

A QUALIDADE DE VIDA DOS CUIDADORES DE PACIENTES PORTADORES DE ALZHEIMER EM PORTO NACIONAL-TO: ANÁLISE DA SOBRECARGA EMOCIONAL E FÍSICA NO AMBIENTE DOMICILIAR

THE QUALITY OF LIFE OF CAREGIVERS OF PATIENTS WITH ALZHEIMER'S DISEASE IN PORTO NACIONAL-TO: AN ANALYSIS OF EMOTIONAL AND PHYSICAL BURDEN IN THE HOME ENVIRONMENT

CALIDAD DE VIDA DE LOS CUIDADORES DE PACIENTES CON ENFERMEDAD DE ALZHEIMER EN PORTO NACIONAL-TO: UN ANÁLISIS DE LA CARGA EMOCIONAL Y FÍSICA EN EL ENTORNO DOMÉSTICO

Fernanda Guimarães Brito¹
Nathalia de Almeida Martins²
Victor Francisco Alfonso Cavalcante Júnior³
Bruna Mirelly Simões Vieira⁴
Rafhaella Rodrigues de Azevedo Parisotto Alfonso Cavalcante⁵

RESUMO: Esse artigo buscou analisar o impacto da sobrecarga emocional e física sobre a qualidade de vida dos cuidadores de pacientes com Alzheimer em ambiente domiciliar no município de Porto Nacional-Tocantins. Realizou-se um estudo de caráter observacional, descritivo e transversal, nas unidades básicas de saúde do município de Porto Nacional-TO. A população foi composta por cuidadores de idosos portadores de Alzheimer. Fizeram parte da amostra um total de 10 cuidadores, sendo a mesma não probabilística. A maioria dos cuidadores (08) relataram não apresentar qualquer dificuldade, porém, ao se levar em consideração que as atividades que demandam maior esforço físico, como atividades rigorosas, 04 cuidadores afirmaram possuir alguma dificuldade, 03 grande dificuldade. Cinco cuidadores relataram ter diminuído o tempo dedicado às suas atividades e reduziram a quantidade de tarefas que gostariam de ter realizado. Quanto a dor corporal, verificou-se que apenas um cuidador não apresentou dor nas últimas quatro semanas, porém a maioria de cuidadores relataram dor em diferentes intensidades, com prevalência do nível moderado (09), com quantitativo considerado relevante para dor extrema e intensa. Dessa maneira, o estudo alcançou o objetivo ao demonstrar que o cuidado domiciliar de pessoas portadoras de Alzheimer produz impactos relevantes na qualidade de vida dos cuidadores.

Palavras-chave: Alzheimer. Cuidadores. Qualidade de Vida.

¹Acadêmica de enfermagem - 10 período.

²Acadêmica de enfermagem - 10 período.

³Acadêmico de enfermagem: 10 período.

⁴Orientadora: Especialista em Saúde Pública.

⁵Coorientadora: Afya Faculdade Porto Nacional- TO.

ABSTRACT: This article aimed to analyze the impact of emotional and physical overload on the quality of life of caregivers of Alzheimer's patients in a home environment in the municipality of Porto Nacional-Tocantins. An observational, descriptive, and cross-sectional study was conducted in the basic health units of the municipality of Porto Nacional-TO. The population consisted of caregivers of elderly people with Alzheimer's disease. The sample consisted of a total of 10 caregivers, and the sample was non-probabilistic. Most caregivers (8) reported no difficulties, however, when considering activities that demand greater physical effort, such as rigorous activities, 4 caregivers stated that they had some difficulty, and 3 reported great difficulty. Five caregivers reported having reduced the time dedicated to their activities and reduced the number of tasks they would have liked to perform. Regarding body pain, it was found that only one caregiver did not experience pain in the last four weeks, but most caregivers reported pain of varying intensities, with a prevalence of moderate pain (9), with a significant number of extreme and intense pain. In this way, the study achieved its objective by demonstrating that home care for people with Alzheimer's disease has a significant impact on the quality of life of caregivers.

