

## Objectivos

A prestação informal de cuidados é considerada uma actividade desgastante, com repercussões a nível físico, psicológico e social para o cuidador, resultado da pluralidade de tarefas que este tem que desempenhar e das mudanças que este papel representa na sua vida. Ser cuidador informal implica um elevado gasto de tempo e energia, um conflito com o desempenho de outros papéis familiares e sociais, uma sobrecarga psicológica grande que frequentemente provoca exaustão, depressão e stress crónico (Andrade, 2008; Borg & Hallberg, 2006; Laitinen, 1993; Paül, 1997). Contudo, cada cuidador perspectiva de modo diferente o stress e avalia os acontecimentos através de uma grelha de leitura própria, podendo as situações não se revelarem igualmente ameaçadoras e stressantes para todos os cuidadores. Pretendeu-se conhecer a sobrecarga psicológica (burden) e a percepção de stress em cuidadores informais, tentando verificar a relação entre ambas e se variam em função de características do cuidador e do doente.

## Método

- **Participantes:** 76 cuidadores informais de doentes internados ou em ambulatório recente em hospitais do distrito do Porto (57% dos doentes com AVC, 43% com lesão medular ou traumatismo crânio-encefálico, com internamento em média há 6 meses, média idade do doente 51.2); 31 (41%) do sexo masculino e 45 (59%) do sexo feminino; média idade = 46.6; estado civil: 47 (62%) casados ou em união de facto, 18 (24%) solteiros e 11 (15%) divorciados ou viúvos; habilitações literárias: 21 (28%) com ensino básico, 27 (36%) com 9º ano, 15 (20%) com 12º ano e 13 (16%) com bacharelato ou licenciatura; relação de parentesco com o doente: 19 (25%) filhos do doente, 10 (13%) pais do doente, 40 (53%) cônjuge, 7 (9%) irmão ou primo.
- **Instrumentos:** Caracterização sócio-demográfica; Escala de Avaliação do Burden (de Zarit & Zarit, 1987) na versão portuguesa de Scazufca (2002) com  $\alpha=0.79$ ; Escala de Percepção de Stress (de Cohen et al., 1983) na versão portuguesa de Mota Cardoso et al. (2002) com  $\alpha=0.85$ .
- **Procedimento:** Questionário de auto-preenchimento, anónimo e confidencial após autorização dos hospitais, recolhido em 2009 junto dos cuidadores aquando da vinda ao hospital.
- **Análise dos dados:** Comparação de médias através do *Teste t de Student* ou *OneWay Anova*, e análise de correlações através do *R de Pearson*, utilizando o SPSS 15.

## Resultados

A doença do familiar teve como principal impacto nos inquiridos: ficar de baixa ou desempregado (cerca de 10% cada), depressão, sentir muita responsabilidade e executar tarefas de cuidar (cerca de 15% cada) e visitas diárias ao doente para cuidar (28%). Valores baixos de percepção de stress e valores moderados de burden (Tabela 1), correlação positiva significativa entre percepção de stress e burden (Tabela 2).

**Tabela 1. Comparação das médias de percepção de stress e de burden (sobrecarga psicológica)**

Variável	Categorias	Percepção de stress (varia de 0 a 88)	Burden (varia de 0 a 56)
Amostra total	Valor global	28,20	31,08
Sexo	Masculino	25,77	29,74
	Feminino	29,95	32,00
	Teste t (p)	-1,233 (0,222)	-2,295 (0,025*)
Estado civil	Solteiro	26,50	30,67
	Casado	29,04	30,98
	Divorciado ou viúvo	27,55	32,18
	F (oneway Anova)	0,696 (0,502)	0,111 (0,895)
	Parentesco	Filho do doente	26,89
Pais do doente		25,40	29,90
Cônjuge do doente		29,76	31,13
Irmão ou primo do doente		27,29	27,86
F (oneway Anova)		1,109 (0,351)	0,628 (0,599)

\*  $p < 0,050$

**Tabela 2. Correlação entre percepção de stress, burden, idades e tempo de internamento**

		Idade cuidador	Idade do doente	Tempo de internamento	Stress percebido
Stress percebido	R Pearson	-.045	.013	-.061	.617(**)
	Sig	.703	.916	.606	
Burden	R Pearson	.056	.198	-.150	.000
	Sig	.636	.087	.198	

\*\*  $p \leq 0,01$

### Detalhes da análise comparativa:

**Sexo:** sexo feminino sente-se mais envergonhado com o comportamento do doente ( $p=0.003$ ), sente que as coisas não estão a correr bem ( $p=0.041$ ) e pensa mais no que tem para fazer ( $p=0.050$ ).

**Estado civil:** casados sentem mais que o doente depende de si ( $p=0.021$ ), que não têm dinheiro para cuidar do doente ( $p=0.018$ ) e que não conseguem controlar o tempo ( $p=0.036$ ), enquanto os divorciados/viúvos gostariam que outra pessoa cuidasse do doente ( $p=0.000$ ).

**Parentesco:** pais sentem que não têm dinheiro para cuidar do doente ( $p=0.022$ ) e sentem-se irritados com frequência ( $p=0.002$ ), enquanto os filhos gostariam que outra pessoa cuidasse do doente ( $p=0.000$ ).

## Conclusões

- A amostra caracteriza-se por baixa percepção de stress e moderado burden, existindo contudo factores facilitadores de sobrecarga e de stress, relacionados com motivos económicos e com o grau de parentesco entre cuidador e doente. Apesar das diferenças serem pouco significativas, há tendência para o stress afectar mais o sexo feminino, os casados e os cônjuges do doente, enquanto a sobrecarga psicológica (burden) afecta mais o sexo feminino, os divorciados ou viúvos e os filhos dos doentes.
- Necessidade de fazer estudos que aprofundem mais a relação do stress e do burden com o tempo de internamento, a diferença entre internamento e ambulatório, o tipo de doença do alvo dos cuidados e o impacto das tarefas de cuidar na vida do cuidador informal.
- Necessidade de reflectir sobre a influência da qualidade de vida e bem estar psicológico do cuidador informal na prestação de cuidados.

## Bibliografia

- Andrade, A.M (2008). Caracterización psicossocial de cuidadores informales de adultos mayores con demencia. *Revista Cubana de Salud Pública*, 34 (3), 1-12.
- Borg, C. & Hallberg, I. (2006). Life satisfaction among informal caregivers in comparison with non-caregivers. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 20, 427-438.
- Laitinen, P. (1993). Participation of caregivers in elderly patient hospital care: Informal caregiver approach. *Journal of Advanced Nursing*, 18, 1480-1487.
- Mota Cardoso, R., Araújo, A., Ramos, R.C., Gonçalves, G. & Ramos, M. (2002). *O stress nos professores portugueses: estudo IPSSO 2000*. Porto: Porto Editora.
- Paül, M.C. (1997). *Lá para o fim da vida. Idosos, família e o meio ambiente*. Coimbra: Almedina.
- Scazufca, M. (2002). 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*, 24 (1), 12-17.