

CUIDADO É FUNDAMENTAL

Escola de Enfermagem Alfredo Pinto – UNIRIO

PESQUISA

DOI: 10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12080

PERFIL DE CUIDADORES DE IDOSOS DEPENDENTES EM CONTEXTO DE PANDEMIA: IMPACTOS NA SAÚDE E NO TRABALHO DE QUEM CUIDA EM PORTUGAL

Profile of caregivers of dependent elderly in a pandemic context: impacts on the health and work of caregivers in portugal

Perfil de los cuidadores de personas mayores dependientes en un contexto de pandemia: impactos en la salud y el trabajo de los cuidadores en portugal

Ana Maria Escoval Silva¹ 
José Luiz Telles de Almeida² 
Patrícia Barbosa³ 

RESUMO

Objetivo: conhecer o perfil dos cuidadores formais e informais de idosos com dependência funcional em Portugal. **Método:** inquérito online realizado em junho-novembro 2021 pela Escola Nacional de Saúde Pública-NOVA de Lisboa. O questionário foi divulgado em redes sociais e em instituições que atuam nos cuidados a idosos dependentes. Protocolo aprovado pela Comissão de Ética da ENSP. **Resultados:** o sexo feminino prevaleceu (91,4% cuidadoras formais e 88% informais). Predominou o nível superior de escolaridade em ambas as categorias. Os cuidadores formais situavam-se numa faixa etária mais jovem que os cuidadores familiares. 51% dos cuidadores formais e 63,7% dos cuidadores informais relataram sofrer algum problema crônico de coluna. Os sentimentos de isolamento, tristeza e depressão predominaram entre os cuidadores formais e informais. **Conclusão:** o trabalho de cuidar é predominantemente feminino e a pandemia de Covid 19 trouxe impactos importantes para a saúde dos cuidadores, em especial para a saúde mental.

DESCRITORES: Cuidadores de idosos; Pandemia COVID 19; Portugal.

¹ Universidade Nova de Lisboa, Lisboa, Portugal

² Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil

³ Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa, Portugal

Recebido em: 31/08/2022; Aceito em: 14/12/2022; Publicado em: 12/06/2023

Autor correspondente: José Luiz Telles, E-mail: telles@ensp.fiocruz.br

Como citar este artigo: Silva AME, Almeida JLT, Barbosa P. Perfil de cuidadores de idosos dependentes em contexto de pandemia: impactos na saúde e no trabalho de quem cuida em portugal. *R Pesq Cuid Fundam* [Internet]. 2023 [acesso ano mês dia];15:e12080. Disponível em: <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v15.12080>



ABSTRACT

Objective: to know the profile of formal and informal caregivers of the elderly with functional dependence in Portugal. **Method:** online survey conducted in June-November 2021 by the National School of Public Health-NOVA of Lisbon. The questionnaire was published on social networks and in institutions that work in the care of dependent elderly. Protocol approved by the Ethics Committee of the School. **Results:** females prevailed (91.4% formal and 88% informal caregivers). Higher education level predominated in both categories. Formal caregivers were in a younger age group than family caregivers. 51% of formal caregivers and 63.7% of informal caregivers reported suffering from a chronic back problem. Feelings of isolation, sadness and depression predominated among formal and informal caregivers. **Conclusion:** caring work is predominantly female and the Covid 19 pandemic has had important impacts on the health of caregivers, especially mental health.

DESCRIPTORS: Elderly caregivers; COVID 19 pandemic; Portugal.

RESUMEN

Objetivo: conocer el perfil de los cuidadores formales e informales de ancianos con dependencia funcional en Portugal. **Método:** encuesta online realizada en junio-noviembre de 2021 por la Escuela Nacional de Salud Pública-NOVA de Lisboa. El cuestionario fue difundido en redes sociales y en instituciones que trabajan en el cuidado de ancianos dependientes. Protocolo aprobado por el Comité de Ética de la Escuela. **Resultados:** predominó el sexo femenino (91,4% cuidadoras formales y 88% informales). El nivel de educación superior predominó en ambas categorías. Los cuidadores formales estaban en un grupo de edad más joven que los cuidadores familiares. El 51% de los cuidadores formales y el 63,7% de los cuidadores informales reportaron padecer un problema crónico de espalda. Los sentimientos de aislamiento, tristeza y depresión predominaron entre los cuidadores formales e informales. **Conclusión:** el trabajo de cuidado es predominantemente femenino y la pandemia de Covid 19 ha tenido impactos importantes en la salud de los cuidadores, especialmente en la salud mental.