Keywords: Alzheimer's. Caregivers. Quality of Life.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo analizar el impacto de la sobrecarga emocional y física en la calidad de vida de los cuidadores de pacientes con Alzheimer en un entorno domiciliario en el municipio de Porto Nacional-Tocantins. Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en las unidades básicas de salud del municipio de Porto Nacional-TO. La población estuvo compuesta por cuidadores de personas mayores con enfermedad de Alzheimer. La muestra consistió en un total de 10 cuidadores, y la muestra fue no probabilística. La mayoría de los cuidadores (8) no reportaron dificultades; sin embargo, al considerar actividades que exigen un mayor esfuerzo físico, como actividades rigurosas, 4 cuidadores afirmaron tener alguna dificultad y 3 reportaron gran dificultad. Cinco cuidadores reportaron haber reducido el tiempo dedicado a sus actividades y la cantidad de tareas que hubieran deseado realizar. Con respecto al dolor corporal, se encontró que solo un cuidador no experimentó dolor en las últimas cuatro semanas, pero la mayoría de los cuidadores reportaron dolor de intensidad variable, con una prevalencia de dolor moderado (9), con un número significativo de dolor extremo e intenso. De esta forma, el estudio logró su objetivo al demostrar que la atención domiciliaria a las personas con enfermedad de Alzheimer tiene un impacto significativo en la calidad de vida de los cuidadores.

Palabras clave: Alzheimer. Cuidadores. Calidad de vida.

INTRODUÇÃO

O Alzheimer é uma síndrome demencial, progressiva degenerativa, irreversível e multifatorial, por envolver fatores ambientais, idade avançada, diabetes, fatores genéticos, hipertensão arterial e traumas cranianos, que provoca perda progressiva da função cognitiva e alterações no comportamento emocional e afetivo (SILVA MR et al., 2023).

Sabe-se que o Alzheimer pertence ao grupo das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) que acomete pessoas de mais idade, como é o caso dos idosos. Seu início ocorre com maior frequência após os 65 anos, e provoca perda de habilidades de raciocinar, pensar, memorizar, além de afetar a linguagem. O Alzheimer possui um quadro clínico variável, com início lento e à medida que vai progredindo aumenta a demanda por cuidados e supervisão, que geralmente é um papel desempenhado pela própria família (TEIXEIRA ILN et al., 2021).

Habitualmente, o cuidador do idoso com Alzheimer é a esposa, filhos, parentes ou uma pessoa contratada para executar tal função. A rotina diária de um cuidador pode interferir de maneira significativa em sua qualidade de vida, tornando-o mais propenso a complicações mentais e físicas devido à sobrecarga de trabalho. Sabe-se que a qualidade de vida é a percepção que a pessoa possui a respeito da sua vida em diversos aspectos, expectativas, objetivos, preocupações, padrões e valores aos quais ele vive (BARBOSA IEB e MOTA BS, 2023).

A qualidade de vida do cuidador pode sofrer interferências negativas, uma vez que as alterações de comportamento dos idosos com Alzheimer provocam impactos na vida dos cuidadores, pois cuidar de um idoso exige a responsabilidade de se adaptar a mudanças importantes nas atividades diárias. O impacto provocado na qualidade de vida dos cuidadores geralmente são: má qualidade do sono; falta de suporte social, físico, financeiro; dificuldades de apoio; dificuldades na divisão de tarefas; falta de atividade física e de lazer; problemas de saúde pré-existentes (SILVA ALO et al., 2022).

Os cuidadores possuem uma ligação entre o idoso, a família e os serviços de saúde, já que o ato de cuidar inclui o auxílio na higiene, na medicação, companhia, atividade da vida diária, dentre outros. O ato de cuidar está ligado diretamente ao estresse, impactando na saúde e no equilíbrio familiar. Fatores como perfil socioeconômico do cuidador e mecanismos de apoio social e enfrentamento, além de estressores primários encontrados na prestação do cuidado, e secundários como sobrecarga de trabalho e autoestima, provocam estresse no cuidador, impactando emocionalmente em sua qualidade de vida (MARQUES IVP et al., 2024).

Assim, este estudo tem como objetivo analisar o impacto da sobrecarga emocional e física sobre a qualidade de vida dos cuidadores de pacientes com Alzheimer em ambiente domiciliar no município de Porto Nacional-Tocantins.

