

NÍVEL DE SOBRECARGA SUBJETIVA EM CUIDADORES FORMAIS DE IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

SUBJECTIVE BURDEN AMONG ELDERLY FORMAL CAREGIVERS

NIVEL DE SOBRECARGA EN LOS CUIDADORES FORMALES DE ANCIANOS INSTITUCIONALIZADOS

*António Calha
Daniela Chambel*

Instituto Politécnico de Portalegre, Portugal

RESUMO

Introdução: Vários estudos têm demonstrado que a experiência de cuidador pode ser encarada como um fator crónico de stress para aqueles que prestam cuidados a idosos. Existem, no entanto, poucos estudos sobre sobrecarga de cuidadores em contextos formais de prestação de cuidados.

Objetivo: Identificar o impacto do cuidado a idosos na sobrecarga de cuidadores profissionais.

Métodos: Trata-se de uma investigação quantitativa, descritiva e correlacional com 52 participantes de dois lares de idosos do distrito de Portalegre. Para avaliar o nível de sobrecarga foi utilizada uma versão adaptada da escala de Zarit de Sobrecarga do Cuidador.

Resultados: O nível de sobrecarga subjetiva é relativamente elevado entre os cuidadores formais de idosos incluídos na amostra, situando-se a média em 2,31 (numa escala que varia entre 0, correspondente ao nível mais baixo de sobrecarga possível, e 4 correspondente ao nível mais elevado). Não foram identificadas diferenças estatisticamente significativas ($t(50)=1.401$; $p=0.167$) entre homens ($M=2.15$) e mulheres ($M=2.34$). Da mesma forma, não foram identificadas correlações estatisticamente significativas entre o nível de sobrecarga e a idade do cuidador ($r=-0.102$; $p=0.475$) e o número de filho(a)s $r=0.111$; $p=0.433$.

Conclusões: Estes resultados indiciam que a natureza do trabalho com idosos pode constituir uma variável independente na relação com o nível de sobrecarga. São necessário mais estudos que analisem a relação entre o nível subjetivo de sobrecarga e as características específicas dos contextos formais de prestação de cuidados a idosos.

Palavras-chaves: Cuidadores formais; Sobrecarga; Idosos

ABSTRACT

Introduction: Several studies have shown that the experience of caregiving can be perceived as a chronic stress for family and friends who provide care for elderly. There is, however, a lack of studies about burden in formal caregiving contexts.

Objective: identify the impact of elderly care on the burden of professional caregivers in two nursing homes.

Methods: This is a quantitative, descriptive and correlational study with 52 participants of two nursing homes from Portalegre district. An adapted version of the Zarit Caregiver Burden Interview (ZBI) was used to assess the level of formal caregiver burden. **Results:** The level of subjective burden is relatively high among formal care givers included in the sample, the average score of the adapted ZBI was 2.31 (in scale ranging between 0, meaning the minimum burden possible, and 4, meaning the maximum burden possible). No statistically significant differences ($t(50)=1.401$; $p=0.167$) were found between man ($M=2.15$) and woman ($M=2.34$). Also, there were not found statistically significant correlations between the adapted ZBI and age of the caregiver (Pearson's $r=-0.102$; $p=0.475$) and the number of sons/daughters (Pearson's $r=0.111$; $p=0.433$).

Conclusions: This results indicates that the nature of the work with elderly people can be an independent variable in relation to burden level. Future studies are needed in order to identify possible relations between subjective burden and the specific characteristics of formal care.

Keywords: Formal Caregivers; Burden; Elderly

RESUMEN

Introducción: Varios estudios han demostrado que la experiencia de cuidador puede ser vista como un factor de estrés crónico para los que cuidan de los ancianos. Hay, sin embargo, pocos estudios sobre la carga de los cuidadores en contextos formales de cuidado.

Objetivo: Identificar el impacto del cuidado de los ancianos en la sobrecarga de los cuidadores profesionales.

Métodos: Se trata de una investigación cuantitativa, descriptiva y correlacional con 52 participantes de dos hogares de ancianos en el distrito de Portalegre. Para evaluar el nivel de sobrecarga se utilizó una versión adaptada de la escala de sobrecarga del cuidador de Zarit.

Resultados: El nivel de carga subjetiva es relativamente alta entre los cuidadores formales de las personas mayores incluídos en la muestra, se registró una media de 2,31 (en una escala que va desde 0, que corresponde al nivel más bajo posible de la escala, y 4 que corresponde al nivel más alto). No se identificaron diferencias estadísticamente significativas ($t(50)=1.401$; $p=0.167$) entre los hombres ($M=2.15$) y mujeres ($M=2.34$). Del mismo modo, se identificaron correlaciones estadísticamente significativas entre el nivel de sobrecarga y la edad del cuidador ($r=-0.102$, $p=0.475$) y el número hijos ($r=0.111$; $p=0.433$).

