

## A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO COMPARTILHADO, APOIO PSICOSSOCIAL E VALORIZAÇÃO DO CUIDADOR COMO INTEGRANTE DO PROCESSO TERAPÊUTICO

ESPINDOLA, I.G. S.<sup>1</sup>; FERRÃO, T. C.<sup>1</sup>; BUENO, L. S.<sup>1</sup>; DA ROSA, Y. F.<sup>1</sup>; IVO, L. P.<sup>1</sup>; MESSA, N. D.<sup>1</sup>;  
MEIRA, A. G.<sup>1</sup>; ANDRES, G. Z.<sup>1</sup>; MORAIS, M. L.<sup>1</sup>; BALK, R. S.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Grupo PET-PISC, UNIPAMPA, Campus Uruguaiana; <sup>2</sup>Tutor do Grupo PET-PISC, UNIPAMPA, Campus  
Uruguaiana

E-mail: ingridespindola.aluno@unipampa.edu.br, petpiscunipampa2020@gmail.com

**RESUMO:** O estudo teve como objetivo avaliar o nível de sobrecarga de cuidadores de pessoas com condições crônicas e neurológicas acompanhadas pela Atenção Primária de Saúde no município de Uruguaiana/RS. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e exploratória, desenvolvida com 22 cuidadores selecionados em três Estratégias de Saúde da Família nas quais o grupo Programa de Educação Tutorial Práticas Integradas em Saúde Coletiva atua em parceria. A coleta ocorreu entre setembro e outubro de 2025, utilizando a Escala de Sobrecarga e Zarit, versão reduzida de 6 itens, ajustada proporcionalmente à versão de 7 itens. Os resultados apontaram alta consistência interna ( $\alpha = 0,86$ ) e média total de 23,39 pontos (DP = 8,32), com 63,6% dos cuidadores apresentando sobrecarga grave. Observou-se predomínio de sintomas relacionados à falta de tempo pessoal, acúmulo de tarefas e exaustão emocional, evidenciando os impactos físicos, psicológicos e sociais do ato de cuidar. Conclui-se que a ausência de preparo técnico e de suporte institucional intensifica a sobrecarga e reforça a necessidade de políticas públicas e ações interdisciplinares que promovam apoio psicossocial, descanso e valorização do cuidador como parte essencial do processo terapêutico.

**Palavras-chave:** Sobrecarga do Cuidador; Atenção Primária à Saúde; Apoio Psicossocial.

### THE IMPORTANCE OF SHARED CARE, PSYCHOSOCIAL SUPPORT, AND VALUING THE CAREGIVER AS PART OF THE THERAPEUTIC PROCESS

**ABSTRACT :** The study aimed to assess the level of caregiver burden among caregivers of people with chronic and neurological conditions monitored by Primary Health Care in the municipality of Uruguaiana, Rio Grande do Sul. This is a quantitative, descriptive, and exploratory study conducted with 22 caregivers selected from three Family Health Strategies in which the Tutorial Education Program for Integrated Practices in Public Health group works in partnership. Data collection took place between September and October 2025, using the Zarit Burden Scale, a reduced version of 6 items, adjusted proportionally to the 7-item version. The results showed high internal consistency ( $\alpha = 0.86$ ) and a total mean of 23.39 points (SD = 8.32), with 63.6% of caregivers presenting severe overload. Symptoms related to lack of personal time, accumulation of tasks, and emotional exhaustion were predominant, highlighting the physical, psychological, and social impacts of caregiving. It was concluded that the lack of technical preparation and institutional support intensifies the burden and reinforces the need for public policies and interdisciplinary actions that promote psychosocial support, rest, and appreciation of the caregiver as an essential part of the therapeutic process.



**Keywords:** Caregiver Burden; Primary Health Care; Psychosocial Support.

## Introdução

O cuidado de pessoas com dependência funcional, doenças crônicas ou condições incapacitantes é um fenômeno crescente no contexto brasileiro, impulsionado pelo envelhecimento populacional e pelo aumento das doenças crônicas não transmissíveis (Simões et al., 2021). Nesse cenário, a figura do cuidador, formal ou informal, emerge como um elemento central na manutenção da saúde e bem-estar do indivíduo dependente, mas também como alguém vulnerável aos efeitos do ato de cuidar (Figueiredo; Ceccon; Figueiredo, 2021). De acordo com o Ministério da Saúde (Brasil, 2006), o cuidador é o responsável por suprir as limitações de outrem, temporária ou permanentemente, desempenhando tarefas que exigem tempo, esforço físico e envolvimento emocional.