MÉTODOS

Realizou-se um estudo de caráter observacional, descritivo e transversal, nas unidades básicas de saúde do município de Porto Nacional-TO. A população foi composta por cuidadores de idosos portadores de Alzheimer. Fizeram parte da amostra um total de 10 cuidadores, sendo a mesma não probabilística.

Os critérios de inclusão utilizados neste estudo foram: ser o cuidador principal do paciente com diagnóstico de Alzheimer; estar prestando cuidados domiciliares por no mínimo seis meses; possuir no mínimo 18 anos de idade; ter concordado em participar voluntariamente da pesquisa, mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os critérios de exclusão, foram: cuidadores de pacientes que não tinham diagnóstico confirmado de Alzheimer; cuidadores que estavam prestando assistência a menos de seis meses; cuidadores não residentes em Porto Nacional-TO.

A coleta de dados ocorreu no período de janeiro a fevereiro de 2026, por meio da aplicação de um instrumento de coleta de dados que continha dados sociodemográficos; aspectos do cuidado, como horas diárias dedicadas ao cuidado, tipo de atividades realizadas, fase da doença do paciente; Qualidade de vida dos cuidadores (avaliada por instrumento padronizado, como o SF-36 ou WHOQOL-BREF).

Realizou-se entrevista semiestruturada com os cuidadores por meio de visita domiciliar acompanhadas pelo Agente Comunitário de Saúde responsável por cada micro área visitada.

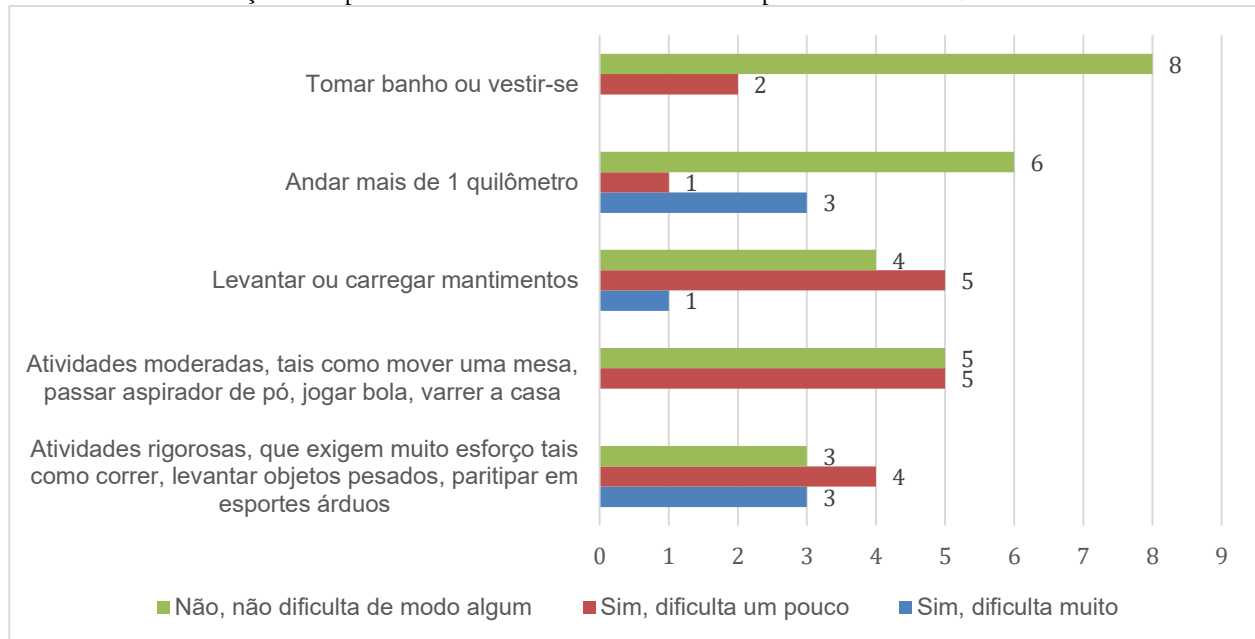
O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Afya Porto Nacional, sob Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAEE) 88275425.6.0000.8075 e parecer nº 7.556.057, segundo o que está estabelecido nos preceitos éticos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS).

