



## DESAFIOS ENFRENTADOS PELOS IDOSOS E SEUS CUIDADORES

Giovana Benetti<sup>1</sup>  
Bruno Konageski Daltrozo<sup>2</sup>  
Izabelle Marcela Rocznieski<sup>3</sup>  
Bernardo Konageski Daltrozo<sup>4</sup>  
Mônica Marasca Patat<sup>5</sup>  
Marivane Anéas<sup>6</sup>

**Instituição:** Colégio Estadual Catuípe

**Modalidade:** Relato de Pesquisa

**Eixo Temático:** Vida, Saúde e Ambiente

### 1. Introdução:

O tema abordado "Desafios Enfrentados pelos Idosos e seus Cuidadores", trata-se de uma grande demanda de dificuldades dos idosos pelas quais estão relacionadas a limitações físicas e cognitivas, o isolamento social, qualidade de vida e bem-estar. O envelhecimento da população, por sua vez, para os cuidadores impõe desafios como o desgaste físico e emocional, a sobrecarga de trabalho, e até mesmo a ansiedade. A velhice traz consigo uma série de desafios, que variam dos mais fáceis até os mais difíceis.

Segundo dados da Organização Mundial de Saúde – OMS, no período de 1950 a 2025, o número de idosos no país terá crescido quinze vezes, ao passo que a população inteira em cinco. Deste modo, o país atingirá o sexto lugar no que se refere ao grupo de idosos, atingindo, em 2025,

<sup>1</sup> Estudante do 1º ano Ensino Médio em Tempo Integral, giovana-6977552@estudante.rs.gov.br

<sup>2</sup> Estudante do 1º ano Ensino Médio em Tempo Integral, bruno-kdaltrozo@estudante.rs.gov.br

<sup>3</sup> Estudante do 1º ano Ensino Médio em Tempo Integral, izabelle-6919834@estudante.rs.gov.br

<sup>4</sup> Estudante do 1º ano Ensino Médio em Tempo Integral, bernardo-kdaltrozo@estudante.rs.gov.br

<sup>5</sup> Professora Coordenadora Pedagógica, monica-mpatat@educar.rs.gov.br

<sup>6</sup> Professora Vice-diretora, marivane-aneas@educar.rs.gov.br



aproximadamente 32 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais (Brasil, 2010). Esse envelhecimento da população ocorre dos 60 anos ou mais, uma grande parcela de idosos dependem de outras pessoas para o seu cuidado e por mais que o idoso não necessite de um cuidado, é importante que tenha uma pessoa para dar atenção a eles para um envelhecimento mais saudável. Portanto é um passo que ocasiona vários aumentos nos serviços de saúde.

O envelhecimento da população traz consigo um aumento na demanda por cuidados a longo prazo para idosos. Isso se deve ao fato de que a população idosa está crescendo em proporção à população geral, o que resulta em um maior número de pessoas que precisam de assistência contínua devido a condições crônicas de saúde, incapacidade funcional ou demência (De Souza, 2023). Portanto, precisamos adotar políticas públicas pelas quais possa garantir um apoio reforçado para ambos os lados. Garantindo um melhoramento em cuidados domiciliares, casas de apoio, hospitais dentre outros. Diante dos fatos apresentados, o trabalho tem como objetivo geral analisar as principais dificuldades enfrentadas pelos idosos e seus cuidadores, buscando identificar os desafios, de cada grupo de idoso.

## 2. Procedimentos Metodológico:

A escolha do tema foi Desafios Enfrentados Pelos Idosos e Seus Cuidadores, pois é uma temática muito importante para o Brasil atualmente, devido o envelhecimento populacional, e a necessidade de pessoas para o cuidado idoso está gerando uma grande demanda de dificuldades de ambas as partes. o estudo sobre este tema gera um grande impacto pois o envelhecimento da população é algo que vem se agravando cada vez mais e que em certos pontos pode gerar uma certa preocupação para a nossa sociedade, vale destacar que a expectativa de vida é refletida em condições sociais de saúde, onde é levado a incapacidades e até mesmo enfermidades, com alterações em dependência física. Embora seja inegável o papel crítico que os cuidadores familiares desempenham nos cuidados e na manutenção da saúde e bem-estar dos seus familiares dependentes, a verdade é que temos hoje, em muitos casos, “idosos a cuidar de idosos”.

A necessidade de suporte profissional, especialmente de enfermagem, torna-se imperativa nestes casos. Além disso, quando o cuidador também é um idoso, tal condição se torna um fator potencial de sobrecarga (Santos et al., 2019). Embora, na maioria dos casos, as dores suportadas pelos cuidadores não sejam originadas do esforço com os cuidados ao idoso, tais distúrbios interferem na qualidade dessas práticas (Muniz Et al., 2016).

## 3. Resultados e Discussões

Através de pesquisas temos como resultado que, com base na idade os idosos enfrentam diversos desafios, mas a dificuldade mais enfrentada e vivenciada é as tarefas diárias e a mobilidade, devido a alterações físicas e cognitivas eles podem se deparar com alguns problemas como: desequilíbrio, dores, problema na visão ou até mesmo na audição, alguns problemas cotidianos precisando de ajuda de alguém para levantar da cama, caminhar. É de suma importância que o idoso esteja em uma residência adequada, ou seja, sem escadas e obstáculos, assim evitando a queda e o perigo, é importante uma boa iluminação, e materiais que facilitem a mobilidade. Já de acordo com as pesquisas os desafios dos cuidadores são desgaste físico, emocional e financeiro, além de alguns terem falta de conhecimento sobre os cuidados, e nem formação ter.