Conclusiones: Estos resultados sugieren que la naturaleza del trabajo con los ancianos puede ser una variable independiente en relación con el nivel de sobrecarga. Son necesarios más estudios para examinar la relación entre el nivel subjetivo de la sobrecarga y de las características específicas de los contextos formales de atención a las personas mayores.

Palabras Clave: Cuidadores formales; Sobrecarga; Ancianos

INTRODUÇÃO

As estruturas residenciais para idosos, à semelhança de qualquer outra organização, são fundamentalmente constituídas por pessoas, nomeadamente os idosos, o pessoal técnico, os familiares, bem como por toda a comunidade que se encontra ao seu redor. Neste tipo de valências, a qualidade da assistência humana é preponderante dada a sua importância no ato de cuidar. A qualidade de intervenção prestada nestas instituições tem inerente um conjunto de fatores tão díspares como a política da instituição, a gestão, o pessoal técnico, o nível de qualificação dos colaboradores ou o desenvolvimento de formações internas.

Conhecer as instituições de apoio a idosos e, sobretudo, as características dos profissionais que as integram constitui um elemento fundamental no delineamento de estratégias que permitam melhorar a qualidade e a eficácia dos serviços prestados. Desse modo o objetivo desta investigação é avaliar o nível de sobrecarga de cuidadores formais de idosos institucionalizados e identificar se esse nível é determinado por diferentes características individuais do cuidador.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Pela natureza do seu trabalho os cuidadores formais de idosos constituem um grupo profissional particularmente vulnerável ao desenvolvimento de sintomatologia física e psíquica (Saúde, 2013). Vários autores têm identificado como a sobrecarga e o desenvolvimento de situações de desgaste e mesmo de burnout atinge estes profissionais (Zamora & Sánchez, 2008). A investigação de Monteiro, Queirós & Marques (2014) identifica que a diminuição da empatia e desmotivação dos colaboradores constituem fatores preponderantes no surgimento do burnout, interferindo no ato de cuidar. Assim, é a natureza da tarefa e o ambiente organizacional que maior influência têm na manifestação de fenómenos de exaustão emocional. Vicente & Oliveira (2015) elencam vários fatores particularmente relevantes: a dificuldade em lidar com a fragilidade em que se encontra o idoso; o impacto da proximidade da morte; as situações de conflitos interpessoais na organização e a desconcórdia entre o investimento do cuidador no trabalho e a retribuição por parte da organização. Por seu lado, a investigação de Barbosa, Cruz, Figueiredo, Marques, & Sousa (2011) identifica como principais dificuldades apresentadas pelos cuidadores formais: a interação com o utente; o desconhecimento da doença; a falta de tempo e de recursos humanos; o impacto emocional e físico; a dificuldade de organização; o planeamento de atividades e a interação com a família dos utentes.

A escassez de recursos materiais e humanos, o aumento excessivo da carga de trabalho, a falta de preparação profissional e a rigidez administrativa constituem alguns dos fatores que favorecem o aumento da fadiga e a falta de motivação para continuar a trabalhar e, consequentemente, podem traduzir-se em atitudes negativas dos funcionários para com os idosos (Amaro, 2013). Deste modo, devido à importância do pessoal técnico nestas instituições, e das funções que desempenham diariamente, torna-se necessário a criação de medidas preventivas do excesso de sobrecarga dos colaboradores e das suas consequências. Essa é uma forma de prevenção de situações de abuso em idosos institucionalizados

2. MÉTODOS

Trata-se de uma investigação quantitativa, descritiva e correlacional com 52 participantes de dois lares de idosos do distrito de Portalegre.

2.1 Amostra

Trata-se de uma amostra por conveniência (não probabilística). A amostra deste estudo, constituída por 52 cuidadores formais, é marcada por um número expressivo de mulheres (86.5%). Em relação ao de nível de instrução, 21.2% dos inquiridos frequentou o ensino superior, mas a maioria tem habilitações iguais ou inferiores ao 3º ciclo de escolaridade (73.1%). No que respeita à situação conjugal predominam os cuidadores na situação de casados com uma percentagem de 53.8%, seguido das situações de união de facto e de solteiro, ambas com 14.5%, e das situações de divorciado e viúvo com 11.5% e 1.9% respetivamente.

