



## FATORES ASSOCIADOS À SAÚDE MENTAL E A SOBRECARGA DE CUIDADORES FORMAIS DE PESSOAS IDOSAS

Ingrid Barboza Guimarães; Marcello de Santis Almeida Mazalli; Florencia Lagomarsino; Patrícia Garcia dos Santos Torres; Viviane Leite Miranda; Diego Rodrigues Costa Lana; Higor Santos Antunes da Silva; Bruno Leonel Mendes de Abreu; Rodrigo Jorge Salles

Universidade São Judas Tadeu

Psicologia, Mooca - prof.rodrigosalles@ulife.com.br

### Introdução

O envelhecimento populacional vem se intensificando em escala global em decorrência do aumento da expectativa de vida e da redução das taxas de natalidade (FIGUEIREDO et al., 2021). No Brasil, essa tendência acompanha o panorama mundial: a população idosa passou de 8,7% em 2000 para 15,6% em 2023, e estima-se que alcance cerca de 37,8% até 2070 (IBGE, 2024). O crescimento desse grupo amplia a prevalência de doenças crônicas e a necessidade de cuidados de longa duração, evidenciando o papel fundamental do cuidador formal de pessoas idosas na promoção da autonomia e da qualidade de vida (CECCON et al., 2021). Contudo, a ausência de regulamentação profissional, a sobrecarga de trabalho e o suporte institucional insuficiente tornam essa atividade vulnerável, refletindo em altos índices de estresse ocupacional, esgotamento emocional e síndrome de Burnout (TESSAROLO et al., 2024).

### Objetivos

Investigar, por meio de uma revisão sistemática da literatura, os fatores associados à saúde mental e à sobrecarga de cuidadores formais de pessoas idosas.

### Metodologia

Trata-se de Revisão Sistemática da Literatura descritiva, realizada entre 28/04 e 12/05/2025, sobre sofrimento mental e sobrecarga em cuidadores formais de pessoas idosas. A busca, realizada nas bases BVS, SciELO, CAPES, PubMed e Google Scholar, utilizou descritores relacionados à saúde mental, velhice e cuidado formal. Foram incluídos artigos em português (2020–2025) e excluídos trabalhos não científicos, sobre cuidadores familiares ou indisponíveis na íntegra. Do total de 3505 estudos encontrados, 13 atenderam aos critérios e compuseram a amostra final.

### Resultados

Dos 13 artigos analisados, 6 (46,15%) identificaram correlação entre sofrimento e desgaste emocional no trabalho do cuidador formal de pessoas idosas. Os principais fatores associados foram o grau de dependência do idoso (Nogueira et al., 2022; Tessarolo et al., 2024), a baixa qualificação técnica (Nogueira et al., 2022; Martins e Gomes, 2020; Tessarolo et al., 2024; Filha et al., 2023), a condição econômica precária das famílias (Nogueira et al., 2022), as jornadas extensas de trabalho (Tessarolo et al., 2024) e a agressividade dos idosos atendidos (Filha et al., 2023; Martins e Gomes, 2020).

### Resultados

Outros achados envolveram envolvimento emocional (Filha et al., 2023). Houve discrepância na formação profissional, com cuidadores possuindo apenas o ensino fundamental (Ceccon et al., 2021; Figueiredo et al., 2021) e ausência de regulamentação que aumenta o desgaste e a insegurança técnica (Fernandes et al., 2023). A predominância feminina reflete o papel histórico-social do cuidado (Ceccon et al., 2021; Figueiredo et al., 2021; Nogueira, Santos e Duarte; Rodrigues e Barbosa, 2022; Martins e Gomes, 2020; Roque et al., 2020; Peixoto et al., 2022). Evidencia-se correlação positiva entre sobrecarga e sofrimento mental, além da escassez de pesquisas e da necessidade de políticas públicas que regulamentem e qualifiquem a atuação desses profissionais.

### Conclusões

Cuidadores formais de pessoas idosas enfrentam condições de trabalho que favorecem sobrecarga física e emocional, estresse ocupacional e Burnout. A heterogeneidade formativa, as jornadas extensas, o acúmulo de tarefas e o alto grau de dependência dos usuários emergem como fatores críticos. Evidencia-se a necessidade de regulamentação profissional, parâmetros de formação e supervisão, além de políticas e estratégias institucionais voltadas à saúde mental no trabalho, com vistas a qualificar o cuidado prestado e proteger quem cuida.

### Bibliografia

- CECCON, R. F. et al. Envelhecimento e dependência no Brasil: características sociodemográficas e assistenciais de idosos e cuidadores. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 1, p. 17-26, jan. 2021. FapUNIFESP (SciELO). DOI: 10.1590/1413-81232020261.30352020.
- FIGUEIREDO, M. L. F. et al. Cuidadores formais de idosos dependentes no domicílio: desafios vivenciados. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 1, p. 37-46, jan. 2021. FapUNIFESP (SciELO). DOI: 10.1590/1413-81232020261.32462020.
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). População do país vai parar de crescer em 2041. Agência de Notícias IBGE, 22 ago. 2024. TESSAROLO, M. M. M. et al. Síndrome de Burnout em cuidadores formais de idosos: uma análise abrangente da literatura. Revista Contemporânea, v. 4, n. 3, p. 1-25, 21 mar. 2024. DOI: 10.56083/rcv4n3-141.