O cuidado contínuo, especialmente quando realizado em domicílio e sem apoio técnico adequado, pode desencadear uma série de impactos negativos na vida do cuidador. A rotina de atenção ao outro, somada à necessidade de administrar responsabilidades familiares, profissionais e pessoais, gera acúmulo de funções, fadiga crônica e restrição da vida social, fatores que culminam na chamada sobrecarga do cuidador (Costa Dias et al., 2023). Essa sobrecarga se manifesta em diferentes dimensões, física, emocional, social e financeira, e tem sido amplamente estudada por comprometer a qualidade de vida e a saúde mental de quem cuida (Welter et al., 2021; Anjos et al., 2022).

Pesquisas demonstram que a maior parte dos cuidadores é composta por mulheres de meia-idade, geralmente familiares próximos, que assumem o papel de cuidar de forma espontânea, movidas por laços afetivos e senso de responsabilidade (Moraes et al., 2019). Entretanto, essas mulheres frequentemente não dispõem de preparo técnico ou suporte psicológico, o que as torna mais suscetíveis ao estresse, à exaustão emocional e à perda de autonomia. Camargo et al. (2019) destacam que o ato de cuidar de pessoas com dependência, especialmente em condições neurológicas, requer habilidades específicas e acompanhamento multiprofissional, fatores que nem sempre estão acessíveis na rede pública.

Além disso, estudos recentes evidenciam que o trabalho do cuidador informal permanece invisibilizado, mesmo sendo essencial para a continuidade do cuidado no domicílio e para a desospitalização (Melo et al., 2022). A ausência de políticas públicas de suporte efetivo e de capacitação estruturada contribui para o isolamento social, o adoecimento



## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS: DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX

psíquico e a sobrecarga emocional desses indivíduos (Bortoli et al., 2025). A sobrecarga, portanto, não deve ser entendida apenas como o resultado do esforço físico, mas como um processo cumulativo de desgaste que reflete a falta de apoio institucional e de reconhecimento social do papel do cuidador (Araújo et al., 2019).

Considerando que a manutenção da qualidade de vida de pessoas dependentes está diretamente relacionada à saúde e ao bem-estar de quem cuida, torna-se indispensável compreender a magnitude e os fatores associados à sobrecarga desses cuidadores. Assim, este estudo busca avaliar o nível de sobrecarga de cuidadores de pessoas com diferentes condições crônicas e neurológicas, contribuindo para a reflexão sobre a importância do cuidado compartilhado, do apoio psicossocial e da valorização do cuidador como integrante do processo terapêutico.

### **Método**

O estudo foi desenvolvido no município de Uruguaiana, localizado na região da Fronteira Oeste do estado do Rio Grande do Sul, Brasil. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2024), o município possui aproximadamente 120 mil habitantes e uma área territorial de 5.702 km<sup>2</sup>, caracterizando-se como um importante polo regional de saúde. A rede de Atenção Primária de Saúde (APS) do município é composta por 17 Estratégias de Saúde da Família (ESFs), as quais constituem a principal porta de entrada dos usuários ao Sistema Único de Saúde e desempenham papel fundamental na atenção domiciliar (Ministério da Saúde, 2025).

Trata-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e exploratória, desenvolvida pelo grupo do Programa de Educação Tutorial Práticas Integradas em Saúde Coletiva (PET PISC) com o objetivo de avaliar a sobrecarga de cuidadores de pessoas com condições crônicas e neurológicas atendidas por três ESF do município.

A amostra foi composta por 22 cuidadores, selecionados de forma não probabilística e por conveniência, a partir do cadastro de usuários acompanhados pelas equipes de atenção básica das ESFs que o grupo PET PISC atua em parceria. Foram incluídos cuidadores formais ou informais, de ambos os sexos, maiores de 18 anos, que desempenhavam o cuidado contínuo de uma pessoa com dependência parcial ou total para as atividades de vida diária.

