Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

A TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA APLICADA A CUIDADORES FAMILIARES DE IDOSOS

INTEGRATIVE COMMUNITY THERAPY APPLIED TO FAMILY CAREGIVERS OF THE ELDERLY

Mariana dos Santos Araujo Vidal[1]
Milena Nunes Alves de Sousa[2]
Aleyde Rafaelle de Lima e Batista[3]
Noemi dos Santos Ramos[4]
Tamiris Guedes Vieira[5]

RESUMO - Busca-se neste estudo avaliar o impacto e benefícios de grupos de terapia comunitária integrativa na sobrecarga de cuidadores familiares de idosos. Consiste em um estudo de intervenção, de caráter aplicado, longitudinal, com abordagem quantitativa descritiva, no qual foram realizadas sessões de terapia comunitária integrativa e avaliado através do questionário de Zarit Burden Interview o nível de sobrecarga pré e pós exposição à intervenção, além de avaliação dos benefícios da prática por meio de questionário criado pelos pesquisadores. A análise dos dados evidenciou que a totalidade dos participantes apresentou um nível de sobrecarga moderado com a maioria dos participantes apresentaram queda importante do nível de sobrecarga após a realização da intervenção. Através do exposto, observa-se que a

1 Médica. Residente em MFC pela UNIFIP. Tel.: (88) 981396251. E-mail: marianaaraujo96@hotmail.com. Endereço: R. Horácio Nóbrega, S/N - Belo Horizonte, Patos - PB, 58704-000;
2 Doutora em Promoção de Saúde. Pós-doutorado em Promoção de Saúde. Pós-doutorado em Sistemas Agroindustriais. Professora no curso de graduação em Medicina na UNIFIP, Patos. E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br;
3 Psicóloga residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde – UNIFIP. E-mail: aleyderafaelle@gmail.com;
4 Fonoaudióloga residente do Programa Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde – UNIFIP. E-mail: noemiramoos@hotmail.com;
5 Enfermeira residente do Programa Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde – UNIFIP. Email: tamiris_guedes@hotmail.com.

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

prática da terapia comunitária integrativa é capaz de reduzir efetivamente níveis de sobrecarga, beneficiando os cuidadores em diversos pontos.

Palavras-Chave: Cuidadores informais; Sobrecarga; Terapia Comunitária Integrativa.

ABSTRACT - The aim of this study is to evaluate the impact and benefits of integrative community therapy groups on the burden of family caregivers of the elderly. It consists of an intervention study, of an applied, longitudinal nature, with a descriptive quantitative approach, in which integrative community therapy sessions were carried out and the level of overload pre and post exposure to the intervention was evaluated through the Zarit Burden Interview questionnaire, in addition to evaluation of the benefits of the practice through a questionnaire created by the researchers. Data analysis showed that all participants showed a moderate level of overload, with most participants showed a significant drop in the level of overload after the intervention was carried out. Through the above, it is observed that the practice of integrative community therapy is able to effectively reduce levels of burden, benefiting caregivers at several points.

Keywords: Informal caregivers; Overload; Integrative Community Therapy.

INTRODUÇÃO

A transição demográfica caracterizada pelo envelhecimento populacional, ocorrida no âmbito mundial e nacional, associada ao aumento da taxa de doenças crônicas e a situações de incapacidade funcional, trouxe a necessidade do surgimento de novas formas de cuidado e da criação de estratégias diferenciadas nas redes de atenção à saúde (MORAES et al., 2018).

No Brasil, a atenção domiciliar surgiu como uma adaptação dos serviços de saúde à alta taxa de hospitalização característica da população idosa acometida por doenças crônicas, tendo a função de continuar os cuidados de saúde dentro do ambiente domiciliar de uma forma integrada à rede de saúde, facilitando a desospitalização, diminuindo a necessidade de reinternações e possibilitando um cuidado regular e integral à pessoa idosa (SILVA et al., 2020).