DESCRIPTORES: Cuidadores de personas mayores; Pandemia de COVID-19; Portugal.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional na Europa e, em particular, em Portugal é uma realidade que está a impor profundas reflexões sobre os rumos das políticas públicas, para que esta parcela da população possa usufruir de qualidade de vida na sua velhice.

A associação entre maior longevidade da população e a ocorrência de múltiplas doenças crônicas e incapacidade funcional está bem fundamentada em evidências científicas.¹⁻³ Tal associação, traduz-se no aumento do contingente de pessoas idosas que necessitam de cuidados e/ou apoio para a realização das suas atividades diárias, em geral no próprio domicílio, com o suporte de cuidadores informais, familiares ou não.

Desde o início do estado de emergência em Portugal, no dia 18 de março de 2020, ao longo de todo o ano de 2020 e até meados de 2021, foram adotadas medidas de higiene e de restrição de contacto social para controlar a disseminação do contágio. Com o início da vacinação da população em dezembro de 2020, algumas destas medidas foram, progressivamente, adaptadas em função da maior cobertura vacinal da população.

Entretanto, as medidas de isolamento/afastamento social assumidas nos períodos de maior intensidade da pandemia, se por um lado, se mostraram efetivas para a mitigação da propagação da doença, por outro trouxeram consequências nocivas para a saúde física e mental, principalmente da população em idades mais avançadas.⁴⁻⁷ A diminuição ou mesmo a ausência de contactos que antes representavam um suporte social essencial para a vida de um número considerável de idosos (como os vizinhos,

amigos ou serviços sociais e de saúde), contribuiu ainda mais para a sensação de solidão e de isolamento social.⁸

Neste contexto, os(as) cuidadores(as) formais e informais/familiares têm sido um recurso fundamental para a saúde de uma parcela expressiva de idosos dependentes de cuidados.

Entende-se por cuidador formal a pessoa que presta cuidados sob contrato em instituições (hospitais, clínicas geriátricas, residências coletivas, abrigos, centros de dia etc.) ou em contexto domiciliário, quando contratado pelo utente ou pela própria família. Assim, o carácter formal expressa-se pela subordinação a regulações económicas e legais próprias do mercado.¹⁻² Distinguem-se, para efeitos deste estudo, os profissionais de nível superior que trabalham nos setores da saúde e da assistência social, daqueles que possuem nível básico ou secundário de escolaridade e que desempenham atividades de cuidadores com remuneração.

Na perspectiva dos processos formativos, segundo o Catálogo Nacional das Qualificações,³ enquadram-se nestes níveis as seguintes categorias profissionais: agente em geriatria, assistente familiar e de apoio à comunidade, técnico de apoio familiar e à comunidade, técnico de geriatria. No entanto, algumas carreiras profissionais existentes no mercado de trabalho podem ter semelhantes atribuições aos profissionais formados nas áreas anteriormente descritas. São exemplos as categorias de Auxiliares de Ação Direta, Auxiliar de Serviços Gerais e Ajudantes de Lar.³ Destaca-se que as tarefas desempenhadas pelos cuidadores formais são pouco diferenciadas e cumulativas entre as diferentes categorias profissionais.⁴ Além da ajuda em atividades básicas da vida diária, como higiene pessoal, levantar da cama

e ajudar na alimentação, estes profissionais assumem também, em muitas situações, outras tarefas como a monitorização da saúde, a participação da implementação de planos de cuidados e na manutenção de registos de saúde.⁵

O cuidador informal/familiar, por sua vez, é definido como qualquer pessoa que tenha relação parental ou de proximidade (amigo ou vizinho) e preste cuidados não remunerados a uma pessoa com dependência funcional.^{1,6} Os cuidadores informais/familiares em Portugal somente foram reconhecidos em lei que instituiu o Estatuto do Cuidador no ano de 2019,⁷ após mais de duas décadas de organização de movimentos sociais específicos.⁸ Nesta lei, reconhece-se como cuidador informal “o cônjuge ou unido de facto, parente ou afim até ao 4.º grau da linha reta ou da linha colateral da pessoa cuidada, que acompanha e cuida desta de forma permanente, que com ela vive em comunhão de habitação e que não auferir qualquer remuneração de atividade profissional ou pelos cuidados que presta à pessoa cuidada”.⁷ Podem ser identificados como cuidador principal – aquele que acompanha e cuida de forma permanente e que com ela vive em comunhão de habitação, ou como cuidador não principal – aquele que acompanha e cuida de forma regular, mas não permanente, podendo auferir ou não remuneração de atividade profissional ou pelos cuidados que presta à pessoa cuidada.⁷

O presente estudo teve por objetivo conhecer o perfil dos cuidadores formais e informais de idosos com dependência funcional em Portugal, suas necessidades e demandas agravadas pela pandemia e impactos no seu processo de trabalho.

