

http://doi.org/10.48195/jie2023.26585

OS IMPACTOS DO APOIO DO GRUPO AMICA NA SAÚDE MENTAL DOS CUIDADORES[1]

João Vitor Diesel Ferreira[2]; Elisa dos Santos Lorena[3]; Giovana Durigon Alves[4]; Marina Mezomo Soccal[5]; Fernanda Real Dotto[6]

RESUMO

Esse trabalho tem por objetivo relatar as experiências vivenciadas no Grupo AMICA, um projeto de extensão que visa o acolhimento de cuidadores de pessoas com Doença de Alzheimer. Para isso, buscou-se analisar os possíveis impactos do apoio que o AMICA proporciona aos cuidadores em relação à saúde mental. O estudo se configura em um relato de experiência de cunho qualitativo, realizado a partir das vivências dos acadêmicos no grupo. Ao final, foram observadas contribuições positivas para a promoção da saúde mental no grupo, através das trocas de informações multiprofissionais, socialização e construção de saberes.

Palavras-chave: Doença de Alzheimer; Grupo de apoio; Qualidade de vida.

ABSTRACT

This work has the objective of reporting the experiences lived in “Grupo AMICA”, an extension project that aims to welcome caregivers of people with Alzheimer's. Therefore, it was sought to analyze the possible impacts of the support that AMICA provides to caregivers in relation to mental health. The study is described as a qualitative experience report, carried out from the experiences of the participants in the group. As the results, positive contributions were observed for the promotion of mental health in the group, through the exchange of multidisciplinary information, socialization, and construction of knowledge.

Keywords: Alzheimer's Disease; Support Group; Quality of life.

---

[1] Relato de experiência

[2] Estudante do Curso de Psicologia. Universidade Franciscana (UFN). E-mail: joao.ferreira@ufn.edu.br

[3] Estudante do Curso de Psicologia. Universidade Franciscana (UFN). E-mail: elisa.lorena@ufn.edu.br

[4] Estudante do Curso de Psicologia. Universidade Franciscana (UFN). E-mail: giovana.durigon@ufn.edu.br

[5] Estudante do Curso de Psicologia. Universidade Franciscana (UFN). E-mail: m.soccal@ufn.edu.br

[6] Orientador. Docente do Curso de Psicologia. Universidade Franciscana (UFN). E-mail: fernanda.dotto@ufn.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A Doença de Alzheimer é um dos transtornos neurodegenerativos mais comuns na população acima dos 65 anos, responsável por 60 - 80% dos casos. Essa patologia se manifesta de maneira progressiva através da deterioração cognitiva e da memória, do comprometimento das atividades cotidianas e de uma variedade de sintomas neuropsiquiátricos e de alterações comportamentais. Como consequência do acúmulo de proteínas no Sistema Nervoso Central (SNC), as células nervosas começam a se deteriorar, causando a morte das células neuronais. A doença afeta os neurônios em certas regiões do cérebro, como o hipocampo, que controla a memória, e o córtex cerebral, essencial para as habilidades de linguagem, raciocínio, memória, reconhecimento de estímulos sensoriais e pensamentos abstratos (BRASIL, 2011; ALZHEIMER'S ASSOCIATION).

No país, centros de referência do Sistema Único de Saúde (SUS) oferecem tratamento multidisciplinar integral e gratuito para pacientes com Alzheimer, além de medicamentos que ajudam a retardar os sintomas. Porém, torna-se essencial que cuidadores, enfermeiras, outros profissionais e familiares estejam disponíveis para auxiliar no cuidado integral, já que a doença impacta no cotidiano do indivíduo. Mesmo fora do ambiente dos centros de referência e clínicas, é essencial encarregar-se de detalhes relativos à alimentação, ambiente e outros aspectos que podem elevar a qualidade de vida dos pacientes. Infelizmente, a doença ainda não possui uma cura cientificamente comprovada, somente tratamentos paliativos. (BRASIL, [s.d.]; BRASIL, [s.d.])

