

# Promovendo estratégias para promoção da saúde de familiares e cuidadores de pessoas idosas com a doença de Alzheimer.

Elizangela Beltran Vizentin  
Gabrieli Aparecida Grammatico  
Kawana Coletti Goes  
Andrea Fermiano

## RESUMO

A doença de Alzheimer (DA) é uma doença neurodegenerativa irreversível que prejudica as cognições e a memória, dificultando as habilidades em diferentes estágios, sejam eles de maior ou menor fase. Com isso, os pacientes acabam tendo dificuldade para realizarem as suas atividades e tarefas diárias, o portador da demência requer muitos cuidados e mudanças, por tanto ter um familiar/cuidador responsável e capacitado para ajudá-los a executar suas atividades se torna imprescindível. Conforme o tempo com a piora dos sintomas, frequentemente os familiares vêem-se limitados, e os sentimentos de desespero, raiva e frustração alternam-se com os de culpa por não estar fazendo o bastante por um parente amado, interferindo diretamente na qualidade de vida desse cuidador. Diante disso, temos como objetivo identificar e conhecer as principais abordagens que auxiliam os familiares/cuidadores de portadores da Doença de Alzheimer a terem uma melhor qualidade e vida. Metodologia: trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Conclusão: Os estudos relacionados ao tema ainda são escassos, mas estratégias como grupo de apoio com espaços para troca de conhecimentos, angústia e experiências dos cuidadores/ familiares e uma suporte profissional rápido e eficaz tem melhorado a qualidade de vida de quem cuida e de quem é cuidado.

**Palavras chave:** Qualidade de Vida, Doença de Alzheimer, Cuidadores.

## 1. INTRODUÇÃO

A Doença de Alzheimer (DA) é uma das principais doenças de demência do mundo, aproximadamente 46,8 milhões de pessoas já foram diagnosticadas (MATTOS, 2016). A Doença de Alzheimer causa uma desordem crônica e progressiva do sistema nervoso central atingindo a memória e o desempenho mental, podendo modificar o temperamento, gerando agressividade e ocasionando outros tipos de falhas, o que leva o seu portador a uma dependência parcial ou total de seus familiares e cuidadores (ASSIS, 2017).

Na DA são identificados três estágios de evolução, o primeiro deles é caracterizado por perdas cognitivas, formas leves de esquecimento, perda de memória, descuido com a aparência, dificuldades para executar atividades cotidianas, desorientação no tempo e no espaço, alterações emocionais. O segundo estágio é caracterizado por acentuação das perdas cognitivas, como perturbação severa da perda de memória (dificuldade de reconhecer indivíduos, diminuição do raciocínio lógico. E o terceiro sendo caracterizado pela perda de peso, delírios e alucinações, mutismo e irritabilidade extrema, sendo o estágio em que há dependência total de um cuidador) (BAGNEL, GASPARINO, 2014).

Embora a grande maioria das pessoas envelheça sem grande comprometimento cognitivo, é importante considerar que, no âmbito da assistência à saúde do idoso, uma especial atenção deve ser dada às pessoas que vivenciam um processo demencial. Na verdade, essa assistência é principalmente prestada pela família, centrada na figura do cuidador principal (CALDAS, 2020,p.51)

Com o passar do tempo, a tendência é que os sintomas piorem de forma gradual e contínua, assim atender as necessidades dos portadores e garantir uma melhor qualidade de vida, é necessário ter cuidados específicos para ajudá-los, entende-se que cuidar de uma pessoa com a doença de Alzheimer é uma

experiência capaz de gerar preocupações para o cuidador, pois requer várias mudanças quanto ao paciente e seus familiares em suas atividades diárias. Frequentemente os familiares vêm-se limitados, e os sentimentos de desespero, raiva e frustração alternam-se com os de culpa por “não estar fazendo o bastante por um parente amado” (CALDAS, 2020,p.51)

Devido a esse misto de sentimentos é muito importante os familiares transferirem ou compartilharem os cuidados do seu ente querido com cuidadores informais ou formais. O cuidador formal é aquele que exerce função remunerada, enquanto o informal não possui remuneração, podendo ou não ser um membro da família (OLIVEIRA et al, 2020). Cabe aos profissionais de saúde transmitir aos familiares e cuidadores informais orientações e esclarecimentos embasados em sua competência técnica, sem perder a ternura, os quais possam minimizar o medo de ser um cuidador mediante a uma situação nova e também ampliar o vínculo do paciente com sua família. Tal atitude trará conforto e tranquilidade para aquele que receberá ajuda, pois se sentirá seguro e, quanto maior o grau de empatia, melhor será a resposta. O cuidador é a âncora do idoso e, assim, sua segurança e sua tranquilidade irão depender da compreensão que o cuidador lhe transmite mediante suas necessidades (CALDAS, 2006; SMELTZER & BARE, 2002). A dinâmica da atenção ao idoso que vive um processo de demência tem toda uma estrutura específica que difere da assistência ao idoso sem comprometimento cognitivo(CALDAS, 2020).

