



AFYA FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DA PARAÍBA
CURSO DE BACHARELADO EM MEDICINA

LUMA GABRIELLE DE QUEIROZ ARAÚJO
MARIA EDUARDA FERREIRA VALÕES

**SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES FAMILIARES DE PESSOAS COM
TRANSTORNO PSÍQUICO: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Cabedelo – PB
2024

LUMA GABRIELLE DE QUEIROZ ARAÚJO
MARIA EDUARDA FERREIRA VALÕES

**SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES FAMILIARES DE PESSOAS COM
TRANSTORNO PSÍQUICO: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Afya Faculdade de
Ciências Médicas da Paraíba como
requisito parcial para a obtenção do grau
de Bacharel em Medicina.
Orientadora: Lara de Sá Neves Loureiro.

Biblioteca Afya Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba – Afya Paraíba

A663s Araújo, Luma Gabrielle de Queiroz .
Saúde mental de cuidadores de familiares de pessoas com
transtorno psíquico: revisão integrativa da literatura / Luma
Gabrielle de Queiroz Araújo; Maria Eduarda Ferreira Valões. –
Cabedelo, 2024.
16 f.

Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Medicina) –
Afya Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, 2024.
Orientadora: Lara de Sá Neves Loureiro.

1. Cuidadores. 2. Relações familiares. 3. Saúde mental. 4.
Transtornos mentais. I. Valões, Maria Eduarda Ferreira. II.
Loureiro, Lara de Sá Neves (orientadora). III. Título.

CDU: 616.89

Saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico: Revisão integrativa da literatura

Mental health of family caregivers of people with psychological disorders: Integrative literature review

Luma Gabrielle de Queiroz Araújo¹, Maria Eduarda Ferreira Valões¹, Lara de Sá Neves Loureiro²

¹ Graduação em Medicina - Afya – Ciências Médicas da Paraíba

² Docente de Medicina - Afya – Ciências Médicas da Paraíba

RESUMO

Objetivo: Discorrer sobre a saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada em periódicos da Biblioteca Virtual em Saúde. Na seleção dos artigos, foram considerados critérios de inclusão: idiomas inglês, português e espanhol, publicações de 2019-2024 e disponibilidade do artigo na íntegra. Com exclusão: duplicados, não relacionados à questão principal e acesso restrito, resultando em 12 artigos designados. **Resultados:** Evidenciou uma maior prevalência de cuidadores do sexo feminino e na faixa etária de 51 a 60 anos. Foram identificados fatores que afetam a saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico, como: demanda de cuidado, incapacidade mental do ente, nível de escolaridade do cuidador, déficit de apoio social, disfunção familiar, ausência de vínculo com os profissionais de saúde e insuficiência de serviços de atenção à saúde mental, e implicações do cuidado, tais quais: sobrecarga do cuidador, estresse, comprometimento financeiro e social, adoecimento psíquico e físico. **Conclusão:** Cuidadores familiares de pessoas com transtornos mentais enfrentam desafios ao assumirem novas responsabilidades, resultando em, especialmente, consequências psicológicas negativas. Tanto os indivíduos adoecidos quanto os cuidadores merecem maior atenção do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e dos profissionais de saúde.

Palavras-chave: Saúde Mental; Relações Familiares; Cuidadores; Transtornos Mentais.

ABSTRACT

Objective: To discuss the mental health of family caregivers of individuals with mental disorders. **Methods:** This is an integrative literature review conducted using journals from the Virtual Health Library. Article selection criteria included: English, Portuguese, and Spanish languages, publications from 2019 to 2024, and full-text availability. Exclusion criteria involved: duplicates, articles not related to the main question, and restricted access, resulting in 12 designated articles. **Results:** The review revealed a higher prevalence of female caregivers aged 51 to 60 years. Factors affecting the mental health of family caregivers of individuals with mental disorders were identified, including caregiving demands, mental incapacity of the dependent, caregiver's educational level, lack of social support, family dysfunction, absence of connection with healthcare professionals, and inadequate mental health services. Caregiving implications included caregiver burden, stress, financial and social strain, and psychological and physical illness. **Conclusion:** Family caregivers of individuals with mental disorders face challenges when assuming new responsibilities, leading to particularly negative psychological consequences. Both the individuals affected and caregivers deserve increased attention from Psychosocial Care Centers (CAPS) and healthcare professionals.

Key words: Mental Health; Family Relationships; Caregivers; Mental Disorders.

INTRODUÇÃO

Transtornos mentais, também conhecidos como transtornos psiquiátricos, psíquicos, psicológicos e distúrbios psíquicos, são condições marcadas por uma perturbação clinicamente relevante na percepção, no controle das emoções ou no comportamento de um indivíduo, resultando em disfunções nos processos psicológicos e biológicos. Nesse sentido, os distúrbios psíquicos geralmente estão associados ao sofrimento ou incapacidade significativa que prejudica as atividades sociais e profissionais¹.