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Com essa mudança do ambiente de cuidado um dos principais papéis que ganhou destaque foi a figura do cuidador. Caracterizado por ter a função de auxiliar nas tarefas daquela pessoa que apresenta algum grau de dificuldade na realização de atividades de vida diária (AVDs), os cuidadores podem ser divididos em 2 categorias: formais (com formação especializada) e informais (MIOLO et al., 2017).

Por características sociais e culturais advindas de uma sociedade patriarcal, no Brasil, o cuidado do idoso que apresenta dependências funcionais está atrelado principalmente aos membros da família e ao domicílio, sendo a presença do cuidador familiar informal muito frequente no cenário nacional (SCHUCK; ANTONI, 2018; SILVA et al., 2018).

A transição para o papel de cuidador familiar, apesar de apresentar também aspectos positivos, é um processo que ocorre sem planejamento ou preparação prévios, gerando mudanças na rotina do ambiente familiar, na dinâmica das relações familiares e na vida social do cuidador, sendo esses fatores diretamente atrelados ao surgimento de diferentes níveis de sobrecarga física e psicológica para este agente (CARVALHO; NERI, 2018).

Essa sobrecarga se evidencia principalmente nos aspectos psicológicos, relacionada a uma carga de estresse que pode gerar prejuízo aos cuidadores, facilitando o surgimento de patologias como ansiedade e depressão, piorando a sua qualidade de vida e também interferindo na qualidade do cuidado prestado (SILVA et al., 2018).

O atendimento às demandas geradas pela experiência do cuidado, que vão desde a necessidade de orientações e aprendizagens em relação ao desempenho de atividades até a necessidade da existência de uma rede de apoio social e de serviços de saúde acessíveis, é essencial para diminuir os níveis de desgaste e sobrecarga desses cuidadores, possibilitando a garantia de uma qualidade de vida adequada ao cuidador e melhorando consequentemente o desempenho de suas atividades. (COUTO; CAUDAS; CASTRO, 2019).

No sistema de saúde, entre as diferentes estratégias que podem ser utilizadas para o atendimento dessas demandas, uma delas consiste na prática da Terapia Comunitária Integrativa (TCI). Desenvolvida em forma de rodas de terapia grupal, a TCI constitui-se numa intervenção em grupos sociais específicos que apresentem algum caráter de aproximação, com vistas à resolução de seus problemas através da troca de experiências compartilhadas e consequentemente desenvolvimento de sentimentos de corresponsabilidade e autonomia nos participantes (BRASIL, 2017).

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Em revisão integrativa realizada por Silva B. (2021), foram relevantes os benefícios da TCI no campo da saúde mental, podendo ser observados fatores como redução do nível de estresse, percepção e partilha de experiências de sofrimento e criação de mecanismos para superá-las de forma autônoma.

Diante do exposto, a partir da percepção da importância dos cuidadores familiares no novo cenário de saúde mundial e da fragilidade do processo de saúde-doença dessa população frente a seu novo papel, observa-se a relevância da implementação e análise de estratégias de suporte para manutenção da saúde dessa população (COUTO; CAUDAS; CASTRO, 2019). Nesse sentido, busca-se neste estudo avaliar o impacto e benefícios de grupos de TCI na sobrecarga de cuidadores familiares de idosos.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de intervenção, de caráter aplicado, longitudinal, com abordagem quantitativa descritiva. Este delineamento foi adotado visto a adaptação dos princípios deste tipo de estudo com as características da prática TCI, sendo relevantes a interação da coletividade e a corresponsabilidade do participante na construção dos resultados, o que o diferencia de outros tipos de pesquisa nos quais são realizados uma observação passiva ou se tenta excluir os efeitos da ação do grupo no estudo (CASSANDRE; QUEROL, 2014).

