 anos) que sofrem de câncer e os preditores de QV dessa população.	Estudo multicêntrico prospectivo	98 pacientes (≥70 anos) e 96 cuidadores principais.	As pontuações de QV dos pacientes mostraram uma diminuição nas dimensões "papel emocional" e "dor corporal". Principais determinantes da qualidade de vida: <ul style="list-style-type: none"> Fatores inerentes ao cuidador principal (idade e sobrecarga percebida); Fatores inerentes ao doente (independência funcional).

E14 ⁽²⁶⁾	Ge L, Mordiffi SZ Cancer Nursing 2017 China	Identificar fatores associados com a elevada carga de cuidadores familiares de pacientes idosos.	Revisão sistemática da literatura	116 estudos	Os cuidadores familiares que estavam em uma idade mais jovem, experimentaram maior sofrimento psicológico induzido pelo cuidado, por suas atividades serem mais restritas e situação financeira menos segura do que os mais velhos.
E15 ⁽²⁷⁾	Hui X et al BMC Geriatr. 2016 China	Examinar a QV em cuidadores familiares de idosos com doenças crônicas; explorar os fatores demográficos e características de ambos, os idosos e seus cuidadores.	Estudo transversal	407 cuidadores familiares que cuidam de idosos com doenças crônicas.	Cuidadores familiares de idosos com doenças crônicas mostraram menor bem-estar mental e melhor estado físico. Características demográficas dos cuidadores contribuíram para melhor QV; a idade mais jovem, o casamento e o status da atividade da vida diária foram associados a uma pontuação dos componentes físicos alta. O estudo demonstrou a importância de abordar a saúde mental dos cuidadores familiares, e do apoio econômico e psicológico.
E16 ⁽²⁸⁾	Meiyan W et al PLoS One. 2016 China	Examinar a prevalência e os fatores relacionados à depressão entre os cuidadores informais femininos de idosos com deficiência.	Estudo exploratório	444 mulheres Uyghur e Cazaquianos, cuidadoras informais.	Os achados sugerem que as características demográficas dos cuidadores informais, o fardo dos cuidadores e o grau de deficiência e qualidade de vida das pessoas com deficiência apresentaram a correlação mais significativa com a emoção depressiva entre cuidadores informais das mulheres.
E17 ⁽²⁹⁾	Grun D et al J. Am. Med. Dir. Assoc Luxemburgo 2016	Investigar os fatores derivados do paciente e do cuidador que contribuem para a carga do cuidador.	Estudo transversal	59 pares de pacientes e seus cuidadores	O estudo demonstrou que os problemas do sono, a disfunção autonômica, bem como o comprometimento motor do paciente e os cuidados noturnos impactaram fortemente a carga do cuidador e a sua QV relacionada à saúde. Destaca o investimento em tempo considerável, incluindo a noite, e identifica a forte interação com o humor do cuidado. A gravidade da doença apenas influencia a carga do cuidador; a duração da doença não tem impacto negativo sobre a carga e QV do cuidador. Preocupações com a segurança dos pacientes aumentam diretamente o estresse mental do cuidador. Foi indiretamente confirmado links como ansiedade e depressão, presentes em 42% e 44%, respectivamente, dos cuidadores investigados. A maioria dos cuidadores neste estudo são esposas do sexo feminino
E18 ⁽³⁰⁾	Vaingankar J A et al Int Psychogeriatr. 2016 Cingapura	Descrever a participação nos cuidados, as necessidades de cuidados e a carga de cuidados entre cuidadores.	Estudo transversal	693 pares de adultos mais velhos (60 - 100 anos, com necessidades de cuidados) e cuidadores informais (21 - 88 anos).	A participação dos cuidadores informais foi maior em atividades relacionadas à comunicação (35,1%), alimentação (32%) e banho (21,1%). A necessidade de cuidados, a assistência com atividades da vida diária e a presença de sintomas comportamentais e psicológicos de demência foram significativamente maiores entre idosos com demência, resultando em maior participação nos cuidados destes pacientes.

Fonte: dados da pesquisa.

