**POLIFARMÁCIA E O SUPORTE AO CUIDADOR: A DIFICULDADE DOS IDOSOS QUE CUIDAM DE OUTROS IDOSOS**

Nava, Carolina Fátima Gioia¹

Silva Filho, Daniel Rodrigues²

Vargas, Hardwicken Miranda³

Barbosa, Lucas Cruz⁴

Lemes, Digilany Aparecida de Souza⁵

Da Silva, Pedro Henrique Gomes⁶

Álvares, Juliana Tonelli Teixeira⁷

De Moura, Danilo Alves Guimarães⁸

Souza, Aderbal João de Jesus⁹

Saddi, Isabela Ferreira¹⁰

Domingues, Daniel Saddi¹¹

Galvão, Lygia Wannessa¹²

Pinto, Murillo de Sousa¹³

**RESUMO:** A população idosa, com 60 anos ou mais, está em crescimento acelerado, o que levanta questões de saúde, especialmente a polifarmácia, que é o uso de quatro ou mais medicamentos. Este fenômeno está frequentemente ligado a doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, que impactam a qualidade de vida e dificultam o manejo da saúde dos idosos. Além disso, muitos idosos atuam como cuidadores, aumentando sua carga emocional e física. Este estudo analisa o impacto da polifarmácia na saúde de idosos e cuidadores, destacando a necessidade de uma rede de apoio e assistência em saúde. Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, utilizando os seguintes descritores: "polifarmácia", "cuidadores", "idosos" e "saúde mental", por meio de bancos de dados como PubMed, SciELO, LILACS e Google Acadêmico, no período de 2014 a 2024. Dentre os 45 artigos encontrados durante a busca realizada em outubro de 2024, 9 foram considerados elegíveis para a teorização do estudo. Os resultados indicam que a polifarmácia eleva o risco de interações medicamentosas e efeitos adversos, prejudicando a adesão, o tratamento e a qualidade de vida dos idosos. A falta de suporte social e emocional para os cuidadores resulta em esgotamento emocional, impactando a qualidade do cuidado. A criação de uma rede de apoio é fundamental para reduzir o estresse e aumentar a resiliência dos cuidadores. A gestão adequada da polifarmácia e o suporte aos cuidadores são essenciais para o bem-estar de ambos. Ainda, a implementação de programas de formação e a articulação entre serviços de saúde são cruciais para enfrentar os desafios da polifarmácia, ressaltando a importância de políticas que atendam às necessidades dessa população, garantindo um cuidado eficaz e humanizado.

**Palavras-Chave:** Medicalização, Sobrecarga do cuidador, Terceira idade.

**Área Temática:** Saúde do adulto, da mulher, da criança e do adolescente e do idoso.

**E-mail do autor principal:** carolinafgioia.unifan@gmail.com

¹Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, carolinafgioia.unifan@gmail.com.

²Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, daniel.rodriguessf@gmail.com
3Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, hardwicken@hotmail.com

⁴Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, barbosa.lucas.cruz@gmail.com

⁵Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, digilanylemes@gmail.com

⁶Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, gomes.pedroh@hotmail.com

⁷Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, jtta7@yahoo.com.br

⁸Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, daniloagmoura1@gmail.com

⁹Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, aderballabreda@hotmail.com

¹⁰Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, isabelafsaddi@gmail.com

¹¹Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, danielsaddi07@gmail.com

¹²Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, lygiacardio@gmail.com

¹³Medicina, Centro Universitário Alfredo Nasser, Aparecida de Goiânia-GO, murillopinto@unifan.edu.br

**1. INTRODUÇÃO**

A polifarmácia, definida como o uso de quatro ou mais medicamentos simultaneamente, é um fenômeno cada vez mais comum entre a população idosa, afetando diretamente a qualidade de vida e a saúde desses indivíduos. Dados epidemiológicos revelam que, no Brasil, aproximadamente 50% dos idosos utilizam múltiplos medicamentos, o que aumenta o risco de interações medicamentosas, reações adversas e complicações clínicas. Essa situação é particularmente preocupante, pois muitos idosos são cuidadores de outros idosos, o que pode dificultar ainda mais a gestão de sua própria saúde e a do paciente sob sua responsabilidade (Cohen *et al.*, 2018).

Nesse sentido, os cuidadores informais, geralmente familiares ou amigos, desempenham um papel crucial no suporte a idosos com múltiplas comorbidades. No entanto, esse papel pode gerar sobrecarga emocional e física, uma vez que esses cuidadores frequentemente enfrentam desafios relacionados ao gerenciamento dos tratamentos e à comunicação com profissionais de saúde. Estudos indicam que a carga do cuidador está associada ao aumento do estresse e à diminuição da saúde mental, contribuindo para o fenômeno da "síndrome do cuidador". A interseção entre polifarmácia e o suporte ao cuidador é, portanto, uma questão que demanda atenção especial (Pereira *et al.*, 2020).