Os principais transtornos vistos no cenário mundial, são: transtornos de ansiedade (transtorno de pânico, fobias, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno de estresse pós-traumático), transtornos do humor (transtorno depressivo maior, transtorno distímico, transtorno bipolar), transtornos comportamentais disruptivos (transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, transtorno da conduta, transtorno de oposição desafiante, transtorno explosivo intermitente) e transtornos por uso de substâncias, como álcool e drogas².

No âmbito da atenção à saúde, evidencia-se avanços na estruturação da Rede de Atenção à Saúde mental, decorrente da Reforma Psiquiátrica do Brasil, com a promulgação da Lei nº10.216, em 2001, e implementação de novos serviços, como os Centros de Atenção Psicossociais (CAPS), o que possibilitou um cuidado mais integral às pessoas com transtornos mentais³.

Todavia, sabe-se, atualmente, que os indivíduos que apresentam transtornos mentais requerem cuidados não apenas formais, em especial dos serviços de saúde especializados, mas também, e principalmente, dos familiares, chamados cuidados informais. A respeito disso, denomina-se cuidador informal o indivíduo, normalmente um membro familiar, que passa a acompanhar uma pessoa dependente, sem nenhum tipo de remuneração^{4,5,6}.

Tais cuidadores assumem deveres relacionados a questões que são insuficientemente cobertas pelos profissionais de saúde – a exemplo de monitoramento de medicamentos, melhoria da adesão, continuidade do cuidado e outros. Essa realidade acarreta profundas cargas emocionais, financeiras e de saúde para os mesmos, além de reorganização de funções e papéis na dinâmica familiar. Cumpre ressaltar que esses desafios surgem pela necessidade de provisão de cuidados de longa duração e por contratempos recorrentes⁷.

Os cuidadores familiares, ao assumirem o cuidado de uma pessoa com transtorno psíquico, passam a lidar com muitos desafios relacionados à adequação de novas responsabilidades e papéis, enquanto experimentam, simultaneamente, efeitos deletérios de

ordem econômica, social, e, especialmente, psicológica, que podem, por sua vez, resultar no seu adoecimento, o que afeta diretamente o cuidado dispensado ao membro da família que possui sofrimento psíquico, em consequência aos desgastes na saúde mental e física. Tendo isso em vista, é de suma importância abordar sobre a saúde mental dos cuidadores informais, a fim de buscar o seu bem-estar psicológico e, conseqüentemente, melhorar a qualidade do cuidado prestado ao ente dependente^{8,9,10}.

Diante do exposto, o presente estudo tem como objetivo discorrer sobre a saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico.

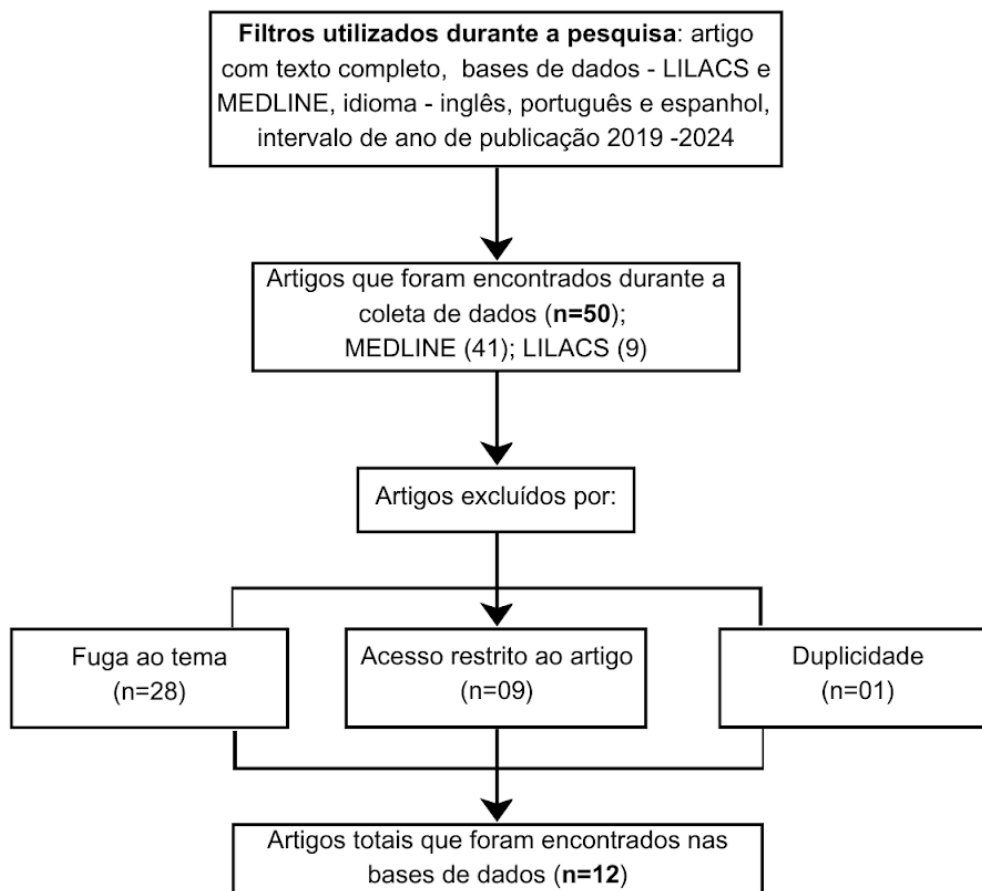
MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura. Optou-se por tal método, visto que fornece uma compreensão mais ampla de um fenômeno particular, de modo a possibilitar a visualização de novas perspectivas e traçar caminhos para pesquisas futuras por meio da elaboração de teorias acerca do objetivo do estudo em questão¹¹. Na presente pesquisa, buscou-se identificar as lacunas no conhecimento acerca da saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico, tendo como propósito responder a seguinte questão norteadora: Quais os impactos na saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico?