Ocorreu no município de Pombal, localizado no estado da Paraíba, com a realização de rodas de TCI de forma presencial na Unidade Básica de Saúde (UBS) Francisco das Chagas Werton, localizada na região central da cidade. A população abordada consistiu nos cuidadores familiares de idosos adscritos na área da UBS em questão e também naqueles cuidadores familiares de idosos de outras áreas do município que eram acompanhados pelo serviço de atenção domiciliar (SAD), o Programa Melhor em Casa (PMC).

Foram realizadas três reuniões com aplicação da técnica da TCI durante o período de dezembro de 2021 a janeiro de 2022, tendo como terapeuta na condução das rodas a pesquisadora principal e como coterapeuta uma psicóloga residente do Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Primária à Saúde da UNIFIP, pesquisadora colaboradora, além de contar também com auxílio de equipe multiprofissional (enfermeira e fonoaudióloga) do mesmo programa de residência na

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

programação das sessões. As reuniões ocorreram seguindo os passos e metodologias propostos pelo idealizador da TCI, descritos em Barreto (2019): acolhimento; escolha do tema; contextualização; problematização; encerramento.

A amostra teve caráter não probabilístico por conveniência, visto a necessidade da TCI de uma interlocução entre os participantes, o que impossibilita a criação de grupos muito numerosos, e a dificuldade de muitos cuidadores familiares em ausentar-se do domicílio, o que diminuiu sua taxa de participação em atividades sociais. Além disso, o contexto social de pandemia de infecção por SARS-COV 2 impedia a aglomeração de um grande número de pessoas na UBS onde foi realizado o projeto, que tem uma sala de reuniões com espaço limitado. Foi convidado um total de onze pessoas para participação do estudo, com aceitação por parte de apenas cinco participantes, que consistiu na amostra inicial. Após a primeira sessão de terapia, dois participantes ausentaram-se das reuniões seguintes, sendo a mostra final para análise composta por três participantes que estiveram presentes em todas as reuniões.

Para que fosse possível quantificar o impacto da prática na saúde dos cuidadores foram utilizados dois instrumentos de coleta de dados, sendo o primeiro o questionário de sobrecarga do cuidador, o Zarit Burden Interview (ZBI) (Quadro 1), que foi aplicado na fase de pré teste (antes da realização das rodas de TCI) e na fase de pós teste, após o término da intervenção, e o segundo um questionário estruturado, com perguntas de respostas fechadas afirmativas ou negativas (sim ou não), elaborado pela própria equipe (Quadro 2) para avaliação dos benefícios percebidos pela prática de TCI em cuidadores, aplicado apenas no pós teste.

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Quadro 1 - Questionário de sobrecarga do cuidador (Zarit Burden Interview - ZBI).

INSTRUÇÕES: A seguir encontra-se uma lista de afirmativas que reflete como as pessoas algumas vezes sentem-se quando cuidam de outra pessoa. Depois de cada afirmativa, indique com que frequência o Sr/Sra se sente daquela maneira (nunca=0, raramente=1, algumas vezes=2, frequentemente=3, ou sempre=4). Não existem respostas certas ou erradas.
1. O Sr/Sra sente que S* pede mais ajuda do que ele (ela) necessita?
2. O Sr/Sra sente que por causa do tempo que o Sr/Sra gasta com S, o Sr/Sra não tem tempo suficiente para si mesmo (a)?
3. O Sr/Sra se sente estressado (a) entre cuidar de S e suas outras responsabilidades com a família e o trabalho?
4. O Sr/Sra se sente envergonhado (a) com o comportamento de S?
5. O Sr/Sra se sente irritado (a) quando S está por perto?
6. O Sr/Sra sente que S afeta negativamente seus relacionamentos com outros membros da família ou amigos?
7. O Sr/Sra sente receio pelo futuro de S?
8. O Sr/Sra sente que S depende do Sr/Sra?
9. O Sr/Sra se sente tenso (a) quando S esta por perto?
10. O Sr/Sra sente que a sua saúde foi afetada por causa do seu envolvimento com S?
11. O Sr/Sra sente que o Sr/Sra não tem tanta privacidade como gostaria, por causa de S?
12. O Sr/Sra sente que a sua vida social tem sido prejudicada porque o Sr/Sra está cuidando de S?
13. O Sr/Sra não se sente à vontade de ter visitas em casa, por causa de S?
14. O Sr/Sra sente que S espera que o Sr/Sra cuide dele/dela, como se o Sr/Sra fosse a única pessoa de quem ele/ela pode depender?
15. O Sr/Sra sente que não tem dinheiro suficiente para cuidar de S, somando-se as suas outras despesas?
16. O Sr/Sra sente que será incapaz de cuidar de S por muito mais tempo?
17. O Sr/Sra sente que perdeu o controle da sua vida desde a doença de S?
18. O Sr/Sra gostaria de simplesmente deixar que outra pessoa cuidasse de S?
19. O Sr/Sra se sente em dúvida sobre o que fazer por S?
20. O Sr/Sra sente que deveria estar fazendo mais por S?
21. O Sr/Sra sente que poderia cuidar melhor de S?
22. De uma maneira geral, quanto o Sr/Sra se sente sobrecarregado (a) por cuidar de S?

