

Revista OMNIA Saúde
ISSN 1806-6763 | e-ISSN: 2236-188X
<https://doi.org/10.69719/ros.v9.902>

Alexandre José Jacintho^{1,*}
Samuel de Sousa Moraes¹
Evelyn Lorene Rodrigues da Silva¹
Alessandro Ferrari Jacinto¹

¹Centro Universitário de Adamantina - Fai

*Autor correspondente:
19823@fai.com.br

Recebido em: 22/02/2026
Aceito em: 03/07/2026



Fonte de financiamento: nenhuma
Conflito de interesse: nada a declarar
Editor responsável: Prof. Dr. Fabio Antonio Venancio

Esse é um artigo aberto distribuído sob licença CC-BY 4.0, que permite cópia e redistribuição do material em qualquer formato e para qualquer fim desde que mantidos os créditos de autoria e publicação original.

Resumo: Investigar a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos, bem como a sobrecarga em cuidadores de idosos e identificar associações destas variáveis com fatores sociodemográficos. Estudo transversal com 50 cuidadores, com a aplicação de questionário sociodemográfico, Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão e escala de sobrecarga Zarit Burden Interview. Os dados foram analisados por estatística descritiva, teste do Qui-quadrado e análise multivariada, considerando nível de significância de 5%. A maioria dos cuidadores era do sexo feminino (82%), com média de idade de $55,8 \pm 11,3$ anos e escolaridade variada. Não foram observadas associações significativas entre sintomas de ansiedade ou depressão e variáveis sociodemográficas ($p > 0,05$). Entretanto, identificou-se associação significativa entre sobrecarga percebida e sintomas de alteração de humor ($p < 0,001$). Modelos multivariados indicaram que a sobrecarga esteve associada à intensidade de sintomas ansiosos e depressivos ($p = 0,0061$). A sobrecarga dos cuidadores está associada à ansiedade e depressão, evidenciando vulnerabilidade emocional e risco de adoecimento. Entretanto, os achados devem ser interpretados com cautela, considerando o delineamento transversal do estudo, a amostra recrutada em um único serviço e a ausência de confirmação diagnóstica clínica pelos instrumentos utilizados.

Palavras-chave: Transtorno do humor; Sobrecarga; Idosos; Cuidadores.

Abstract: To investigate the prevalence of anxiety and depressive symptoms, as well as caregiver burden among caregivers of older adults, and to identify associations between these variables and sociodemographic factors. A cross-sectional study was conducted with 50 caregivers using a sociodemographic questionnaire, the Hospital Anxiety and Depression Scale, and the Zarit Burden Interview scale. Data were analyzed using descriptive statistics, Chi-square test, and multivariate analysis, considering a significance level of 5%. Most caregivers were female (82%), with a mean age of 55.8 ± 11.3 years and varied educational levels. No significant associations were observed between anxiety or depressive symptoms and sociodemographic variables ($p > 0.05$). However, a significant association was identified between perceived burden and mood-related symptoms

($p < 0.001$). Multivariate models indicated that caregiver burden was associated with the intensity of anxiety and depressive symptoms ($p = 0.0061$). Caregiver burden was associated with anxiety and depression, highlighting emotional vulnerability and risk of illness among caregivers. However, the findings should be interpreted with caution due to the cross-sectional design, the sample recruited from a single service, and the lack of clinical diagnostic confirmation by the instruments used.

Keywords: Mood disorder; Overload; Elderly; Elderly caregiver.

INTRODUÇÃO

A população idosa (indivíduos com 60 anos ou mais) aumenta exponencialmente no Brasil¹ e, conforme a Organização Mundial de Saúde², essa conquista

social traz grandes desafios a diversas autoridades, ao exigir maiores investimentos. O envelhecimento populacional aumenta a demanda de cuidado e dedicação por parte dos cuidadores, já que grande parte dos idosos possui dificuldades e dependência na realização de atividades de vida diária.³ Para auxiliar essas pessoas, os cuidadores, que podem ser familiares (muitas vezes os cônjuges) ou profissionais contratados, enfrentam desafios diretamente ligados ao nível de dependência dos pacientes, o que pode estar associado à sobrecarga.⁴ Fatores como idade e o estado de saúde do idoso, além do nível de apoio social presente no ato de cuidar, contribuem para o estresse dos cuidadores.⁵

Os transtornos do humor são um conjunto de condições psíquicas que incluem características depressivas e/ou ansiosas. Os transtornos depressivos e de ansiedade são problemas de saúde com alta prevalência populacional.⁶ Além de causarem problemas emocionais, esses também prejudicam outros aspectos, como o sono e o apetite, sendo uma das principais causas de incapacidade no mundo.⁷

