

Relação entre a Atividade Física e o Distress Associado à Sobrecarga em Cuidadores Informais de Indivíduos com DPOC

Adriana Ruivo¹, Nádia Hipólito², Sara Martins³, Alda Marques⁵⁻⁶, Dina Brooks^{7,8}, Cândida G. Silva^{4,9}, Joana Cruz^{2,4,5} joana.cruz@ipleiria.pt

¹Santa Casa da Misericórdia de Porto de Mós, Leiria, Portugal; ²Centro de Inovação em Tecnologias e Cuidados de Saúde (ciTechCare), Instituto Politécnico de Leiria, Leiria, Portugal; ³Clínica Albano da Silva Teixeira, Oliveira de Azeméis, Portugal; ⁴Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Leiria (ESSLei), Leiria, Portugal; ⁵Lab 3R – Laboratório de Investigação e Reabilitação Respiratória, Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro (Lab3R-ESSUA), Aveiro, Portugal; ⁶iBiMED – Instituto de Biomedicina (iBiMED), Universidade de Aveiro, Aveiro, Portugal; ⁷Respiratory medicine, West Park Healthcare Centre, Toronto, Canada; ⁸Rehabilitation Science Institute and Department of Physical Therapy, University of Toronto, Toronto, Canada; ⁹Centro de Química de Coimbra, Departamento de Química, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal

INTRODUÇÃO

A doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC) é uma condição que pode levar ao aumento da dependência do doente em relação ao cuidador informal e, conseqüentemente, promover um aumento do *distress* associado à sobrecarga deste¹. De acordo com a literatura, na população geral, maiores níveis de atividade física (AF) contribuem para menores níveis de *distress*². O objetivo principal deste estudo foi verificar se esta relação se confirma em cuidadores informais de pessoas com DPOC.