A busca dos dados foi realizada em abril de 2024, por meio da plataforma BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), delimitando as bases de dados LILACS E MEDLINE e utilizando a seguinte combinação de descritores: saúde mental AND relações familiares AND cuidadores AND transtornos mentais. Para a seleção dos artigos, foram considerados os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados nos idiomas inglês, português e espanhol nos últimos cinco anos e que estavam disponíveis na íntegra. Foram excluídos os artigos em duplicidade e que não atendem a questão norteadora.

Na busca realizada, conforme ilustrada na Figura 1, foram identificados, no total, 50 artigos, sendo 41 na base de dados LILACS e 9 na MEDLINE. Destes, foram excluídos os artigos que apresentaram fuga ao tema (28), acesso restrito ao artigo (09) e em duplicidade (01), resultando na seleção final de 12 artigos que atenderam aos interesses da pesquisa.

Figura 1. Seleção dos artigos utilizados no desenvolver do trabalho.



RESULTADOS

Quadro 1 - Caracterização dos estudos selecionados. João Pessoa - PB, 2024.

Título do artigo	Atores	Ano de publicação	Idioma	Resultados do estudo	Base de dados
Evaluación De Los Niveles De Sobrecarga En Cuidadores Primarios De Personas Con Esquizofrenia A Través De Un Programa De Psicoeducación.	Zúñiga Carrasco DR, Riera Recalde AY, Carrera López LC, Chérrez Paredes MF, Perozo Marín F.	2021	Espanhol	A maioria dos cuidadores eram mulheres 67,5%. O relacionamento mais frequente foi o dos pais com 44,4% seguido dos irmãos 25,9%. A faixa etária mais comum foi de 51 a 60 anos. 71,1% dos cuidadores apresentaram algum tipo de sobrecarga. Para avaliar as alterações nos níveis de sobrecarga pré e pós-intervenção foi aplicado o teste de McNemar cujo resultado foi	LILACS

				27,4 mostrando diferença significativa com valor de $p < 0,005$.	
O cuidado à pessoa em sofrimento mental: sob a ótica dos familiares / The care of people in mental suffering: from the perspective of family members.	Silva AP da, Soares PFC, Costa ES, Silva LG de S, Silva RG da, Braga LS.	2021	Português	Foram identificadas as seguintes categorias: Categoria I - Interferência e convivência com a doença mental; e a Categoria II: A sobrecarga no cuidado ao doente mental.	LILACS
Young Adults and Their Families Living With Mental Illness: Evaluation of the Usefulness of Family-Centered Support Conversations in Community Mental Health Care Settings.	Aass LK, Skundberg-Kletthagen H, Schrøder A, Moen ØL.	2020	Inglês	Os resultados descrevem as experiências das famílias em FCSC sob duas categorias descritivas, "Facilitando o compartilhamento de reflexões sobre o cotidiano" e "Possibilidade de mudança no cotidiano".	MEDLINE
Risk and Protective Factors for PTSD in Caregivers of Adult Patients with Severe Medical Illnesses: A Systematic Review.	Carmassi C, Foghi C, Dell'Oste V, Bertelloni CA, Fiorillo A, Dell'Osso L.	2020	Inglês	As taxas de prevalência de TEPT variaram de 4,17% [34] a 54% [35] e as taxas de sintomas de TEPT clinicamente significativas variaram de 11% [36] a 74,1% [37]. Fatores de risco para TEPT.	MEDLINE
Caregiver involvement in psychiatric inpatient treatment - a representative survey among triads of patients, caregivers and hospital psychiatrists.	Schuster F, Holzhüter F, Heres S, Hamann J.	2020	Inglês	Foi percebido, tanto pelos pacientes, quanto pelos psiquiatras, que o contato entre o cuidador e o psiquiatra ocorreu em um terço dos casos de pacientes. Os preditores de contato psiquiatra-cuidador foram revelados no diagnóstico do paciente (esquizofrenia), menor histórico de internações e respectivo hospital. Segundo os psiquiatras, os assuntos mais frequentemente discutidos com os cuidadores envolviam questões	MEDLINE