Desse modo, o Grupo “Assistência Multidisciplinar Integrada aos Cuidadores de Pessoas com a Doença de Alzheimer” (AMICA) surge como um estímulo de promoção da saúde dos cuidadores. O grupo aborda a doença de Alzheimer com o intuito de fornecer uma assistência ampliada aos cuidadores, por meio do debate da doença e seus impactos, através de um olhar integrado entre diversas áreas que possuem relação com o assunto (ILHA *et al*., 2012)**.**

O Grupo AMICA caracteriza-se como um projeto de pesquisa e extensão da Universidade Franciscana (UFN). É um espaço caracterizado pela sua construção de saberes, educação e cuidado, a partir das trocas de informações e interações constantes que partem dos docentes, discentes e cuidadores, contribuindo de forma prática e teórica para o aprendizado

tanto dos cuidadores quanto dos alunos dos diversos cursos da saúde, sendo esses: Enfermagem, Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Odontologia, Psicologia e Terapia Ocupacional (ILHA *et al*., 2017).

2. OBJETIVO

O objetivo geral deste trabalho é relatar sobre as experiências de quatro graduandos do curso de Psicologia, integrantes do Grupo AMICA, analisando o impacto do grupo na saúde mental dos participantes. E os objetivos específicos são: Contextualizar o impacto da doença de Alzheimer na saúde mental dos cuidadores; dissertar sobre as atividades desenvolvidas no grupo; e refletir sobre os possíveis benefícios que o grupo agrega para os participantes.

3. METODOLOGIA

O presente trabalho se configura como uma pesquisa qualitativa e do tipo relato de experiência, constituída a partir das experiências vivenciadas no grupo Assistência Multidisciplinar Integrada aos Cuidadores de Pessoas com a Doença de Alzheimer (AMICA) durante o período de março de 2019 a março de 2023. O Grupo AMICA é um projeto de extensão vinculado a uma Instituição de Ensino Superior (IES) do interior do Rio Grande do Sul, composto por docentes e discentes da área da saúde e cuidadores de pessoas com Alzheimer.

Escolheu-se produzir o trabalho em formato de relato de experiência uma vez que o Grupo AMICA realiza encontros semanais que demandam participação ativa e proporcionam atividades que englobam todos os participantes. A abordagem qualitativa foi selecionada em virtude de possibilitar a compreensão de vivências, sentimentos, interações sociais, comportamentos, ou seja, conteúdos subjetivos e não provenientes da quantificação (MEDEIROS, 2012).

Dentre as atividades proporcionadas pelo Grupo, estão palestras com profissionais da saúde, aulas dialogadas, dinâmicas de grupo, rodas de conversa, atividades reflexivas, transmissão de filmes, entre outras. Muitas dessas atividades foram desenvolvidas pelos discentes que fazem parte do AMICA a partir de seus cursos de graduação (Enfermagem,

Farmácia, Fisioterapia, Medicina, Nutrição, Odontologia, Psicologia e Terapia Ocupacional), de modo a contribuírem ativamente com o suporte aos cuidadores e a orientação de maneira multidisciplinar.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Os atravessamentos da doença de Alzheimer na saúde mental dos cuidadores

Os cuidadores de pessoas com doença de Alzheimer podem apresentar níveis elevados de estresse físico e mental, uma vez que precisam abdicar de algumas coisas de sua vida para cuidar do doente. Assim, pesquisas apontam que ser um cuidador pode afetar negativamente a saúde mental, social e física do sujeito. Portanto, torna-se necessário que profissionais qualificados tenham um olhar para esses cuidadores, bem como, proporcionem uma avaliação e um acompanhamento psicológico (SILVA; SARDINHA; LEMOS, 2020). Durante os encontros do grupo AMICA, foi possível perceber esse desgaste físico e mental dos cuidadores, visto que muitos traziam relatos de estarem sobrecarregados por terem que cuidar, muitas vezes, sozinhos do seu familiar ou paciente.

Esse estresse era ainda intensificado pelos conflitos, principalmente quando o cuidador fazia parte da família, visto que envolviam questões para além da doença, incluindo a dinâmica familiar. Desta forma, é comum que esses familiares apresentem sintomas psicológicos decorrentes dos altos níveis de estresse e uma visão negativa sobre o futuro do seu ente querido. Além disso, familiares de pessoas com doença de Alzheimer costumam apresentar uma preocupação com a manifestação da patologia em outros membros da família (TALHAFERRO; ARAKAKI; CARRASCO, 2015).

