

CUIDADORES(AS) INFORMAIS DE FAMILIARES DEPENDENTES: MÚLTIPLAS JORNADAS, MÚLTIPLOS DESAFIOS

Ana Carolina Moreno Zabini (PIC/ UEM), Natália Rocha Aguilar (PIC/ UEM), Renata Heller de Moura (Orientadora). E-mail: rhmoura@uem.br.

Universidade Estadual de Maringá, Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes,
Maringá, PR.

Área: 7.00.00.00-0 Ciências Humanas e subárea do conhecimento: 7.07.00.00-1 Psicologia

Palavras-chave: Saúde mental; sobrecarga de cuidado; psicologia sócio-histórica.

RESUMO

O envelhecimento populacional e a insuficiência de políticas públicas têm intensificado a dependência de cuidadores(as) informais, cuja atuação permanece marcada por invisibilidade social e vulnerabilidades. Este estudo teve como objetivo revisar e sintetizar a literatura sobre as jornadas de trabalho e os desafios enfrentados por cuidadores(as) informais, com ênfase nos impactos físicos, emocionais e sociais dessa função. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, conduzida por meio de revisão bibliográfica integrativa nas bases SciELO, LILACS e Google Acadêmico, utilizando descritores como cuidado, adoecimento, saúde do trabalhador e direitos sociais. A busca resultou em 51 artigos, dos quais 19 foram selecionados, lidos integralmente e fichados. A categorização temática, fundamentada na psicologia sócio-histórica, evidenciou quatro eixos para análise: predominância feminina e acúmulo de funções; sobrecarga física e adoecimento mental; fragilidade de políticas públicas e ausência de direitos trabalhistas; e estratégias de enfrentamento, como redes de apoio e reivindicação por reconhecimento legal da função. Conclui-se que os cuidadores(as) informais vivenciam sobrecarga agravada pela falta de suporte institucional, o que reforça desigualdades de gênero e amplia o risco de adoecimento. Os achados contribuem para o debate sobre políticas intersetoriais que garantam apoio multidimensional e reconhecimento formal dessa atividade, além de apontarem a necessidade de novas pesquisas sobre a interface entre gênero, saúde e políticas públicas no âmbito do SUS.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional e a ampliação das doenças crônicas têm elevado a demanda por cuidados domiciliares no Brasil, em um cenário marcado pela insuficiência de políticas públicas que garantam suporte efetivo às famílias (PERONI; VERÍSSIMO; SHIBATA, 2020). Nesse contexto, o cuidado informal assume centralidade, sendo majoritariamente realizado por familiares sem vínculo formal de trabalho ou reconhecimento institucional, o que evidencia sua invisibilidade

social e reforça desigualdades de gênero historicamente associadas à divisão sexual do trabalho (HENNINGTON, 2025).

Para analisar essa realidade, o presente estudo adota como referencial a psicologia sócio-histórica (FREITAS, 2002), que compreende os fenômenos a partir da historicidade e da dialética entre o singular, o particular e o universal. Essa perspectiva possibilita interpretar como as condições estruturais do capitalismo se materializam nas experiências cotidianas do cuidado. Dessa forma, o objetivo geral da pesquisa foi revisar e sintetizar a literatura acadêmica sobre as jornadas de trabalho e os desafios enfrentados por cuidadores(as) informais, contribuindo para a visibilidade do tema e para o debate sobre políticas públicas e estratégias de apoio.

REVISÃO DE LITERATURA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, desenvolvido por meio de revisão bibliográfica integrativa, que permite reunir, analisar e sintetizar a produção acadêmica existente sobre determinado tema, oferecendo um panorama amplo das evidências disponíveis.

A pesquisa bibliográfica foi realizada nos bancos de dados SciELO e LILACS, com apoio complementar do Google Acadêmico. Para o levantamento, foram utilizados os seguintes descritores: “cuidador/es/as”, “adoecimento”, “dependência funcional”, “saúde do(a) trabalhador(a)”, “direitos trabalhistas” e “licenças especiais”.

O percurso metodológico foi estruturado em diferentes etapas articuladas: inicialmente, realizou-se a busca sistemática das publicações nas bases selecionadas; em seguida, procedeu-se à leitura exploratória de títulos e resumos, com o intuito de identificar a relevância dos estudos para o objeto da pesquisa. Posteriormente, foram aplicados os critérios de inclusão e exclusão, priorizando-se trabalhos que abordam a experiência de cuidadores(as) informais e seus impactos na saúde física, mental e social. Os artigos considerados pertinentes foram lidos na íntegra e, por fim, submetidos à elaboração de fichamentos analíticos, que serviram de base para a sistematização dos resultados.