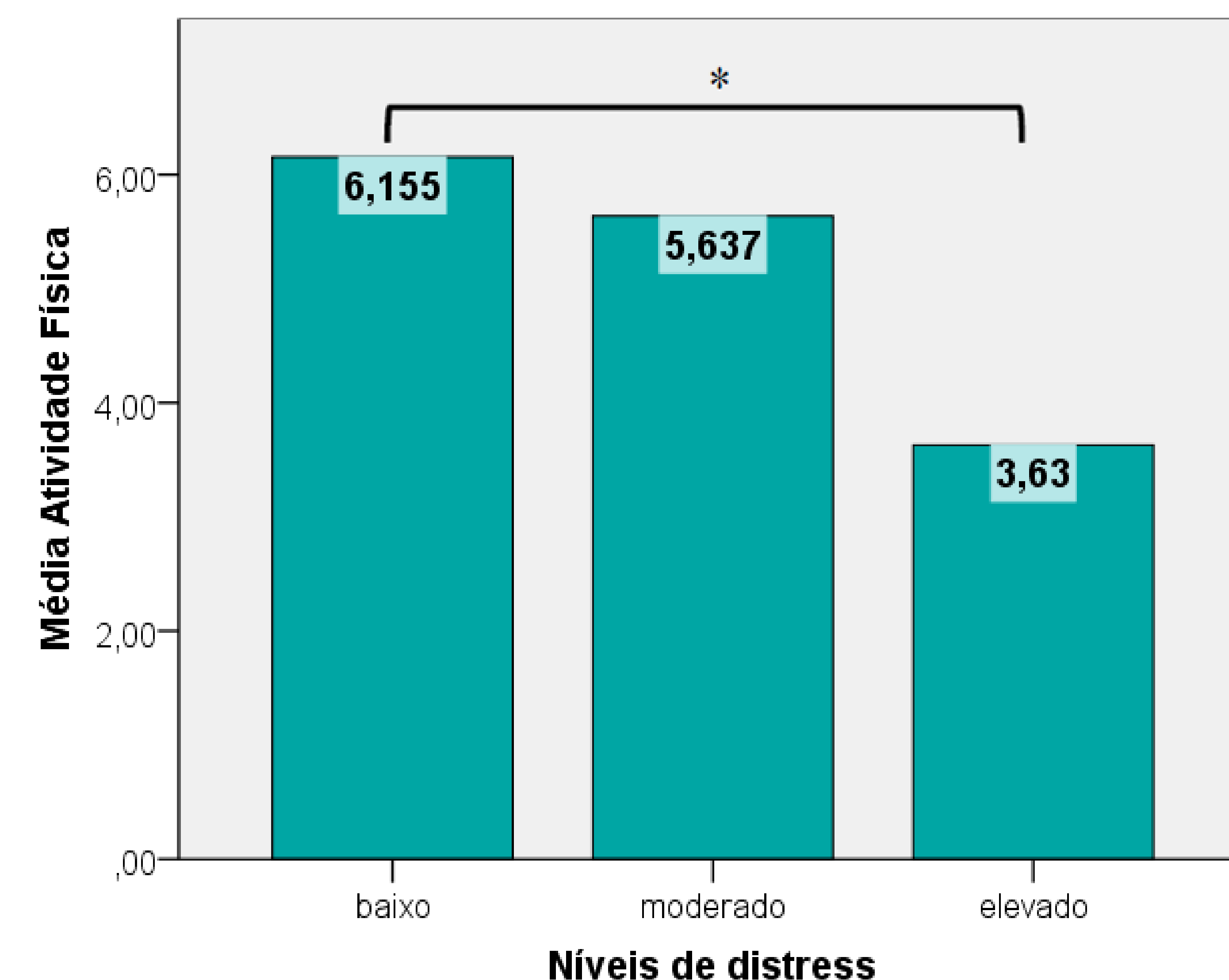
MÉTODOS

Foi desenvolvido um estudo observacional transversal, tendo-se realizado a caracterização sociodemográfica da amostra, a recolha de informação sobre o contexto de prestação de cuidados e a aplicação de dois questionários. O Questionário de Avaliação de Sobrecarga do Cuidador Informal (QASCI) foi utilizado para avaliar o nível de *distress* associado à sobrecarga, que pode ser dividido em 4 níveis distintos, que variam entre 0 e 100: baixo (0-25), moderado (26-50), elevado (51-75) e extremo (≥ 76)³. Para avaliar o nível de AF foi utilizado o *Habitual Physical Activity Questionnaire* (HPAQ), sendo que quanto maior a pontuação, maior o nível de AF⁴. Para a análise de dados foram utilizadas medidas de estatística descritiva e os coeficientes de correlação *Pearson* e *Spearman*.

RESULTADOS

Foram incluídos 26 cuidadores ($63,1 \pm 9,7$ anos; 84,6% feminino e 15,4% masculino). Destes, 9 eram cônjuges/companheiros dos doentes (73,1%), 6 eram filhos(as) (23,1%), e 1 era nora/genro (3,8%).

A média do QASCI foi de $31,3 \pm 22,0$ e a do HPAQ foi de $5,5 \pm 1,8$. A correlação entre estas variáveis foi moderada negativa ($r = -0,535$, $p = 0,01$). Ao comparar os níveis de AF entre os diferentes níveis de *distress* (baixo, $n = 10$; moderado, $n = 11$; elevado, $n = 5$) foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos com baixo e elevado níveis de *distress* ($p = 0,023$), sendo que os cuidadores com níveis baixos de *distress* apresentavam maiores níveis de AF (Gráfico 1).



* A diferença média é significativa ao nível 0,05.

Gráfico 1 – Relação entre o nível de AF e os níveis de distress

CONCLUSÃO

Os resultados sugerem que existe uma relação entre o aumento do nível da AF e a diminuição do nível de *distress* nesta população. Estes achados suportam a importância da promoção da prática de AF nos cuidadores informais de indivíduos com DPOC. Estudos longitudinais futuros deverão ser considerados.

Referências:

- 1 - Gabriel R, Figueiredo D, Jácome C, Cruz J, Marques A. Day-to-day living with severe chronic obstructive pulmonary disease: Towards a family-based approach to the illness impacts. *Psychology & Health*. 2014;29(8):977-83
- 2 - Stults-Kolehmainen M, Sinha R. The Effects of Stress on Physical Activity and Exercise. 2014;44(1):81-121
- 3 - Martins, T., Garrett, C., & Pais-Ribeiro, J. (2004). Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal (QASCI) - Reavaliação das Propriedades Psicométricas. Referência: *Revista de Enfermagem*, 11(1), 17-31.
- 4 - Almeida, M., & Pais-Ribeiro, J. (2014). Adaptação do Habitual Physical Activity Questionnaire (Baecke), versão modificada, para a população portuguesa. Referência: *Revista de Enfermagem*, 4(3), 27-36