Scazufca (2002).

*No texto S refere-se a quem é cuidado pelo entrevistado. Durante a entrevista, o entrevistador usa o nome desta pessoa.

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Quadro 2 - Questionário de avaliação dos benefícios percebidos pela prática da TCI em cuidadores.

INSTRUÇÕES: A partir da experiência vivida e adquirida por você nas reuniões do grupo da terapia comunitária, analise as perguntas descritas abaixo e responda com a opção que mais se identificar (sim ou não):
1. Você acredita que as rodas de terapia possibilitaram uma melhora da sua autoestima? ( ) SIM ( ) NÃO 2. O grupo de terapia lhe proporcionou a criação de algum tipo de vínculos com os outros participantes ou profissionais? ( ) SIM ( ) NÃO 3. Você sente um maior sentimento de suporte após a terapia, tendo a ideia de não estar sozinho nesta situação? ( ) SIM ( ) NÃO 4. Durante as experiências compartilhadas na roda foi possível aprender algum tipo novo de procedimento ou técnica que você pode usar no dia a dia do cuidado do seu familiar? ( ) SIM ( ) NÃO 5. Você acha que após a vivência dos grupos de terapia se sente mais capaz para resolver os problemas que podem surgir? ( ) SIM ( ) NÃO

Figura do autor.

O ZBI é composto por 22 itens, que avaliam aspectos de sobrecarga em diferentes dimensões, entre elas a física, psicológica e financeira, estruturados através da escala de likert, variando de nunca a sempre (OLIVEIRA et al., 2012). A sua versão brasileira traduzida foi validada por Scazufca (2002), com itens graduados de 0 a 4 e sendo o grau de sobrecarga diretamente proporciona à pontuação obtida, que pode variar de 0 a 88.

Após a obtenção dos dados, foi realizada a categorização das variáveis encontradas e posterior distribuição destas de acordo com sua frequência. Os dados do questionário ZBI foram analisados de forma comparativa para a verificação dos níveis de sobrecarga pré e pós-intervenção e os benefícios percebidos foram avaliados através de percentual simples.

RESULTADOS

Com base no questionário ZBI foram obtidas as seguintes pontuações acerca da mensuração do nível de sobrecarga dos cuidadores antes e após da exposição à prática

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

da TCI, dispostas na Tabela 1. Para melhor avaliação dos resultados, os participantes foram nomeados genericamente por A, B, C, D e E, sendo que os dois últimos não concluíram o estudo.

Tabela 1 – Nível de sobrecarga dos cuidadores.