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo do tipo survey, com aplicação de questionário online, construído e aplicado originalmente pela equipe de investigadores da Fundação Oswaldo Cruz no Brasil.

A amostra foi do tipo aleatória e em bola de neve. O link do questionário foi enviado para 73 unidades hospitalares, 51 agrupamentos de centros de saúde, 2874 juntas de freguesia, 2243 estruturas residenciais para pessoas idosas, 56 associações de doentes ou relacionadas com pessoas idosas, 360 unidades de cuidados continuados. A estas instituições, além do link, foram fornecidas informações sobre os objetivos da investigação e solicitada ampla divulgação.

O instrumento de coleta de dados (questionário) foi composto por questões fechadas que buscou avaliar as seguintes dimensões: a) sociodemográfica; b) perfil de inserção na atividade de cuidador; c) características do trabalho desenvolvido no cotidiano da pandemia; e d) condições de saúde.

Após a formalização de um plano de trabalho conjunto com a equipe brasileira, o questionário original foi submetido a adaptação cultural; a avaliação da equivalência conceptual e leitura por investigadores com experiência em inquéritos; tradução dos conceitos de português do Brasil; avaliação da equivalência semântica; pré teste a 5 cuidadores formais e 5 informais, para garantir a adequação do instrumento à amostra, com o objetivo de verificar a compreensão e interpretação das questões,

objetividade e clareza. Somente após terem sido realizados os ajustes necessários, o questionário foi disponibilizado através de link durante o período de 30 de Junho de 2021 até o dia 30 de Novembro de 2021.

O protocolo de investigação foi aprovado pela Comissão de Ética da Escola Nacional de Saúde Pública-NOVA de Lisboa (ref. CE/ENSP/CREE/1/2021), em 20 de maio de 2021.

RESULTADOS

Durante o período em que o questionário esteve disponível, foram contabilizadas 873 respostas. Deste número de respondentes, 6 não aceitaram participar. Dos 867 questionários restantes, verificou-se que 93 respondentes, apesar de terem concordado em participar, não responderam a nenhuma outra pergunta, tendo-se nesta fase inicial de análise 774 respostas. Destas 774 respostas iniciais, foram validadas para análise 618 repostas. As respostas invalidadas foram aquelas cujo respondente não aceitou participar e as que apenas diziam respeito à caracterização do respondente, deixando em branco a maioria das perguntas.

Em primeiro lugar, procurou-se conhecer perfil de inserção na atividade de cuidador dos respondentes, antes do início da pandemia, nas seguintes categorias: a) não atuavam como cuidadores; b) atuavam como cuidadores remunerados e; c) atuavam como cuidadores não remunerados.

A análise dos dados referentes aos cuidadores remunerados (382 indivíduos) levou em conta os respondentes que a) não atuavam como cuidadores antes da pandemia e passaram à categoria de cuidador remunerado (43 respostas); b) mantiveram a sua situação de cuidador remunerado (329 respostas) e; c) aqueles que prestavam cuidados não remunerados antes da pandemia e passaram à situação de remunerados (10 respostas).

Em relação aos dados dos cuidadores não remunerados (236 indivíduos), foram considerados os respondentes que: a) não eram cuidadores antes da pandemia e passaram a ser não remunerados (43); b) mantiveram a sua situação de não remunerados (190) e; c) deixaram de ser cuidadores remunerados a passaram à situação de não remunerados durante a pandemia (3).

Em relação ao perfil sociodemográfico, observou-se a predominância de pessoas do sexo feminino, tanto entre os cuidadores informais (88%) quanto entre os cuidadores formais (91,4%). O nível superior de escolaridade prevaleceu em ambas as situações de trabalho com percentual acima de 60% (63,68% dos cuidadores informais e 61,3% dos cuidadores formais). Ao analisarmos a média de rendimento dos agregados familiares, observa-se que a renda de 44,31% dos cuidadores informais concentrou-se na faixa de 1.500,00 a mais de 2.000,00€ enquanto quase metade dos cuidadores formais (49,1%) apresentava uma média de rendimento um pouco abaixo desta faixa, de 651,00 a 1.500,00€.

Em relação à faixa etária, 64,1% dos cuidadores formais encontrava-se na faixa etária abaixo de 45 anos. Entre os cuidadores informais, por sua vez, 62,8% dos respondentes estavam na faixa etária acima dos 46 anos.

