



BOAS PRÁTICAS

Folhetos Informativos Baseados em Evidência para Profissionais de Saúde

A efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicológica e no bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial

Recomendações*

- As intervenções psicossociais individualizadas e multicomponente podem ser recomendadas aos cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial com o objetivo de melhorar a sua saúde psicológica, nomeadamente a sobrecarga do papel, o distress e a culpa bem como as interações com a equipa de cuidados. **(Grau B)**

*Para mais informações, consulte: [Graus de Recomendação do JBI](#)

Fonte de Informação

Este documento é a tradução de Folheto Informativo de Boas Práticas publicado pela JBI EBP Database.¹ O Folheto Informativo de Boas Práticas original é um sumário de evidência derivado de uma Revisão Sistemática publicada em 2018 na JBI Database of Systematic Reviews and Implementation Reports.²

Enquadramento

A demência é uma das principais causas de incapacidade e dependência na população idosa a nível mundial. As pessoas com demência requerem geralmente um nível elevado de cuidados, que são frequentemente prestados por familiares.

Embora a maioria das pessoas com demência e as suas famílias prefiram viver em casa o máximo de tempo possível, alguns estudos indicam que uma percentagem significativa de pessoas com demência será institucionalizada de forma permanente numa estrutura residencial por razões relacionadas com o seu estado (ex.: agravamento dos sintomas psicológicos e comportamentais, aumento da fragilidade, agravamento do declínio cognitivo e físico) ou relacionadas com os seus cuidadores (ex.: problemas de saúde, maior sobrecarga de cuidados).

A transição para a estrutura residencial é um momento difícil e desgastante para os cuidadores familiares. Durante este período, os cuidadores podem experienciar várias emoções incluindo culpa, tristeza, solidão ou alívio.

Embora alguns estudos demonstrem que os cuidadores familiares experienciam menos tensão emocional, sobrecarga e depressão nos 12 meses após a admissão dos seus familiares numa estrutura residencial, outros estudos indicam que nem todos os cuidadores apresentam melhoras no sofrimento psicológico e no distress emocional ao longo do tempo.

Assim, podem ser necessárias estratégias de apoio mais efetivas aquando da transição dos seus familiares para as estruturas residenciais. As intervenções psicossociais parecem ter

potencial na melhoria da saúde psicológica e do bem-estar emocional dos cuidadores familiares.

Estas intervenções são definidas como estratégias que envolvem a interação entre pessoas e pretendem melhorar o funcionamento psicossocial, incluindo o bem-estar, a cognição, as relações interpessoais e as competências funcionais diárias.

Objetivos

O objetivo deste Folheto Informativo de Boas Práticas é apresentar a melhor evidência disponível sobre a efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicossocial e do bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial.

Tipos de intervenções

A revisão sistemática incluiu estudos experimentais que avaliaram a efetividade de intervenções psicossociais (ex.: aconselhamento, psicoterapia, terapia cognitiva comportamental, informação/educação/treino ou uma combinação destas intervenções) na melhoria da saúde psicológica e do bem-estar emocional dos cuidadores familiares de pessoas com demência que foram institucionalizadas numa estrutura residencial.

Esta revisão analisou intervenções realizadas individualmente ou em grupo, usando qualquer meio (ex.: presencialmente, online ou por telefone) e com qualquer duração ou frequência.

Qualidade da investigação

Os artigos incluídos (n=5) foram avaliados por dois revisores independentes com base no instrumento de avaliação padronizado do JBI para estudos randomizados controlados (ERCs).

A pontuação da qualidade metodológica dos estudos incluídos foi 6 ou 7 de entre os 10 critérios de avaliação. Os dados foram extraídos de cada estudo incluído através de um instrumento de extração padronizado do JBI.

A efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicológica e no bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial

Resultados

Foram incluídos na revisão cinco artigos referentes a quatro ERCs (num total de 302 participantes): dois eram ERCs e dois eram ERCs em cluster nos quais a estrutura residencial foi considerada a unidade de randomização. Três estudos foram realizados nos Estados Unidos e um no Canadá.

Todas as intervenções descritas nos estudos incluídos foram multicomponente, consistindo em educação sobre demência, formação em comunicação, resolução de problemas, reavaliação cognitiva, estratégias de coping, apoio emocional e encaminhamento para apoio e recursos comunitários.

A maioria das intervenções baseou-se na avaliação do stress e nas teorias de coping.

Todas as intervenções foram administradas entre 10 a 12 semanas, através de sessões presenciais em grupo, sessões individualizadas presenciais e telefónicas ou apenas sessões individualizadas telefónicas.

Em dois estudos de menor escala, as intervenções psicossociais individualizadas e multicomponente (presenciais ou presenciais e telefónicas) apresentaram efeitos positivos nos cuidadores em termos do sentimento de culpa, da sobrecarga do papel e distress. Porém, não evidenciaram benefícios para a sobrecarga do cuidador, a depressão ou a satisfação com a estrutura residencial.

Em ambos os estudos, as intervenções foram realizadas por um terapeuta especializado. Num dos estudos foram implementadas 10 sessões telefónicas de 45-60 minutos ao longo de três meses. O outro estudo foram implementadas seis sessões presenciais em conjunto com chamadas telefónicas ad hoc ao longo de quatro meses.

