

NOTA
9,5

UNIVERSIDADE PAULISTA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
GRADUAÇÃO DE ENFERMAGEM

LORENA FERNANDES DE LARA
MAYARA PINHO OLIVEIRA
WILLIAM BATISTA

QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDORES DE PACIENTES CRÔNICOS EM
AMBIENTE DOMICILIAR

SÃO PAULO

2025

LORENA FERNANDES DE LARA

MAYARA PINHO OLIVEIRA

WILLIAM BATISTA

**QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDORES DE PACIENTES CRÔNICOS EM
AMBIENTE DOMICILIAR**

Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como exigência da disciplina Projeto Técnico Científico Interdisciplinar do curso de Enfermagem, Campus Cidade Universitária, do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Paulista – UNIP.

Orientadora: Prof^a. Dra. Daniele Soares Carlin

SÃO PAULO

2025

Agradecimentos

Agradecemos, primeiramente, a Deus, aos Orixás e a Exu, por nos conceder força, saúde e sabedoria ao longo de toda esta jornada acadêmica.

Expressamos nossa profunda gratidão à nossas famílias, que sempre acreditaram em nós e nos apoiaram incondicionalmente. Cada palavra de incentivo, cada gesto de carinho e cada demonstração de confiança foram essenciais para que nós chegássemos até aqui.

Às nossas professoras e orientadora Daniele Carlin e Carolina Vasco agradecemos pela dedicação, paciência e conhecimento compartilhado. Suas orientações foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho e para nosso crescimento pessoal e profissional.

Aos colegas e amigos que estiveram ao nosso lado durante essa caminhada, deixo meu reconhecimento por toda parceria, apoio e troca de experiências. Vocês tornaram este percurso mais leve e significativo.

Por fim, agradecemos a todos que, de alguma forma, contribuíram para a realização deste TCC. Cada contribuição, por menor que pareça, teve grande importância para que este objetivo fosse alcançado.

Muito obrigado!

Sumário

1.INTRODUÇÃO.....	5 a 7
2.OBJETIVOS.....	8
3.JUSTIFICATIVA.....	9
4.METODOLOGIA	10
4.1 Tipo de pesquisa	10
4.2 Cenário de estudo	10
4.3 Sujeitos da Pesquisa	10
4.4 Instrumentos de Coleta de Dados	10
4.5 Descrição da Coleta de Dados	11
4.6 Variáveis do Estudo	11
4.7 Análise dos Dados	11
4.8 Analise dos Riscos e Benefícios Para a população Estudada	11
4.9 Critérios Para suspender ou Encerrar a Pesquisa	11
4.10 Obrigatoriedade de Tornar Publico os Resultados	12
4.11 Ética em Pesquisa com Seres Humanos	12
5. RESULTADOS ESPERADOS	13
ORÇAMENTO	14
6. CRONOGRAMA	15
7. RESULTADOS	16
7.1 Caracterização dos Participantes	16
7.2 Qualidade de Vida- WHOQOL- BREF	19
7.3 Sobrecarga- ZBI-12	20
7.4 Associação entre Sobrecarga e Qualidade de Vida.....	22
8. DISCUSSÃO	23 a 25
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26 a 27
REFERENCIAS	28 a 29

INTRODUÇÃO

Com os avanços da medicina, das tecnologias em saúde e das políticas públicas voltadas à atenção básica, houve um aumento significativo na expectativa de vida da população brasileira. Como consequência, cresce também o número de pessoas que convivem com doenças crônicas e condições incapacitantes que exigem cuidados contínuos e de longa duração (BRASIL, 2020). Essas condições envolvem desde quadros de degeneração neurológica e mobilidade reduzida até doenças oncológicas, cardiovasculares ou respiratórias em estágios avançados, que comprometem significativamente a autonomia do indivíduo.

Diante desse cenário, a atenção domiciliar tem se consolidado como uma alternativa eficaz à hospitalização prolongada, ao permitir que o paciente receba cuidados no ambiente familiar, promovendo maior conforto, autonomia e qualidade de vida, além de reduzir custos para o sistema de saúde (SILVA et al., 2018). No entanto, essa modalidade de cuidado transfere para o domicílio responsabilidades complexas, muitas vezes assumidas por pessoas próximas ao paciente — familiares ou amigos — que não necessariamente possuem formação profissional na área da saúde (FERREIRA; SOUZA, 2021).

Esse grupo é conhecido como cuidadores informais. Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, 2021), cuidador informal é aquele que presta assistência direta, contínua ou eventual ao paciente dependente, sem remuneração, geralmente por vínculo afetivo. Já os cuidadores formais são aqueles com capacitação específica e remuneração por esse serviço. No Brasil, estima-se que a maior parte dos cuidados domiciliares seja realizada por cuidadores informais, especialmente mulheres da própria família, muitas vezes sem preparo adequado (FREITAS et al., 2019).

Os níveis de dependência funcional dos pacientes variam e influenciam diretamente a carga de trabalho e o impacto sobre os cuidadores. Pacientes com dependência total exigem apoio em todas as atividades da vida diária (AVDs), como alimentação, higiene, mobilidade e administração de medicamentos, o que acarreta um alto nível de exigência física, emocional e organizacional. Já pacientes com dependência parcial demandam menor carga física, mas ainda assim exigem supervisão constante, o que pode gerar estresse e limitação da vida social do cuidador (SANTOS; LIMA, 2020).