				terapêuticas e temas organizacionais e sócio-psiquiátricos (por exemplo, trabalho, vida e apoio social). Pacientes e cuidadores afirmaram que o tratamento psiquiátrico e a classificação diagnóstica da doença mental foram os temas de conversa mais frequentes. Para todos os três grupos, a razão mais frequentemente citada para a falta de envolvimento do cuidador foi a percepção subjetiva de que um cuidador não era de fato necessário.	
Baseline Resilience and Posttraumatic Symptoms in Dyads of Neurocritical Patients and Their Informal Caregivers: A Prospective Dyadic Analysis.	Meyers EE, Shaffer KM, Gates M, Lin A, Rosand J, Vranceanu AM.	2020	Inglês	Os sintomas de PTS clinicamente significativos eram elevados no início do estudo tanto nos pacientes (20%) como nos cuidadores (16%) e permaneceram elevados durante 6 meses (25% nos pacientes ; 14% nos cuidadores). A modelagem de interdependência ator-parceiro demonstrou que a gravidade dos sintomas de PTS foi preditiva de sintomas de PTS em momentos subsequentes ($P < 0,001$). A atenção plena e o enfrentamento basais elevados previram sintomas de PTS menos graves em pacientes e cuidadores ($P < 0,001$) em todos os momentos. O próprio grau de sintomas de PTS aos 3 meses previu piores sintomas de PTS no parceiro aos 6 meses, tanto para pacientes quanto para cuidadores ($P = 0,02$).	MEDLINE
To recuperate and preserve the relative: Family	De la Cuesta Benjumea	2019	Espanhol	Uma pessoa com problema mental durante uma crise torna-se um estranho e	MEDLINE

caregivers strategies to manage mental health crisis.	C, López Gracia MV, Arredondo González CP.			inacessível aos familiares. Nesta situação os esforços visam a recuperação do familiar, tirá-lo da desrazão e mantê-lo na normalidade cotidiana construída para ele. Graças a isso, o familiar doente é integrado na vida familiar.	
Hope and Schizophrenia in the Latino Family Context.	Hernandez M, Barrio C, Gaona L, Helu-Brown P, Hai A, Lim C.	2019	Inglês	Os resultados revelaram que a esperança foi conceituada como uma construção multidimensional e foi um recurso vital para os participantes. Especificamente, houve ênfase em fatores contextuais que incluíam religião e espiritualidade e relações interpessoais.	MEDLINE
An asymmetric burden: Experiences of men and women as caregivers of people with psycho-social disabilities in rural North India.	Mathias K, Kermode M, San Sebastian M, Davar B, Goicolea I.	2019	Inglês	Foram identificados nove temas que foram agrupados em três metatemas: impactos intrapessoais, interpessoais e institucionais. No metatema intrapessoal, todos os cuidadores vivenciaram alta tensão, com as mulheres descrevendo um estresse quase avassalador. Dentro do metatema interpessoal, os homens experimentaram oportunidades de conexão social e apoio social que raramente estavam disponíveis para as mulheres. Dentro do metatema institucional, tanto homens como mulheres descreveram a força na unidade e gestos que levam à reordenação das relações de gênero.	MEDLINE
Ser cuidador em serviço residencial terapêutico:	Silva AST, Ribeiro GB, Santos LLX,	2019	Português	Emergiram duas categorias, fragilidades na prática de ser cuidador em	LILACS

fragilidades e potencialidades na prática assistencial.	Buriola AA.			serviço de residência terapêutica superando limites e as potencialidades na prática de ser cuidador em serviço de residência terapêutica uma conquista nas relações interpessoais.	
Estranged relations: coercion and care in narratives of supported decision-making in mental healthcare.	Stone M, Kokanovic R, Callard F, Broom AF.	2020	Inglês	Analizamos as narrativas de 29 pessoas diagnosticadas com doença mental e de 29 cuidadores auto identificados, falando sobre suas experiências em um sistema de saúde mental australiano e sobre suas opiniões sobre a tomada de decisão apoiada.	MEDLINE
Transtornos psiquiátricos menores em familiares cuidadores de usuários de Centros de Atenção Psicossocial: prevalência e fatores associados.	Treichel CA dos S, Jardim VM da R, Tomasi E, Kantorski LP, Oliveira MM de, Coimbra VCC.	2020	Português	Foram entrevistados 537 familiares, sendo 63,3% do sexo feminino. A média de idade foi de 51,1 anos (DP = 13,3), com variação de 18 a 92 anos. Entre os entrevistados, 38,5% referiu possuir até 4 anos de estudo, enquanto 35,2% referiram ter estudado entre 5 e 8 anos e 26,2% 9 anos de estudo ou mais. Quanto à renda, 37,7% referiu renda per capita de até 0,5 salário mínimo, 41,2% referiu renda per capita de até 1 salário mínimo e 21% renda per capita superior a um salário mínimo. 59,7% dos entrevistados possuíam companheiro e 31% possuíam trabalho remunerado.	LILACS

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2024.

Por meio da análise dos artigos apresentados no Quadro 1, verificou-se que 4 (33,3%) foram selecionados através da base de dados LILACS e 8 (66,7%) na MEDLINE, disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde.

Ao considerar os idiomas dos artigos supracitados, 2 (16,66%) foram publicados no idioma espanhol, 3 (25%) em português, e 7 (58,33%) em inglês.

No que se refere ao ano de publicação, verificou-se que o ano de 2020 correspondeu ao período com maior quantitativo de artigos científicos publicados, com 6 (50%) publicações, seguidos do ano de 2019 com 4 (33,33%) artigos e do ano de 2021 com 2 (16,66%). A respeito dos resultados dos estudos, evidencia-se que a maioria dos cuidadores é do sexo feminino e tem idade na faixa etária de 51 a 60 anos.