A ansiedade é uma sensação de preocupação excessiva e nervosismo em relação ao futuro. A depressão, em contrapartida, é caracterizada por sentimentos de tristeza, desesperança e ausência de interesse nas atividades cotidianas. Cuidadores de idosos enfrentam níveis elevados de estresse emocional, relacionado a diversos fatores desencadeantes.⁸

No mundo, a maioria dos cuidadores é informal, geralmente familiares, que enfrentam uma condição de sobrecarga que surge quando se sentem cansados físico e emocionalmente, levando à limitação da vida social.⁹ A sobrecarga é influenciada por diversos elementos socioculturais, como gênero, faixa etária e etnia.¹⁰ Por exemplo, mulheres se sentem mais pressionadas do que os homens, devido às questões sociais esperadas por parte deste gênero. Além disso, fatores sociais e culturais influenciam a maneira como os cuidadores tratam a sobrecarga, além da percepção do cuidado e a quantidade de suporte que podem não receber.¹¹

A sobrecarga decorre da exaustão física e emocional, bem como da redução do tempo disponível para si, resultante das exigências do cuidado.¹² Essa condição afeta tanto o bem-estar emocional quanto a saúde física dos cuidadores, configurando-se como uma preocupação relevante.^{7,9}

A maior motivação para a realização do presente estudo deve-se à inquietação por parte dos pesquisadores sobre o assunto envelhecimento e suas consequências. Idosos apresentam maior número de doenças crônicas e, consequentemente,

mais incapacidades. Já os cuidadores nem sempre estão preparados para o exercício de suas funções, acarretando o adoecimento mental e físico desses indivíduos. Os resultados deste estudo podem levar a discussões entre diversas esferas da sociedade local, com o intuito de produção de políticas públicas que amenizem o sofrimento no ato de cuidar.

Diante da relevância da saúde mental dos cuidadores de idosos e dos impactos associados à sobrecarga do cuidado, o presente estudo teve como objetivo investigar a prevalência de sintomas ansiosos e depressivos e de sobrecarga em cuidadores de idosos do município de Adamantina-SP, bem como identificar associações entre essas variáveis e fatores sociodemográficos.

MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE: 83368524.6.0000.5496). Trata-se de um estudo transversal realizado com 50 cuidadores de idosos recrutados em um serviço privado de geriatria no município de Adamantina-SP.

Realizado no período de agosto de 2024 a julho de 2025, sendo a coleta de dados nos meses de dezembro de 2024 e janeiro de 2025. Foram incluídos no estudo cuidadores de idosos com idade ≥ 18 anos que fossem o cuidador principal do idoso, capazes de responderem os questionários e que concordassem em participar do estudo mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Após o aceite do convite e a assinatura do TCLE foram respondidos os seguintes testes e questionários:

- Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão: Constituída em duas subescalas, sendo uma para depressão e outra para ansiedade, tendo como base avaliar seus níveis.¹³ Cada subescala é composta por questões de múltipla escolha, totalizando 14 perguntas.

- *Zarit Burden Interview*: Escala utilizada como um método de autorrelato que visa avaliar o impacto físico e emocional de cuidadores de idosos em relação a atividades sociais e suas condições financeiras.¹⁴ O instrumento utilizado na sua forma reduzida é composto por 7 questões, numa escala de 1 a 5 pontos sendo, 1 (nunca) e 5 (quase sempre); sua somatória varia de 7 a 24 pontos. Quanto maior for a pontuação, maior a sobrecarga percebida pelo cuidador.

- Questionário sociodemográfico: instrumento utilizado para definir o perfil populacional estudado. Foi realizada a análise multivariada.

A análise dos dados foi realizada por meio de estatística descritiva, em forma de medidas de tendência central (médias e desvios-padrões ou medianas e intervalos interquartílicos, dependendo

da normalidade ou não da amostra, conforme o teste de Shapiro Wilks). As variáveis categorizadas foram descritas em forma de valores brutos e relativos. A associação entre variáveis categóricas foi realizada utilizando o Qui-Quadrado. O nível de significância estatística foi 0,05.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra do estudo foi composta por 50 cuidadores, com uma idade média de 55,8 ($\pm 11,3$) anos. Conforme detalhado na Tabela 1, o perfil demográfico predominante foi de mulheres (82%), com ensino superior completo (52%) e com companheiro (52%).