Flesch (2017), afirma que cuidadores com melhor bem-estar psicológico tendem a cuidar de idosos com mais comorbidades, porém com menor comprometimento cognitivo e menor dependência nas atividades da vida diária (AVDs). A satisfação de vida do cuidador também se relaciona à dependência do idoso, embora esse efeito nem sempre seja estatisticamente significativo, sendo mediado por fatores como tempo dedicado ao cuidado e sobrecarga.

Verifica-se que os cuidadores enfrentam múltiplas demandas: físicas (movimentação e higiene do paciente), cognitivas (tomada de decisões e administração de medicamentos), emocionais (lidar com o sofrimento do ente querido), sociais (isolamento), e financeiras (interrupção da vida profissional). Muitos desses cuidadores não contam com suporte institucional, como serviços de atendimento domiciliar, capacitação profissional ou apoio psicológico. Estudos indicam que a sobrecarga constante pode levar a quadros de ansiedade, depressão, insônia, dores musculares e até doenças crônicas no próprio cuidador (PEREIRA; FERRARI, 2019; SILVA; MORAES, 2022).

Na pesquisa feita por Coelho (2024), o cuidador, especialmente no contexto familiar, costuma ser marcada por uma dedicação intensa e, muitas vezes, impessoal, o que leva o indivíduo a negligenciar sua própria qualidade de vida para atender integralmente às necessidades do enfermo. O cuidador familiar é aquele que mantém uma relação próxima com o paciente, compartilhando a rotina, os desafios e as pequenas conquistas no enfrentamento da doença. No Brasil, é comum que pacientes com Doença de Parkinson (DP) sejam cuidados em casa por parentes próximos, que assumem o papel de cuidadores informais. Essa responsabilidade constante pode gerar altos níveis de estresse, favorecendo o surgimento de esgotamento físico e emocional, além de quadros de depressão e ansiedade.

Dessa forma, compreender a realidade desses cuidadores, seus desafios, condições de vida e necessidades, é essencial para a construção de estratégias que promovam sua qualidade de vida e saúde integral. A valorização dos cuidadores informais é, portanto, uma questão de justiça social e de sustentabilidade do próprio sistema de saúde, que se apoia cada vez mais nesse trabalho silencioso e essencial.

Por isso, o objetivo deste estudo é analisar como o exercício constante da função de cuidador no ambiente domiciliar afeta a qualidade de vida dos cuidadores de pacientes crônicos. A pesquisa se concentra nos impactos físicos, psicológicos,

sociais e econômicos enfrentados por esses cuidadores, investigando suas condições de vida, as demandas do cuidado e as redes de apoio que estão ou não disponíveis.

A principal questão que orienta este estudo é: Quais são os impactos na qualidade de vida dos cuidadores de pacientes crônicos em casa, e como esses impactos afetam sua saúde física e mental?

A hipótese central dessa pesquisa é que o cuidado domiciliar contínuo de pacientes crônicos gera impactos significativos na qualidade de vida dos cuidadores, especialmente em relação à sua saúde emocional e física, devido à sobrecarga e à falta de suporte adequado.

OBJETIVOS

Objetivo Geral

Analisar a qualidade de vida dos cuidadores domiciliares de pacientes crônicos.

Objetivos específicos

- Identificar os desafios enfrentados pelos cuidadores no dia a dia do cuidado;
- Verificar as consequências do cuidado prolongado para a saúde física e emocional dos cuidadores;
- Avaliar as formas de suporte institucional ou comunitário disponíveis para esses cuidadores;
- Propor estratégias para melhorar a qualidade de vida dos cuidadores no contexto domiciliar.

JUSTIFICATIVA

A importância dos cuidadores informais no sistema de saúde, especialmente no Brasil, onde as redes de apoio institucional nem sempre são eficazes. Embora desempenhem um papel fundamental no cuidado ao paciente, os cuidadores muitas vezes não recebem a devida atenção das políticas públicas e da sociedade, tornando-se vulneráveis a problemas de saúde. Assim, este trabalho se destaca pela sua relevância social e científica, ao dar visibilidade a uma população frequentemente negligenciada, e ao fornecer dados e reflexões que podem ajudar a embasar políticas de apoio, cuidado e valorização desses cuidadores. O objetivo é promover uma abordagem mais humana, integral e sustentável do cuidado domiciliar e de seus protagonistas.

METODOLOGIA

4.1 Tipo de pesquisa

Será desenvolvido um estudo de natureza qualitativa, quantitativa, descritiva e exploratória, com o objetivo de analisar os impactos do cuidado domiciliar contínuo de pacientes crônicos na qualidade de vida dos cuidadores informais. A abordagem qualitativa será utilizada para compreender de maneira mais aprofundada as experiências e percepções dos participantes, enquanto a abordagem quantitativa permitirá identificar padrões e frequências nas respostas. A principal pergunta norteadora é: Quais são os impactos na qualidade de vida dos cuidadores de pacientes crônicos em casa? A pesquisa será conduzida por meio de pesquisa de campo, em que os primeiros participantes são convidados a indicar outras pessoas com o mesmo perfil, possibilitando o alcance de um maior número de respondentes.