A depressão, muitas vezes, é desencadeada pelo fato dos cuidadores acreditarem que nada mudará, independente das ações que sejam tomadas por eles⁽¹⁸⁾. A depressão do paciente também tem sido relatada como preditor da depressão do cuidador⁽¹⁷⁾, sendo difícil para ele de lidar, pelas dificuldades que causa e pelo impacto

negativo que ela tem sobre a qualidade de vida, pois o paciente idoso é vislumbrado como sofredor. Sentimentos de desamparo e sofrimento emocional são temáticas enfatizadas em alguns estudos como um fator de risco para depressão do cuidador.

Nessa temática, alguns estudos analisados evidenciam

que uma má qualidade de sono⁽⁹⁻²⁷⁻²⁹⁾ entre os cuidadores de idosos está relacionada à interrupção constante do sono para a realização de tarefas inerentes à prestação adequada dos cuidados, além de preocupações com a segurança do idoso. Existe uma ligação robusta entre cuidados noturnos e a carga do cuidador, prejudicando a qualidade do sono e conseqüentemente a qualidade de vida⁽²⁹⁾.

Os estudos evidenciaram que a falta de apoio social e o apoio financeiro insuficiente⁽⁹⁻¹⁹⁻²³⁻²⁶⁻²⁷⁾ foram fatores que contribuíram para uma maior sobrecarga do cuidador. A sobrecarga financeira é fator gerador de estresse e desgaste físico, não só do cuidador, mas de toda a família, visto que o familiar cuidador geralmente tem problemas com falta de emprego, ao abandonar ou reduzir sua jornada de trabalho. O impacto nas relações familiares causado pelo cuidado ao idoso mostra-se intenso, como decorrência das alterações inevitáveis que envolvem afeto, finanças, relações de poder e outras variáveis. Desenvolve-se assim um processo de reorganização familiar, quando alguém deixa de executar tarefas pessoais, domésticas e sociais em prol do outro⁽⁹⁻¹⁹⁻²³⁾.

Dentre os estudos analisados, dois deles falam sobre a capacidade para atividade de lazer e atividade física⁽⁹⁻¹⁵⁾, fatores associados à qualidade de vida dos cuidadores, pois a sobrecarga vivenciada em seu cotidiano os limita a incluir esses programas em sua rotina diária. Mais horas de cuidado por semana e morar com o paciente influenciam negativamente a qualidade de vida do cuidador. Demonstra-se que o maior número de cuidadores são mulheres e que elas costumam sofrer mais impacto em razão das tarefas desempenhadas desgastantes, como a higiene do paciente, necessitando assim de uma forma de fortalecimento de seu corpo através da realização de atividade física, com a finalidade de proporcionar bem estar ao seu corpo, mais disposição e saúde⁽⁹⁻¹⁶⁾.

Este estudo detectou uma alta prevalência de problemas de saúde nos cuidadores⁽⁹⁻²⁶⁾, como os musculoesqueléticos, os transtornos mentais, a Hipertensão Arterial e as doenças cardiovasculares. Além disso, as atividades extenuantes e repetitivas, o ônus das tarefas e a necessidade de acordar à noite, bem como a obstinação dos idosos em desempenhar suas funções, contribuem para a deterioração do bem-estar físico e mental desses. Essa associação é bastante preocupante, especialmente considerando que as patologias apresentadas estão relacionadas à morbidade e mortalidade na população geral. A carga imposta aos cuidadores afetou diretamente sua qualidade de vida e estado de saúde⁽²⁶⁾.

As características sócio demográficas⁽¹⁴⁻²¹⁻²⁷⁻²⁸⁾ dos estudos incluíram idade, sexo, nacionalidade, profissão, renda familiar, estado civil, emprego atual e parentesco com os idosos.

Os estudos evidenciaram que quanto maior a idade do cuidador, pior é a sua qualidade de vida, pois com a idade

mais avançada, a chance deste possuir doenças crônicas é maior⁽²¹⁻²⁷⁾. No que se refere à nacionalidade, pode ser visto que em determinadas culturas, é obrigação cuidar dos parentes idosos⁽¹⁴⁻²¹⁻²⁷⁾. Nessas realidades, o cuidado é em tempo integral, exercido principalmente por mulheres, na maioria das vezes esposas e filhas, sem a ajuda dos demais integrantes da família. O tempo dedicado ao cuidado dos idosos limita esses cuidadores à prestação dessa assistência, assim impossibilitando-o de procurar cuidados médicos e ter um convívio social com outras pessoas⁽²⁷⁻²⁸⁾.