Tabela 1. Dados sociodemográficos da amostra analisada

Variáveis		n	Frequência (%)
Estado civil	Com companheiro	26	52
	Sem companheiro	24	48
Aposentado	Sim	16	32
	Não	34	68
Sexo	Feminino	41	82
	Masculino	9	18
Escolaridade	Superior completo	26	52
	Superior incompleto	2	4
	Curso técnico	2	4
	Ensino médio completo	13	26
	Ensino médio incompleto	1	2
	Ensino Fundamental	6	12

N: números absolutos de respostas

Nas análises (associação por meio do qui quadrado), considerando a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD) e a escala de sobrecarga *Zarit Burden Interview*, não houve associações estatisticamente significativas entre dados sociodemográficos e transtorno do humor e sobrecarga.

No entanto, houve associação estatisticamente significativa ($p < 0,001$) entre a sobrecarga do cuidador e os transtornos do humor.

Para as análises que consideraram o escore total da HAD como variável dependente, e Sexo, Escolaridade, Naturalidade, Estado Civil, Aposentadoria e Zarit como variáveis independentes, foi ajustado um modelo linear generalizado assumindo distribuição gama e função de ligação logarítmica. Ao ajustar um modelo de regressão para investigar a influência das variáveis independentes nos transtornos do humor (HAD), apenas a sobrecarga (Zarit) se mostrou como um preditor significativo ($p = 0,0061$). Similarmente, no modelo que analisou a sobrecarga como variável dependente, apenas a presença de transtornos do humor (HAD) foi significativamente associada ($p = 0,0001$). Esses resultados reforçam a existência de

uma relação recíproca entre sobrecarga e transtornos do humor nesta população de cuidadores.

Os achados deste estudo demonstram uma associação significativa entre a sobrecarga do cuidador e a presença de transtornos do humor, como ansiedade e depressão. Este resultado corrobora a literatura científica mais recente, que aponta o estresse crônico associado ao ato de cuidar como um fator de risco substancial para problemas de saúde mental nesta população. Uma revisão sistemática e meta-análise publicada em 2021, por exemplo, identificou que a sobrecarga do cuidador é um dos principais fatores que afetam negativamente a saúde mental, estando diretamente associada a maiores índices de depressão e ansiedade¹⁵. O estresse contínuo, a restrição da vida social e a falta de tempo para si, elementos que caracterizam a sobrecarga, estão associados à maior frequência desses sintomas. Adicionalmente, o impacto não se restringe à saúde mental; um estudo longitudinal recente demonstrou que o aumento da sobrecarga e do estresse psicológico em cuidadores está associado a um maior número de doenças e a um risco elevado de dor crônica¹⁶, o que ressalta a

urgência de abordagens que considerem a saúde integral desses indivíduos.

Diferentemente do esperado e de alguns achados na literatura que apontam o gênero feminino como mais propenso à sobrecarga e a transtornos de humor, nosso estudo não encontrou associação significativa entre as variáveis sociodemográficas e a saúde mental dos cuidadores. Isso pode ser explicado pelo tamanho reduzido da amostra, o que pode limitar o poder estatístico para detectar essas associações. Contudo, este resultado pode indicar que, no contexto local, a sobrecarga de cuidado transcende as diferenças sociodemográficas, afetando os indivíduos de forma mais equitativa. A sobrecarga de cuidar de idosos com doenças crônicas é uma questão universal, como observado em outros estudos brasileiros, que também destacaram a sobrecarga como um desafio central, independentemente do perfil demográfico específico dos cuidadores.¹⁷

As limitações deste estudo incluem o delineamento transversal, que impossibilita estabelecer relações de causalidade entre sobrecarga e transtornos de humor, uma vez que exposição e desfecho foram avaliados simultaneamente. Além disso, os participantes foram recrutados em um único serviço de atendimento geriátrico privado, o que pode ter favorecido a inclusão de um perfil específico de cuidadores e reduzido a representatividade da amostra. Ressalta-se ainda que os instrumentos utilizados identificam sintomas sugestivos de ansiedade e depressão, mas não permitem confirmação diagnóstica clínica, de modo que os resultados devem ser interpretados com cautela.