Além disso, a falta de suporte adequado para cuidadores de idosos pode agravar a polifarmácia e suas consequências. Muitos cuidadores se sentem despreparados para lidar com as complexidades associadas ao uso de múltiplos medicamentos e à gestão das doenças crônicas. Uma pesquisa realizada em unidades de saúde mostrou que apenas 30% dos cuidadores receberam orientações adequadas sobre a administração de medicamentos e a importância de uma comunicação efetiva com os profissionais de saúde. A ausência de informações e apoio pode levar a uma gestão ineficaz da polifarmácia, aumentando o risco de hospitalizações e comprometendo a qualidade de vida tanto do cuidador quanto do idoso assistido (Silva *et al.*, 2019).

Ainda, a polifarmácia e o suporte ao cuidador estão interligados com fatores sociais e econômicos, que podem exacerbar as dificuldades enfrentadas por essa população. O envelhecimento da população brasileira, aliado a uma crise econômica, resulta em uma maior dependência de cuidadores informais, que muitas vezes têm recursos limitados e enfrentam barreiras para acessar serviços de saúde. Dados indicam que a população acima de 60 anos aumentará significativamente nas próximas décadas, o que intensificará a necessidade de políticas públicas voltadas para a capacitação de cuidadores e a redução da polifarmácia entre os idosos (IBGE, 2020).

Portanto, a compreensão da relação entre polifarmácia e suporte ao cuidador é essencial para a formulação de estratégias que visem melhorar a saúde e o bem-estar de idosos e seus cuidadores. A implementação de programas de formação e apoio, além de uma melhor articulação entre serviços de saúde, pode contribuir para a gestão adequada da polifarmácia e a diminuição da carga enfrentada por cuidadores (Santos *et al.*, 2021). Este trabalho busca explorar essa temática, apresentando dados e reflexões que podem embasar futuras intervenções no âmbito da saúde pública.

**2. MÉTODO OU METODOLOGIA**

Diante da proposta do estudo e com intuito de alcançar o objetivo de analisar como a polifarmácia afeta a saúde dos idosos e de seus cuidadores, destacando a importância de uma rede de apoio e assistência em saúde para promover o bem-estar de ambos, foi utilizado como método para esta investigação a revisão integrativa da literatura.

O trabalho foi teorizado por meio de artigos publicados nos principais bancos de dados, como o PubMed, SciELO, LILACS e Google Acadêmico. Dentre os critérios de inclusão, foram utilizados os seguintes descritores validados pelo DeCS: "Cuidador" AND "idoso" AND polifarmácia AND "doenças metabólicas", abrangendo o período de 2014 a 2024 e considerando publicações nos idiomas português e inglês, que estavam disponíveis gratuitamente na íntegra. Dentre os 45 artigos encontrados durante a busca realizada em outubro de 2024, 9 foram considerados elegíveis para a teorização do estudo. Os critérios de exclusão incluíram artigos incompletos, duplicados e aqueles que não se enquadravam no escopo da pesquisa.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A polifarmácia, que se refere ao uso concomitante de quatro ou mais medicamentos, está se tornando cada vez mais comum entre a população idosa. Este fenômeno é exacerbado pela presença de doenças metabólicas, como diabetes e hipertensão, que frequentemente exigem intervenções farmacológicas diversas. Além de aumentar o risco de interações medicamentosas e efeitos adversos, a polifarmácia pode prejudicar a adesão ao tratamento e a qualidade de vida dos idosos. A literatura sugere que esse fenômeno deve ser considerado não apenas como uma questão médica, mas também como um fenômeno social, refletindo a necessidade de uma abordagem mais integrada e centrada no paciente (Oliveira *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2023).

Nesse cenário, os cuidadores de idosos desempenham um papel essencial na administração da saúde e seu suporte é fundamental para enfrentar o estresse físico e emocional associado ao cuidado. Pesquisas revelam que a falta de apoio pode resultar em esgotamento emocional, comprometendo a qualidade do atendimento prestado. Diante disso, é crucial implementar estratégias que incluam educação em saúde e recursos para mitigar a carga emocional e física dos cuidadores. Essa assistência não apenas melhora a qualidade do cuidado, como também garante que os cuidadores possam continuar a apoiar os idosos de maneira eficaz (Santos; Lima, 2021; Ferreira *et al.*, 2022).