Dois estudos de menor escala avaliaram intervenções multicomponente em grupo (presenciais): um dos estudos analisou uma intervenção psicoeducativa (10 sessões semanais de 90 minutos) e o outro uma intervenção psicossocial para a gestão do luto patológico (12 sessões de 60 a 90 minutos).

Estas intervenções não apresentaram efeitos positivos no distress psicológico. Contudo, a intervenção psicossocial direcionada ao luto patológico apresentou resultados favoráveis em termos da tristeza e da culpa.

Conclusão

A revisão apresentou evidências limitadas que indiquem que as intervenções psicossociais individualizadas e multicomponente podem melhorar a saúde psicológica e do bem-estar emocional (nomeadamente em termos da sobrecarga de papel, do distress, a da culpa e das interações com a equipa de cuidados) dos cuidadores familiares de pessoas com demência.

As intervenções em grupo centradas no luto patológico podem também melhorar sentimentos de culpa e tristeza.

A revisão concluiu que o grau de evidência para estas intervenções é muito baixo devido às falhas metodológicas e a heterogeneidade significativa entre os estudos.

Não existe generalização dos resultados para populações de contextos étnica, cultural e linguisticamente diversos.

Implicações para a prática

As intervenções psicossociais individualizadas e multicomponente podem ajudar os cuidadores familiares a melhorar a sobrecarga do papel, o sofrimento, distress psicológico, a culpa e as interações com a equipa de cuidados durante os primeiros meses após a institucionalização de um familiar com demência numa estrutura residencial.

Ver Figura 1: A efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicológica e no bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial.

A EFETIVIDADE DE INTERVENÇÕES PSICOSSOCIAIS NA SAÚDE PSICOLÓGICA E NO BEM-ESTAR EMOCIONAL DE CUIDADORES FAMILIARES DE PESSOAS COM DEMÊNCIA APÓS A SUA INSTITUCIONALIZAÇÃO NUMA ESTRUTURA RESIDENCIAL

POPULAÇÃO

Cuidadores familiares de pessoas com demência institucionalizadas numa estrutura residencial

INTERVENÇÃO

Intervenções psicossociais

RESULTADO

Saúde psicológica e bem-estar emocional

INTERVENÇÕES EFETIVAS

INTERVENÇÕES EM GRUPO COM UM TERAPEUTA ESPECIALIZADO



INTERVENÇÕES INDIVIDUALIZADAS COM UM TERAPEUTA ESPECIALIZADO

Sessões presenciais e/ou telefónicas



INTERVENÇÕES PSICOSSOCIAIS MULTICOMPONENTE



RECOMENDAÇÕES PARA A PRÁTICA

As intervenções individuais psicossociais multicomponente podem ser recomendadas a cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial para melhorar os seus resultados em saúde psicológica em termos de sobrecarga do papel, sofrimento e culpa e interações com a equipa.



(Grau B)

A efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicológica e no bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial

Referências Bibliográficas

1. Lizarondo L. [Best Practice Information Sheets] Effectiveness of psychological interventions on the psychological health and emotional well-being of family carers of people with dementia following residential care placement: a systematic review. JBI EBP Database. 2019 [updated 2022]; 21(3):1-4.
2. Brooks D, Fielding E, Beattie E, Edwards H, Hines S. Effectiveness of psychological interventions on the psychological health and emotional well-being of family carers of people with dementia following residential care placement: a systematic review. JBI Database System Rev Implement Rep. 2018; 16(5): 1240-1268.

Agradecimentos

Este Folheto Informativo de Boas Práticas foi desenvolvido pelo JBI e revisto por nomeados dos Centros Colaboradores Internacionais do JBI.

Como citar este Folheto Informativo de Boas Práticas:

Lizarondo L. [Folhetos Informativos de Boas Práticas] A efetividade de intervenções psicossociais na saúde psicológica e do bem-estar emocional de cuidadores familiares de pessoas com demência após a sua institucionalização numa estrutura residencial: JBI EBP Database. Traduzido por: Duque, FM; Silva, R; Fernandes, A; Mendonça, A; Rodrigues, R. 2023; 2(9) LOTE: 1—4. Original publicado em 2019



Este Folheto Informativo de Boas Práticas foi desenvolvido pelo JBI com base nos resultados de uma revisão sistemática publicada no JBI Evidence Synthesis. Cada Folheto Informativo de Boas Práticas foi submetido a uma revisão de duas fases por pares nomeados peritos na área.

Nota: A informação neste Folheto Informativo de Boas Práticas deve ser usada apenas por especialistas na área sobre a qual a informação incide.

Embora tenham sido desenvolvidos esforços para garantir que este Folheto Informativo de Boas Práticas sintetizasse a investigação existente e o consenso de peritos, é excluída, dentro dos limites permitidos pela lei, qualquer perda, dano, custo, despesa ou risco resultantes de forma direta ou indireta do recurso a esta informação (que surja em forma de contrato, negligência ou outro).

Copyright © 2023 JBI, Faculty of Health and Medical Sciences, The University of Adelaide, SA 5006, AUSTRALIA

Email: jbi@adelaide.edu.au | <https://jbi.global>