O Portador de DA e sua família necessitam de uma rede de apoio ampla, que inclui desde o acompanhamento ambulatorial da pessoa doente até o suporte estratégico, emocional e institucional para quem cuida (CALDAS, 2020.).

Estudos evidenciam que a qualidade de vida desses familiares/cuidadores sofre mudanças drásticas tanto no estado físico quanto emocional, caracterizado por dores de cabeça, tristeza, insônia, ansiedade e entre outros (OLIVEIRA et al, 2020).

O cuidador frequentemente vivencia diversas emoções que resultam na/da sobrecarga, a qual pode ser definida por um conjunto de diversos problemas, físicos, psíquicos e emocionais. Essa sobrecarga pode estar associada à diminuição da Qualidade de vida que, por sua vez, poderá impactar tanto na vida cotidiana do familiar/cuidador como da

pessoa com a DA.(OLIVEIRA et al,2020,p. 831).

Não somente o portador da demência precisa-se de auxílio médico/psicólogo, os familiares/cuidadores também necessitam de cuidar da saúde mental e do corpo. Sendo assim esse estudo busca identificar quais as principais estratégias para auxiliar os familiares/cuidadores a terem uma melhor qualidade de vida, durante o processo do cuidado com o idoso portador da doença de Alzheimer?

### **3. OBJETIVO**

#### **3.1 Objetivo geral:**

Identificar as principais estratégias que auxiliam os familiares/cuidadores de portadores da Doença de Alzheimer a terem uma melhor qualidade de vida.

### **4. MÉTODOS**

trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que tem como intuito analisar as melhores abordagens para auxiliar e ajudar os familiares/cuidadores a terem uma melhor qualidade de vida

A revisão integrativa da literatura é um dos métodos de pesquisa utilizados na Prática Baseada em Evidências (PBE) que permite a incorporação das evidências na prática clínica, este método de pesquisa define o objetivo específico, formula os questionamentos a serem respondidos ou hipóteses a serem testadas, então se realiza a busca para identificar e coletar o máximo de pesquisas encontradas nas bases de dados dentro dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. (Souza et al, 2010),

Este tipo de revisão é composta por 6 fases, (1) identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa para a elaboração da revisão integrativa;(2) estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/ amostragem ou busca na literatura;(3) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/categorização dos estudos; (4) avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; (5) interpretação dos resultados; (6) apresentação da revisão/síntese do conhecimento. (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Para a seleção dos artigos foram utilizadas as bases de dados BVS, LILACS, SciELO com os seguintes descritores: qualidade de vida, Doença de Alzheimer e Cuidadores.

Os critérios de inclusão dos artigos foram: artigos publicados em português, com os resumos disponíveis nas bases de dados selecionadas BVS, LILACS e SciELO, no período compreendido entre 2017 e 2022. Foram encontrados dez publicação no LILACSe e três no SciELO; destas nove foram incluídas os critérios de exclusão foram: dissertações, teses, editoriais, publicações duplicadas e aquelas que não respondessem à questão de pesquisa, ou em outro idioma.

## 5 RESULTADOS

Os 9 artigos que atenderam os critérios de inclusão foram minuciosamente averiguados, logo depois as informações extraídas dos estudos foram organizadas de modo a atender os principais aspectos solicitados conforme descrito no quadro 1.

| ARTIGOS | ANO  | BASE DE DADOS | PAIS   | AUTORES   | TITULO DO ARTIGO   |
|---------|------|---------------|--------|---|--|
| 1       | 2017 | LILACS        | BRASIL | CAETANO, L. A.O.<br>SILVA, F. S. da<br>SILVEIRA, C. A. B.                       | Alzheimer sintomas e grupos uma revisão integrativa.   |
| 2       | 2018 | LILACS        | BRASIL | MATTOS, E. B. T.<br>KOVÁCS, M. J.   | Doença de Alzheimer a experiência única de cuidadores familiares.  |
| 3       | 2018 | LILACS        | BRASIL | MESSIAS, L. A. dos S.<br>GAZETTA, F. A. D.<br>BARBOSA, P. M. K.<br>CALAMITA, Z. | Conhecimento prático e sobrecarga na vida de cuidadores de idosos com demência.  |
| 4       | 2021 | LILACS        | BRASIL | GAIDESKI, F. SOCHA,<br>S. R. RAMOS, A. A.<br>T. TAKEDA, S. Y. M.                | Impacto da cognição, funcionalidade e força de indivíduos com doença de Alzheimer sobre a qualidade de vida do cuidador. |
| 5       | 2020 | LILACS        | BRASIL | OLIVEIRA, T. I. de<br>MAZIERO, B. R.<br>BURIOL, D. ROSA,<br>P. H. da ILHA, S.   | Qualidade de vida de familiares cuidadores de pessoas idosas com alzheimer contribuição do grupo de apoio.               |