Após análise dos estudos selecionados, foram evidenciadas duas importantes categorias temáticas, as quais serão discutidas no tópico seguinte, a saber: 1- Fatores que afetam a saúde mental de cuidadores familiares de pessoas com transtorno psíquico, como: demanda de cuidado, incapacidade mental do ente dependente, nível de escolaridade do cuidador, déficit de apoio social, disfunção familiar, ausência de vínculo com os profissionais de saúde e insuficiência de serviços de atenção à saúde mental; e 2- Implicações do cuidado ao portador de transtorno psíquico na vida do cuidador, tais quais: sobrecarga do cuidador, estresse, comprometimento financeiro e social, adoecimento psíquico e físico.

DISCUSSÃO

Foi verificado na análise dos estudos selecionados que há uma predominância de cuidadores com idade na faixa etária de 51 a 60 anos, sendo a maioria mulheres, podendo guardar relação aos parâmetros socioculturais e econômicos. As cuidadoras têm sua saúde mental mais frequentemente afetada, sendo o sexo feminino fator de risco para o acometimento de transtorno psíquico entre os cuidadores^{9,12,13}.

A família passou a ser facilitadora do cuidado e a ser responsável pela assistência à pessoa em sofrimento psíquico, de modo a participar ativamente do processo terapêutico^{14,15}. Não obstante, o papel de cuidador tem recaído mais frequentemente entre as mulheres, uma vez que, em uma ordem de gênero socialmente implementada, estas desempenham com maior frequência as atividades de cuidado e responsabilidades domésticas^{16,10}. Um cuidador masculino de um ente dependente, é imediatamente reconhecido como necessitando de ajuda com as responsabilidades “femininas”¹⁷.

No contexto de cuidado, evidencia-se o sofrimento intenso da família com a situação da pessoa com transtorno mental, pois compartilham de sentimentos angustiantes e de aflição que, por vezes, afetam a sua saúde mental. A convivência com uma doença mental em ambiente familiar é complexo devido à alta demanda de cuidado e as questões relativas ao preconceito, rejeição ou até mesmo vergonha, associadas aos comportamentos do indivíduo. Tais comportamentos incluem: agressividade física, problemas relativos à sexualidade, quebrar objetos, ameaças/agressão verbal, demandar atenção continuamente, agitação, recusar a medicação, nervosismo e falta de higiene³.

Salienta-se a existência de familiares que não assumem o cuidado, pois não conseguem lidar com a diversidade e complexidade do transtorno mental. Além disso, em decorrência da situação social e financeira precária, muitas vezes, os membros da família rompem relações para evitar a partilha das responsabilidades de cuidados, sobrecarregando um único familiar que assume a assistência ao ente dependente. A solidão do cuidador torna-se mais evidente quando a responsabilidade não é compartilhada com outros membros da família ou pessoas próximas, nem mesmo com a sociedade de modo geral².

A incapacidade mental e a dependência física da pessoa que apresenta transtorno psiquiátrico juntamente aos problemas físicos e mentais que acometem os cuidadores, afetam suas atividades cotidianas, relacionamentos sociais e equilíbrio emocional³. Nos casos de agravamento do transtorno psíquico, há um aumento da quantidade de horas relacionados ao cuidado pela necessidade de fornecer uma maior atenção ao familiar doente, contribuindo para o acometimento da sobrecarga e efeitos deletérios na vida e saúde do cuidador^{18,19}. O excesso de responsabilidade também se relaciona ao déficit de apoio social e familiar. Por exemplo, evidencia-se uma redução significativa no nível de sobrecarga após a implantação do programa de apoio psicoeducacional³.

Em conformidade com estudo apresentado por Meyers²⁰, observou-se a incidência de sintomas de estresse pós-traumático tanto nos portadores de transtorno psíquico quanto em cuidadores familiares, evidenciando sintomas clinicamente significativos. Além disso, verificou-se que indivíduos casados/coabitantes e com pelo menos alguma educação universitária apresentaram menor gravidade dos sintomas. Salienta-se que o baixo nível de escolaridade pode ter um impacto direto sobre o cuidado, em decorrência das dificuldades na compreensão do processo de adoecimento de ente e da falta de acesso a informações referentes ao cuidado.

Ademais, cumpre ressaltar que o bom relacionamento dos cuidadores e familiares com os profissionais de saúde é de grande valia para a qualidade do cuidado dispensado. O envolvimento dos parentes é comprovadamente eficaz no tratamento do portador de transtorno psíquico, pois a família é o principal apoio para a reinserção dos usuários na sociedade em que vivem⁷. Além disso, o vínculo satisfatório entre os familiares e a boa funcionalidade familiar melhoram a prestação do cuidado. O envolvimento emocional saudável entre os membros da família gera sentimentos positivos e melhor relacionamento, além de poder mudar o sentido de fardo que a responsabilidade e obrigatoriedade do cuidado podem acarretar²¹.