A sobrecarga diária pode levar a um grande desgaste físico, pelo fato de não conter a folga diária, não ter um tempo necessário para realizar suas tarefas cotidianas, dificuldade em



conciliar sua vida pessoal. Além de uma grande parte não ter conhecimento necessário sobre doenças crônicas e demência, no entanto é essencial para preservar sua qualidade de vida e dignidade. Isso pode envolver o uso de tecnologias assistivas, adaptações ambientais, treinamento de habilidades de autocuidado e suporte para manter atividades significativas e papéis sociais. Reconhecer o papel importante da família e cuidadores na prestação de cuidados a longo prazo para idosos e envolvê-los ativamente no planejamento e execução do plano de cuidados. Isso pode incluir treinamento para cuidadores, apoio emocional e *respeito care* para aliviar o estresse e o ônus do cuidado (De Oliveira; Boniatti; Filipinas, 2021).

#### 4. Conclusão

Em virtude dos fatos destacados, é possível concluir que idosos enfrentam diversos desafios afetando sua qualidade de vida, incluindo o isolamento social, doenças crônicas, e perda da sua própria autonomia. Além disso, cuidadores também enfrentam diversos desafios, como desafios financeiros, desgaste físico e emocional.

A partir de pesquisas obtidas, é importante as necessidades de políticas públicas, que possam melhorar a qualidade de vida dos idosos e dos cuidadores. Portanto, é importante garantir que os idosos sejam respeitados, e os cuidadores recebam o apoio necessário para realizar seu trabalho. A convivência doméstica e as atenções na quarta idade impactam a funcionalidade da situação familiar, o que leva a refletir em assimilações de qualidade regular ou intermediária de qualidade e estilo de vida dos cuidadores, e também dos próprios idosos nos diversos âmbitos e particularidades (Gonçalves Et al., 2013).

#### 5. Referências

Muniz, E. A., Freitas, C. A. S. L., Oliveira, E. N., & Lacerda, M. R. 2016. Grau de sobrecarga dos cuidadores de idosos atendidos em domicílio pela Estratégia Saúde da Família. Saúde em Debate, 40(110), 172-182.

Oliveira, m. j. s. ; Boniatti, m. m. ; Filippin, l. i. . Las Personas mayores, de hospitalización y familia:: los desafíos para la práctica de cuidado en casa. Revista Uruguaya de Enfermería. Disponível em: <http://rue.fenf.edu.uy/index.php/rue/article/view/323> Acesso em 10 de ago. de 2025.

Santos, W. P., Freitas, F. B. D., Sousa, V. A. G. Oliveira, A. M. D. Santos, J. M. M. P., & Gouveia, B. L. A. 2019. Sobrecarga de cuidadores idosos que cuidam de idosos dependentes. Revista Cuidarte.

Atenção à saúde da pessoa idosa e envelhecimento. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao\\_saude\\_pessoa\\_idosa\\_envelhecimento\\_v12.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/atencao_saude_pessoa_idosa_envelhecimento_v12.pdf) Acesso em 10 de ago. de 2025.

Convívio e cuidado familiar na quarta idade: qualidade de vida de idosos e seus cuidadores. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/HNZ5QcHZ4MBhXs5fjbJ4XRQ/?format=html&lang=pt> Acesso em 08 de ago. de 2025.

Cuidadores formais de idosos dependentes no domicílio: desafios vivenciados. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2021.v26n1/37-46/pt>. Acesso em 28 de jul. de 2025.



Desafios vivenciados por familiares cuidadores de idosos fragilizados: um problema de saúde pública latente. Disponível em: <https://www.coren-ce.org.br/wp-content/uploads/2019/08/Desafios-vivenciados-por-familiares-cuidadores-de-idosos-fragilizados-um-problema-de-sa%C3%BAde-p%C3%BAblica-latente.pdf>. Acesso em 11 de jul. de 2025.

É crime deixar um idoso sozinho?. Disponível em: <https://www.jusbrasil.com.br/artigos/e-crime-deixar-um-idoso-sozinho/2528382302>. Acesso em 12 de jul. de 2025.

Impactos das políticas públicas de saúde para os idosos no Brasil.. Disponível em: <https://revistafesa.com/index.php/fesa/article/view/163>. Acesso em: 08 de jul. de 2025.

Quais os desafios do idoso na sociedade moderna?. Disponível em: <https://www.maisquecuidar.com/idosos-na-sociedade-portuguesa>. Acesso em 12 de jul. de 2025.

Ministério da Saúde (PT). Decreto n. 101, de 6 de junho de 2006: cria a Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados. Diário da República, Série I-A [Internet]. 24 maio 2006 Disponível em: <https://dre.pt/pesquisa/-/search/353934/details/maximized> Acesso em 25 de jul. de 2025.