PARTICIPANTE	NÍVEL DE SOBRECARGA PRÉ EXPOSIÇÃO	NÍVEL DE SOBRECARGA PÓS EXPOSIÇÃO
A	32	20
B	43	42
C	34	16
D	32	--
E	28	--

Observa-se que a totalidade dos participantes apresentou um nível de sobrecarga moderado, pontuando em torno da metade do nível de pontuação máxima da escala de ZBI que seria 88, com nenhum participante apresentando nível de sobrecarga alto. A comparação com a pontuação do teste pós exposição permite avaliar que 2 participantes (A e C) apresentaram queda importante do nível de sobrecarga após a realização da intervenção, porém o participante B, que apresentou o maior nível de sobrecarga do grupo, não obteve alterações significativas nas pontuações. A seguir são descritos a pontuação dos participantes em cada quesito do questionário ZBI (Tabela 2):

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Tabela 2 – Respostas dos participantes ao questionário ZBI.

QUESITO	A		B		C	
	Resposta pré	**Resposta pós**	Resposta pré	**Resposta pós**	Resposta pré	**Resposta Pós**
1. O Sr/Sra sente que S* pede mais ajuda do que ele (ela) necessita?	4	**2**	0	**0**	2	**1**
2. O Sr/Sra sente que por causa do tempo que o Sr/Sra gasta com S, o Sr/Sra não tem tempo suficiente para si mesmo (a)?	4	**2**	2	**2**	0	**2**
3. O Sr/Sra se sente estressado (a) entre cuidar de S e suas outras responsabilidades com a família e o trabalho?	4	**2**	2	**2**	1	**1**
4. O Sr/Sra se sente envergonhado (a) com o comportamento de S?	2	**2**	0	**0**	0	**0**
5. O Sr/Sra se sente irritado (a) quando S está por perto?	2	**0**	0	**0**	0	**0**
6. O Sr/Sra sente que S afeta negativamente seus relacionamentos com outros membros da família ou amigos?	2	**0**	1	**1**	2	**0**
7. O Sr/Sra sente receio pelo futuro de S?	0	**0**	3	**2**	0	**1**
8. O Sr/Sra sente que S depende do Sr/Sra?	4	**4**	4	**3**	4	**4**
9. O Sr/Sra se sente tenso (a) quando S esta por perto?	0	**0**	2	**2**	0	**0**
10. O Sr/Sra sente que a						

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

sua saúde foi afetada por causa do seu envolvimento com S?	0	**0**	2	**2**	0	**0**
11. O Sr/Sra sente que o Sr/Sra não tem tanta privacidade como gostaria, por causa de S?	0	**0**	2	**2**	2	**0**
12. O Sr/Sra sente que a sua vida social tem sido prejudicada porque o Sr/Sra está cuidando de S?	2	**0**	3	**2**	2	**0**
13. O Sr/Sra não se sente à vontade de ter visitas em casa, por causa de S?	2	**2**	1	**1**	2	**0**
QUESITO	**A**		**B**		**C**	
	Resposta pré	**Resposta pós**	Resposta pré	**Resposta pós**	Resposta pré	**Resposta Pós**
14. O Sr/Sra sente que S espera que o Sr/Sra cuide dele/dela, como se o Sr/Sra fosse a única pessoa de quem ele/ela pode depender?	4	**4**	2	**2**	4	**0**
15. O Sr/Sra sente que não tem dinheiro suficiente para cuidar de S, somando-se as suas outras despesas?	0	**0**	4	**4**	4	**1**
16. O Sr/Sra sente que será incapaz de cuidar de S por muito mais tempo?	0	**0**	3	**2**	2	**0**
17. O Sr/Sra sente que perdeu o controle da sua vida desde a doença de S?	0	**0**	2	**2**	4	**1**
18. O Sr/Sra gostaria de						

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

simplesmente deixar que outra pessoa cuidasse de S?	0	**0**	2	**3**	0	**0**
19. O Sr/Sra se sente em dúvida sobre o que fazer por S?	2	**0**	1	**2**	2	**2**
20. O Sr/Sra sente que deveria estar fazendo mais por S?	0	**0**	3	**3**	0	**1**
21. O Sr/Sra sente que poderia cuidar melhor de S?	0	**0**	2	**2**	0	**0**
22. De uma maneira geral, quanto o Sr/Sra se sente sobrecarregado (a) por cuidar de S?	0	**2**	2	**3**	3	**2**

(nunca=0, raramente=1, algumas vezes=2, frequentemente=3, ou sempre=4).