As inúmeras mudanças causadas na vida dos cuidadores podem afetar diretamente a saúde mental dessas pessoas, o que pode ocasionar transtornos, incluindo a depressão, devido a alta pressão psicológica que envolve cuidar de um doente. Esses transtornos podem influenciar na qualidade de vida do cuidador, o que pode levar ao desenvolvimento de problemas de saúde. Neste sentido, é comum que haja um declínio nas atividades de lazer e autocuidado, o que pode gerar consequências negativas, por vezes, irreversíveis (SILVA *et al.*, 2020). No Grupo AMICA, os cuidadores traziam questões como a falta de tempo para si

próprio, ou a dificuldade de terem momentos de lazer, visto que alguns cuidam sozinhos daqueles que portam a doença.

A doença de Alzheimer não afeta apenas o doente, pois o cuidador também é diretamente afetado, assim, pode apresentar sintomas de ansiedade, depressão, estresse e até mesmo a síndrome de Burnout. Ademais, é evidente que a falta de união familiar e os conflitos entre os membros podem impactar ainda mais o bem-estar dos cuidadores, visto que esses acabam assumindo sozinhos a responsabilidade, o que deveria ser compartilhado entre a família. Além disso, a falta de preparo dos cuidadores para desempenhar o cuidado, o desconhecimento em relação a doença e a falta de preparo psicológico podem levar essas pessoas a adoecer (MAZOCO; SUGUIHURA; WECHSLER, 2017).

Em algumas situações, os cuidadores não assumem essa função por sua vontade própria, o que pode ocasionar ainda mais problemas. Deste modo, algumas esferas da sua vida podem ser afetadas, incluindo a parte profissional, afetiva e social, além da saúde física e mental. Diante disso, os profissionais da área da saúde podem ser fundamentais na adaptação do cuidador a sua nova vida, pois podem orientar sobre como agir nas diferentes situações e lidar com suas inquietudes (NEUMANN e DIAS, 2013). Portanto, grupos de apoio multiprofissional, como o Grupo AMICA, podem ser fundamentais nesse processo, visto que proporcionam um maior conhecimento sobre a doença, um suporte psicológico, bem como o compartilhamento de experiências entre cuidadores, docentes e acadêmicos da área da saúde.

4.2 Características do Grupo AMICA e o impacto na saúde mental dos cuidadores

Os grupos de apoio são uma possibilidade na qual os cuidadores podem encontrar suporte emocional e no manejo com o paciente/familiar com doença de Alzheimer, além de adquirir conhecimentos – o que contribui na mitigação de estigmas relacionados à doença (MATTOS; KOVÁCS, 2020). Nessa perspectiva, o Grupo AMICA não se configura como um grupo de apoio fechado, isto é, que possui número limite de cuidadores, mas sim, aberto para novos integrantes. Dessa forma, cuidadores que participam do grupo há mais tempo podem auxiliar e aconselhar os novos participantes, proporcionando uma troca de conhecimentos, adquiridos, pelos cuidadores, através da prática do cuidado. Essa troca revela-se importante pois os cuidadores recentes no Grupo comumente indagam os cuidadores mais antigos acerca das práticas de cuidado com quem tem a doença.

No contexto da doença de Alzheimer, o cuidado a partir de diferentes ênfases torna-se necessário, uma vez que são acometidas habilidades físicas, cognitivas e mentais. Diante disso, o AMICA promove assistência não apenas multidisciplinar, como o nome do Grupo já indica, mas também inter-trans-meta-disciplinar, a fim de contemplar todos os aspectos envolvidos à doença de maneira integral (ILHA *et al*., 2017). Para isso, também estão presentes no Grupo profissionais e discentes de várias áreas da saúde. Assim, os cuidadores fomentam aprendizados que se relacionam à mobilidade, higiene, saúde mental e alimentação, ou seja, conhecimentos ampliados acerca do cuidado com o doente.