4.2 Cenário do estudo

O estudo será realizado virtualmente, por meio da divulgação de um link do questionário eletrônico, desenvolvido com a ferramenta Google Forms®, no WhatsApp®. Junto ao formulário será disponibilizado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os participantes poderão indicar outros cuidadores informais que se encaixem nos critérios da pesquisa, promovendo a expansão da amostragem.

4.3 Sujeitos da pesquisa

A amostra será composta por cuidadores informais — pessoas acima de 18 anos que prestam cuidados a pacientes crônicos em ambiente domiciliar, sem vínculo profissional ou remuneração. A participação será voluntária e condicionada à aceitação do TCLE. Os sujeitos deverão estar atuando ou ter atuado como cuidadores em período recente (últimos 12 meses).

4.4 Instrumento de coleta de dados

O instrumento de coleta de dados será um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores, baseado em literatura científica atualizada sobre a temática da atenção domiciliar, qualidade de vida e saúde do cuidador informal. O questionário conterá: Dados sociodemográficos (idade, sexo, escolaridade, estado civil, ocupação, renda); Informações sobre o paciente cuidado (tipo de doença crônica, grau de dependência funcional, tempo de cuidado); Aspectos relacionados à qualidade de vida do cuidador, incluindo saúde física, emocional, impacto social e econômico. O formulário conterá perguntas abertas, fechadas e semiabertas, totalizando cerca de 20 a 25 itens.

4.5 Descrição da coleta de dados

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Paulista (UNIP), será iniciado o envio do formulário digital com o TCLE pelas mídias sociais mencionadas. A coleta será realizada ao longo de um período estimado de 30 dias ou até que seja atingido um número suficiente de participantes.

4.6 Variáveis do estudo

As principais variáveis investigadas serão:

- Sociodemográficas: idade, sexo, estado civil, escolaridade, ocupação;
- Relacionadas ao cuidado: tempo de dedicação diária ao cuidado, tipo de doença do paciente, nível de dependência;
- Impactos percebidos: sintomas de estresse, ansiedade, depressão, cansaço físico, mudanças na rotina e na vida social;
- Suporte recebido: rede de apoio, suporte psicológico, orientações profissionais ou comunitárias.

4.7 Análise dos dados

Os dados quantitativos serão organizados em planilhas do Microsoft Excel® e analisados de forma descritiva, por meio do cálculo de frequências absolutas e relativas, médias e desvios-padrão. Os dados qualitativos provenientes das questões abertas serão analisados através da análise de conteúdo, buscando identificar categorias temáticas recorrentes nas falas dos participantes.

4.8 Análise dos riscos e benefícios para a população estudada

A pesquisa apresenta risco mínimo, podendo gerar desconforto emocional ao relatar experiências de sobrecarga, estresse ou sofrimento. Para minimizar esse risco, o TCLE deixará claro que a participação é voluntária e que os dados serão mantidos em sigilo. Além disso, ao final da pesquisa, os participantes poderão receber informações de suporte psicológico e direitos dos cuidadores informais. Como benefícios, espera-se promover maior visibilidade às necessidades dessa população, contribuindo para a elaboração de políticas públicas, programas de apoio e capacitação, além de fomentar o debate sobre o papel essencial dos cuidadores informais.

4.9 Critérios para suspender ou encerrar a pesquisa

A pesquisa será suspensa caso não seja aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UNIP, ou caso haja dificuldades técnicas ou operacionais que comprometam a integridade do estudo.

4.10 Obrigatoriedade de tornar público os resultados

Após a conclusão da pesquisa, os resultados serão divulgados na instituição de ensino e em possíveis periódicos da área da saúde, visando contribuir para o avanço do conhecimento e a melhoria das políticas de apoio ao cuidador informal.

4.11 Ética em pesquisa com seres humanos

Esta pesquisa será submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Paulista (UNIP), conforme as diretrizes da Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde. Será assegurado aos participantes o direito ao anonimato, à voluntariedade e à desistência a qualquer momento, sem prejuízos.

5.0 RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se que a partir deste estudo, possa ser compreendido a visão sobre qualidade de vida dos cuidadores crônicos em ambiente domiciliar sobre a orientação e o aconselhamento sobre prevenções para manter e melhoria do seu bem estar como todo, por meio de prevenção primaria, focando na redução de fatores de risco e no fortalecimento de fatores protetores.

UNIP

Campus Cidade Universitária
Comitê de Ética em Pesquisa -

UNIP

ORÇAMENTO DE PROJETO DE PESQUISA

Data: 20 / 05 / 2025

Nome do Projeto: Qualidade de vida dos cuidadores de pacientes crônicos em ambiente domiciliar

Pesquisador responsável: Daniele Carlim

Nome da Instituição do pesquisador responsável: Universidade Paulisa

Fonte Financiadora: Pesquisadore

	Valor U\$\$	Valor R\$
Material Permanente		10,00
Material de Consumo		33,45
Serviços de Terceiros		0,00
Honorários do Pesquisador		0,00
Despesas com os participantes da Pesquisa		29,34
Outros		0,00
Total		72,79

Em

caso de ressarcimento aos participantes da pesquisa, discriminar o que será ressarcido e qual o valor.