A coleta de dados ocorreu no domicílio dos participantes, entre os meses de setembro e outubro de 2025, mediante agendamento prévio com o Agente Comunitário de Saúde e com consentimento formal por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Para a avaliação da sobrecarga, foi utilizada a Escala de Sobrecarga de Zarit, versão reduzida de 6 itens, instrumento que mensura o impacto físico, emocional e social do cuidar, com respostas dispostas em escala Likert de cinco pontos (1 = nunca a 5 = quase sempre). O escore total varia de 6 a 30 pontos, sendo que valores mais altos indicam maior sobrecarga. Como o instrumento aplicado estava sem um dos itens originais, procedeu-se a um ajuste proporcional (prorate) para equivalência à versão de 7 itens, adotando-se os pontos de corte propostos pela literatura:  $\leq 14$  (sobrecarga leve), 15–21 (moderada) e  $\geq 22$  (grave).

Os dados foram organizados em planilha eletrônica e analisados por estatística descritiva (média, desvio-padrão, valores mínimo e máximo, e frequência das categorias de sobrecarga). A consistência interna do instrumento foi verificada pelo coeficiente alfa de Cronbach, sendo considerado satisfatório valor  $\geq 0,70$ .

A pesquisa respeitou todos os princípios éticos da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, e foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) sob o parecer nº [2024.PE.UR.2839].

## Resultados e Discussão

Foram avaliados 22 cuidadores de pessoas com diferentes condições crônicas, neurológicas e não neurológicas, abrangendo casos de AVC, Alzheimer, Parkinson, câncer e idosos com comorbidades. A maioria dos participantes eram familiares diretos, destacando-se filhas ( $n = 5$ ), mães/pais ( $n = 4$ ) e cônjuges ( $n = 4$ ), o que reforça a predominância feminina e familiar do papel de cuidador, apontada por Moraes et al. (2019).

A Escala de Sobrecarga de Zarit (versão reduzida de 6 itens) apresentou alta consistência interna ( $\alpha = 0,86$ ). Os escores foram prorrateados para equivalência à versão de 7 itens, conforme recomendação metodológica para dados com ausência de um item universal. A média total foi de 23,39 pontos (DP = 8,32; mín = 9,33; máx = 35,0). A classificação revelou sobrecarga grave em 63,6% (14/22), moderada em 9,1% (2/22) e leve em 27,3% (6/22) dos cuidadores, indicando um predomínio expressivo de burden elevado.

Na análise por item, observou-se que 81,8% relataram “frequentemente/quase sempre” falta de tempo para si, e 77,3% sentem-se angustiados por acumular múltiplas tarefas. Os índices de exaustão (54,5%), perda de controle da vida (50,0%) e sobrecarga geral (68,2%) também foram elevados, enquanto o impacto nas relações sociais (36,4%) apresentou menor frequência. Esses resultados corroboram os achados de Welter et al. (2021), que relacionam a



## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS: DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX

sobrecarga à exaustão física e emocional, e de Anjos et al. (2022), que descrevem sintomas de ansiedade, fadiga e isolamento social em cuidadores de pacientes dependentes.

A predominância de escores graves reforça que o ato de cuidar, sobretudo em doenças neurológicas, impõe demanda contínua e cumulativa, muitas vezes sem apoio formal, gerando desequilíbrio entre papéis sociais e pessoais. Estudos de Camargo et al. (2019) e Moraes et al. (2019) destacam que cuidadores familiares assumem tarefas complexas de assistência (mobilidade, higiene, administração de medicamentos) sem preparo técnico, resultando em estresse crônico e declínio da qualidade de vida.

Esses achados evidenciam que a sobrecarga do cuidador se manifesta de forma multifatorial, abrangendo dimensões física, emocional e social, e é intensificada pela falta de tempo para o autocuidado e pela dificuldade de conciliar o ato de cuidar com outras responsabilidades cotidianas. Além disso, o cuidador leigo, sem preparo técnico e psicológico, enfrenta desafios que exigem maior apoio e orientação profissional (Melo et al., 2022). O item “impacto em relações sociais” menos acentuado pode refletir certo suporte familiar ou, por outro lado, uma adaptação à rotina de isolamento, característica de cuidadores de longo prazo.

Em termos práticos, os resultados apontam para a necessidade de estratégias de apoio e descanso ao cuidador, como grupos de escuta, educação em saúde e rodízio familiar de tarefas, bem como políticas públicas que reconheçam o cuidado informal como trabalho essencial, conforme orienta o Ministério da Saúde (Brasil, 2006). Além disso, nas próximas etapas do estudo terá a inclusão do PHQ-9, já previsto no projeto, para correlacionar níveis de sobrecarga com sintomas depressivos e aprofundar a compreensão dos impactos psicossociais do cuidar.