2.2 Instrumentos de recolha de dados

Face ao objetivo da investigação foi utilizado um questionário para recolher os dados utilizados na análise. As questões foram elaboradas com o objetivo de avaliar o nível de sobrecarga de cuidadores formais de idosos. O questionário foi aplicado durante os meses de Maio e Junho de 2015. Para determinar o nível de sobrecarga recorreu-se à escala de Zarit adaptada aos cuidadores formais por Canon & Novelli (2012).

A escala de Zarit, na sua versão original, conta com 22 questões que avaliam, a saúde, vida social e pessoal, situação financeira,

bem-estar emocional, relações interpessoais e o meio-ambiente do cuidador informal. O score da respetiva escala varia de 0 a 88. Quanto maior o score maior o nível de sobrecarga (Scafuzza, 2002). A adaptação da escala por Canon & Novelli (2012) traduziu-se na exclusão de duas das questões originais, por se tratar de questões de relacionadas com a vida familiar, na modificação de cinco questões, adaptando-as ao contexto do cuidador formal, nas 15 questões restantes a palavra familiar foi substituída pela palavra idoso. Os inquiridos foram solicitados a responder às questões através de uma escala de tipo likert, com uma gradação semântica de cinco pontos variando entre 0 (correspondente a nunca) e 4 (correspondente a quase sempre).

2.3 Critérios de Inclusão

Como critério de inclusão na amostra considerou-se exclusivamente o facto de o inquirido ter uma relação jurídica de natureza profissional com as instituições.

2.4 Procedimentos

Refira-se que o estudo cumpriu os princípios éticos que orientam a investigação científica. No processo de recolha dos dados os participantes foram devidamente informados dos objetivos da investigação e acederam voluntariamente a participar no estudo. Foi, igualmente, garantido e respeitado o anonimato de todos os participantes.

Na análise dos dados foi utilizado o programa informático SPSS versão 19, tendo por referência, na interpretação dos resultados, um valor de significância $p < 0.05$.

3. RESULTADOS

Apresentam-se, na tabela 1, os resultados obtidos junto dos 52 cuidadores formais de idosos relativamente a cada uma das questões que constituem a escala de Zarit modificada. Os valores apresentados correspondem à média das respostas numa escala que varia entre 0, nível mais baixo de sobrecarga, e 4, nível mais elevado. Como se pode verificar, os aspetos do cuidar que provocam maior nível de sobrecarga relacionam-se com a dependência do idoso relativamente ao cuidador bem como com a sua expectativa e exigência de cuidados.

Tabela 1 – Nível médio de sobrecarga sentida pelos inquiridos relativamente a cada questão da escala de Zarit modificada

	N.	M	d.p.
Sente que os idosos solicitam mais ajuda do que necessitam	52	3.08	0.589
Sente que não tem tempo para realizar as suas tarefas devido ao idoso	52	2.56	0.958
Sente-se tenso quando tem de cuidar do idoso e tem outras tarefas para fazer	52	2.25	0.988
Sente-se envergonhado pelo comportamento do idoso	51	1.41	0.638
Sente-se irritado quando está junto do idoso	52	1.12	0.379
Sente que o idoso afeta negativamente o seu relacionamento com os colegas	52	1.38	0.718
Tem receio pelo futuro destinado ao idoso	52	3.08	0.813
Considera que o idoso está dependente de si	52	3.38	0.745
Sente-se esgotado quando tem que estar junto do idoso	52	1.48	0.671
Vê a sua saúde afetada por ter de cuidar do idoso	52	1.75	0.968
Sente que o idoso espera que cuide dele como se fosse o único	52	3.15	0.802
Sente que o idoso só pode contar consigo para cuidar	52	3.02	0.939
Sente que o salário não equivale à sua dedicação neste trabalho	51	3.06	1.008
Sente-se incapaz de cuidar por muito mais tempo	52	2.56	1.725
Deixou de realizar atividades de lazer desde que iniciou este trabalho	52	1.94	1.056
Desejaria entregar o idoso ao cuidado de outros	52	2.69	0.701
Sente-se inseguro acerca do que deve fazer com o idoso	52	1.60	0.823

Sente que poderia fazer mais	52	2.79	0.893
Considera que poderia cuidar melhor	52	2.27	1.087
Sente-se sobrecarregado por ter que cuidar	52	1.81	0.951

O cálculo do valor do Alpha de Cronbach (0,754) evidencia uma consistência interna alta entre as vinte variáveis que constituem a escala de Zarit modificada. Esse facto possibilitou a criação de uma nova variável composta referente ao índice de sobrecarga dos cuidadores formais de idosos dependentes. Este índice, construído a partir do cálculo da média das respostas dos inquiridos às vinte questões, tem uma amplitude de variação entre 0 e 4, idêntica à descrita anteriormente.

