



VIVÊNCIAS E SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES DE IDOSOS

Brenda Luiza Tessaro Bigoni¹, Cristina Kaefer², Paula Cristina Tasca³, Taíza Gabriela Crestani Zanatta⁴, Newton Gabriel Bervian⁵, Chancarlyne Vivian⁶

1. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho, SC
2. Discente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho, SC
3. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho e São Miguel do Oeste/SC
4. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho e São Miguel do Oeste/SC
5. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho e São Miguel do Oeste/SC
6. Docente do curso de graduação em Psicologia, Unoesc, Pinhalzinho e São Miguel do Oeste/SC

Autor correspondente: Brenda Luiza Tessaro Bigoni , brenдатessaro27@hotmail.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: As vivências dos cuidadores de idosos interferem de alguma maneira, em sua saúde mental. Constituindo-se como um papel de suma importância na esfera de cuidados, o cuidador experiencia o estresse pessoal e emocional, dado que diante desta tarefa de cuidar, ora fica sobrecarregado, assumindo responsabilidades em demasia, o que, em alguns casos, acaba por desencadear o cansaço, a depressão e até mesmo o abandono do trabalho. **Objetivo:** Nessa direção, o estudo objetivou compreender como está a saúde mental dos cuidadores de idosos. **Método:** Estudo qualitativo, realizado em dois municípios do oeste de Santa Catarina, envolvendo dez mulheres com idades entre 20 e 60 anos. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, que posteriormente, foram transcritas e analisadas à luz da análise de conteúdo. O estudo se comprometeu integralmente com as Resoluções no 466 e no 510 do Conselho Nacional de Saúde, com todos os princípios éticos sugeridos em pesquisas com os seres humanos e foi aprovado sob o parecer de nº 6.089.546. **Resultados:** Os resultados mostram que a rotina dos cuidadores de idosos é árdua e possui uma carga horária extensa de trabalho, principalmente com os cuidadores informais e que a saúde mental dos cuidadores de idosos notabiliza níveis de desgaste, estresse e sobrecarga. Ainda, que os cuidadores de idosos possuem uma carência de suporte e informação para o cuidado prestado ao idoso, ausência do apoio familiar e pouco tempo para o lazer. **Conclusão:** O estudo teve como objetivo compreender como são as vivências e a saúde mental dos cuidadores de idosos frente aos cuidados prestados, evidencia que existem impactos na qualidade de vida, intensa rotina de cuidado, cansaço, estresse, sobrecarga e pouco tempo de lazer, muitos cuidadores abdicam de suas atividades para prestar cuidado ao idoso sendo esse um dos principais fatores estressores do ambiente de trabalho, outros afirmam que ao seguir na trajetória de cuidados resignificam o ato de cuidar e afirmam ter sentimentos positivos, sobretudo ao cuidar de um familiar. Constatou ainda, a importância de promover intervenções de cuidado para os cuidadores de idosos, ofertar capacitação e orientação por meio dos serviços públicos, para sanar dúvidas e discutir questões gerais relacionadas ao ato de cuidar, dispor de grupos psicoterapêuticos, estímulo à participação de atividades de lazer e autocuidado, como, para proporcionar melhorias no bem-estar e a prevenção de agravos em saúde.

Palavras-chave: Trabalho ; Cuidadores; Idosos.