### Conclusões

Os resultados deste estudo evidenciam que a sobrecarga entre cuidadores de pessoas com condições crônicas e neurológicas é um fenômeno expressivo e multifatorial, que se manifesta nas dimensões física, emocional e social. A predominância de escores de sobrecarga grave reforça a necessidade de olhar ampliado sobre quem cuida, valorizando o cuidador como parte integrante do cuidado em saúde.

Torna-se essencial que a APS implemente estratégias de educação, acompanhamento e suporte psicossocial, além da criação de políticas públicas específicas que promovam o descanso, a capacitação e o reconhecimento desses indivíduos, garantindo melhor qualidade de vida tanto para quem recebe o cuidado quanto para quem o oferece.

## Agradecimentos

Ao Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), ao Programa de Educação Tutorial (PET), à Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) e aos serviços de saúde da cidade de Uruguaiana/RS.

## Referências

ANJOS, Amanda Lima Nogueira dos et al. Uso da teleconsulta para acompanhamento de profissionais informais de pacientes após AVC. **Revista Neurociências**. 2022;30:1-29.

ARAÚJO, M. G. DE O. et al.. Caring for the carer: quality of life and burden of female caregivers. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, n. 3, p. 728–736, maio 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa. **Cadernos de Atenção Básica**, n. 19, 2006. Brasília-DF.

BORTOLI, M. C. et al.. Políticas e programas de apoio ao cuidador domiciliar: uma revisão de escopo. **Ciência & Saúde Coletiva**, [online], jan. 2025. Disponível em: <<http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/politicas-e-programas-de-apoio-ao-cuidador-domiciliar-uma-revisao-de-escopo/19484?id=19484>> . Acesso em: 05 out. 2025.

CAMARGO, Gustavo et al. A percepção do cuidador frente aos pacientes neurológicos na Clínica Escola de Fisioterapia da Unochapecó. **Revista FisiSenectus**, v. 7, n. 2, p. 4-11, 2019.

COSTA DIAS, Pedro et al . Sobrecarga dos Cuidadores Informais nos Cuidados de Saúde Primários. **Gaz Med**, Queluz , v. 10, n. 3, p. 174-178, set. 2023 . Disponível em <[http://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2184-06282023000300174&lng=pt&nr m=iso](http://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2184-06282023000300174&lng=pt&nr m=iso)>. Acesso em: 05 out. 2025.

FIGUEIREDO, A. E. B.; CECCON, R. F.; FIGUEIREDO, J. H. C.. Doenças crônicas não transmissíveis e suas implicações na vida de idosos dependentes. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 1, p. 77–88, jan. 2021.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Uruguaiana: panorama. Cidades e Estados**, Rio de Janeiro: IBGE, 2024. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/cidades-e-estados/rs/uruguaiana.html>. Acesso em: 06 out. 2025.

MELO, M. dos S. A. et al. Sobrecarga e qualidade de vida dos cuidadores de pessoas acamadas em domicílio. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 35, eAPE02087, 2022. DOI: 10.37689/acta-ape/2022AO02087. Acesso em: 03 out. 2025.



INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS:  
DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Mapas dos Estabelecimentos de Saúde da APS. *Portal Mapas SUS*, [online]. Disponível em: [https://mapas.sus.c3sl.ufpr.br/?utm\\_source](https://mapas.sus.c3sl.ufpr.br/?utm_source). Acesso em: 06 out. 2025.

MORAES, Jéssica Gonçalves et al. Avaliação dos fatores de risco dos cuidadores de pacientes neurológicos. *Perspectivas Online: Biológicas & Saúde*, v. 9, n. 31, p. 34-45, 2019.

SIMÕES, T. C. et al. Prevalências de doenças crônicas e acesso aos serviços de saúde no Brasil: evidências de três inquéritos domiciliares. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 9, p. 3991-4006, 2021. DOI: 10.1590/1413-81232021269.02982021

WELTER, Yasmin Prost et al. Análise da sobrecarga autopercebida em cuidadores de pacientes neurológicos: uma revisão integrativa. *Revista FisiSenectus*, v. 9, n. 2, 2021.