É possível avaliar que apesar de ter ocorrido uma queda na pontuação total do nível de sobrecarga nos cuidadores A e C, esta queda não seguiu uma sequência semelhante entre os quesitos individuais de cada participante. Além disso, é possível visualizar que o participante B, que tem o maior nível de sobrecarga, apresenta a maioria das respostas de caráter moderado (raramente, algumas vezes, frequentemente), enquanto os outros apresentam respostas mais extremas (nunca e sempre).

No questionário ZBI os quesitos que apresentaram maior convergência de pontuação de resposta entre os participantes foram aqueles relacionados ao gasto de tempo excessivo nas atividades de cuidado (quesito 2) e à dificuldade de conciliação com outras funções da vida social (quesitos 3, 12 e 13). Além disso, as respostas de pontuação alta aos quesitos 8 e 14 mostram que existe um alto grau de dependência do idoso ao seu cuidador, que muitas vezes exerce o papel de cuidado de forma solitária.

As respostas ao quesito 22, que avaliam diretamente a percepção do cuidador em relação ao seu grau de sobrecarga, se mantiveram em torno da média de pontos. Em contraste com isso, a maioria respondeu que não acreditam que a sua saúde foi afetada pelo exercício da função de cuidador.

Em relação à percepção dos benefícios que a prática da TCI proporciona para os participantes, houve concordância de 100% da amostra que concluiu o estudo, a qual considerou que todos os tópicos apontados no questionário foram contemplados pela

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

TCI, com resposta afirmativa (SIM) a todos seguintes pontos: melhora da autoestima; criação de vínculo com outros participantes e profissionais; sentimento de suporte e acolhimento; aprendizado de procedimentos e capacidade de resolução de problemas. Isso mostra que mesmo que o cuidador B não tenha apresentado melhora do seu nível de sobrecarga aferido houve uma aquisição de pontos vantajosos com a prática da TCI.

DISCUSSÃO

O achado de prevalência de um nível moderado de sobrecarga nos cuidadores vai ao encontro dos resultados de outros estudos semelhantes na mesma área. Segundo Souza et al (2019), que avaliou o nível de sobrecarga em 42 cuidadores de idosos usando a mesma escala de aferição, o resultado mais frequente foi um grau leve a moderado de sobrecarga. Para Bianchi et al (2016), que analisou 121 participantes, a média de pontuação no questionário ZBI foi de 26, considerada uma sobrecarga moderada no estudo.

A divergência observada nas respostas de cada participante aos diferentes quesitos do questionário é compreensível visto a complexidade da realidade da vivência de cada cuidador, que pode variar conforme aspectos como idade do cuidador, grau de dependência do idoso, comorbidades prévias e tipos de patologia do idoso cuidado. O estudo de Porto, Bandeira e Oliveira (2019), que avaliou a sobrecarga de cuidadores com escalas de englobavam diferentes aspectos, sendo eles objetivos e subjetivos, apontou um grau moderado de sobrecarga nos 2 aspectos, com níveis de sobrecarga maiores principalmente no aspecto subjetivo.

Houve melhora considerável das taxas de sobrecarga, percebida em 2 participantes, justificável visto o potencial da TCI na geração de um espaço de desabafo e escuta de experiências semelhantes, gerando um potencial de empoderamento do indivíduo e fazendo dele sujeito ativo do seu processo de alívio do sofrimento. Em estudo realizado por Carvalho (2018), que contou com 10 participantes submetidos a rodas de TCI com avaliação de sobrecarga pré e pós-intervenção, percebeu-se redução dos níveis de sobrecarga com valores estatisticamente significativos.

