

# **RELAÇÃO ENTRE A SOBRECARGA E O ESTADO NUTRICIONAL DE CUIDADORES INFORMAIS DE IDOSOS ACAMADOS**

**Palavras-Chave: CUIDADORES, FARDAMENTO DO CUIDADOR, ESTADO NUTRICIONAL, FAMÍLIA**

**Autores/as:**

**MARIA PAULA ALTIMARI CARDOSO [UNICAMP]**

**Orientadoras:**

**Prof.ª Dr.ª LIGIANA PIRES CORONA [UNICAMP]**

**Prof.ª Dr.ª DANIELLA PIRES NUNES [UNICAMP]**

---

## **INTRODUÇÃO:**

Uma parcela de idosos pode apresentar comprometimento na habilidade funcional, requerendo o auxílio de um cuidador. Os cuidadores podem ser classificados quanto à remuneração em “formais”, em que há formação específica para o trabalho; e “informais”, os quais normalmente possuem algum tipo de relação ou vínculo com o idoso, como um familiar ou vizinho [5].

Mesmo diante de tais divisões, o atual sistema de prestação de cuidados a longo prazo ainda é profundamente dependente da informalidade, ocasionando muitas vezes a falta de auxílio, apoio e até mesmo treinamento necessários ao cuidador para a realização de suas tarefas [16]. Além disso, o papel de cuidado influencia negativamente a qualidade de vida desses indivíduos, além de gerar sobrecarga, pois a maioria das atividades ainda é majoritariamente exercida pelo cuidador principal; esse contexto pode gerar quadros de distanciamento social, adoecimento e complicações financeiras ao mesmo [12].

No que se refere ao estado nutricional dos cuidadores, estudos revelam a predominância do sobrepeso e obesidade, um dos maiores fatores de risco para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), impactando tanto na qualidade quanto na duração da vida [6, 14, 17]. Outros estudos demonstram também que a maioria destes afirmam já apresentar algum tipo de DCNT, como hipertensão arterial, lombalgia, dores articulares e diabetes. Ademais, a maioria dessas pessoas realiza mudanças em sua rotina para dedicar-se ao cuidado do idoso [11, 1].

Tendo em vista o crescimento no número de idosos dependentes a importância deste estudo dá-se ao passo de que esse grupo necessita de cuidadores e nota-se a iminente carência do desenvolvimento de intervenções especialmente destinadas a eles [2]. Portanto, essa pesquisa avaliou a relação entre a sobrecarga e o estado nutricional dessa parcela de indivíduos, a fim de contribuir com tal necessidade.

## **METODOLOGIA:**

Estudo transversal e quantitativo realizado no município de Palmas - TO com o total de 61 cuidadores avaliados, destes 52 familiares. O critério de inclusão dos cuidadores para participação no estudo foi idade igual ou superior a 18 anos, e o de exclusão a não localização no domicílio após três tentativas. Para a presente análise, foram também excluídos 11 cuidadores que não tinham dados de peso e estatura, portando o n final é de 41 participantes.

### **Coleta de dados**

Aplicou-se um questionário destinado ao cuidador contendo diversas variáveis sociodemográficas, estilo de vida, condições de saúde e de cuidado. A variável dependente do estudo foi o estado nutricional dos cuidadores, classificado segundo índice de massa corporal (IMC). Considerou-se eutrófico o indivíduo adulto com IMC maior ou igual a 18,5 kg/m<sup>2</sup> e menor ou igual a 24,9 kg/m<sup>2</sup>, já em excesso de peso aqueles com valores maiores ou iguais a 25 kg/m<sup>2</sup>. Já o idoso com IMC menor ou igual a 22 kg/m<sup>2</sup> foi classificado como baixo peso, eutrófico entre 22 e 27kg/m<sup>2</sup> e maior ou igual a 27kg/m<sup>2</sup>, em sobrepeso [4]. Como não houve nenhum participante classificado como baixo peso, esta categoria foi suprimida das análises, e a variável foi tratada como dicotômica em dois grupos – peso adequado e excesso de peso.

### **Variáveis do estudo**

A variável de interesse é o nível de sobrecarga do cuidador, identificado pela Escala *Zarit Burden Interview* (ZBI) adaptada e validada no Brasil [18], tida como um aparato confiável para avaliação da sobrecarga do cuidador. Ela é composta por 22 itens categorizados de zero (nunca) a quatro (sempre) pontos, totalizando um total de 88 pontos que retratam o nível de tensão (sobrecarga) do cuidador. Quanto maior a pontuação, maior a sobrecarga identificada no cuidador [19]. As variáveis independentes incluídas foram sexo, idade, estado marital, renda, tempo dedicado ao cuidado e se necessita de ajuda ou não para tal atividade. Além disso, multimorbidade e polifarmácia também foram avaliados, assim como a prática de atividade física em que foi considerado sedentário o indivíduo que pratica menos de 150 minutos de exercícios semanalmente [15]. Já sobre o consumo de álcool, outra variável analisada, o baixo consumo foi definido como menor de uma vez por semana e moderado ou alto, uma ou mais vezes na semana [21].