RESULTADOS

Os dados obtidos através da aplicação do questionário demonstraram aspectos importantes ligados à capacidade funcional, influência na saúde emocional e física nas atividades diárias, além da percepção dos cuidadores a respeito das redes de apoio disponíveis.

Quanto à capacidade funcional, observou-se que a maioria dos cuidadores não possuem dificuldade para realizarem atividades durante um dia comum, como por exemplo vestir-se, tomar banho, conforme demonstra o Gráfico 1.

Gráfico 1: Demonstração da capacidade funcional dos cuidadores de pacientes com Alzheimer

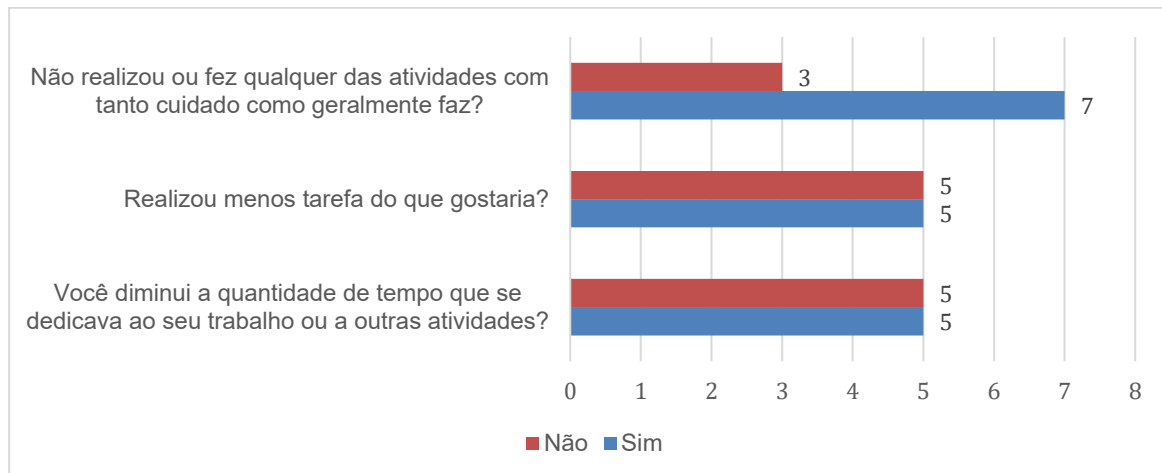


Fonte: Pesquisa realizada pelos acadêmicos (2026)

Ao se analisar o gráfico, percebe-se que a maioria dos cuidadores de paciente com Alzheimer (08) relataram não apresentar qualquer dificuldade, porém, ao se levar em consideração que as atividades que demandam maior esforço físico, como atividades rigorosas, 04 cuidadores afirmaram possuir alguma dificuldade, 03 grande dificuldade. Verificou-se situação semelhante nas atividades como carregar ou levantar mantimentos, andar mais de um quilometro, demonstrando que, embora os cuidadores tenham boa autonomia, ainda existem limitações quando estes são submetidos a esforços mais pesados (intenso).

Quanto ao impacto na saúde física dos cuidadores ao realizarem atividades rotineiras e laborais, verificou-se que a grande maioria (07) afirmaram não realizarem suas atividades com o mesmo nível de cuidado habitual, conforme demonstra o Gráfico 2.

Gráfico 2: Demonstração do impacto da saúde física nas atividades laborais e rotineiras dos cuidadores



Fonte: Pesquisa realizada pelos acadêmicos (2026)

Os resultados demonstraram que cinco cuidadores relataram ter diminuído o tempo dedicado às suas atividades e reduziram a quantidade de tarefas que gostariam de ter realizado. Os resultados apresentados evidenciaram mais prejuízos na qualidade das ações desenvolvidas.

Procurou-se identificar de que maneira a saúde física ou problema emocionais dos cuidadores, nas últimas quatro semanas, interferiram nas suas atividades sociais normais, em relação à família, amigos ou em grupo; por quanto tempo o cuidador apresentou dor no corpo e quanto a dor interferiu com seu trabalho normal (incluindo o trabalho dentro de casa), conforme apresentado na Tabela 1.