Uma maior renda financeira influencia positivamente na qualidade de vida dos cuidadores, pois há um maior investimento em gastos com a saúde desse cuidador e em equipamentos de saúde para os idosos, que podem diminuir o esforço durante a prestação de cuidados⁽²¹⁾.

A carga e o estresse de cumprir ambos os compromissos familiares e profissionais eram suficientemente grave para afetar os aspectos psicológicos e sociais da sua qualidade de vida pessoal, o que determina muitas vezes o abandono da profissão⁽²⁷⁾.

CONCLUSÃO

Com o aumento na taxa de envelhecimento, fica evidente que o número de cuidadores aumentará. E esses personagens, cada vez mais comuns no cotidiano do idoso, necessitam de uma atenção especial.

Através dos resultados e da discussão desta revisão, concluiu-se que as variáveis que interferem na qualidade de vida dos cuidadores de idosos são resultados de múltiplos fatores. Tais variáveis são afetadas por fatores simultâneos, como depressão, má qualidade do sono, tipo de dependência do idoso, condições financeiras, acesso aos serviços de saúde, lazer e problemas de saúde pré-existent. Através da pontuação e conhecimento destas, pôde-se compreender como e o quanto essa qualidade de vida é afetada, e assim implementar intervenções multidisciplinares que visam melhorar a vivência dos cuidadores.

Dentre as amostras encontradas, a maior parte era de cuidadores de pacientes portadores de doenças neurodegenerativas, implicando em uma maior dependência e sobretudo maior dedicação por parte de seus cuidadores.

Um olhar diferenciado, por parte da equipe de saúde que presta assistência ao idoso e ao seu cuidador, seja no ambiente domiciliar ou hospitalar, norteará a atenção para uma assistência mais humanizada, voltada também para os aspectos psicossociais atrelados ao cuidado e ao convívio com o idoso dependente de cuidados diários.

Em todos os artigos revisados ficou claro o prejuízo à saúde dos cuidadores, seja ela física, emocional ou financeira. Torna-se necessário criar políticas de saúde, que em tempo hábil possam prevenir e tratar as doenças características dessa população emergente que sofre com o descaso e o esquecimento dos governantes.