A nacionalidade portuguesa predominou tanto entre os informais (97,4%) quanto entre os formais (94,2%).

Em relação à situação de residência dos cuidadores, observa-se que houve maior concentração das respostas, em ambas as situações, na região de Lisboa e Vale do Tejo (informais – 47,4%; formais – 43,9%).

O tempo de trabalho como cuidador foi maior entre os cuidadores formais, 81,7% afirmaram ter mais de 3 anos de serviço. Nos cuidadores informais este percentual foi de 53,1% (Tabela 1).

As atividades desempenhadas no ato de cuidar são comuns aos informais e formais e dizem respeito ao manejo na higiene pessoal e nos medicamentos, ao entretenimento e ao auxílio na alimentação (Tabela 2).

Quando solicitados a fazer uma autoavaliação da sua saúde, entre os cuidadores informais teve predominância a autoavaliação

“moderada” (57,2%), enquanto entre os formais predominou a “boa” (48,1%) (Tabela 3).

Questionados sobre se apresentam algum problema na coluna, dor crônica nas costas ou no pescoço, lombalgia, dor ciática, problemas nas vértebras, disco ou outra, a maioria dos cuidadores informais (63,7%) e formais (51%), afirmaram que sim.

Aos que responderam “sim” em relação à presença de algum problema na coluna, foi perguntado se as dores referidas foram afetadas por mudanças nas atividades habituais. As categorias “aumentou muito” e “aumentou pouco” foram assinaladas por 64,2% dos cuidadores informais e por 62,8% dos cuidadores formais.

Quando perguntados se sofrem de alguma doença, tanto os cuidadores informais quanto os formais assinalaram, com maior percentagem, “nenhuma das opções” (43,6% e 62,9%

Tabela 1 – Perfil dos cuidadores por tempo de trabalho na ocupação

	Cuidadores Informais		Cuidadores Formais	
	Nº	%	Nº	%
Tempo				
Menos de 3 meses	5	2,8	8	2,6
3 a 6 meses	8	4,5	5	1,6
7 a 12 meses	22	12,4	5	1,6
1 a 3 anos	48	27,1	38	12,4
Mais de 3 anos	94	53,1	250	81,7
Total de respondentes	177	100,0	306	100,0
Prefiro não responder	8		3	
Não respondeu	50		72	
TOTAL	412		381	

Tabela 2 – Perfil dos cuidadores de acordo com as atividades realizadas

	Cuidadores	
	Informais	Formais
Atividades	Nº	Nº
Auxílio no banho	108	159
Auxílio na alimentação	102	176
Passeios	85	93
Gestão e/ou administração de medicamentos	126	158
Preparação de alimentos	105	86
Limpeza do domicílio ou instituição	94	83
Lavar e/ou passar roupas	88	52
Compra de alimentos ou outros produtos	130	51
Conversa/entretenimento/jogos	114	129
Outras (sem especificar)	68	150

Tabela 3 – Perfil dos cuidadores por autoavaliação da saúde

	Cuidadores Informais		Cuidadores Formais	
	Nº	%	Nº	%
Estado de saúde				
Excelente	8	4,8	28	9,8
Boa	51	30,7	138	48,1
Moderada	95	57,2	103	35,9
Má/Péssima	12	7,2	10	3,5
Prefiro não responder	0	0,0	8	2,8
TOTAL	166	100,0	287	100,0

respectivamente). Entretanto, é digno de nota que é entre os cuidadores informais que se apresentam maiores percentagens para depressão e hipertensão (31% e 29%, respectivamente).

Foi perguntado com que frequência os cuidadores se sentiram isolados dos familiares ou amigos próximos durante a pandemia. Tanto os cuidadores informais quanto os formais tiveram predominância da resposta “muitas vezes”, 57,2% e 52,0% respectivamente (Tabela 4).

O sentimento de tristeza foi percebido muitas vezes tanto pelos cuidadores informais (56,9%) quanto pelos formais (56,2%). Cabe salientar que neste período ainda estavam em vigor medidas de distanciamento social.

Perfil dos Cuidadores Formais

Aos cuidadores formais com nível superior de escolaridade completo, foi perguntado qual a área de formação, sendo listadas para respostas as áreas de serviço social, enfermagem, pedagogia/ ensino, psicologia e outra, além da opção “não quero responder”. As áreas do serviço social (36,7%), da enfermagem (24,5%), da psicologia (8,4) e outra (26,6%) foram as que mais predominaram.