Tabela 1: Demonstração de que maneira a saúde física ou problema emocionais dos cuidadores, nas últimas quatro semanas, interferiram nas suas atividades sociais normais; por quanto tempo o cuidador apresentou dor no corpo e quanto a dor interferiu com seu trabalho normal (incluindo o trabalho dentro de casa).

	De forma nenhuma	Ligeiramente	Moderado	Bastante	Extremamente
Durante as últimas quatro semanas, de que maneira sua saúde física ou problemas emocionais interferiram nas suas atividades sociais normais, em relação à família, amigos ou em grupo?	5	2	2	1	
Quanto dor no corpo você teve nas últimas quatro semanas?	1	2	4	1	2
Durante as últimas 4 semanas, quanto a dor interferiu com seu trabalho normal (incluindo o trabalho dentro de casa)	4	1	3	1	1

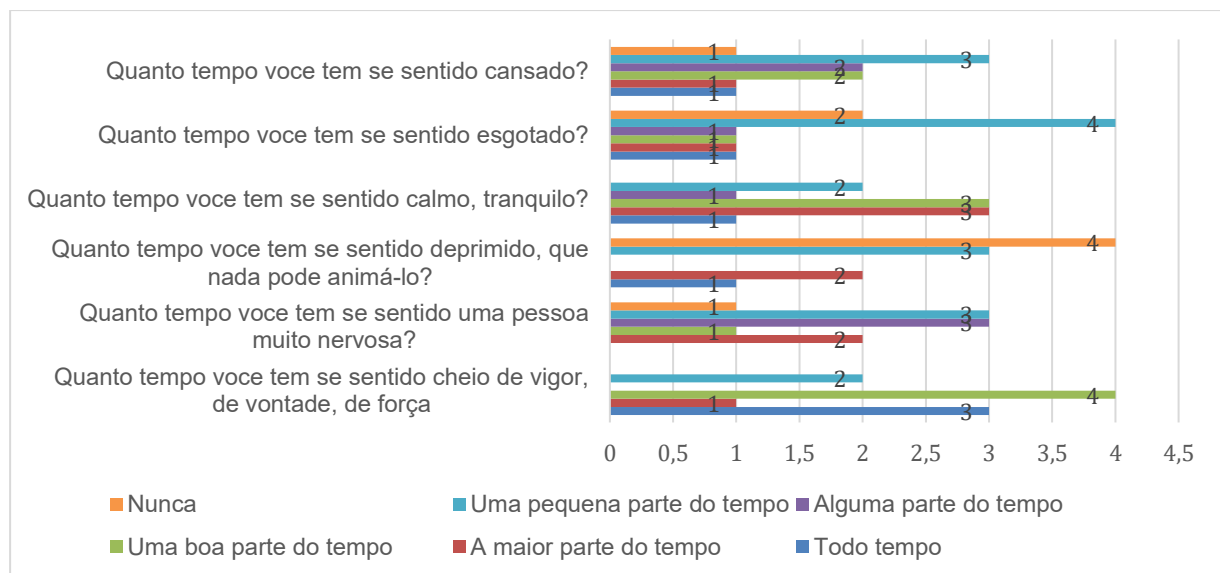
Fonte: Pesquisa realizada pelos acadêmicos (2026)

Ao se analisar a tabela 1, verifica-se que cinco cuidadores afirmam que nas últimas quatro semanas não sofreram interferência em suas atividades sociais, porém, cinco cuidadores afirmaram ter algum grau de impacto, variando entre acentuado, moderado e leve, demonstrando que parte desses cuidadores apresentam limitações em sua convivência social devido as condições emocionais ou físicas.

Quanto a dor corporal, verificou-se que apenas um cuidador não apresentou dor nas últimas quatro semanas, porém a maioria de cuidadores relataram dor em diferentes intensidades, com prevalência do nível moderado (09), com quantitativo considerado relevante para dor extrema e intensa. Quanto a interferência da dor no trabalho, verificou-se que quatro cuidadores afirmaram que a dor não interfere em suas atividades, e seis cuidadores relataram algum grau de interferência, especialmente de intensidade moderada e leve.

