QUEM CUIDA DE QUEM CUIDA: QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDADORES DE PESSOAS COM DEMÊNCIA

Anna Carolina Martins Bandeira
Daniella Xavier Batista
Julia Rocha Correia
Maria Isabele Barros Garcia
Rita de Cássia Inácio Alves
Guilherme Quireza da Silva

O termo demência descreve de maneira abrangente um declínio cognitivo significativo que interfere nas atividades diárias, sendo a doença de Alzheimer o tipo mais prevalente. Com a evolução da condição, eleva-se a dependência da pessoa vivendo com demência (PVCD), exigindo cuidados contínuos e intensificando a sobrecarga física, emocional e financeira dos cuidadores. O perfil predominante desses cuidadores é feminino (filhas ou parceiras), submetidas a extensas jornadas de trabalho. Diante disso, este estudo teve como objetivo analisar os impactos da atividade de cuidado na saúde e qualidade de vida desses indivíduos, identificando os principais desfechos e fatores protetores. Foi realizada uma revisão integrativa de literatura, por meio de uma busca sistemática de artigos originais entre os meses de abril e maio de 2026, utilizando as bases de dados Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (PubMed) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Utilizou-se os descritores “saúde”, “qualidade de vida” “sobrecarga do cuidador” e “demência”. Foram incluídos na revisão, trabalhos dos últimos 5 anos e aqueles que estão disponíveis gratuitamente, sendo excluídos artigos de revisão, antecessores a 2021 e artigos pagos. Encontrados 52 artigos e selecionados 7 por apresentar fatores que impactam na saúde global e qualidade de vida de cuidadores de pessoas com demência. Os dados apontam que cuidadores de PVCD apresentam elevada sobrecarga emocional, ansiedade, depressão, angústia e pior qualidade de vida, especialmente no contexto do cuidado informal e domiciliar. Mulheres, familiares próximos e indivíduos com menor escolaridade foram os mais afetados negativamente. Além disso, longas jornadas, dificuldades financeiras, fatores culturais e a insuficiência de políticas públicas agravaram os impactos psicológicos. Em contrapartida, o suporte familiar, apoio social adequado e melhores condições socioeconômicas atuaram diretamente como fatores protetores, reduzindo os sintomas depressivos e a percepção de sobrecarga. Conclui-se que o ato de cuidar de uma PVCD está associado a uma severa sobrecarga que compromete a saúde mental e o bem-estar dos cuidadores, evidenciando a vulnerabilidade de mulheres e familiares com baixo suporte social. Contudo, intervenções focadas no fortalecimento do apoio familiar e socioeconômico mostram-se eficazes para mitigar a ansiedade, promovendo maior autoeficácia e qualidade de vida no processo de cuidado.

Palavras-chave: Demência. Sobrecarga do cuidador. Saúde. Qualidade de vida.