Quanto ao tipo de vínculo de trabalho que possui como cuidador, a grande maioria, 237 pessoas (62%) trabalhava por conta de outrem, seguida de 16 respostas por conta própria, nove empresários em nome individual, cinco trabalhavam por conta de outrem como empregada doméstica, 46 optaram pela alínea “outro” sem especificar e quatro preferiram não responder. Cabe salientar que apenas 65 pessoas não responderam esta questão. Em relação à faixa salarial recebida como cuidador, 39% encontravam-se na faixa de 651-1.000 euros. Nota-se que 73 pessoas não responderam a esta questão (Tabela 5).

Na questão sobre quem é o contratante destes cuidadores, 85,5% dos respondentes afirmaram que era uma instituição, agência ou empresa a responsável pelo contrato. A categoria

“funcionário público” representou 6,5% dos contratos. A “pessoa idosa cuidada” e a “família da pessoa idosa cuidada” responderam, respectivamente, por 2,9% e 2,6% dos contratos. Nota-se que 72 pessoas optaram por não responder esta questão.

Em relação à quantidade média de dias da semana trabalhados, 68,1% dos respondentes responderam que atuava nos cuidados de 3 a 6 dias por semana.

Num dia típico de trabalho como cuidador, pouco mais da metade dos respondentes (50,8%) afirmou trabalhar em média de 7 a 8 horas por dia.

Em relação ao número de locais diferentes os quais presta cuidados, 78,3% dos respondentes afirmaram trabalhar em apenas um local.

Perfil dos Cuidadores Informais

Quando perguntado a quem presta os cuidados, a maioria dos respondentes, dos 185 (73,2%) afirmou que estes eram prestados a um familiar ou parente. No que diz respeito à responsabilidade do cuidado, 73 respondentes (31,1%) afirmaram serem os únicos a prestar cuidados e outros 74 (31,5%) assinalaram que partilham este cuidado com um familiar, vizinho ou amigo. A ajuda de um cuidador contratado foi assinalada por 27 respondentes (11,5%).

DISCUSSÃO

Os resultados encontrados na investigação confirmam que a atividade de cuidar, tanto na dimensão institucional/formal quanto na dimensão familiar/informal, é essencialmente feminina^{5,9-12} No âmbito familiar, historicamente as mulheres estiveram voltadas para as atividades domésticas e aos cuidados de seus filhos e, neste contexto, a mulher assumir o papel de prestadora de cuidados seria uma característica definidora da sua identidade e trabalho.¹³

Tabela 4 – Perfil dos cuidadores pela frequência com que se sentiram isolados dos familiares ou amigos próximos durante a pandemia

	Cuidadores Informais		Cuidadores Formais	
	Nº	%	Nº	%
Nunca	8	4,8	22	8,2
Poucas vezes	51	30,7	56	20,8
Muitas vezes	95	57,2	140	52,0
Sempre	12	7,2	51	19,0
TOTAL	166	100,0	269	100,0

Tabela 5 – Perfil dos Cuidadores Formais por Faixa Salarial (Mensal em Euros)

Faixa Salarial (€)	Nº	%
Menos de 650	62	16,2
Entre 651 e 1000	149	39,0
Entre 1001 a 1500	68	17,8
Entre 1501 a 2000	16	4,2
Mais de 2000	4	1,0
Não sei	1	0,3
Prefiro não responder	9	2,4
Não respondeu	73	19,1
TOTAL	382	100,0

A predominância do nível superior junto dos cuidadores informais foi encontrada em outro estudo.¹⁴ Entretanto, chama-se a atenção para o facto de, no nosso estudo, esta predominância também estar presente entre os cuidadores formais. O objetivo inicial da investigação foi o de caracterizar, neste item específico do questionário, as categorias profissionais de nível básico e secundário. Entretanto, não foi instituído qualquer filtro para a exclusão de cuidadores formais de nível superior no instrumento de recolha de dados. Assim, verifica-se que mais de 60% dos respondentes nesta categoria têm nível superior completo, com predominância de formação em serviço social (36,7%) e em enfermagem (24,5%). O questionário não nos permite chegar a uma explicação definitiva, mas tão somente levantar algumas hipóteses que poderiam justificar a predominância da categoria de nível superior dentre os cuidadores formais. A primeira hipótese é o enviesamento derivado das pessoas das instituições as quais foram solicitadas para divulgar o questionário. Uma segunda possibilidade em relação mais especificamente ao maior percentual encontrado na categoria dos profissionais de serviço social é que estes, apesar de licenciados, estão a exercer a função de cuidador. Acresce-se, ainda, o facto da aplicação do questionário em meio à pandemia que provocou, dentre as categorias profissionais de saúde, ausência no trabalho devido ao contágio do vírus SarsCov2. Nesta situação, outros profissionais acabaram por assumir as tarefas necessárias ao bem-estar das pessoas idosas nas instituições.