Na maior parte das vezes, aqueles cuidadores que chegam pela primeira vez ao grupo se veem em um estado de fragilidade, buscando auxílio e algum direcionamento de como lidar com o momento em que se encontram. Eles são prontamente acolhidos pelos outros integrantes, principalmente pelos outros cuidadores veteranos no grupo, que por possuírem maior experiência, fornecem dicas e aconselhamentos. Mesmo os cuidadores que estão a mais tempo por vezes chegam tristes, com energias alteradas, e esse desconforto é aliviado com a participação no grupo (ILHA *et al.*, 2017).

O conhecimento que abarca a doença se mostrou diversas vezes útil, por ajudar a entender melhor a difícil situação e consequentemente possibilitar uma visão ampliada de caminhos existentes para lidar com tal, um processo de ensino-aprendizagem, com o grupo tendo um papel de mediador de conhecimentos para o cuidado da pessoa com doença de Alzheimer, tanto para a situação presente quanto algo que venha a surgir futuramente (ILHA *et al.*, 2017). Isso não se trata apenas da informação científica, proveniente dos encontros voltados a aula expositivas e afins, como também a importância de informações de cunho emocional, muitas vezes é dito entre o grupo como não existe uma resposta única e correta para cada situação, por vezes depende muito de “sentir” aquilo que seria o ideal a se fazer. As trocas de vivências potencializam essa reflexão, instigando como alcançar um conforto aprimorado, tanto para o cuidador quanto para o portador da doença. Ao mesmo tempo em que são ensinados a cuidar, os cuidadores afirmam se sentir cuidados pelo grupo também (ILHA *et al*., 2017).

É possível observar como a socialização e a construção de conhecimento, de forma horizontalizada entre todos os integrantes, é um dos principais recursos terapêuticos, se mostra um processo dialógico onde todos vão aprendendo com todos, por meio de conhecimentos que partem de todos os lados, um local em que todos se cuidam, aprendem e ensinam. Alguns até

mesmo relatam não possuir mais tanto temor em enfrentar a convivência com aqueles acometidos pelo Alzheimer, por conta da compreensão sobre a doença desenvolvida no grupo, observa-se como o processo cuidativo e educacional são simultâneos e complementares (ILHA *et al*., 2017).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio dos relatos, é possível concluir as contribuições do Grupo AMICA no suporte aos cuidadores de pessoas com a doença de Alzheimer, visto que ele proporciona um acolhimento e uma identificação entre os cuidadores. Esses trazem à tona como a educação, a troca de informações, a socialização e a construção de conhecimento, por meio dos diversos saberes existentes, podem beneficiar a saúde mental e a qualidade de vida daqueles afetados negativamente, direta e indiretamente, pela doença.

Por se tratar de um grupo multiprofissional, o Grupo AMICA possui o potencial de oferecer uma assistência integral à saúde, tanto para os cuidadores que participam ativamente, quanto para as pessoas com doença de Alzheimer, por meio dos saberes compartilhados sobre a patologia. Além disso, por ser um projeto de extensão, não contribui apenas com a promoção de saúde de doentes e cuidadores, mas também enriquece a formação dos acadêmicos que participam ativamente das atividades.

Diante disso, considera-se necessário o desenvolvimento de mais grupos como o Grupo AMICA, os quais ofereçam para os cuidadores de pessoas com doença de Alzheimer um cuidado e um suporte, beneficiando a sua saúde mental. Desta forma, espaços que proporcionem uma troca de conhecimentos entre acadêmicos, professores e cuidadores podem favorecer todos os envolvidos. Ademais, é necessário que os serviços públicos de saúde forneçam um apoio psicológico para esses cuidadores, visto que cuidar de uma pessoa com doença de Alzheimer pode sobrecarregar e adoecer o cuidador.

REFERÊNCIAS

ALZHEIMER 'S ASSOCIATION. **What is Alzheimer 's Disease?**. [S. l.]. Disponível em: https://www.alz.org/alzheimers-dementia/what-is-alzheimers. Acesso em: 2 abr. 2023.