Observa-se que apesar do presente estudo apresentar limitações quanto ao tamanho da amostra pequeno e com pouco significado estatístico, os dados encontrados convergem com outros estudos que apresentam um número maior de participantes, apresentando interpretações semelhantes.

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

Verifica-se ainda que a geração de resultados favoráveis com a prática TCI varia de acordo a vivência e personalidade de cada participante, sendo um processo marcado pela individualidade. Esses diferentes pontos são influenciados tanto pelo contexto do cuidador como pela sua capacidade e maneira de reação emocional decorrentes de sua bagagem de vida, os quais vão determinar formas diferentes de lidar com os problemas surgidos (GOMES; SILVA; BATISTA, 2018).

As altas pontuações nos quesitos de grau dependência do idoso e de ser o único responsável pelo cuidado são relacionadas à falta de suporte social e por parte de outros familiares para esta população, além da carência de serviços nos sistemas de saúde que tenham um olhar e planejamento voltados para suas características e demandas, reforçando a necessidade do desenvolvimento de estratégias a fim de possibilitar a garantia da manutenção de saúde dos cuidadores. (OLIVEIRA et al., 2021).

A autopercepção dos cuidadores em relação ao seu nível de sobrecarga se assemelha ao resultado encontrado pela avaliação da pontuação total do questionário, demonstrando fidedignidade das informações avaliadas. Em contraposição, a baixa pontuação em relação à percepção de agravo à saúde do cuidador relacionado à sua prática diverge dos demais achados do questionário. Essa negação e não percepção está relacionada à falta do entendimento do conceito de saúde integral. Em Gomes, Silva e Batista (2018), enquanto o relato dos pacientes entrevistados permite observar aspectos que diminuem sua qualidade de vida, eles negam que isso altere sua saúde.

Além disso, a literatura aponta que essa sobrecarga, desenvolvida ao longo de um tempo prolongado de mudanças na rotina diária e da realização de atividade muitas vezes em tempo integral e sem apoio de outros agentes, pode ser relacionada ao surgimento de diversos problemas para o cuidador, implicando no desenvolvimento de novos agravos à sua saúde ou intensificando patologias já existentes, ganhando destaque lombalgias, hipertensão arterial sistêmica e sintomas psiquiátricos, em geral sentimentos de ansiedade e depressão (SILVA P. et al., 2021).

Os benefícios afirmados pelos participantes após a participação nas rodas de TCI se adequam ao caráter essencial dessa prática, que evidencia a percepção do cuidador sobre sua capacidade de resolução de problemas, estimula sensações de empatia e apoio, além de favorecer o compartilhamento de conhecimentos e práticas, possibilitando a valorização de sua autoestima e potencialidades, diminuindo sua sobrecarga e ampliando sua qualidade de vida (PARENTE; ALBUQUERQUE; CARVALHO, 2021).

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

CONCLUSÃO

Através do exposto, observa-se que a prática da TCI é capaz de reduzir efetivamente níveis de sobrecarga, auxiliando em fatores como autoestima, criação de redes de vínculos e sensação de pertencimento, difusão de conhecimento e empoderamento do cuidador. Isso demonstra a potencialidade de aplicação desta técnica como medida terapêutica para pessoas em processo de sofrimento e sobrecarga, sendo uma tecnologia leve e com baixo custo.

Além disso, as taxas de sobrecarga percebidas e o potencial de agravos à saúde gerados por elas faz necessária a ampliação dos estudos aplicados acerca de meios possíveis de utilização para diminuição destes níveis de sobrecarga, de forma que estes processos se tornem cada vez mais acessíveis à população em geral.

REFERÊNCIAS

BARRETO, A. P. **Terapia comunitária passo a passo**. 3° ed. Fortaleza: Gráfica LCR, 2010.

BIANCHI, M. et al. Indicadores psicométricos da Zarit Burden Interview aplicada a idosos cuidadores de outros idosos. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 24, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. **Diário Oficial da União**, Brasília, 2017.