Destaca-se, ainda, que mais de 80% dos cuidadores formais afirmaram que era uma instituição, agência ou empresa a responsável pelo seu contrato, tendo maioria um horário de trabalho de até 9 horas e com atuação apenas num local de trabalho.

Entretanto, ao analisarmos a faixa salarial entre os cuidadores formais, observa-se que 55,2% alegaram receber salários até 1000€. Segundo estudo sobre os trabalhadores de instituições de cuidado de longa duração, estes costumam receber salários bem abaixo daqueles que são praticados nos cuidados hospitalares,¹⁵ de haver uma parte significativa que atua com contratos temporários¹⁵ e por possuírem formação acima do exigido para o cargo.¹¹ Dentre os cuidadores informais, por sua vez, 73,2% afirmaram prestar cuidados a um familiar ou parente, dado este também alinhado com outros estudos.¹⁶⁻¹⁷

A faixa etária da maioria dos cuidadores formais apresenta-se mais jovem (abaixo dos 45 anos) se comparada com os cuidadores informais, o que está coerente com estudos semelhantes.^{12,18}

Houve participação maioritária de respondentes portugueses, tanto para os cuidadores formais quanto para os informais. Dentre os cuidadores formais, dado o carácter extensivo e pouco valorizado do trabalho nas instituições de cuidado de longa duração⁷ e, ainda, o forte viés de gênero, seria expectável ter uma presença mais significativa de outras nacionalidades, em especial aquelas que nos últimos anos tiveram um crescimento substantivo como a nacionalidade brasileira que, em 2020, representava 27,8% do total da comunidade estrangeira em Portugal.¹⁹

Houve maior participação dos cuidadores, tanto informais quanto formais, nas regiões Lisboa e Vale do Tejo, Centro e Norte.

Talvez por serem estas regiões com maior acesso à rede de internet e literacia digital, tenhamos mais representação nestas três regiões. Esperava-se que as regiões do Alentejo e Centro tivessem maior representação de respondentes do que o apresentado nesta investigação, na medida em que estas duas regiões são as mais envelhecidas do continente.²⁰

Verifica-se que as atividades de cuidar de uma pessoa com dependência funcional implicam determinados movimentos e posturas no auxílio ao desempenho de algumas atividades de vida diária, que podem provocar dores crônicas principalmente na região da coluna.²¹ Estas situações tendem a agravar-se quando o cuidador é do sexo feminino e de mais idade.²¹⁻²³ Os achados relativamente à referência pelos cuidadores formais e informais de presença de dores na coluna, estão coerentes com os encontrados em outros estudos nessa área.²¹⁻²³

Evidenciou-se neste estudo que a pandemia de COVID 19 pode ter contribuído para a piora da saúde mental dos cuidadores, em especial nos sentimentos de tristeza e depressão que atingiram mais da metade dos respondentes informais e formais na nossa pesquisa. Cabe ressaltar, entretanto, que a depressão poderia estar presente mesmo antes da pandemia.²⁴⁻²⁵ Entretanto, em outros estudos do gênero corroboram a tese de que a pandemia teve impacto negativo na saúde mental dos cuidadores formais e informais.²⁶⁻²⁸

CONCLUSÃO

O presente estudo teve por objetivo analisar o perfil sociodemográfico dos cuidadores formais e informais e avaliar o impacto da pandemia de Covid 19 no seu trabalho e na sua saúde.

A atividade de cuidador é predominantemente feminina com fortes componentes de desvalorização salarial e invisibilidade social. Os cuidadores familiares apresentaram pior autoavaliação da saúde, se comparadas com os cuidadores formais. A pandemia teve relevância na saúde musculoesquelética dos cuidadores no trabalho de cuidado e de ajuda nas atividades de vida diária.

Impacto igualmente importante foi observado na saúde mental dos cuidadores no período da pandemia, em especial nos sentimentos de tristeza, de isolamento e de depressão.

Medidas de acompanhamento da saúde dos cuidadores devem ser assumidas no sentido de mitigar os efeitos pós-pandemia e propiciar maior apoio institucional aos cuidados prestados por este importante segmento social.

Os resultados deste estudo podem subsidiar os movimentos sociais que atuam na luta pela valorização do trabalho feminino no ato de cuidar, dada a relevância que estas mulheres cuidadoras assumiram no período mais dramático da pandemia para as pessoas idosas por elas cuidadas.