REFERÊNCIAS

1. Ministério dos Direitos Humanos. Dados sobre envelhecimento no Brasil. Brasília, DF. [Internet]. [acesso em 25 jan 2018]. Disponível em: <http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoa-idosa/dados-estatisticos>
2. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Mudança demográfica no Brasil no início do século XXI: subsídios para as projeções da população. Rio de Janeiro: IBGE; 2015.
3. Spalco JC, Tavares KO, Vieira L, Silva JR, Bastos CCCB. O dia a dia de cuidadores familiares de idosos dependentes. Revista Kairós Gerontologia. [Internet]. 2013 [acesso em 19 jan 2018]; 16(2). Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/19072>
4. Maciel AP, Luna PF, Almeida TTG, Carvalho EP. Qualidade de vida e estado nutricional de cuidadores de idosos dependentes. Revista Kairós: Gerontologia, [Internet]. 2015 [acesso em 19 jan 2018]; 18(4): 179-196. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/articulate/view/27751>
5. Miranda DP, Santos TD, Santo FHE, Chibante CLP, Barreto EA. Quedas em idosos em ambiente domiciliar: uma revisão integrativa. Revista Enfermagem Atual [Internet]. 2017 [acesso em 11 mai 2018]; edição especial. 120-129. Disponível em: http://revistaenfermagematual.com.br/revistas/revista_especial_17.pdf
6. Lobo LF, Puggina AC, Trovo MM. Estratégias de Humanização para o atendimento ao idoso hospitalizado: uma revisão integrativa. Revista Enfermagem Atual [Internet]. 2014 [acesso em 11 mai 2018]; 70(8):12-18. Disponível em: http://revistaenfermagematual.com.br/revistas/revista_8.pdf
7. Magliano RX, Silva JF, Miranda ML, Rodrigues GM, Gil CA. Estratégias de autocuidado usadas por cuidadores de idosos: análise de produção científica. Mudanças- Psicologia da saúde [Internet]. 2015 [acesso em 19 jan 2018]; 23(2). Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/view/6435>.
8. Carvalho CL, Ardore M, Castro LR. Cuidadores Familiares e o Envelhecimento da Pessoa com Deficiência Intelectual: Implicações na prestação de cuidados. Revista Kairós: Gerontologia [Internet]. 2015 [acesso em 19 Jan 2018]; 18(3): 333-352. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/27470>.
9. Pereira LSM, Soares SM. Fatores que influenciam a qualidade de vida do cuidador familiar do idoso com demência. Ciênc. saúde coletiva [Internet]. 2015 [acesso em 19 jan 2018]; 20(12): 3839-3851. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232015001203839&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-812320152012.15632014>.
10. Oliveira DC, D'Elboux MJ. Estudos nacionais sobre cuidadores familiares de idosos: revisão integrativa. Rev Bras Enferm [Internet]. 2012 [acesso em 19 jan 2018]; 65(5): 829-838. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?>
11. Carraro PFH, Magalhães CMC, Carvalho PD. Qualidade de vida de cuidadores de idosos com diagnóstico de Alzheimer e o emprego da acupuntura - Revisão de literatura. Mudanças-Psicologia da Saúde [Internet]. 2016 [acesso em 19 jan 2018]; 24(2). Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/view/6828>
12. Leite B, Camacho A, Queiroz R, Feliciano G. A vulnerabilidade dos cuidadores de idosos com demência: revisão integrativa. Cuidado é Fundamental Online [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 9(3): 888-892. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/4513>
13. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CMR. Revisão Integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm [Internet]. 2008 [acesso em 19 jan 2018]; 17(4). Disponível em: www.scielo.br/pdf/tce/v17n4/18.pdf
14. Reis LA, Santos KT, Reis LA, Gomes NP. Quality of life and associated factors for caregivers of functionally impaired elderly people. Braz. J. Phys. Ther. [Internet]. 2013 [acesso em 19 jan 2018]; 17(2):146-151. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-35552013000200146&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1413-35552012005000078>.
15. Ferreira DC, Aguiar VS, Meneses RV. Quality of life in the content of Family caregivers of elderly with Alzheimer: integrative review. Journal Of Nursing UFPE / Revista De Enfermagem UFPE [Internet]. 2014 [acesso em 19 jan 2018]; 8(8): 2883-2888. Disponível em: <http://web.bebcohostcom.ez15.periodicos.capes.gov.br/ehost/detail/detail?vid=6&sid=abc79cc1eca542d683fc6953df6823d6%40sessionmgr103&bdata=Jmxhbm9cHQYnmc210ZTllaG9zdCIsaXZl#AN=103983796&db=c8h>
16. Rocha ACO, Mota FRN, Silva MJ, Bonates LAM. Quality of life of elderly people who care for the elderly at home. Journal of Nursing UFPE / Revista de Enfermagem UFPE [Internet]. 2015 [acesso em 19 jan 2018]; 9(2): 548-557. Disponível em: <http://web.aebcohostcom.ez15.periodicos.capes.gov.br/ehost/detail/detail?vid=9&sid=998a29ad2e8c4bdbb92246874146efb2%40sessionmgr4010&bdata=Jmxhbm9cHQYnmc210ZTllaG9zdCIsaXZl#db=c8h&AN=103755075>
17. Ornstein K, Gaugler JE, Devanand DP, Scarmeas N, Zhu C, Stern Y. The differential impact of unique behavioral and psychological symptoms for the dementia caregiver: how and why do patients' individual symptom clusters impact caregiver depressive symptoms? Am J Geriatr Psychiatry [Internet]. 2013 [acesso em 19 jan 2018]; 21(12):1277-86. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3543497/>
18. Santos RL, Sousa MFB, Simões-Neto JP, Nogueira ML, Belfort TT, Torres B et al. Caregivers' quality of life in mild and moderate dementia. Arq. Neuro-Psiquiatr [Internet]. 2014 [acesso em 19 jan 2018]; 72(12):931-937. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pi