A UNIP se exime da responsabilidade de custear os gastos com recursos humanos e materiais. A contrapartida oferecida pela Universidade são as instalações, os laboratórios e o apoio pedagógico, quando disponíveis.

Outros comentários:

Assinatura do Pesquisador responsável

Campus Indianópolis - Rua Dr. Bacelar, 1212 – 4º andar – Vila Clementino CEP: 04026-002

F. (11) 5586-4086 - E-mail: cep@unip.br Horário de funcionamento das 08:00 às 18:00

6. CRONOGRAMA

Quadro 2 – Cronograma

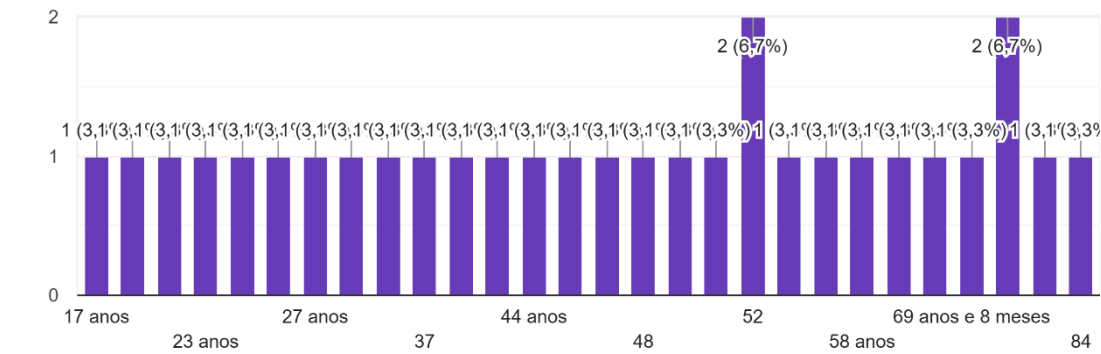
[illegible]