Nessa perspectiva, relacionamento familiar disfuncional, assim como ausência de comunicação da família com os profissionais de saúde responsáveis pelo tratamento do ente portador de transtorno psíquico contribuem para o aumento dos níveis de sobrecarga, estresse e angústia entre os cuidadores, favorecendo o sentimento negativo em relação à

assistência prestada o que pode repercutir no seu adoecimento mental. Além disso, a ausência ou insuficiência de oferta de ações e serviços de atenção à saúde mental para os cuidadores e os entes dependentes contribui para o adoecimento de ordem psíquico-emocional dos cuidadores familiares de pessoas com transtorno mental.

A carga de cuidado é caracterizada por Carmassi como a pressão física, emocional e socioeconômica em que os responsáveis podem vivenciar ao zelar de um familiar enfermo. Com frequência, esses cuidadores se encontram sobrecarregados no estágio inicial de uma condição crítica, o que os impede de assimilar até mesmo as informações elementares acerca do diagnóstico, terapia ou prognóstico do indivíduo.

Há um aumento de indícios indicando que os cuidadores de pessoas com doenças mentais enfrentam consequências psiquiátricas, incluindo o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT). No entanto, há menos dados disponíveis sobre o impacto nos cuidadores de pacientes com doenças físicas graves, os quais geralmente relatam sintomas como ansiedade e depressão. É crucial, do ponto de vista da saúde pública, investigar o TEPT nessa população. O Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) costuma estar associado à diminuição da qualidade de vida, aumento da probabilidade de desenvolvimento de outras condições psicológicas, abuso de substâncias e encargos financeiros significativos para os sistemas de saúde⁹.

O papel de cuidador de uma pessoa com transtorno psíquico acarreta mudanças eventualmente negativas na rotina diária das famílias, comprometendo o lazer e atividades sociais, acarretando aumento de gastos financeiros e de responsabilização do familiar, o que pode gerar sentimento de fardo a ser carregado e/ou problemas no funcionamento familiar²¹.

Os cuidadores de pessoas com transtorno mental lutam sempre para se adaptar a novas responsabilidades e funções, e aprender a conviver com a instabilidade emocional causada pelo distúrbio mental, de modo a fazer todo o possível para superar as sequelas e levar uma vida normal. Entretanto, os familiares cuidadores experimentam consequências psicológicas negativas, como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT)^{9,22,23}.

No que concerne à relação de gênero, o estudo realizado por Mathias, constatou que tanto os homens como as mulheres identificaram o aumento do estresse na vida doméstica relacionado à doença do seu familiar. As mulheres expuseram consistentemente variados sintomas somáticos, os quais foram relacionados ao início do transtorno mental do familiar e aos estressores (financeiros, físicos e sociais) associados ao cuidado. As manifestações incluíam: cefaleia, insônia, edema, mialgia, convulsões, síncope, gastralgia, presbiopia, além da influência no peso. Ademais, percebeu-se que a doença não afeta apenas a saúde do enfermo, mas também afeta a saúde e dinâmica da rede de apoio e de cuidados do indivíduo: a família.

Entretanto, ainda em conformidade com o estudo supracitado, a visão e experiência dos homens se diferenciam das mulheres: não referiram os sintomas físicos como um impacto da tensão da prestação de cuidados, embora um entrevistado tenha mencionado que o seu coração ficou “perturbado” após o início do distúrbio psíquico da sua esposa. As cuidadoras de familiares com transtornos mentais, especialmente as chefes de família, ainda relataram que desde que assumiram o papel de cuidadoras, vivenciaram o aumento do isolamento social e o rompimento de amizades e de relações familiares, em virtude da sobrecarga de tarefas.

A sobrecarga familiar pode ser diferenciada em objetiva e subjetiva. A objetiva se refere aos problemas e dificuldades encontrados pelo cuidador no dia a dia com o usuário e, a subjetiva, aos sentimentos e percepções do cuidador provenientes do cuidar, relacionando-se com a sobrecarga objetiva. Outros estudos investigaram a sobrecarga familiar, diferenciando-a em tipos mais específicos como, por exemplo, a financeira, a das rotinas familiares ou ordem prática, a emocional ou em forma de doença física^{3,24}.

O sofrimento psíquico do cuidador pode ocasionar a manifestação de sintomas como estresse, ansiedade, humor deprimido e insônia. O alto nível de ansiedade experimentada por ele, decorrente da constante vigilância e do medo dos possíveis comportamentos emitidos pelo paciente, pode ser debilitante e prejudicar significativamente a qualidade de vida do cuidador¹³.

A dependência do paciente leva o cuidador a assumir as responsabilidades, contribuindo para o aumento da carga deste. A ausência de suporte familiar durante o cuidado do membro com problemas psicológicos está associada à deterioração da saúde do cuidador^{16,25}. Além disso, observa-se a importância de o paciente residir nas proximidades da família, uma vez que isso oferecia uma sensação de proteção e suporte²⁶. Ao compreendermos a existência desta sobrecarga, é de imensa importância reforçar a necessidade do vínculo do familiar cuidador com os serviços de atenção psicossocial e a necessidade de um suporte adequado não só para os pacientes, mas também para os cuidadores¹³.