Procurou-se identificar junto aos cuidadores como ele se sente e como tudo tem acontecido durante as últimas quatro semanas. As respostas estão demonstradas no Gráfico 3.

Gráfico 3: Demonstração de como o cuidador se sente e como tudo tem acontecido durante as últimas quatro semanas.



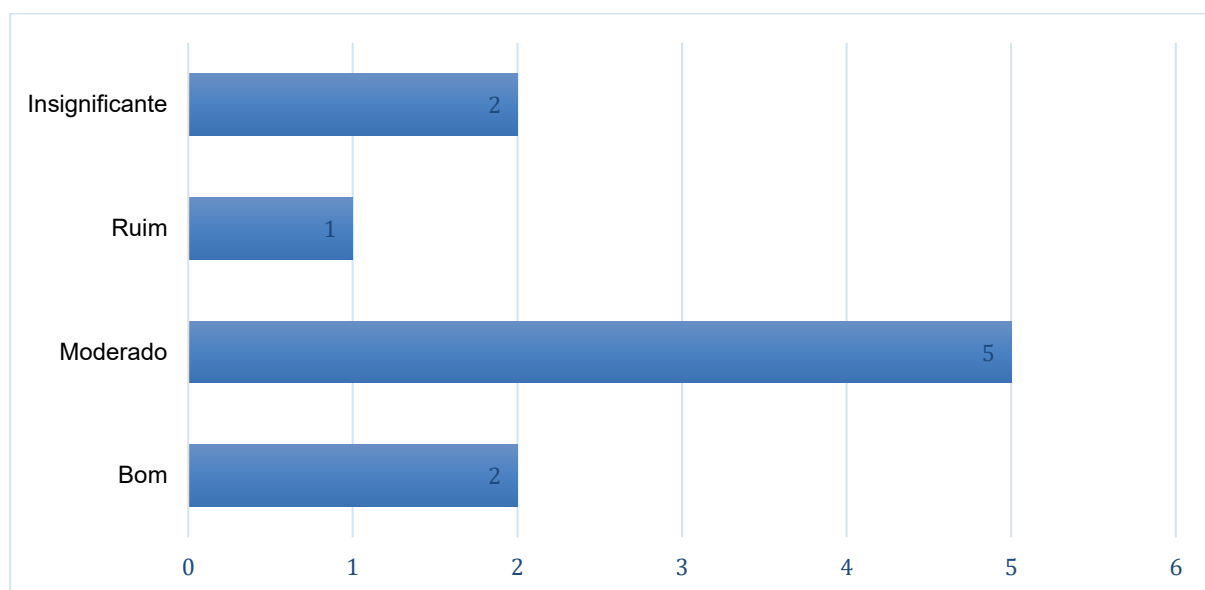
Fonte: Pesquisa realizada pelos acadêmicos (2026)

Os resultados demonstram que os cuidadores, em sua maioria (08), possuem estado emocional relativamente equilibrado. Sentimentos positivos como tranquilidade e vigor, foram os mais relatados, enquanto sentimentos negativos como depressão foram os menos relatados,

com predominância de resposta para “pequena parte do tempo” ou “nunca”. Porém, estiveram presentes sintomas como esgotamento e cansaço, ainda que em níveis considerados moderados a baixo.

Para finalizar, analisou-se a percepção dos cuidadores quanto ao papel das redes de apoio disponíveis em Porto Nacional e seu impacto na redução da sobrecarga e na qualidade de vida dos cuidadores de pacientes com Alzheimer, conforme apresentado no Gráfico 4.

Gráfico 4: Percepção dos cuidadores quanto ao papel das redes de apoio disponíveis em Porto Nacional e seu impacto na redução da sobrecarga e na qualidade de vida dos cuidadores de pacientes com Alzheimer



Fonte: Pesquisa realizada pelos acadêmicos (2026)

Verificou-se que a maioria (05) classificou o suporte como moderado, 02 como rede de apoio boa e 03 como insuficientes (ruim ou insignificante), indicando que, embora existam mecanismo de apoio, estes precisam ser mais eficazes para atender as necessidades dos cuidadores.