LIMITAÇÕES

Apesar da ampla divulgação por parte das instituições e organizações parceiras, houve baixa participação tanto dos cuidadores formais quanto dos informais. Alguns fatores podem ter con-

tribuído para esta situação: a) não houve contatos presenciais para a divulgação da investigação; b) os dados das instituições de prestação de serviços à população idosa disponíveis na Carta Social podem não estar atualizados; c) dificuldade em aceder aos cuidadores informais; d) maior participação daquelas pessoas com melhor literacia digital.

REFERÊNCIAS

1. Triantafyllou, J, Naiditch, M, Repkova, K, Stiehr, K, Carretero, S, Emilsson, T, et al. Informal care in the longterm care system. European Overview Paper. [Internet]. Athens/Vienna; 2010 [cited 2022 oct 19]. Available from: <https://www.euro.centre.org/downloads/detail/768>.
2. World Health Organization (WHO). A glossary of terms for community health care and services for older persons. [Internet]. Ageing and Health Technical Report. Kobe; 2004 [cited 2022 oct 19]. Available from: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/68896>.
3. Portugal AN para Q e EP. Catálogo Nacional de Qualificações. 2020.
4. Dzhankarashvili CGL da SAV. Formação de Cuidadores – Um Passo para a Regulamentação da Profissão [Mestrado em Estudos Profissionais Especializados em Educação]. Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto; 2017.
5. OECD. Who Cares? Attracting and Retaining Elderly Care Workers. [Internet]. Paris: OECD; 2020 [cited 2022 oct 19]. (OECD Health Policy Studies). Available from: https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/who-cares-attracting-and-retaining-elderly-care-workers_92c0ef68-en.
6. Cès S, Hlebec V, Yghemonos S. Valuing Informal Care in Europe, analytical Review of Existing Valuation Methods. [Internet]. Eurocarers. Brussels; 2019 [cited 2022 oct 19]. Available from: <https://eurocarers.org/publications/valuing-informal-care-in-europe/>.
7. Portugal D da R. Lei no 100/2019: Aprova o Estatuto do Cuidador Informal, altera o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social e a Lei n.º 13/2003, de 21 de maio. [Internet]. Portugal: Diário da República, 1ª Série; 2019 p. 14. Available from: <https://dre.pt/application/conteudo/124500714>.
8. Soeiro J, Araujo M. Rompendo uma clandestinidade legal: Génese e evolução do movimento dos cuidadores e das cuidadoras informais em Portugal. *Cidades*. [Internet]. 2020 [cited 2022 oct 19];(40). Available from: <https://journals.openedition.org/cidades/2153#text>.
9. Artaza Artabe I, Ramos Cordero P, González Núñez J, Martínez Hernández D. Estudio de investigación sociosanitaria sobre cuidadores de personas mayores dependientes. [Internet]. Madrid; 2016. Available from: <http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/seggestcuidador.pdf>.
10. Angelo M. Cultura e cuidado da família. In: Manole, editor. *Antropologia para enfermagem*. 1a. São Paulo; 2009. p. 144.
11. Gasior KR, Huber M, Lamura G, Lelkes O, Marin B, Rodrigues R. Facts and Figures on Healthy Ageing and Long-term Care: Europe and North America. [Internet]. 2012 [cited 2022 oct 19];122. Available from: <https://www.euro.centre.org/publications/detail/403>.
12. Rodrigues CAL. Perfil dos Cuidadores Formais de Idosos e Motivos para a Função: um estudo de caso. [Mestrado em Gestão das Organizações]. Viana do Castelo (Portugal): Instituto Politécnico de Viana do Castelo; 2014. [acesso em 19 de outubro 2022]. Disponível em: http://repositorio.ipv.pt/bitstream/20.500.11960/1141/1/Catarina_Rodrigues.pdf.
13. Berg JA, Woods NF. Global Women's Health: A Spotlight on Caregiving. *Nurs. clin. North America*. [Internet]. 2009 [cited 2022 oct 19];44(3). Available from: <https://doi.org/10.1016/j.cnur.2009.06.003>.
14. Eurocarers, IRCCS-INRCA. Impact of the COVID-19 outbreak on informal carers across Europe – Final report. Brussels; 2021.
15. OECD. Who Cares? Attracting and Retaining Elderly Care Workers [Internet]. Paris: OECD; 2020. 190 p. (OECD Health Policy Studies). Available from: https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/who-cares-attracting-and-retaining-elderly-care-workers_92c0ef68-en.
16. Ribeiro ATC. O perfil sociodemográfico do cuidador informal de idosos e nível de adesão ao definido na Lei No 100/2019 no concelho do Porto [Internet] [Dissertação de Mestrado em Gerontologia e Cuidado Geriátrico]. Universidade Católica do Porto; 2021. Available from: <https://repositorio.ucp.pt/handle/10400.14/35792>.
17. Broeiro-Gonçalves P. Características dos cuidadores de idosos assistidos pelas equipas domiciliárias da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados na região de Lisboa e Vale do Tejo : estudo transversal observacional. *Saúde & Tecnologia*. [Internet]. 2017 [acesso em 19 de outubro 2022];17. Disponível em: <https://repositorio.ipl.pt/handle/10400.21/7320>.
18. Vaz IDT. A literacia em saúde dos cuidadores formais e informais. [Mestrado em Gestão das Organizações – Ramo Gestão de Unidades de Saúde]. Porto (Portugal): Escola Superior de Saúde Politécnico; 2020 [acesso em 19 de outubro 2022]. Disponível em: https://recipp.ipp.pt/bitstream/10400.22/17502/1/DM_Iolanda%20Vaz.pdf.

