



SOBRECARGA DO CUIDADOR FAMILIAR DE IDOSOS: IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL

THE BURDEN ON FAMILY CAREGIVERS OF OLDER ADULTS: IMPACTS ON MENTAL HEALTH

Nicole Lima Marques¹

Júlia Castro²

Leidiane Nonato de Andrade³

O envelhecimento populacional tem aumentado nas últimas décadas, associado à maior ocorrência de doenças crônicas e limitações funcionais em idosos, o que pode comprometer sua autonomia e exigir cuidados contínuos. Nesse contexto, o cuidador familiar, geralmente mulheres como filhas ou cônjuges, assume essa responsabilidade muitas vezes sem preparo ou suporte adequado. A dedicação prolongada ao cuidado e o acúmulo de responsabilidades podem gerar sobrecarga física e psicológica, impactando negativamente a saúde mental do cuidador. Este estudo tem como objetivo analisar a sobrecarga de cuidadores familiares de idosos dependentes, identificando fatores sociodemográficos, econômicos e de saúde relacionados aos impactos do cuidado prolongado na saúde mental e na qualidade de vida. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura realizada nas bases de dados PubMed e SciELO, utilizando os descritores “idoso”, “sobrecarga”, “cuidador” e “saúde mental”, além de seus correspondentes em inglês combinados pelo operador booleano AND. Foram incluídos artigos originais e revisões publicados entre 2019 e 2025, disponíveis na íntegra e relacionados à sobrecarga do cuidador familiar de idosos e seus impactos na saúde mental. Excluíram-se estudos duplicados, artigos fora do período estabelecido e aqueles que não abordavam diretamente a temática proposta. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão e leitura dos estudos selecionados, seis artigos foram considerados relevantes para fundamentar a análise do tema. A revisão da literatura evidenciou que a sobrecarga do cuidador familiar de idosos compromete a saúde mental e a qualidade de vida. Entre os fatores relacionados ao idoso, destacou-se a

¹ Acadêmica do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES)- Trindade e diretora de pesquisa da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia (LAGGU) nicoleelima031@academico.unifimes.edu.br

² Acadêmica do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES)- Trindade e diretora de extensão da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia (LAGGU) jujucastrow@academico.unifimes.edu.br

³ Docente do curso de medicina do Centro Universitário de Mineiros (UNIFIMES)- Trindade e orientadora da Liga Acadêmica de Geriatria e Gerontologia (LAGGU) leidiane.nonato@unifimes.edu.br



dependência funcional, uma vez que idosos mais fragilizados demandam maior assistência e dedicação contínua. Em relação ao cuidador, observou-se maior sobrecarga no sexo feminino, associada à jornada diária extensa de cuidados, ao menor poder aquisitivo e à ausência de rede de apoio. Como consequências, identificaram-se exaustão física e emocional, estresse crônico, culpa e isolamento social, afetando o bem-estar dos cuidadores e dos idosos dependentes. Conclui-se que a sobrecarga do cuidador familiar compromete a saúde mental e a qualidade de vida tanto dos cuidadores quanto dos idosos dependentes. Assim, evidenciam-se a necessidade de suporte ao cuidador e a importância de políticas públicas de apoio, capacitação e melhoria das condições socioeconômicas familiares.

Palavras-chave: Envelhecimento populacional. Idoso dependente. Qualidade de vida. Saúde mental. Sobrecarga do cuidador.

Keywords: Population aging. Dependent older adults. Quality of life. Mental health. Caregiver burden.