CONCLUSÃO

Houve associação significativa entre sobrecarga do cuidador e sintomas de ansiedade e depressão na amostra analisada. Esses achados indicam que o ato de cuidar pode estar relacionado à presença de sintomas ansiosos e depressivos, ressaltando a importância de estratégias de apoio psicossocial e políticas públicas voltadas à promoção do bem-estar e à prevenção do adoecimento desses indivíduos.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos todos os cuidadores de idosos que dispuseram do seu tempo e contribuíram para o estudo, além do orientador responsável pela pesquisa em disponibilizar seu consultório para a coleta dos dados. Reconhecemos também o apoio financeiro à pesquisa pelo Centro Universitário de Adamantina (Pró-reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação - Edital 11/2024 - PIBIC/FAI - 011.477/2024).

REFERÊNCIAS

- [1] Miranda GMD, Machado JP, Silva FM, et al. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2016;19(3):383-392. doi:10.1590/1809-98232016019.15099.
- [2] Organização Mundial da Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: OPAS; 2005.
- [3] Duarte ESR, Camargos MG, Nascimento LS, et al. Transtorno mental comum entre cuidadores familiares de idosos com demência no Brasil. *Demen Neuropsychol.* 2018;12(4):402-407. doi:10.1590/1980-57642018dn12-040003.
- [4] Nah S, Kim J, Lee H, et al. Perceived gratitude, role overload, and mental health among spousal caregivers of older adults. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2022;77(2):295-299. doi:10.1093/geronb/gbab113.
- [5] Lino VTSA, Camacho LAB, Curiati JA, et al. Prevalência de sobrecarga e fatores associados em cuidadores de idosos dependentes, em uma região pobre do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saude Publica.* 2016;32(6):e00045915. doi:10.1590/0102-311X00045915.
- [6] Koning E, Posthuma D, van der Meer L, et al. Characterizing eating behavioral phenotypes in mood disorders: a narrative review. *Psychol Med.* 2022;52:4306-4318. doi:10.1017/S003329172200057X.
- [7] Okhovat AA, Alavi A, Asghari F, et al. Evaluation of quality and mood disorders in caregivers of patients with amyotrophic lateral sclerosis: a single-center cross-sectional study. *Curr J Neurol.* 2020;19(4):190-195. doi:10.18502/cjn.v19i4.4646.
- [8] Gómez MAH, López L, Pérez P, et al. Depresión y sobrecarga en el cuidado de personas mayores. *Rev Esp Salud Publica.* 2019;93:e201908053.
- [9] Turner SG, Smith JA, Clark B, et al. Validation of a measure of role overload and gains for end-of-life dementia caregivers. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci.* 2023;78(3):477-488. doi:10.1093/geronb/gbac037.
- [10] Tomomitsu MRSV, Perracini MR, Neri AL. Influência de gênero, idade e renda sobre o bem-estar de idosos cuidadores e não cuidadores. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* 2013;16(4):663-680. doi:10.1590/S1809-98232013000400008.
- [11] Silva ARF, Oliveira LS, Rocha NP, et al. Sobrecarga do cuidador e fatores associados ao cuidado prestado aos pacientes em cuidados paliativos. *Invest Educ Enferm.* 2021;39:e01. doi:10.17533/udea.iee.v39n1e01.
- [12] Polenick CA, Leggett AN, Kales HC, et al. Estressores e recursos relacionados ao gerenciamento de medicamentos: associações com sobrecarga de papéis dos cuidadores conjugais. *Gerontologist.* 2020;60(1):165-173. doi:10.1093/geront/gnz027.
- [13] Botega NJ, Bio MR, Zomignani MA, et al. Transtornos de humor em enfermaria de clínica médica e validação de escala de medida (HAD) de ansiedade e depressão. *Rev Saude Publica.* 1995;29(5):355-363. doi:10.1590/S0034-89101995000500005.
- [14] Scazufca M. Brazilian version of the Burden Interview scale for the assessment of burden of care in carers of people with mental illnesses. *Braz J Psychiatry.* 2002;24(1):12-19. doi:10.1590/S1516-44462002000100003.

- [15] Wang Y, Zhao Y, Wang C, et al. Factors affecting the mental health of caregivers of older adults: a systematic review and meta-analysis. *Front Psychiatry*. 2021;12:670233. doi:10.3389/fpsyt.2021.670233.
- [16] Dantas I, Brito M, Moreira M, et al. Burden, stress, and depressive symptoms on the health of older adult caregivers: a longitudinal study. *Escola Anna Nery*. 2023;27:e20220437. doi:10.1590/2177-9465-EAN-2022-0437en.
- [17] Costa A, Mota J, Guedes S, et al. Análise da sobrecarga de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer: estudo transversal. *Saúde e Pesquisa*. 2024;17(3):e12296. doi:10.17765/2176-9206.2024v17n3.e12296.