- d=S0004-282X2014001200931&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/0004-282X20140155>
19. Bagne BN, Gasparino RC. Qualidade de vida do cuidador do portador de Doença de Alzheimer. *Rev. Enferm. Very* [Internet]. 2014 [acesso em 19 jan 2018]; 22(2):258-263. Disponível em: <http://www.facen.uerj.br/v22n2/v22n2a18.pdf>
 20. Rosina NEF, Olimpo SN, Ferreira SJL. Associação entre a incapacidade funcional do idoso e a sobrecarga do cuidador familiar. *Rev. Latino-Am. Enfermagem* [Internet]. 2013 [acesso em 19 jan 2018]; 21(5):1096-1103. Disponível em: <http://www.scieli.br/scielo.php?>
 21. Du J, Shao S, Jin G-H, Qian C-G, Xu W, & Lu X-Q. Factors associated with health-related quality of life among family caregivers of disabled older adults: a cross-sectional study from Beijing. *Medicine* [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 96(44):84-89. Disponível em: <http://doi.org/10.1097/MD.00000000000008489>
 22. Rodriguez-Perez M, Abreu-Sandrez A, Rojas-Ocaña MJ, Del-Pino-Casado R. Coping strategies and quality of life in caregivers of dependent elderly relatives. *Health and Quality of life Outcomes* [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 15(71). Disponível em: <http://doi.org/10.1186/s12955-017-0634-08>
 23. Thai JN, Barnhart CE, Cagle J, Smith AK. Ir Just Consumes Your Life: Quality of Life for Informal caregivers of Diverse Older Adults With Late-Life Disability. *Am J Hosp Palliat Care* [Internet]. 2016 [acesso em 19 jan 2018]; 33(7):644-50. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25948041>
 24. Van Dam PH, Achterberg WP, Caljouw MAA. Care-Related Quality of Life of Informal Caregivers After Geriatric Rehabilitation. *Journal of the American Medical Directors Association* [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 18(3):259-264. Disponível em: [http://www.jamda.com/article/S1525-8610\(16\)30436-4/fulltext](http://www.jamda.com/article/S1525-8610(16)30436-4/fulltext)
 25. Germain V, Dabakuyo-Yonli TS, Marilier S, Putot A, Ben-grine-Lefevre L, Arveux P, et al. Management of elderly patients suffering from cancer: Assessment of perceived burden and of quality of life of primary caregivers. *Journal of Geriatric Oncology* [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 8(3):220-228. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27974265>
 26. Ge L, Mordiffi SZ. Factors Associated with Higher Caregiver Burden among Family Caregivers of Elderly Cancer Patients: A Systematic Review. *Cancer Nursing* [Internet]. 2017 [acesso em 19 jan 2018]; 40(6):471-478. Disponível em: <https://insightsovid.ez15.periodicos.capes.gov.br/crossref?an=00002820-201711000-00006>
 27. Hui X, Cheng C, Yisheng T, Jie Z, Delprino R, Jihui J, Yonggang S. Quality of life in Chinese family caregivers for elderly people with chronic diseases. *Health Qual Life Outcomes* [Internet]. 2016 [acesso em 2018 Jan 19]; 14(1):99. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27383848>
 28. Meiyang W, Bin H, Yuhuan W, Fuchen W, Xuefeng C, Wenting W et al. Depression among Low-Income Female Muslim Uyghur and Kazakh Informal Caregivers of Disabled Elders in Far Western China: Influence on the Caregivers' Burden and the Disabled Elders' Quality of Life. *PLOS ONE* [Internet]. 2016 [acesso em 19 jan 2018]; 11(5). Disponível em: <http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0156382>
 29. Grun D, Pieri V, Vaillant M, Diederich NJ. Contributory Factors to Caregiver Burden in Parkinson Disease. *J Am Med Dir Assoc* [Internet]. 2016 [acesso em 19 jan 2018]; 17(7):626-32. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27143237>
 30. Vaingankar J A, Chong SA, Abdin E, Picco L, Jeyagurunathan A, Zhang Y, et al. Care participation and burden among informal caregivers of older adults with care needs and associations with dementia. *International Psychogeriatrics* [Internet]. 2016 [acesso em 19 jan 2018]; 28(2). Disponível em: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26160998>