|   |      |        |        |  |   |
|---|------|--------|--------|--|---|
| 6 | 2017 | LILACS | BRASIL | ASSIS, C. R. da C. de  | QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS COM ALZHEIMER: UM ESTUDO DE CORRELAÇÃO  |
| 7 | 2019 | LILACS | BRASIL | MARTINS,G.<br>CORRÊ, L.<br>CAPARROL, A. J. de S.<br>SANTOS, P. T. A. dos.<br>BRUGNERA, L. M.<br>GRATÃO, A. C. M. | Características sociodemográficas e de saúde de cuidadores formais e informais de idosos com Doença de Alzheimer. |
| 8 | 2017 | LILACS | BRASIL | CESÁRIO, V. A. C.<br>LEAL, M. C. C.<br>MARQUES, A. P. de O.<br>CLAUDINO, K. A.                                   | Estresse e qualidade de vida do cuidador. familiar de idoso portador da doença de Alzheimer                       |
| 9 | 2017 | LILACS | BRASIL | Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos Estratégicos                            | Memantina para doença de Alzheimer  |

## 6 DISCUSSÃO

A DA é uma doença progressiva e irreversível e suas manifestações são lentas, porém tem evolução deteriorante. Além do comprometimento cognitivo, o indivíduo pode apresentar alterações motoras e funcionais. Todos os comprometimentos podem atrapalhar sua vida social e interferir nas atividades de vida diária (AVDs) e, nestes casos, o indivíduo com DA pode apresentar uma maior necessidade de cuidados (GAIDESKI et al, 2021 p.23).

Cuidar do idoso doente é uma tarefa que exige dedicação e que muda o cotidiano de todos os envolvidos, agregando várias atividades, dificuldades e desafios (MESSIAS, 2018). Neste contexto, o cuidador, familiar ou não, é a pessoa que oferece assistência para o indivíduo que auxilia nas múltiplas tarefas práticas e que oferece cuidado constante as necessidades diárias (GAIDESKI et al, 2021 p.23). A prática com o cuidado reflete a busca do cuidador em alcançar um equilíbrio, através de estratégias que assegurem o enfrentamento de situações vivenciadas no cotidiano, como também frente aos problemas gerados

na família. É fundamental o conhecimento sobre a doença e sua evolução, como também sobre características particulares de cada situação (MESSIAS et al, 2018).

Além disso, o aparecimento do desgaste físico e emocional aos cuidadores/familiares acontece por não se dispor de informações e suporte necessários para tal função, sendo que esta sobrecarga pode se agravar com a piora do quadro demencial do idoso e o desconhecimento do cuidador quanto as características do curso deste processo de perda cognitiva (MESSIAS et al, 2018). Portanto, esses cuidadores necessitam de suporte profissional e de um ambiente para partilharem inseguranças e anseios, independente se o cuidado oferecido é formal ou informal. A atenção à saúde do cuidador deve ser estabelecida a partir da capacidade de determinar as necessidades de saúde desse público, e de planejar e avaliar as intervenções relacionadas ao cuidado para as pessoas, com base em seus desejos e particularidades (MARTINS et al, 2019). Quando esta melhoria não é percebida pelo cuidador, este cuidado passa a se tornar uma rotina cansativa e frustrante, conseqüentemente, fazendo o mesmo tornar-se cansado e sobrecarregado com as diversas ocupações simultaneamente, referentes ao seu contexto de vida e ao contexto daquele de quem cuidam (PEREIRA et al, 2013, citado por ASSIS, 2017).

Fica claro a necessidade de mais projetos que promovam um olhar atento não só às pessoas idosas com DA, mas também aos familiares/ cuidadores. Uma estratégia com boas resposta é a participação dos familiares/cuidadores em grupos de apoio uma vez que estes têm o objetivo de amenizar os sentimentos oriundos desse processo, favorecer a adaptação do cotidiano, bem como possibilitar maior conhecimento e compreensão das possíveis alterações e intercorrências diárias (OLIVEIRA et al, 2020). Além disso, acaba se tornando uma convivência de trocas de experiências proporcionando aprendizagens significativas, sobre como se instruir, comunicar, auxiliar e o processo de cuidar, favorecendo uma forma positiva, e proporcionando uma melhora na qualidade de vida dos participantes.