### **Análise dos dados**

Os escores médios de sobrecarga de cuidado foram calculados segundo as categorias de IMC (eutrofia e excesso de peso). Como a variável não aderiu à distribuição normal, as diferenças entre os grupos foram estimadas utilizando-se o teste de Mann–Whitney. As análises foram realizadas no software STATA, versão 17.0, adotando-se nível de significância de 5%.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO:**

A maioria dos cuidadores entrevistados são mulheres (80,5%), com menos de 60 anos (78,0%) e com companheiro (70,7%). Esse grupo no geral apresenta renda igual ou inferior a um salário

mínimo (70,8%) e dedica mais de 12 horas diárias ao cuidado (80,5%). Além disso, a maior parte também já soma mais de 4 anos de tempo de cuidado (53,7%) e necessita de ajuda para exercer essa atividade (65,9%). Tais resultados corroboram com o que é encontrado na literatura sobre o tema: o cuidado predominantemente feminino e composto por pessoas de idade inferior a 60 anos [7, 8, 9].

Em relação ao estado nutricional dos participantes, verificou-se alta prevalência de cuidadores com menos de 60 anos em excesso de peso (68,8%), e predomínio do excesso de peso no sexo feminino (63,6%) se comparado ao masculino (62,5%). Também, a maioria dos cuidadores avaliados (82,9%) apresentou alteração na relação cintura-quadril (RCQ), utilizada em avaliação e predição de risco cardiovascular [13], e na circunferência de cintura (61,0%). Este resultado está em consonância com dados nacionais. De forma geral, nos últimos anos houve um aumento na média de ganho de peso e alteração no estado nutricional dos adultos brasileiros com maior tendência linear, temporal e positiva nas mulheres, tendo esses aspectos relação com o latente processo de transição nutricional [3], este marcado pelo aumento do excesso de peso em todas as idades e rendas, além do declínio da desnutrição [6].

De acordo com a Tabela 1, observa-se que, apesar dos cuidadores com excesso de peso terem apresentado maiores escores de sobrecarga, não houve diferença estatística entre os grupos. No entanto, a maior prevalência do excesso de peso nos cuidadores vai de encontro com outros achados e pode demonstrar a negligência ao autocuidado frente às atividades de cuidado [11]. Sabe-se que a situação de sobrecarga no cuidar é habitual aos familiares que prestam tal função [20] e que a geração de sobrecarga no cuidado aos idosos ocorre principalmente quando o idoso é dependente, o cuidador principal não possui uma rede de apoio e está sob estresse. Além disso, é possível afirmar que quanto maior o grau de dependência do idoso, maior a sobrecarga de seu cuidador [10].

*Tabela 1 – Valores médios, medianos, mínimos e máximos de escores de sobrecarga de cuidado em cuidadores de idosos acamados. Palmas, TO, 2020-2022. (n = 41)*

<b>Sobrecarga de cuidado</b>	<b>Total</b>	<b>Eutrofia</b>	<b>Excesso de peso</b>	<b>Valor p</b>
Média (DP)	27,0 (15,2)	22,9 (16,2)	29,4 (14,3)	
Mediana	26,0	24,0	28,5	0,160
Valores mínimo-máximo	0 - 68	0 - 52	6 - 68	

O presente trabalho possui algumas limitações, como a especificidade do grupo analisado (cuidadores familiares de idosos dependentes) e a não possibilidade de expansão de resultados aos demais cuidadores. Além disso, a amostra de tamanho limitado pode ter atenuado as associações estatísticas. No entanto, são diversas as potencialidades envolvidas, como os benefícios ao município de Palmas que virão da avaliação e caracterização dos cuidadores de idosos acamados da região, como o direcionamento de ações destinadas especificamente ao cuidador e sua saúde. Além disso, os meios utilizados pelo estudo para avaliação do estado nutricional, como o IMC e indicadores

antropométricos têm muitos benefícios, como o menor custo, simplicidade de aplicação e não invasão ao indivíduo [4].

## CONCLUSÕES:

Não foram identificadas diferenças estatísticas significativas entre os escores de sobrecarga entre cuidadores eutróficos e em excesso de peso ou entre estado nutricional e as características sociodemográficas e de cuidado. No entanto, os resultados obtidos corroboram com o que é encontrado na literatura sobre o perfil sociodemográfico de cuidadores familiares de idosos e seu estado nutricional. Além disso, os dados trazem à luz importantes discussões sobre a necessidade do direcionamento de atenção e políticas públicas especiais aos cuidadores de idosos, principalmente considerando a vulnerabilidade dessas figuras e o fato de estarem sujeitos a complicações ou enfermidades, promovendo vitalidade, melhorando seu estado nutricional e diminuindo o risco de desenvolvimento de DCNT [14].