7. Resultados

7.1 Caracterização dos participantes

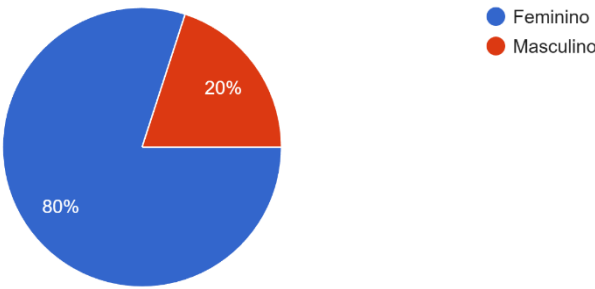
Dados Sociodemográficos: Idade

30 respostas



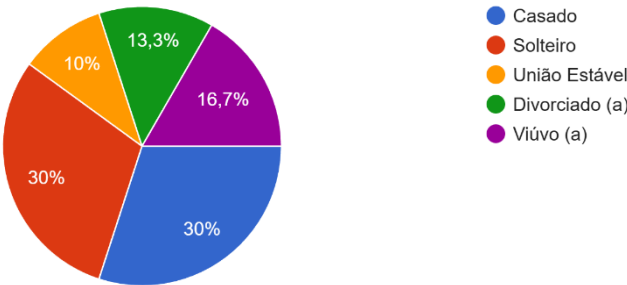
Sexo

30 respostas



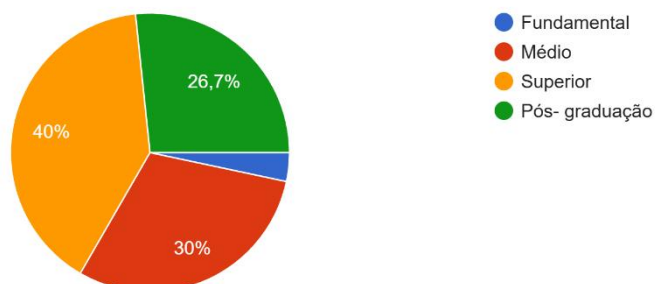
Estado civil

30 respostas



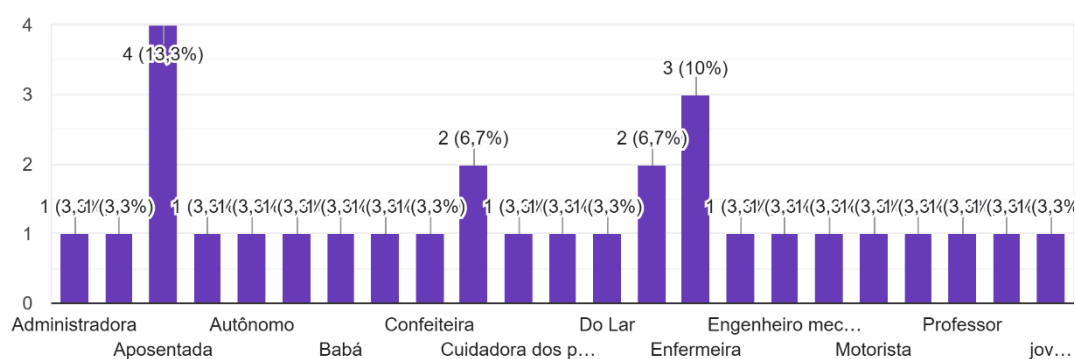
Escolaridade

30 respostas



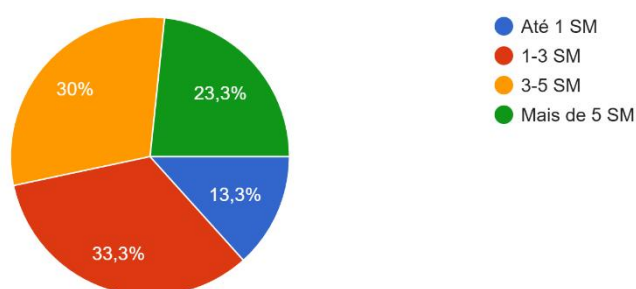
Ocupação Atual

30 respostas



Renda Familiar Mensal

30 respostas



A amostra foi composta por 30 cuidadores domiciliares. As idades variaram entre 18 e 84 anos, predominando participantes adultos e idosos. A distribuição de idade no grupo mostrou maior concentração entre 40 e 60 anos.

Quanto ao estado civil, observou-se que 30% eram solteiros, 30% casados, 16,7% viúvos, 13,3% divorciados e 10% estavam em união estável.

Em relação à escolaridade, 40% possuíam ensino superior, 30% ensino médio, 26,7% pós-graduação e 3,3% ensino fundamental.

Sobre a ocupação atual, houve grande diversidade, destacando-se que 13,3% eram aposentados, seguidos por 10% enfermeiros, e os demais distribuíram-se entre múltiplas ocupações como administradora, autônomo, cuidadora, motorista, professor, confeitadeira, entre outras (todas com 3,3% cada).

No que se refere à renda familiar mensal, 33,3% relataram renda entre 1 e 3 salários mínimos, 30% entre 3 e 5 salários mínimos, 23,3% acima de 5 salários mínimos, e 13,3% até 1 salário mínimo.

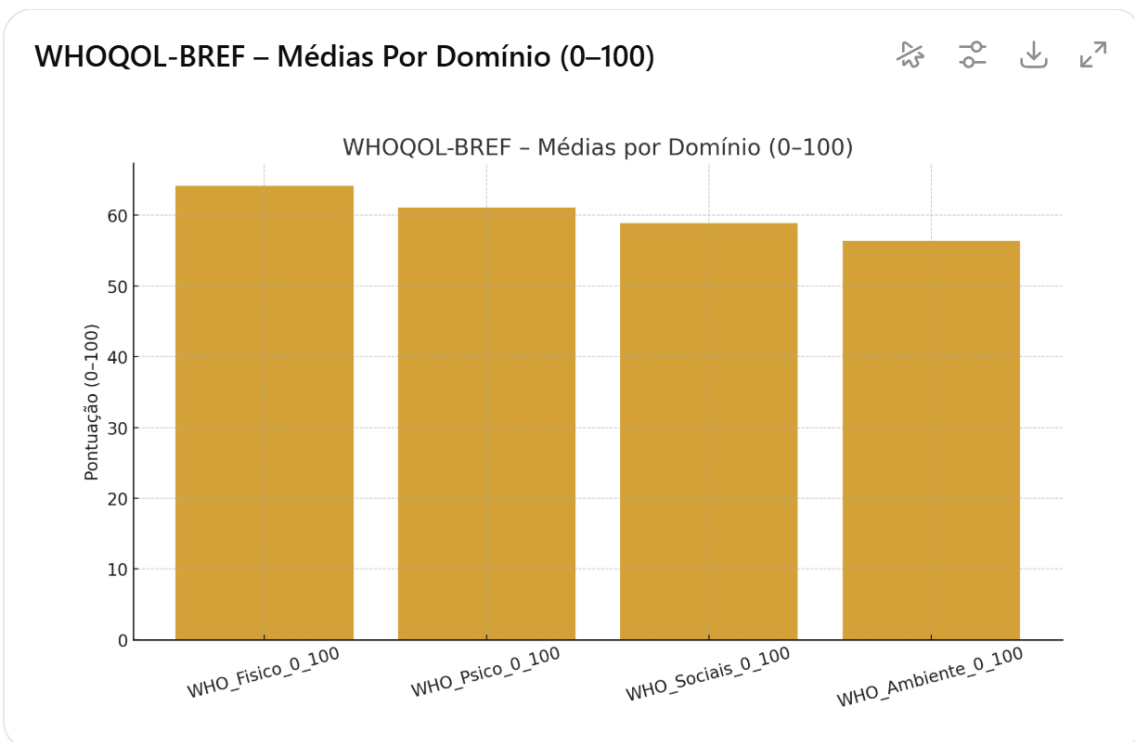
Tabela 1 – Perfil sociodemográfico dos participantes (N = 30)