Para a análise dos achados, utilizamos a psicologia sócio-histórica que, conforme Freitas (2002), além de fundamentar a compreensão teórica da realidade investigada, orienta a análise crítica dos dados, articulando-os às contradições sociais que atravessam a experiência do cuidado informal.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O processo de busca resultou em 51 artigos, dos quais 19 foram selecionados pela consonância ao objeto de estudo. Todos os trabalhos selecionados foram lidos integralmente e fichados para posterior análise. Os dados foram organizados por meio de categorização temática e interpretados à luz da psicologia sócio-histórica, considerando a dialética singular-particular-universal como princípio metodológico de compreensão das múltiplas determinações que atravessam a experiência dos cuidadores informais (FREITAS, 2002). A revisão integrativa possibilitou a análise dos 19 artigos publicados em diferentes contextos e regiões, contemplando desde

ensaios teóricos até estudos empíricos de natureza qualitativa e quantitativa. A leitura sistematizada evidenciou recorrências e especificidades que foram agrupadas em quatro eixos temáticos:

1. Perfil e condições de trabalho dos cuidadores informais

Constatou-se a predominância feminina no exercício do cuidado, geralmente associada à baixa escolaridade e ao acúmulo de atividades domésticas. As jornadas de cuidado ultrapassam, em muitos casos, 12 horas diárias, configurando sobrecarga significativa em razão da falta de remuneração e de direitos trabalhistas. A literatura analisada enfatiza que o cuidado é cultural e historicamente atribuído às mulheres, o que contribui para sua naturalização como obrigação moral e familiar. Essa lógica aprofunda a invisibilidade do trabalho de cuidado, reproduzindo desigualdades de gênero e limitando a autonomia das cuidadoras. A análise sócio-histórica evidencia que tais processos são expressão das condições universais de organização social que, particularizadas, recaem sobre os sujeitos em sua singularidade. (HENNINGTON, 2025).

2. Impactos na saúde física e mental

O cuidado contínuo e não remunerado acarreta consequências diretas para a saúde dos cuidadores. Os estudos revisados apontam queixas frequentes de dores osteomusculares, fadiga, distúrbios do sono e outras condições decorrentes do manejo físico do cuidado. No campo da saúde mental, destacam-se sintomas de ansiedade, depressão, estresse crônico e isolamento social, revelando um processo de adoecimento que atravessa dimensões físicas e subjetivas (MOSER; DAL PRÁ, 2016).

3. Políticas públicas e lacunas de suporte

Os artigos analisados destacam a ausência ou fragilidade de políticas públicas voltadas especificamente aos cuidadores informais. Relatos de acesso a direitos trabalhistas ou licenças especiais são escassos, sendo mais comuns experiências pontuais de capacitação, grupos de apoio e acesso restrito a tecnologias assistivas. Essa carência de suporte institucional amplia a vulnerabilidade social dos cuidadores e contribui para a perpetuação de sua sobrecarga (CAMARANO; FERNANDES; SILVA, 2023).

4. Estratégias e propostas de enfrentamento

Apesar das dificuldades, têm emergido estratégias de enfrentamento, como a criação de redes comunitárias, a busca por capacitações e a mobilização social em prol do reconhecimento da função. Nos últimos anos, essa mobilização encontrou eco na aprovação de marcos legais que instituíram e regulamentaram a Política Nacional de Cuidados (BRASIL, 2024; BRASIL, 2025), evidenciando a busca por maior visibilidade e suporte institucional.

CONCLUSÕES

A análise demonstrou que o trabalho de cuidadores(as) informais, marcado por sobrecarga e invisibilidade, expressa como as condições estruturais do capitalismo se materializam na vida cotidiana, especialmente das mulheres. Conclui-se ser fundamental garantir reconhecimento formal da função e ampliar estratégias de

apoio intersetorial no SUS e no SUAS, de modo a redistribuir responsabilidades entre Estado, família e comunidade. Os achados reforçam a necessidade de novas pesquisas sobre as interfaces entre gênero, saúde e políticas públicas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei nº 15.069, de 23 de dezembro de 2024.** Institui a Política Nacional de Cuidados. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 23 dez. 2024. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/L15069.htm. Acesso em: 30 ago. 2025.

BRASIL. **Decreto nº 12.562, de 24 de julho de 2025.** Regulamenta a Política Nacional de Cuidados. *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, 24 jul. 2025. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2025/decreto/D12562.htm. Acesso em: 30 ago. 2025.

CAMARANO, A. A.; FERNANDES, D.; SILVA, B. O cuidado como ocupação. In: CAMARANO, A. A.; FERNANDES, D.; SILVA, B. (org.). **Cuidar, verbo transitivo: caminhos para a provisão de cuidados no Brasil**. Rio de Janeiro: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (Ipea), 2023. cap. 6, p. 249-287.

HENNINGTON, E. A. O trabalho de cuidados na agenda da saúde: invisibilidade, sobrecarga e desgaste de mulheres trabalhadoras. **Saúde em Debate**, [S. l.], v. 49, n. especial 2 ago, 2025. Disponível em: <https://www.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/10430>. Acesso em: 30 ago. 2025.

FREITAS, M. T. A. A abordagem sócio-histórica como orientadora da pesquisa qualitativa. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, n. 116, p. 20-39, jul. 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cp/a/KnJW3strdps6dvxPyNjmvvq/?lang=pt>. Acesso em: 30 ago. 2025.

PERONI, V.; VERÍSSIMO, L.; SHIBATA, M. **Envelhecimento populacional e dependência: desafios para as políticas públicas no Brasil**. Washington, DC: Banco Interamericano de Desenvolvimento, 2020. (Nota Técnica nº IDB-TN-02003). Disponível em: <https://publications.iadb.org/publications/portuguese/document/Envelhecimento-populacional-e-dependencia-desafios-para-as-politicas-publicas-no-Brasil.pdf>. Acesso em: 30 ago. 2025.