De maneira geral, os achados indicam a presença de limitações físicas e impacto moderado nas atividades sociais e diárias, ligados a ocorrência de dor e cansaço, além de demonstrar a necessidade do fortalecimento das redes de apoio, objetivando uma melhor qualidade de vida dos cuidadores envolvidos.

DISCUSSÃO

Este estudo demonstrou que embora os cuidadores de pacientes portadores de Alzheimer possuem, em sua maioria, boa capacidade para realizar suas atividades diárias, ainda persistem importantes limitações quando estes são submetidos a esforços físicos mais intensos. A este respeito, RABÊLO FL et al., (2021) destacam que as maiores cargas relacionam-se a uma fase ao qual a demência encontra-se moderada. A maior intensidade de sintomas neuropsiquiátricos e maior déficit funcional provocam maior sobrecarga, acontecendo de maneira linear, ou seja, a sobrecarga cresce à medida que a demência do idoso vai evoluindo.

Quanto ao impacto da saúde física nas atividades rotineiras e laborais, verificou-se prejuízo na qualidade e na quantidade de tarefas realizadas pelos cuidadores. Corroborando com este estudo, PRICINOTE SCMN et al., (2021) ao realizarem um estudo com objetivo de identificar os fatores que se relacionam à sobrecarga produzida sobre cuidador no cuidado de idosos dependentes e sua correlação com a qualidade de vida, os autores verificaram que a sobrecarga vivenciada pelos cuidadores de idosos com maior dependência influencia negativamente na percepção de qualidade de vida e existe um perfil de cuidadores mais suscetível à sobrecarga.

A interferência das condições físicas e emocionais nas atividades sociais também se mostrou relevante, ainda que parte dos cuidadores não tenha relatado prejuízo significativo. Porém, a presença de impacto moderado a elevado em metade dos participantes indica que o cuidado pode comprometer a convivência social, levando ao isolamento e à redução das interações interpessoais. AMORIM AQB et al., (2025) ressaltam que os cuidadores, frente a progressão da doença de Alzheimer, enfrentam um isolamento social involuntário proveniente da dedicação integral ao cuidado, que limita suas interações, além de intensificar sentimentos de ansiedade, solidão e depressão.

A dor corporal foi um achado bem expressivo e corrobora com GOMES NP et al., (2021) que ressalta que a dor musculoesquelética é uma das principais queixas entre os cuidadores de idosos com dependência. Essa queixa frequentemente está associada a sobrecarga física e falta de orientação ergonômica correta. Além do mais, a dor quando está presente no ambiente de trabalho, mesmo em níveis diversos, pode acabar comprometendo o desempenho e o bem-estar geral do cuidador.

Quanto ao estado emocional, verificou-se que houve predominância de sentimentos positivos, como vigor e tranquilidade, podendo indicar certo grau de adaptação ao papel de

cuidador. Porém, a presença de esgotamento e cansaço, mesmo em níveis moderados, indicam risco para o surgimento de estresse crônico. SILVA AGC et al., (2021) ressaltam que os cuidadores são constantemente expostos ao desgaste e estresse durante o suporte e apoio prestados ao idoso portador de Alzheimer, impactando negativamente em sua saúde mental.

Quanto a percepção das redes de apoio como moderadas ou insuficientes demonstra uma brecha importante na assistência aos cuidadores, reforçando a necessidade do fortalecimento das redes informais e formais de apoio, incluindo suporte psicossocial, serviços de saúde e políticas públicas direcionadas. Para XIMENES VC et al., (2022) quando um cuidador pode contar com uma rede de apoio efetiva, este consegue ter tempo para cuidar de si mesmo e perceber ganhos ao cuidar de um idoso dependente. A rede de apoio pode amenizar o impacto das tarefas onerosos, favorecendo uma adaptação saudável à tarefa de cuidar de uma pessoa dependente.

CONCLUSÃO

Neste estudo foi possível evidenciar que a sobrecarga física e emocional interfere significativamente na qualidade de vida dos cuidadores de pacientes portadores de Alzheimer moradores do município de Porto Nacional-TO. Embora a maioria dos cuidadores tenha que

10

possuem capacidade preservada para realizar as atividades diárias, verificou-se que os esforços físicos mais intensos, o desgaste emocional, a presença de dor corporal e as limitações nas relações sociais, são fatores que acabam comprometendo o bem-estar e o desempenho funcional desses cuidadores.