Variável	Categoria	N	%
Idade	Variação: 18 a 84 anos	-	-
Estado Civil	Solteiro(a)	9	30%
	Casado(a)	9	30%
	Viúvo(a)	5	16,7%
	Divorciado(a)	4	13,3%
	União Estável	3	10%
Escolaridade	Fundamental	1	3,3%
	Médio	9	30%
	Superior	12	40%
	Pós-graduação	8	26,7%
Ocupação Atual	Aposentado(a)	4	13,3%
	Enfermeiro(a)	3	10%
	Cuidador(a)	2	6,7%
	Demais Ocupações Individuais	21	3,3% cada
Renda Familiar Mensal	Até 1 SM	4	13,3%
	1-3 SM	10	33,3%
	3-5 SM	9	30%
	Mais de 5 SM	7	23,3%

7.2 Qualidade de Vida – WHOQOL-BREF

As médias dos domínios da qualidade de vida (pontuação 0–100) foram:

Domínio	Média	DP	N
Físico	64,17	14,08	30
Psicológico	61,11	17,99	30
Relações Sociais	58,89	21,66	30
Meio Ambiente	56,35	16,63	30



Interpretação

- O domínio **Físico** apresentou o melhor escore médio (64,17), indicando percepção moderadamente positiva de energia, dor e capacidade de realizar atividades diárias.
- O domínio **Psicológico** (61,11) sugere presença moderada de autoestima e sentido de propósito, mas com variações relevantes (DP alto).
- O domínio **Relações Sociais** (58,89) indica impacto importante na convivência e no apoio social.

- O domínio **Meio Ambiente** obteve o menor escore médio (56,35), revelando percepção mais baixa sobre recursos financeiros, segurança, acessibilidade e lazer.

Conclusão

parcial:

A qualidade de vida dos cuidadores é **moderada**, com pior avaliação nos fatores ambientais e sociais — padrão esperado para cuidadores de pacientes crônicos.

7.3 Sobrecarga – ZBI-12

Estatísticas gerais

- Média total: 16,97
- Desvio-padrão: 9,76
- Mínimo: 0
- Máximo: 34
- Classificação predominante: Moderada

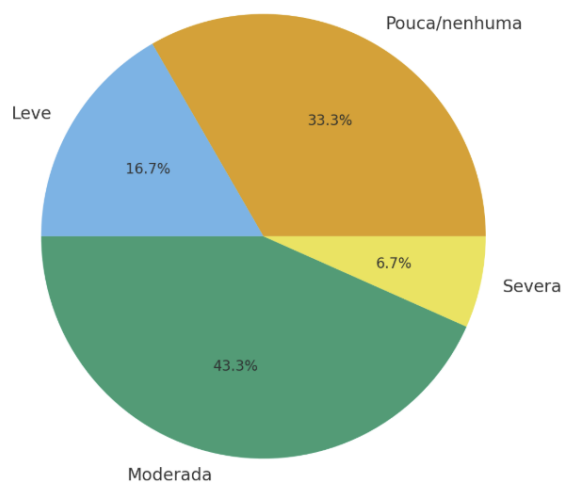
Distribuição da sobrecarga

Classificação	N	%
Pouca/Nenhuma	10	33,3%
Leve	5	16,7%
Moderada	13	43,7%
Severa	2	6,7%

ZBI-12 – Distribuição Por Classificação



ZBI-12 – Distribuição por Classificação



Interpretação

- A maioria dos participantes (43,3%) apresenta **sobrecarga moderada**.
- Apenas 6,7% apresentam sobrecarga severa, mas esse grupo requer atenção clínica ampliada.
- O fato de um terço ter pouca sobrecarga mostra heterogeneidade, possivelmente ligada ao tipo de paciente, rede de apoio e tempo de cuidado.

7.4 Associação entre Sobrecarga e Qualidade de Vida

Resultados da correlação de Spearman

Domínio WHOQOL	R	P	Interpretação
Físico	0.306	0.009	Tendência de correlação negativa (não significativa)
Psicológico	0.468	0.009	Correlação negativa moderada e significativa
Relações Sociais	0.434	0.016	Correlação negativa significativa
Ambiente	0.248	0.185	Sem significância

O que isso significa?

- Quanto **maior a sobrecarga**, **pior a qualidade de vida psicológica e social**.
- A dimensão psicológica é a **mais afetada** pela sobrecarga — achado comum em cuidadores de pacientes crônicos.
- A dimensão física não mostrou correlação estatisticamente significativa, mas **tende** a ser negativamente impactada.
- Aspectos ambientais parecem depender mais de condições socioeconômicas e menos da sobrecarga direta.

8. DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo demonstram que os cuidadores domiciliares de pacientes crônicos enfrentam desafios significativos que impactam diretamente sua qualidade de vida, saúde emocional, organização social e rotina diária. A predominância de mulheres como cuidadoras confirma um padrão consolidado na literatura e está diretamente relacionado à divisão sexual do trabalho, historicamente atribuída às mulheres (Souza e Almeida, 2022). Na prática da enfermagem, reconhecer esse padrão é fundamental, pois direciona intervenções culturalmente sensíveis e adequadas ao contexto familiar.