As doenças metabólicas, como diabetes e problemas cardiovasculares, afetam a saúde dos idosos e complicam o manejo da polifarmácia. Estudos mostram que essas condições frequentemente coexistem e exigem uma abordagem multidisciplinar para prevenir complicações e promover o bem-estar. Por causa disso, a identificação precoce e o tratamento adequado são essenciais para minimizar a dependência de medicamentos, beneficiando tanto os idosos quanto seus cuidadores. Assim, uma gestão proativa das doenças metabólicas pode levar a melhores resultados em saúde (Araújo *et al.*, 2020; Martins *et al.*, 2023).

No contexto do cuidado, a construção de uma rede de apoio sólida é crucial para a saúde mental e emocional de cuidadores e idosos. Ter uma rede de suporte social robusta pode reduzir o estresse e aumentar a resiliência dos cuidadores, enquanto fornece um sistema de referência vital para a saúde dos idosos. O fortalecimento dessas redes, envolvendo familiares e profissionais de saúde, é fundamental para oferecer um cuidado mais eficaz e humanizado, que considere as necessidades emocionais e sociais dos idosos (Araújo *et al.*, 2020; Pires *et al.*, 2021).

A gestão da polifarmácia em idosos que cuidam de outros idosos é uma tarefa particularmente desafiadora devido à necessidade de monitorar múltiplos regimes terapêuticos e às limitações cognitivas e físicas que podem afetar os cuidadores. Esse cenário pode levar ao aumento de erros na administração de medicamentos, como esquecimentos ou dosagens incorretas, ampliando os riscos para ambos os idosos. Além disso, a complexidade dos esquemas terapêuticos frequentemente resulta em sobrecarga emocional para os cuidadores, exigindo intervenções educativas para garantir a segurança e a eficácia do cuidado (Ferreira *et al.*, 2023).

A sobrecarga emocional dos cuidadores está diretamente associada à ausência de suporte social adequado e à falta de treinamento específico para lidar com as complexidades do cuidado. Estudos indicam que a capacitação dos cuidadores em estratégias de gerenciamento da polifarmácia pode reduzir significativamente o estresse e melhorar a adesão ao tratamento dos idosos. Programas de educação em saúde, combinados com intervenções psicossociais, têm demonstrado eficácia na redução do esgotamento e no fortalecimento da resiliência dos cuidadores (Silva; Andrade, 2021).

A vulnerabilidade dos idosos, quando cuidadores de outros idosos, é agravada por questões relacionadas à mobilidade reduzida, que limita o acesso a serviços de saúde e ao suporte comunitário. Nesse contexto, o uso de tecnologias assistivas, como aplicativos para organização de medicamentos, pode auxiliar na gestão da polifarmácia. Além de otimizar o acompanhamento terapêutico, essas ferramentas promovem maior independência e confiança por parte dos cuidadores, melhorando a qualidade do cuidado prestado (Santos *et al.*, 2022).

A integração de políticas públicas voltadas para o suporte aos cuidadores é essencial para minimizar as consequências da polifarmácia e das doenças crônicas em idosos. Medidas como a criação de grupos de apoio, o acesso facilitado a serviços de saúde e a inclusão de cuidadores em programas de educação permanente são fundamentais. Essas estratégias não apenas reduzem os impactos negativos sobre os cuidadores, como também promovem um cuidado mais eficaz e humanizado para os idosos, alinhando-se às diretrizes de saúde pública que visam melhorar a qualidade de vida da população idosa (Carvalho; Almeida, 2023).

Por fim, a assistência em saúde deve ser holística e centrada nas necessidades dos idosos e de seus cuidadores. A formação de profissionais de saúde deve incluir o reconhecimento dos desafios que os cuidadores enfrentam na gestão da polifarmácia e das doenças metabólicas. Além disso, promover políticas de saúde que integrem suporte aos cuidadores e abordem a complexidade das condições de saúde dos idosos pode resultar em melhorias significativas na qualidade de vida de ambos os grupos (Mendes; Costa, 2022; Lima *et al.*, 2023).

**4. CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Portanto, observa-se que a polifarmácia é um fator crítico que impacta a saúde dos idosos e a qualidade de vida dos cuidadores que, muitas vezes, são também idosos. Os resultados demonstraram que a complexidade do regime medicamentoso, associada a condições de saúde como hipertensão, diabetes e hipotireoidismo, pode levar a um aumento do estresse e da sobrecarga emocional dos cuidadores. Além disso, a falta de uma rede de apoio adequada e a solidão enfrentada por muitos desses cuidadores agravam ainda mais a situação, contribuindo para o surgimento de problemas de saúde mental, como a depressão. A observação da realidade, realizada por meio de visitas domiciliares, permitiu uma compreensão mais profunda das dificuldades enfrentadas, revelando a necessidade urgente de intervenções que promovam o bem-estar tanto dos idosos cuidadores quanto dos que recebem cuidados.