Verificou-se ainda, que a progressão da doença e o aumento da dependência do portador de Alzheimer tendem a ampliar a sobrecarga, interferindo negativamente na saúde física e mental do cuidador. Além do mais, a percepção dos cuidadores quanto as redes de apoio insuficientes ou moderadas demonstram fragilidades na assistência ofertada, mostrando a necessidade de estratégias que contemplem o paciente e o cuidador.

Dessa maneira, o estudo alcançou o objetivo ao demonstrar que o cuidado domiciliar de pessoas portadoras de Alzheimer produz impactos relevantes na qualidade de vida dos cuidadores. Assim, é importante o fortalecimento de redes formais e informais de apoio, com ações de acompanhamento multiprofissional, suporte psicossocial, orientação ergonômica e

formulação de políticas públicas que levam ao acolhimento, prevenção do adoecimento e melhores condições para o exercício do cuidado.

Assim, recomenda-se que mais pesquisas sejam realizadas, com amostras em diferentes contextos socioculturais e mais amplas, com o objetivo de aprofundar a compreensão a respeito dos fatores associados à sobrecarga e subsidiar intervenções mais efetivas.

REFERÊNCIAS

1. AMORIM, AQB et al. Fator de risco: isolamento social involuntário à saúde dos familiares que prestam cuidados diários ao paciente com Alzheimer. **Revista Ft**, 2025; 29(145):10-11. <http://dx.doi.org/10.69849/revistaft/cl10202504251610>
2. BARBOSA, IEB; MOTA, BS. O impacto na qualidade de vida do cuidador do idoso com doença de Alzheimer. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, 2023; 97(1): 1-15. <http://dx.doi.org/10.31011/reaid-2023-v.97-n.1-art.1562>.
3. GOMES, NP et al. Musculoskeletal disorders of older adults: an integrative literature review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2021; 74(2): 1-10. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0626>
4. MARQUES, IVP et al. Estresse e estratégias de enfrentamento de cuidadores de pessoas idosas com Doença de Alzheimer. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 2024; 27: 1-11. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562024027.230273.pt>.
5. PRICINOTE, SCM et al. Cuidadores de idosos: sobrecarga e qualidade de vida. **Revista Educação em Saúde**, 2021; 9(1): 17-29. <http://dx.doi.org/10.37951/2358-9868.2021v9i1.p17-29>.
6. REBÊLO, FL et al. Fatores associados à sobrecarga e qualidade de vida de cuidadores de idosos com demência. **Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento**, 2021; 26(2): 1-18. <http://dx.doi.org/10.22456/2316-2171.107194>.
7. SILVA, AGC et al. Saúde mental dos cuidadores de idosos com demência: revisão integrativa da literatura. **Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde**, 2021; 6: 1-7. <http://dx.doi.org/10.5935/2446-5682.20210007>
8. SILVA, ALO et al. Impactos na saúde e qualidade de vida de cuidadores e familiares de indivíduos com doença de Alzheimer: revisão integrativa. **Research, Society And Development**, 2022; 11(9): 1-9. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i9.32245>.
9. SILVA, MR et al. Doença de Alzheimer: estratégias de cuidado diante das dificuldades ao portador e cuidador. **Brazilian Journal Of Implantology And Health Sciences**, 2023; 5(4): 164-191. <http://dx.doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n4p164-191>.
10. TEIXEIRA, ILN et al. Qualidade de vida do cuidador familiar de idoso com Alzheimer: uma revisão de literatura. **Brazilian Journal Of Health Review**, 2021; 4(2): 5221-5237. <http://dx.doi.org/10.34119/bjhrv4n2-096>.

- II. XIMENES, VS; QUELUZ, FNFR; BARHAM, EJ. Relação entre Habilidades Sociais, Suporte Social e Qualidade de Vida em Cuidadores. **Psico-USf**, 2022; 27(1): 115-127. <http://dx.doi.org/10.1590/1413-82712022270109>