A respeito disso, salienta-se que o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) tem papel fundamental no apoio à família e ao usuário. No CAPS é feito o acolhimento, a visita domiciliar, atendimento individual e também em grupo para os familiares participarem, a fim de buscar melhorias na interação familiar e no indivíduo adoecido. O CAPS tem o objetivo de traçar estratégias para o enfrentamento das atribulações diárias e na efetivação do tratamento oferecido a seus familiares^{3,27,28}, e vale ressaltar que o apoio prestado aos cuidadores familiares, pode, certamente, beneficiar de maneira indireta a gestão da doença e do bem-estar dos enfermos. Ademais, a esperança desenvolvida durante o processo, pode ajudar os familiares de indivíduos com problemas psíquicos a lidar com os estressores

que vivenciam como cuidadores informais²⁹.

CONCLUSÃO

É possível inferir que são diversos os obstáculos enfrentados pelo cuidador familiar desde a identificação do transtorno mental de um indivíduo adoecido ao convívio com o cuidado contínuo. A ausência de uma comunicação eficaz entre os profissionais de saúde e o cuidador, a instabilidade emocional do indivíduo em sofrimento psíquico e a omissão dos demais membros familiares a respeito da partilha das responsabilidades, são alguns dos fatores que impactam a vida dos cuidadores familiares. Essa situação exige adaptação a novas circunstâncias, o que pode resultar em sobrecarga, afetando negativamente aspectos econômicos, sociais e, principalmente, psicológicos. Assim, é evidente a necessidade de maior atenção por parte dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e dos profissionais de saúde, como psicólogos e psiquiatras, a fim de promover o cuidado especializado.

Diante dos resultados do estudo, foi possível perceber que as cuidadoras têm sua saúde mental mais frequentemente afetada, sendo o sexo feminino um fator de risco para o desenvolvimento de transtornos psíquicos entre os cuidadores, como ansiedade, depressão e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT). A partir do objetivo inicial proposto para a pesquisa, ficou evidente a necessidade de apoio psicoeducacional tanto para os indivíduos em sofrimento psíquico quanto para os cuidadores. Nesse cenário, é crucial a promoção de mais estudos nesse campo, de modo a contribuir para a implementação de ações com vistas à atenção integral à saúde do binômio cuidador e ente dependente. Ao elucidar essa temática de grande relevância, oferecer apoio para compreensão da doença e estratégias eficazes pode beneficiar significativamente os familiares cuidadores.

REFERÊNCIAS

1. Guimarães-Fernandes F, Humes EC, Cardoso F, Hortênsio LOS, Miguel EC. Clínica psiquiátrica: guia prático. 2. ed., Santana de Parnaíba [SP]: Manole, 2021.
2. Nardi AE, da Silva, AG, Quevedo J. Tratado de psiquiatria da Associação Brasileira de Psiquiatria. Porto Alegre: Artmed, 2022.
3. Silva AST, Ribeiro GB, Santos LLX, Buriola AA. Ser cuidador em serviço residencial terapêutico: fragilidades e potencialidades na prática assistencial. J nurs health [Internet]. 2019 Jan; 9(1): 199107.

4. Vieira KACM, Júnior LAF. A sobrecarga dos cuidadores informais em saúde mental: uma revisão narrativa da literatura. Congresso de Psicologia do Sertão do São Francisco (COPSISF) [Internet]. 2021 [cited 2024 May 9];(4).
5. Revilla-Ahumada L de la, Rios-Álvarez A de los, Prados-Quel MA, Rodríguez-Navarro JL, Calvo-Tudela P. Factores relacionados con la sobrecarga que intervienen sobre la salud, las actividades económicas, laborales y sociales de los cuidadores principales de pacientes crónicos. SEMERGEN, Soc Esp Med Rural Gen (Ed Impr) [Internet]. 2020;297–305.
6. Correia ET, Santos FGT dos, Rodrigues TFC da S, Zulin A, Radovanovic CAT. Questionários de avaliação da sobrecarga do cuidador informal: Revisão integrativa. Research, Society and Development. 2021 Jun 6;10(6):e43310615883.
7. Schuster F, Holzhüter F, Heres S, Hamann J. Caregiver involvement in psychiatric inpatient treatment - a representative survey among triads of patients, caregivers and hospital psychiatrists. Epidemiol Psychiatr Sci [Internet]. 2020; 29: e129–9.
8. Batista EC. Experiências vividas pelo cônjuge cuidador da esposa em tratamento psiquiátrico. Fractal, Rev. Psicol. [Internet]. Fev de 2020;32(1):31-9.
9. Carmassi C, Foghi C, Dell'Oste V, Bertelloni CA, Fiorillo A, Dell'Osso L. Risk and Protective Factors for PTSD in Caregivers of Adult Patients with Severe Medical Illnesses: A Systematic Review. Int j environ res public health [Internet]. 2020 Aug; 17(16): 5888.
10. Carvalho MSS, Ferreira AA, Santos FL, Reis DA, Sena ACH, Silva RS et al. Sobrecarga do familiar cuidador no cuidado às pessoas acometidas por transtornos mentais em tempo de pandemia da Covid-19. Revista Eletrônica Acervo Saúde. 2023 Oct 1;23(9):e13999–9.
11. De Sousa MNA, Bezerra ALD, do Egypto IAS. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. Observatorio de la economía latinoamericana. 2023 Oct 24;21(10):18448–83.
12. Treichel CA dos S, Jardim VM da R, Tomasi E, Kantorski LP, Oliveira MM de, Coimbra VCC. Transtornos psiquiátricos menores em familiares cuidadores de