Os escores obtidos no WHOQOL-BREF apontam que a qualidade de vida dos cuidadores situa-se em níveis moderados, com maiores fragilidades nos domínios Meio Ambiente (56,35) e Relações Sociais (58,89). Esses achados sugerem que, além das demandas físicas do cuidado, fatores externos — como condições socioeconômicas, segurança, acesso aos serviços de saúde e suporte social — influenciam de forma decisiva a percepção de bem-estar. Tais aspectos reforçam a importância da enfermagem atuar de maneira intersetorial, articulando encaminhamentos para assistência social, suporte psicológico e programas comunitários de apoio.

O domínio Psicológico apresentou média de 61,11, refletindo variações significativas relacionadas ao estado emocional, autoestima, aceitação pessoal e presença de sentimentos negativos. A enfermagem, sobretudo na Atenção Primária à Saúde (APS), tem papel fundamental na identificação precoce de sofrimento psíquico. Profissionais de enfermagem, pela proximidade com famílias e pelo vínculo contínuo com o território, estão em posição privilegiada para reconhecer sinais de ansiedade, tristeza, irritabilidade ou sobrecarga emocional — fatores amplamente evidenciados neste estudo.

A sobrecarga, avaliada por meio do ZBI-12, apresentou média de 16,97, com maior prevalência de sobrecarga moderada (43,3%). Essa intensidade de sobrecarga é compatível com o perfil de cuidadores que assumem o cuidado de pacientes com sequelas crônicas e dependência funcional. Na prática clínica, esse achado indica a necessidade de planos de cuidado compartilhados, que incluam não apenas o paciente, mas o cuidador como sujeito ativo do processo

terapêutico. A Política Nacional de Atenção Domiciliar (PNAD), por meio do Serviço de Atenção Domiciliar (SAD), orienta que as equipes multiprofissionais forneçam educação em saúde, orientação para manejo seguro, planejamento da rotina de cuidado e estratégias de suporte emocional.

A análise de correlação revelou associações negativas e estatisticamente significativas entre a sobrecarga e os domínios Psicológico ($r = -0,468$; $p = 0,009$) e Relações Sociais ($r = -0,434$; $p = 0,016$). Esses dados reforçam que quanto maior a sobrecarga, pior é o bem-estar emocional e social do cuidador — resultado amplamente relatado em estudos nacionais (Sena, Freitas e Carvalho, 2022; Silva et al., 2023). Para a enfermagem, esses achados sinalizam a urgência de ações direcionadas ao alívio do estresse, como grupos de apoio, rodas de conversa, visitas domiciliares sistemáticas e intervenções de escuta qualificada.

A atuação da enfermagem também se mostra essencial na educação do cuidador sobre técnicas de cuidados seguros (mobilização, administração de medicamentos, prevenção de lesões, manuseio de dispositivos), o que reduz erros, retrabalho e ansiedade — fatores que reduzem diretamente a sobrecarga. Quando o cuidador é treinado adequadamente, há melhora do seu senso de competência e autonomia, que se traduz em melhor qualidade de vida.

Outro aspecto relevante é o papel da enfermagem na orientação sobre autocuidado. Os resultados deste estudo demonstram que o cuidador, muitas vezes, negligencia a própria saúde, priorizando totalmente o cuidado ao outro. A enfermagem, enquanto profissão que valoriza a promoção da saúde, deve incluir o cuidador nos seus protocolos, incentivando pausas, lazer, alimentação adequada, descanso e cuidados médicos regulares.

Por fim, a enfermagem também deve atuar como defensora dos cuidadores informais, contribuindo para a construção de políticas públicas que reconheçam o cuidador como figura essencial no sistema de saúde. Os achados deste estudo reforçam que o cuidado domiciliar só é viável porque existe um cuidador, e esse cuidador precisa ser visto, ouvido, acompanhado e cuidado.

Assim, os resultados obtidos trazem implicações clínicas diretas para a enfermagem e destacam a necessidade de práticas centradas na família,

suporte emocional contínuo, educação sobre manejo das doenças crônicas e estratégias terapêuticas de enfrentamento.

9. Considerações Finais

O cuidado domiciliar de pacientes crônicos representa um fenômeno complexo, que envolve dimensões físicas, emocionais, sociais e estruturais da vida dos cuidadores informais. Os resultados deste estudo demonstram que tais cuidadores vivenciam níveis significativos de sobrecarga e possuem qualidade de vida moderada, com fragilidades especialmente relacionadas aos domínios ambiental e social. Esses achados reforçam a compreensão de que o cuidado não é uma atividade isolada, mas um processo contínuo que afeta a integralidade da vida de quem cuida.

Nesse contexto, a enfermagem se apresenta como protagonista no reconhecimento, acolhimento e suporte aos cuidadores. A vivência no território, as visitas domiciliares, a escuta qualificada e as ações de educação em saúde situam o enfermeiro como um profissional estratégico para identificar situações de vulnerabilidade, orientar técnicas seguras de cuidado e fortalecer capacidades do cuidador. Os resultados aqui apresentados evidenciam que o impacto emocional e social da sobrecarga pode ser mitigado ou prevenido por práticas de enfermagem centradas na família, na autonomia e na promoção da saúde.