Na tabela 2 são apresentados os valores médios de sobrecarga nos diferentes grupos de análise considerados. Como se pode observar o nível médio de sobrecarga é relativamente elevado entre os cuidadores inquiridos ($M=2.31$). Tendo em conta a dimensão da amostra optou-se por recorrer a testes não-paramétricos para testar a existência de diferenças nos níveis de sobrecarga entre os cuidadores. Da análise realizada não se identificaram diferenças estatisticamente significativas entre: homens e mulheres ($U=105.5$; $p=0.163$); entre os diversos grupos etários ($\chi^2_{KW(3)}= 6.267$; $p=0.099$); entre os diferentes estados civis ($\chi^2_{KW(4)}= 2.92$; $p=0.571$); entre o número de filhos ($\chi^2_{KW(3)}= 1.710$; $p=0.635$) e entre os cuidadores com e sem pessoas dependentes a cargo, para além dos filhos, ($U=100$; $p=0.276$).

Tabela 2 – Nível médio de sobrecarga e respetivo desvio-padrão segundo variáveis caracterizadoras dos cuidadores formais de idosos

	N.	M (d.p)	
Nível médio de sobrecarga	52	2.31 (0.34)	
Sexo			
Masculino	7	2.15 (0.34)	$U=105.5$; $p=0.163$
Feminino	45	2.34 (0.29)	
Grupo etário			
21-30 anos	9	2.21 (0,38)	$\chi^2_{KW(3)} = 6.267$; $p=0.099$
31-40 anos	19	2.36 (0,36)	
41-50 anos	15	2.40 (0,25)	
51-60 anos	8	2.10 (0,29)	
Estado civil			
Solteiro	8	2.19 (0.34)	$\chi^2_{KW(4)} = 2.92$; $p=0.571$
Casado	28	2.35 (0.33)	
União de facto	8	2.43 (0.33)	
Divorciado	6	2.31 (0.31)	
Viúvo	1	2.25 -	
Número de filhos			
0 filhos	16	2.28 (0.40)	$\chi^2_{KW(3)} = 1.710$; $p=0.635$
1 filho	21	2.31 (0.35)	
2 filhos	14	2.34 (0.26)	
3 filhos	1	2.65 -	
Existência de pessoas dependentes a cargo (para além dos filhos)			
Sim	6	2.45 (0.28)	$U=100$; $p=0.276$
Não	46	2.30 (0.35)	

4. DISCUSSÃO

Vários estudos têm revelado que a prestação de cuidados a pessoas idosas dependentes tem repercussões pessoais, nomeadamente ao nível da sobrecarga do cuidador (Scazufca, 2002; Santos, 2005; Sequeira, 2006). Os problemas que derivam de um excesso de sobrecarga, como o burnout, são frequentemente observados em profissionais que trabalham na área assistencial, em contato direto e frequente com a clientela na prestação de serviço (Ruiz & Silva, 2009). Os resultados obtidos nesta investigação revelam que apesar de o nível de sobrecarga ser superior entre as mulheres que entre os homens, essa diferença não é estatisticamente significativa. Outras investigações, realizadas na mesma área, têm corroborado estes resultados reportando que não existe diferenças entre homens e mulheres cuidadores no que diz respeito aos níveis de sobrecarga (Martins, 2006). Como referem Roig, Abengózar & Serra (1998), entre homens e mulheres, é semelhante o nível de responsabilidade em assumir o cuidado. Ainda assim, outros estudos concluem que os cuidadores homens evidenciam menor sobrecarga emocional (Marques, 2007) e que o papel de cuidador se torna mais stressante nas mulheres em resultado do seu maior investimento nas relações interpessoais, expondo-as a mais conflitos de papéis.

No que diz respeito à idade, os resultados evidenciam a não existência de diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes grupos etários. Analisando a correlação entre a idade do cuidador e o nível de sobrecarga ($r=-0.102$; $p=0.475$) conclui-se, igualmente que esta não se revela estatisticamente significativa. Resultados diferentes foram obtidos por Martins (2006) que identifica a idade como uma variável associada à percepção da sobrecarga. Por seu lado a investigação de Marques (2007), sobre cuidadores de doentes com AVC, identifica uma relação de sentido negativo entre as variáveis idade e sobrecarga, ou seja, os cuidadores mais novos tendem a evidenciar maior nível de sobrecarga.