---

## BIBLIOGRAFIA

- [1] ANJOS, K. F. et al. Associação entre apoio social e qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos dependentes. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, n. 5, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/LhXyqnVNF3HGZVtpMytdQrR/?lang=pt>. Acesso em: 19 jul. 2022.
- [2] BORGES, C. L. et al. Cuidando do Cuidador: Intervenções para o Autocuidado. **Revista de Enfermagem UFPE On Line**, v. 9, n. 4, p. 7474-7481, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/13606/16436>. Acesso em: 19 jul. 2022.
- [3] BREBAL, K. M. M. et al. Ganho de peso e mudança do estado nutricional de brasileiros após os 20 anos de idade: uma análise de série temporal (2006–2012). **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 20, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/XBqDf6NVcKgnHtH6tJrCKYk/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [4] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Orientações para a coleta e análise de dados antropométricos em serviços de saúde**. Brasília, DF, 2011. 72 p. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes\\_coleta\\_analise\\_dados\\_antropometricos.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes_coleta_analise_dados_antropometricos.pdf). Acesso em: 14 jul. 2022.
- [5] \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Caderno de Atenção Domiciliar**. Brasília, DF, 2012. Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/geral/CAD\\_VOL1\\_CAP5.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/geral/CAD_VOL1_CAP5.pdf) Acesso em: 19 jul. 2022.
- [6] \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: obesidade**. Brasília, DF, 2014. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias\\_cuidado\\_doenca\\_cronica\\_obesidade\\_cab38.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf). Acesso em: 19 jul. 2022.
- [7] CONCEIÇÃO, H. N. et al. Perfil e sobrecarga dos cuidadores informais de idosos dependentes. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/16061/14312/205736>. Acesso em: 14 jul. 2022.

- [8] GIACOMIN, K. C. et al. Cuidado e limitações funcionais em atividades cotidianas – ELSI-Brasil. **Revista de Saúde Pública**, [s. l.], v. 52, p. 1-12, 2018. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rsp/article/view/154063/150302>. Acesso em: 19 jul. 2022.
- [9] GROISMAN, D. **Cuida-Covid: Pesquisa nacional sobre as condições de trabalho e saúde das pessoas cuidadoras de idosos na pandemia – Principais resultados**. Rio de Janeiro: EPSJV/ICICT/Fiocruz, 2021. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [10] KOBAYASI, D. Y. et al. Overload, social support network and emotional stress on the caregiver of elderly. **Avances en enfermería**, v. 37, n. 2, 140-148, 2019. Disponível em: <https://search.bvsalud.org/gim/resource/pt/biblio-1038770>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [11] MACIEL, A. P. et al. Qualidade de vida e estado nutricional de cuidadores de idosos dependentes. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 18, n. 4, p. 179-196, 2015. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/27751/19586>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [12] MONTEIRO, J. K. M. F.; SÁ, S. P. C.; BEZERRA, D. R. C. Sobrecarga e qualidade de vida do cuidador familiar do idoso da quarta idade. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. e478101018931, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/download/18931/17043/234504>. Acesso em: 19 jul. 2022
- [13] NASCIMENTO, K. P. et al. Índice de conicidade e relação cintura quadril na avaliação do risco cardiovascular em idosos. **Revista Enfermagem Atual**, v. 90, n. 28, 2019. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/540>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [14] OLIVEIRA FILHO, V. C. et al. O risco elevado do desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis em cuidadores de pessoas idosas. **Revista Enfermagem Atual**, v. 90, n. 28, p. 01-06, 2019. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/521>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [15] ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour: at a glance**. World Health Organization. Geneva: OMS, 2020.
- [16] OPAS - ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. **Decade of Healthy Aging**. 2020.
- [17] REIS, E.; DOURADO, V. Z.; GUERRA, R. L. F. Qualidade de vida e fatores de risco à saúde de cuidadoras formais de idosos. **Estudos interdisciplinares sobre o envelhecimento**, v. 24, n. 1, p. 47-61, 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1046484>. Acesso em: 19 jul. 2022.
- [18] SCAZUFCA, M. Brazilian version of the Burden Interview scale for the assessment of burden of care in carers of people with mental illnesses. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 24, n. 1, p. 12-17, 2002. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1516-44462002000100006](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462002000100006) . Acesso em: 19 jul. 2022.
- [19] SEQUEIRA, C. A. C. Adaptação e validação da Escala de Sobrecarga do Cuidador de Zarit. **Revista Referência**, n. 12, p. 09-16, 2010. Disponível em: <http://www.index-f.com/referencia/2010pdf/12-0916.pdf>. Acesso em: 19 jul. 2022.
- [20] WACHHOLZ, P. A.; SANTOS, R. C. C.; WOLF, L. S. P. Reconhecendo a sobrecarga e a qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos frágeis. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 3, p. 513-526, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/6hGgBY5KHV5FgGqjhb3kmWp/?lang=pt>. Acesso em: 14 jul. 2022.
- [21] WAGNER, G. A. et al. Alcohol Use among Older Adults: SABE Cohort Study, São Paulo, Brazil. **PLoS One**, v. 9, n. 1, 2014, p. e85548. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24416424/>. Acesso em: 19 jul. 2022.