As dificuldades apontadas, sobretudo nos domínios psicológico e de relações sociais, indicam que o cuidador necessita de apoio multidisciplinar e políticas públicas que reconheçam sua importância no contexto do cuidado domiciliar. Programas de suporte emocional, redes de apoio comunitário, intervenções de alívio da sobrecarga (como o “cuidado de respiro”) e a inclusão do cuidador nas linhas de cuidado da Atenção Primária emergem como caminhos essenciais para a qualificação da assistência.

Os achados deste estudo também chamam atenção para a necessidade de ampliar a discussão sobre a formação dos profissionais de enfermagem, de modo a incluir competências específicas para atuar com famílias cuidadoras, promovendo práticas sensíveis, humanizadas e baseadas em evidências. A inclusão da saúde do cuidador na agenda das equipes de saúde deve ser fortalecida, reconhecendo que a qualidade da assistência ao paciente está intrinsecamente ligada ao bem-estar de quem cuida.

Por fim, considera-se que este estudo contribui para o entendimento aprofundado das demandas e desafios enfrentados pelos cuidadores informais, oferecendo subsídios para o aprimoramento de práticas e políticas em saúde. Recomenda-se que pesquisas futuras ampliem o tamanho da amostra, explorem intervenções de enfermagem voltadas ao cuidador e realizem análises comparativas entre diferentes contextos de cuidado domiciliar. A promoção da saúde desses cuidadores, portanto, deve ocupar lugar central na organização da assistência em enfermagem e saúde coletiva, garantindo um cuidado mais integral, humanizado e sustentável.

REFERENCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Cuidado domiciliar: aspectos conceituais. Brasília: MS, 2020. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cuidado_domiciliar_aspectos_conceituais.pdf. Acesso em: 27 abr. 2025.

COELHO, D.S. et al. QUALIDADE DE VIDA DE CUIDADORES DE IDOSOS COM DOENÇA DE PARKINSON: UMA REVISÃO DE LITERATURA. Revista Contemporânea, v. 4, n. 10, p. e6200-e6200, 2024. Disponível em: . Acesso em: 05 maio de 2025.

FERREIRA, S. M. R.; SOUZA, D. L. Desafios enfrentados por cuidadores informais de pacientes crônicos no domicílio: uma revisão integrativa. Revista de Enfermagem UFPE, v. 15, n. 3, p. e246524, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/246524>. Acesso em: 28 abr. 2025.

FLESCHE, L. D. et al. Aspectos psicológicos da qualidade de vida de cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. Geriatrics, Gerontology and Aging, v. 11, n. 3, p. 138-149, 2017. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/7397/739780702011.pdf>. Acesso em: 02 maio de 2025.

FREITAS, M. C. de; LIMA, K. C. de; LIMA, J. W. de O. Perfil e sobrecarga de cuidadores informais de idosos com dependência funcional. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 22, n. 5, p. e190073, 2019. <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190073>.

LIMA, R. S. et al. Sobrecarga e qualidade de vida de cuidadores informais de pacientes dependentes. Revista de Enfermagem Contemporânea, v. 11, n. 2, p. 55-63, 2022.

PEREIRA, M. G.; FERRARI, D. V. Qualidade de vida de cuidadores de pacientes com doenças crônicas: fatores associados. Cadernos de Saúde Pública, v. 35, n. 4, p. e00071218, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00071218>. Acesso em: 28 abr. 2025.

SANTOS, E. G. dos; LIMA, M. A. de C. C. Cuidadores de idosos dependentes no domicílio: desafios e estratégias de enfrentamento. Revista Baiana de Enfermagem, v. 34, e34839, 2020. <https://doi.org/10.18471/rbe.v34.34839>

SILVA, M. J. et al. Atenção domiciliar no SUS: revisão crítica da literatura. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 42, n. 117, p. 1105-1120, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/MLDF3pQjXkFvT8rZsBq5H5p>. Acesso em: 26 abr. 2025.

SILVA, L. R.; MORAES, E. N. Saúde mental dos cuidadores de idosos dependentes: uma revisão sistemática. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, e210162, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.210162>. Acesso em: 28 abr. 2025.

OLIVEIRA, J. P.; SANTOS, A. C. Qualidade de vida e fatores associados em cuidadores de pacientes crônicos. *Saúde em Debate*, v. 45, n. 128, p. 987-1001, 2021.

PEREIRA, M. R.; NOGUEIRA, F. R. Repercussões sociais e emocionais do cuidado domiciliar. *Revista Kairós*, v. 23, n. 3, p. 135-154, 2020.

SENA, T. A.; FREITAS, L. M.; CARVALHO, P. A. Impacto emocional em cuidadores de pacientes dependentes: uma revisão crítica. *Cadernos Brasileiros de Saúde Mental*, v. 14, n. 2, p. 77-89, 2022.

SILVA, B. T. et al. Saúde mental e sobrecarga de cuidadores informais de pessoas com doenças crônicas. *Psicologia & Saúde*, v. 15, n. 1, p. 1-14, 2023.

SOUZA, M. L.; ALMEIDA, T. C. Perfil sociodemográfico e desafios vivenciados por cuidadores informais. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, n. 6, p. 1-10, 2022.