Uma outra ferramenta importante para minimizar os sentimentos angustiantes dos cuidadores/familiares é o suporte profissional para a capacidade e o desempenho de cuidados, uma canal de comunicação entre profissional e cuidado

onde suas dúvidas diárias sobre alguns cuidados específicos possam ser sanadas de forma rápida e clara (OLIVEIRA, et al. 2016).

Contudo, compreendendo a complexidade que envolve a questão do ser familiar/cuidador de pessoa com a DA, salienta-se a necessidade e desejo de que novos estudos sejam realizados em situações diversas e que novas discussões a respeito da temática sejam propostas, tendo como objetivo colaborar com a ciência, buscando auxiliar para o conhecimento da sociedade acadêmica e da sociedade como um todo sobre essa problemática (OLIVEIRA et al, 2020).

## **7 CONCLUSÃO**

Evidenciou-se que a sobrecarga dos cuidadores/familiares vem afetando drasticamente a rotina do cuidado com o portador da doença de Alzheimer, pois com o decorrer do tempo a doença tende a piorar devido aos seus estágios assim trazendo mais dificuldades para os cuidadores/ familiares. Devido as fragilidades que os pacientes vem trazendo ao longo do tempo

Durante o estudo foi identificada a necessidade de mais projetos que promovam uma melhor qualidade de vida a esses cuidadores e um olhar mais amplo como projetos que os auxiliem no processo de cuidar, que possam trabalhar e ajudar esses cuidadores de formas com que os traga um alívio, uma diminuição no sobre peso proporcionado a eles. Oferecendo um planejamento e um avaliar de toda a necessidade que esse cuidador irá estabelecer durante o seu cotidiano.

Com isso podemos ver o quão complexo se torna ser um cuidador de pessoas com doença de Alzheimer, e saber analisar e compreender a necessidade de novos estudos em que os deem suporte e propostas em alterná-los na sua melhora de vida e no cuidado

## **8 REFERÊNCIAS**

ASSIS, C. R. D. C. D. Qualidade de vida de idosos com Alzheimer: um estudo de correlação. 2017. 104 f. Dissertação (Mestrado Ciências do Cuidado em Saúde) - Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2017. Disponível em:<<https://app.uff.br/riuff/handle/1/5930>>. Acesso em: 27 set. 2021.

CAETANO, Liandra Aparecida Orlando; SILVA, Felipe Santos da; SILVEIRA, Cláudia Alexandra Bolela. Alzheimer, sintomas e grupos: uma revisão integrativa. Vínculo, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 84-93, 2017. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902017000200010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902017000200010&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 18 nov. 2022

CALDAS, CP. O idoso em processo de demência: o impacto na família. In: MINAYO, MCS., and COIMBRA JUNIOR, CEA., orgs. Antropologia, saúde e envelhecimento [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. Antropologia & Saúde collection, pp. 51-71. ISBN: 978-85-7541-304-3. Available from SciELO Books .

CESÁRIO, Vanovya Alves Claudino; LEAL, Márcia Carréra Campos; MARQUES, Ana Paula de Oliveira; CLAUDINO, Karolyny Alves. Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. Saúde em Debate, [S.L.], v. 41, n. 112, p. 171-182, mar. 2017. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201711214>.

Gaideski F, Socha SR, Ramos AAT, Takeda SYM. Impacto da cognição, funcionalidade e força de indivíduos com doença de Alzheimer sobre a qualidade de vida do cuidador. Acta Fisiatr. 2021;28(1):22-29.

Mattos, E. B. T., & Kovács, M. J. (2020). Doença de Alzheimer: a experiência única de cuidadores familiares. *Psicologia USP*, 31, e180023. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e180023>

MARTINS, Gabriela; CORRÊA, Larissa; CAPARROL, Ana Julia de Souza; SANTOS, Paloma Toledo Afonso dos; BRUGNERA, Leticia Maria; GRATÃO, Aline Cristina Martins. Sociodemographic and health characteristics of formal and informal caregivers of elderly people with Alzheimer's Disease. Escola Anna Nery, [S.L.], v. 23, n. 2, p. 2-10, 2019. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2018-0327>.

Messias LAS, Gazetta FADA, Barbosa PMK, Calamita Z. Conhecimento prático e sobrecarga na vida de cuidadores de idosos com demência (Practical knowledge and life overload of caregivers of elderly with dementia). Sci Med. 2018;28(3):ID30569. DOI: 10.15448/1980-6108.2018.3.30569

OLIVEIRA, Thamires Ineu de; MAZIERO, Bruna Rodrigues; BURIOL, Daniela; ROSA, Paloma Horbach da; ILHA, Silomar. Quality of life of family members/caregivers of elderly people bearing alzheimer's disease: support group contributions. Revista de Pesquisa Cuidado É Fundamental Online, [S.L.], p. 827-832, 4 jul. 2020. Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro UNIRIO. <<http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcf.v12.7568>>. Acesso em 20 out.2021.