Os resultados apresentados na tabela 2 permitem igualmente constatar que os cuidadores casados e em situação de união de facto apresentam um nível superior de sobrecarga, ainda assim, as diferenças não se revelam estatisticamente significativas quando comparados com cuidadores com outro estado civil.

Relativamente à existência de filhos, foi possível constatar que os cuidadores com maior número de filhos apresentam um nível médio de sobrecarga superior. Ainda assim, a diferença identificada entre os grupos considerados não se revela estatisticamente significativa, bem como a correlação entre o número de filhos e o nível de sobrecarga ($r=0.111$; $p=0.433$). Também as diferenças entre os cuidadores com e sem pessoas dependentes a cargo (para além dos filhos) se revelaram não significativas, apesar do nível de sobrecarga ser superior entre aqueles que têm pessoas dependentes a cargo. Como conclui Martins (2006) o desempenho do papel de cuidador de forma contínua pode gerar conflitos resultantes da difícil conjugação entre a vida profissional, pessoal e familiar dos cuidadores, podendo conduzir situações de exaustão ou de depressão.

5. CONCLUSÕES

Esta investigação visou a análise de alguns preditores da sobrecarga de cuidadores formais de idosos. Os resultados revelaram um nível relativamente elevado de sobrecarga nestes profissionais. Nenhuma das variáveis consideradas na análise (sexo, idade, estado civil, número de filhos e existência de pessoas dependentes) se revelou preditiva do nível de sobrecarga dos cuidadores. Estes resultados indicam que a natureza do trabalho de cuidador pode constituir um fator preditivo do fenómeno de sobrecarga. Assim, evidencia-se a necessidade de estudos futuros que analisem a relação entre o nível subjetivo de sobrecarga e as características específicas dos contextos formais de prestação de cuidados a idosos.

6. CONFLITO DE INTERESSES

Não existem conflitos de interesse.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amaro, M. (2013). A Transformação da Identidade em Idosos Institucionalizados - Um Estudo de Casos Múltiplos. (Tese de Mestrado). Bragança: Instituto Politécnico de Bragança.
- Barbosa, A., Cruz, J., Figueiredo, D. Marques, A. & Sousa, L. (2011). Cuidar de idosos com demência, dificuldades e necessidades percebidas pelos cuidadores formais, *Revista Psicologia, Saúde & Doenças*, 12(1), 119-129.
- Canon, M. & Novelli, M. (2012). Identificação dos sintomas comportamentais e psicológicos em idosos moradores de uma Instituição de Longa Permanência. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 23 (1), 72-80. DOI: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v23i1p72-80>

Marques, S. (2007) Os Cuidadores Informais de Doentes com Acidente Vascular Cerebral. Coimbra: Formasau.

Martins, R. M. (2006). Envelhecimento e políticas sociais. *Millenium*, 32, 126-140.

Roig, M.; Abengózar, M. & Serra, E. (1998) La sobrecarga en los cuidadores principales de enfermos de Alzheimer. *Anales de Psicología*. 14 (2), 215-227.

Monteiro, B., Queirós, C., & Marques, A. (2014). Empatia e engagement como preditores do burnout em cuidadores formais de idosos. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 15(1), 2-11.

Ruiz, L. M., & da Silva, N. R. (2009). Indicadores de burnout em docentes de terapia ocupacional: um estudo piloto. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 20(2), 101-109. DOI: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v20i2p101-109>

Scazufca, M. (2002). Brazilian Version of the Burden Interview Scale for the assesment of Burden of Care in Carers of People with Mental illnesses. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 24 (1), 12-7. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462002000100006>

Santos, P. (2005) O familiar cuidador em ambiente domiciliário: sobrecarga física, emocional e social. (Tese de mestrado). Lisboa: Universidade Nova de Lisboa.

Saúde, S. (2013) Qualidade de vida e saúde mental em cuidadores formais de idosos. (Tese de Mestrado). Aveiro: Universidade de Aveiro.

Sequeira, C. (2006) Da necessidade do cuidado às consequências do cuidar. In Leal, I.; Ribeiro, J. P. ; Jesus, S., (ed.) *Actas do 6º Congresso Nacional da Psicologia da Saúde – Saúde Bem-estar e Qualidade de Vida*. Lisboa: ISPA.

Vicente, C. S., & Oliveira, R. A. (2015). Burnout em Cuidadores Formais de Idosos e Doentes Crónicos Atualidades. *Psychology, Community & Health*, 4(3), 132.

Zamora, Z., & Sánchez, Y. (2008). Percepción de sobrecarga y nivel de burnout en cuidadores formales del adulto mayor institucionalizado. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13(1), 127-142.