19. SEF/GEPE. Relatório de Imigração, Fronteiras e Asilo 2020. [Internet]. 2014 [acesso em 19 de outubro 2022]; Serviço de Estrangeiros e Fronteiras. Oeiras; 2020. Available from: http://sefstat.sef.pt/Docs/Rifa_2014.pdf
20. Instituto Nacional de Estatística. Censos 2011 – Resultados Provisórios. Instituto Nacional de Estatística, editor. Vol. 2011. Lisboa; 2011. 1–223 p.
21. Diniz MAA, Melo BR de S, Neri KH, Casemiro FG, Figueiredo LC, Gaioli CCL de O, et al. Comparative study between formal and informal caregivers of older adults. *Ciênc. Saúde Colet.* [Internet]. 2018 [cited 2022 oct 19];23(11). Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.16932016>.
22. Iwakiri K, Sotoyama M, Takahashi M, Liu X. Changes in risk factors for severe low-back pain among caregivers in care facilities in Japan from 2014 to 2018. *Ind. health.* [Internet]. 2021 [cited 2022 oct 19];3;59(4). Available from: <https://doi.org/10.2486/indhealth.2021-0026>.
23. Suzuki K, Tamakoshi K, Sakakibara H. Caregiving activities closely associated with the development of low-back pain among female family caregivers. *J. clin. nurs.* [Internet]. 2016 [cited 2022 oct 19];25(15–16). Available from: <https://doi.org/10.1111/jocn.13167>.
24. dos Santos WP, de Freitas FBD, de Sousa VAG, Oliveira AMD, das Mercês Pontes Santos JM, André Gouveia BDL. Sobrecarga de cuidadores idosos que cuidam de idosos dependentes. *rev. cuid.* (Bucaramanga. 2010). [Internet]. 2019 [acesso em 19 de outubro 2022];10(2). Disponível em: <https://doi.org/10.15649/cuidarte.v10i2.607>.
25. Conceição HN da, Jesus MLR da S de, Gomes IMN, Luz KRG, Conceição HN da, Costa Filho JGD, et al. Perfil e sobrecarga dos cuidadores informais de idosos dependentes. *Research, Society and Development.* [Internet]. 2021 [acesso em 19 de outubro 2022];10(6):e47210616061. Disponível em: <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.16061>.
26. Park SS. Caregivers' Mental Health and Somatic Symptoms During COVID-19. *J. gerontol. Ser. B, Psychol. sci. soc. sci.* [Internet]. 2021 [cited 2022 oct 19];76(4):e235–40. Available from: <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa121>.
27. Budnick A, Hering C, Eggert S, Teubner C, Suhr R, Kuhlmeier A, et al. Informal caregivers during the COVID-19 pandemic perceive additional burden: findings from an ad-hoc survey in Germany. *BMC health serv. res.* (Online). [Internet]. 2021 [cited 2022 oct 19];21(1). Available from: <https://doi.org/10.1186/s12913-021-06359-7>.
28. Celich KLS, de Melo RCCP, de Oliveira Vargas MA, Zilli F, Henriques LVL, de Souza JB. Challenges experienced by Portuguese professionals in human care for institutionalized elderly people during the pandemic. *Rev. Esc. Enferm. USP.* [Internet]. 2022 [cited 2022 oct 19];56. Available from: <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2021-0426>.