CARVALHO, E. B.; NERI, A. L. Uso do tempo por cuidadores familiares de idosos com demência: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 71, supl. 2, 2018.

CARVALHO, M. A. P. Terapia comunitária integrativa e família na perspectiva sistêmica novo- paradigmática: convivendo com o sofrimento psíquico. **Tese**

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

(doutourado) – UFPB. João Pessoa. 249. 2018.

CASSANDRE, M. P.; QUEROL, M. A. P. Metodologias intervencionistas: contribuição teórico metodológica vigotskyanas para aprendizagem organizacional. **Revista Pensamento Contemporâneo em Administração**, v. 8, n. 1, p. 17-34, 2014.

COUTO, A. M.; CALDAS, C. P.; CASTRO, E. A. B. Cuidado domiciliar a idosos dependentes de cuidadores familiares com sobrecarga e desconforto emocional. **Revista Fun Care Online**, v. 11, n. 4, p. 944-950, 2019.

GOMES, M. L.; SILVA, J. C. B.; BATISTA, E. C. Escutando quem cuida: quando o cuidado afeta a saúde do cuidador em saúde mental. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 10, n. 1,p. 3-17, 2018.

MIOLO, S. B. et al. Cuidadores informais de sujeitos com afasia: reflexões sobre o impacto no cotidiano. **Distúrb Comun**, v. 29, n. 4, p. 636-643, 2017.

MORAES, E. M. et al. **Avaliação multidimensional do idoso**. Curitiba: Secretaria de Estado da Saúde do Paraná, 2018.

OLIVEIRA, A. R. S. et al. Escalas para avaliação da sobrecarga de cuidadores de pacientes com Acidente Vascular Encefálico. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 65, n. 5, 2012.

OLIVEIRA, S. G. et al. Instrumentos para avaliar a sobrecarga e a qualidade de vida de cuidadores. **Avances en Enfermería**, v.39 n. 1, p. 93-111, 2021.

PARENTE, B. A. V.; ALBUQUERQUE, M. C. S.; CARVALO, M. D. S. Terapia Comunitária Integrativa direcionada aos cuidadores de usuários de um CAPSI em período de distanciamento social. **Health Residencies Journal**, v. 2, n. 10, 2021.

PORTO, L. F. A.; BANDEIRA M.; OLIVEIRA, M. S. Sobrecarga de familiares cuidadores de pacientes psiquiátricos: relação com a resiliência**. Interação em psicologia**, v. 23, n. 3, 2019.

DOI: 10.29327/213319.22.3-10
Páginas 185 a 200

Temas em Saúde
Volume 22, Número 3
ISSN 2447-2131
João Pessoa, 2022

Artigo

SCAZUFCA, M. Versão brasileira da escala Burden Interview para avaliação de sobrecarga em cuidadores de indivíduos com doenças mentais. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 4, n. 1, 2002.

SCHUCK, L. M.; ANTONI, C. Resiliência e Vulnerabilidade nos sistemas ecológicos: Envelhecimento e políticas públicas. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 34, 2018.

SILVA, E. R. A. et al. Gestão do cuidado domiciliar por cuidadores familiares de idosos após a alta hospitalar. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, supl. 3, 2020.

SILVA, J. K. et al. Intervenções para cuidadores de sobreviventes de acidente vascular cerebral: revisão sistemática. **Revista Panamericana de Salud Publica**, v. 42, e. 114, 2018.

SILVA, B. A. B. et al. Contribuições da terapia comunitária integrativa na promoção da saúde: revisão integrativa. **Revista Fun Care Online**, v. 13, p. 843-848, 2021.

SILVA, P. L. N. et al. Sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos frágeis: revisão integrativa. **Nursing (São Paulo),** v. 24, n. 275, p. 5566-5581, 2021.

SOUZA, A. D. et al. Zarit burden interview: aplicação em cuidadores de idosos emimperatriz-MA. **Brazilian Journal of health Review**, v. 2, n. 1, p. 236-248, 2019.