

# SAÚDE MENTAL DE CUIDADORES DE IDOSOS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

DOI: 10.47094/ICONMEGO2024/66

**Marcela Rizzo Godinho; Diane Oliveira Nunes Gama; Gabriela Correa Rodrigues; Lucas Viandelli Correia Lima Silva; Danyelly Rodrigues Machado Azevedo**

1. Acadêmico de Medicina da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.

2. Docente da Universidade de Rio Verde, Goianésia, Goiás, Brasil.

**INTRODUÇÃO:** O envelhecimento populacional acelerado é um desafio para a saúde pública no Brasil. Estima-se que o contingente de idosos triplique até meados de 2050. A carência de saúde e a perda de autonomia da população idosa justifica a necessidade de um cuidador, principalmente em grupos portadores de doenças neurodegenerativas. Cuidador é aquele que assume a função de assistência a outra pessoa auxiliando na realização das atividades de vida diária. Os cuidadores enfrentam uma carga emocional e física intensa, altos níveis de estresse, ansiedade e depressão, sendo essencial um olhar cauteloso sobre a saúde mental desses indivíduos. **OBJETIVOS:** Destacar a relevância de um olhar inclusivo sobre a saúde mental dos cuidadores de idosos. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura em trabalhos publicados nos bancos de dados SciELO, LILACS e revistas eletrônicas com os descritores “saúde mental” e “cuidadores de idosos”. Os critérios de inclusão foram estudos em inglês e português publicados entre 2010 e 2021. A exclusão dos artigos se deu por aqueles que não atendiam a totalidade dos descritores. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A abordagem sobre a saúde mental dos cuidadores de idosos advém da sobrecarga e responsabilidade que um idoso dependente exige. A angústia, depressão, síndrome de *Burnout*, distúrbios de humor, ansiedade e frustração estão entre os danos mais observados nesses indivíduos. Esses distúrbios psicoemocionais ocorrem devido ao grande tempo de dedicação ao cuidado, a falta de informação do cuidador, a presença de morbidade e ao grau de dependência do idoso que é cuidado. Os cuidadores não recebem nenhum tipo de formação específica para que exerçam tal função. A falta de informação de quem cuida gera um forte indício de incapacidade de autoanálise, de fuga da realidade e de processo de desordem mental, justificando a necessidade de um olhar holístico sobre a saúde mental dos cuidadores. **CONCLUSÕES:** Evidencia-se que a ausência de uma rede de proteção ao cuidador intensifica os danos à saúde mental e a qualidade de vida. O apoio psicológico, a orientação e o amparo profissional adequado são essenciais para que os cuidadores possam desempenhar suas funções sem comprometer seu bem-estar físico, psíquico e social. Urge a necessidade de estratégias de promoção e prevenção à saúde mental dos cuidadores que renunciam a si para o cuidado com o outro.

**Palavras-chave:** Cuidadores; Idosos; Saúde Mental;