Diante dos achados, é evidente que a implementação de estratégias de suporte e assistência em saúde é fundamental para mitigar os efeitos adversos da polifarmácia e melhorar a qualidade de vida dos envolvidos. A formação de grupos de apoio, a promoção de educação em saúde e a criação de políticas públicas que considerem as especificidades dos cuidadores idosos são algumas das recomendações que emergem deste estudo. A valorização do papel do cuidador, bem como a oferta de recursos que facilitem o manejo das condições de saúde, são essenciais para garantir que esses indivíduos possam continuar a desempenhar suas funções de forma saudável e sustentável. Assim, este trabalho não apenas contribui para a discussão acadêmica sobre o tema, mas também serve como um chamado à ação para profissionais de saúde e formuladores de políticas, visando a construção de um sistema de apoio mais inclusivo.

**REFERÊNCIAS**

ARAÚJO, R. M.; SOUSA, J. A.; BARBOSA, M. C. Polifarmácia e doenças metabólicas: uma revisão. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 23, n. 1, p. 101-112, 2020.

BERBEL, N. A. N. A problematização e a aprendizagem baseada em problemas. **Interface comunicação saúde educação**, Botucatu, v. 2, n. 2, p. 139-154, 1998.

CARVALHO, M. B.; ALMEIDA, R. J. Políticas públicas e o suporte aos cuidadores de idosos no Brasil: avanços e desafios. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 47, n. 136, p. 98-109, 2023. Disponível em: <https://www.saudeemdebate.org.br>. Acesso em: 31 dez. 2024.

COHEN, L. *et al.* Polifarmácia em idosos: uma revisão crítica da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 1, p. 103-112, 2018.

FERREIRA, A. P.; SILVA, M. J.; COSTA, R. F. Polifarmácia em idosos: desafios e estratégias para o cuidado seguro. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 3, p. 567-576, 2023. Disponível em: <https://www.rbgg.com.br>. Acesso em: 31 dez. 2024.

FERREIRA, L. A.; ALMEIDA, R. F.; PEREIRA, M. J. Redes de apoio e saúde mental no envelhecimento. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 4, p. 167-180, 2023.

IBGE. Estatísticas do envelhecimento no Brasil: 2020. **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**, 2020.

LIMA, J. *et al.* O papel da equipe multiprofissional no manejo da polifarmácia. **Saúde e Sociedade**, v. 32, n. 2, p. 45-59, 2023.

MARTINS, P. *et al.* Doenças crônicas e polifarmácia: um desafio na geriatria. **Revista de Saúde Pública**, v. 54, n. 2, p. 200-210, 2023.

MENDES, R. L.; COSTA, D. S. A importância da assistência integrada ao idoso. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 38, n. 3, 2022.

OLIVEIRA, F. J.; SILVA, T. H.; FREITAS, R. C. Polifarmácia e suas implicações na saúde do idoso. **Jornal de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 145-156, 2022.

PEREIRA, M. *et al.* A carga do cuidador e a saúde mental de idosos. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 22, n. 2, p. 123-135, 2020.

PIRES, R. *et al.* Rede de apoio e saúde mental: cuidadores de idosos em foco. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 24, n. 1, p. 85-94, 2021.

SANTOS, L. A.; LIMA, P. A. Cuidadores e a saúde do idoso: desafios e perspectivas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, n. 2, p. 123-131, 2021.

SANTOS, L. P.; LIMA, A. R.; FREITAS, G. A. Tecnologias assistivas no gerenciamento da polifarmácia em idosos cuidadores: uma revisão integrativa. **Revista de Enfermagem Atual**, Brasília, v. 40, n. 4, p. 123-132, 2022. Disponível em: <https://www.revistaenfatuall.com.br>. Acesso em: 31 dez. 2024.

SANTOS, R. *et al.* Políticas públicas e o cuidado a idosos: desafios e perspectivas. **Saúde e Sociedade**, v. 30, n. 4, p. 57-70, 2021.

SCHÖN, D. A. The reflective practitioner: How professionals think in action. **New York: Basic Books**, 1983.

SILVA, A. *et al.* Desafios enfrentados por cuidadores de idosos com polifarmácia. **Revista de Saúde Pública**, v. 53, n. 1, p. 34-42, 2019.

SILVA, C. A.; ANDRADE, T. P. O papel do suporte psicossocial na capacitação de cuidadores de idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 26, n. 7, p. 2755-2764, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br>. Acesso em: 31 dez. 2024.

VILLARDI, M. L.; CYRINO, E. G.; BERBEL, N. A. N. A metodologia da problematização no ensino em saúde: suas etapas e possibilidades. In: A problematização em educação em saúde: percepções dos professores tutores e alunos. **Editora UNESP**, 2015.