- usuários de Centros de Atenção Psicossocial: prevalência e fatores associados. Ciênc saúde coletiva [Internet]. 2020 Feb; 25(2): 461-472.
13. Nogueira MJC, Sousa AMBD, Sousa CF, Oliveira MSB. Atenção Familiar no Cuidado em Saúde Mental: Quem Cuida do Cuidador? Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental [Internet]. 2022 Jun 19 [cited 2024 May 3];11(1):59–70.
14. Bellini LC, Paiano M, Ciccone Giacon BC, Marcon SS. Internação na Emergência Psiquiátrica-Significados, Sentimentos, Percepções e Expectativas da Família. Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online. 2019 Jan 21;11(2):383.
15. Andrade JJ da C. Funcionalidade familiar e sobrecarga de familiares cuidadores de pessoas com transtorno mental. Recife. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Pernambuco, 2019.
16. Ramos AC, Calais SL, Zotesso MC. Convivência do familiar cuidador junto a pessoa com transtorno mental. Contextos Clínicos. 2019 Apr 8;12(1).
17. Mathias K, Kermode M, San Sebastian M, Davar B, Goicolea I. An asymmetric burden: Experiences of men and women as caregivers of people with psycho-social disabilities in rural North India. Transcult Psychiatry [Internet]. 2019 [cited 2024 Mar 6]; 56(1): 76-102.
18. Hielscher E, Diminic S, Kealton J, Harris M, Lee YY, Whiteford H. Hours of care and caring tasks performed by Australian carers of adults with mental illness: results from an online survey. Community mental health journal, v. 55, n. 2, p. 279-295, 2019.
19. Lemos MEP, Silva AX, Silva JCB, Leal JME, Silva CS, Andreto LM et al. Sobrecarga familiar de pessoas com transtorno mental: uma revisão integrativa. Brazilian Journal of Health Review. 2022 Mar 31;5(2):5599–615.
20. Meyers EE, Shaffer KM, Gates M, Lin A, Rosand J, Vranceanu AM. Baseline Resilience and Posttraumatic Symptoms in Dyads of Neurocritical Patients and Their Informal Caregivers: A Prospective Dyadic Analysis. Psychosomatics [Internet]. 2020; 61(2): 135-144.

21. Andrade JJ da C, Silva ACO, Frazão I da S, Perrelli JGA, Silva TT de M, Cavalcanti AMTS. Family functionality and burden of family caregivers of users with mental disorders. *Revista Brasileira de Enfermagem* [Internet]. 2021;74(5).
22. De la Cuesta Benjumea C, López Gracia MV, Arredondo González CP. To recuperate and preserve the relative: Family caregivers strategies to manage mental health crisis. *Aten Primaria* [Internet]. 2019; 51(8): 471-478.
23. Stone M, Kokanovic R, Callard F, Broom AF. Estranged relations: coercion and care in narratives of supported decision-making in mental healthcare. *Medical Humanities*. 2019 Jul; 30;46(1):62–72.
24. Zúñiga Carrasco DR, Riera Recalde AY, Carrera López LC, Chérrez Paredes MF, Perozo Marín F. Evaluación de los niveles de sobrecarga en cuidadores primarios de personas con esquizofrenia a través de un programa de psicoeducación. *Más Vida* [Internet]. 2021; 3(4) 8–17.
25. Ahnerth NM de S, Dourado DM, Gonzaga NM, Rolim JA, Batista EC. “A Gente Fica Doente Também”: Percepção do Cuidador Familiar sobre o seu Adoecimento. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*. 2020;13(1):1–20.
26. Aass LK, Skundberg-Kletthagen H, Schrøder A, Moen ØL. Young Adults and Their Families Living With Mental Illness: Evaluation of the Usefulness of Family-Centered Support Conversations in Community Mental Health care Settings. *J Fam Nurs* [Internet]. 2020;26(4): 302-314.
27. Pereira CR, Oliveira RC, Araújo DD, Silva Júnior RF, Gusmão ROM. Avaliação da sobrecarga de familiares cuidadores de indivíduos com esquizofrenia. *Ver. Enferm. UFPE online*. 2020; 14:e243361.
28. Silva AP da, Soares PFC, Costa ES, Silva LG de S, Silva RG da, Braga LS. O cuidado a pessoa em sofrimento mental: sob a ótica dos familiares. *Nursing (Ed bras, Impr)* [Internet]. 2021 Out; 24(281): 6280-6289.
29. Hernandez M, Barrio C, Gaona L, Helu-Brown P, Hai A, Lim C. Hope and Schizophrenia in the Latino Family Context. *Community Ment Health J* [Internet]. 2019; 55(1): 42-50.