ILHA, S.; ZAMBERLAN, C.; GEHLEN, M. H.; DIAS, M. V.; NICOLA, G. D. O.; BACKES, D. S. Qualidade de vida do familiar cuidador de idoso com Alzheimer: Contribuição de um projeto de extensão. **Cogitare Enfermagem.** v. 17, n. 2, p. 270-276, abr/jun. 2012. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/a/v4Fd4mKQyg4pykvzt88GsVk/?lang=pt. Acesso em: 01 abr. 2023.

ILHA, S.; SANTOS, S. S. C.; BACKES, D. S.; BARROS, E. J. L.; PELZER, M. T.; COSTENARO R. G. S. (Geronto)tecnologia cuidativo-educacional complexa para pessoas idosas/famílias com a doença de Alzheimer. **Revista Brasileira de Enfermagem.** v. 70, n. 4, p. 759-765, jul/ago. 2017. Disponível em: https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/27876/18481. Acesso em: 02 abr. 2023.

MATTOS, E. B. T.; KOVÁCS, M. J. Doença de Alzheimer: a experiência única de cuidadores familiares. **Psicologia USP**, v. 31, n. Psicol. USP, 2020 31, p. e180023, 2020. DOI: https://doi.org/10.1590/0103-6564e180023. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pusp/a/qd778Gh8P376xvkrqjb5pRm/?lang=pt#ModalHowcite. Acesso em: 02 abr. 2023.

MAZOCO, V. A.; SUGUIHURA, A. L. M.; WECHSLER, A. M. Impacto psicológico em cuidadores de pessoas com a doença de Alzheimer. **Psicologia - Saberes & Práticas**, v. 1, n. 1, p. 69-76, 2017. Disponível em: https://unifafibe.com.br/revistasonline/arquivos/psicologiasaberes&praticas/sumario/60/21022018194737.pdf. Acesso em: 01 abr. 2023.

MEDEIROS, M. Pesquisas de abordagem qualitativa. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, v. 14, n. 2, p. 224-229, 2012. Disponível em: https://revistas.ufg.br/fen/article/view/13628. Acesso em: 02. abr. 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Biblioteca virtual em saúde. **Doença de Alzheimer**. São Paulo, Fevereiro 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/doenca-de-alzheimer-3/. Acesso em: 31 mar. 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Qual o tratamento para o Alzheimer?.** São Paulo, sd. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/alzheimer/tratamento. Acesso em: 30 mar. 2023.

NEUMANN, S. M. F.; DIAS, C. M. S. B. Doença de Alzheimer: o que muda na vida do familiar cuidador?. **Revista Psicologia e Saúde**, Campo Grande, v. 5, n. 1, p. 10-17, jun. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2013000100003&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 01 abr. 2023.

SILVA, N. P.; SARDINHA, L. S.; LEMOS, V. A. O impacto da doença de Alzheimer na saúde mental do cuidador. **Diálogos Interdisciplinares**, v. 9, n. 4, p. 48-57, 1 jun. 2020. Disponível em:

https://revistas.brazcubas.br/index.php/dialogos/article/view/935#:~:text=Os%20resultados%20do%20presente%20estudo,cuidado%20que%20presta%20ao%20idoso. Acesso em: 31 mar. 2023.

SILVA, P. D. M.; CASTRO, J. M.; MARTINS, R. E. C.; GALINARI, P. C.; AZEVEDO, M. A.; OLIVEIRA, T. V. C.; PROTI, E. S.; CANDIDO, A.; GUERRA, C. H. W.; COSTA, W. J. T. O impacto da doença de Alzheimer na vida do cuidador. **Revista Eletrônica Acervo Enfermagem**, v. 2, p. e2353, fev. 2020. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/enfermagem/article/view/2353. Acesso em: 31 mar. 2023.

TALHAFERRO, B. V.; ARAKAKI, I. O.; CARRASCO, K. G. O impacto da doença de Alzheimer no familiar cuidador no interior do estado de São Paulo. **Psicologia Revista**, v. 24, n. 2, p. 229–251, 2016. Disponível em: https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view/27797. Acesso em: 31 mar. 2023.