



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 14, Issue, 10, pp. 66756-66760, October, 2024

<https://doi.org/10.37118/ijdr.28794.10.2024>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

QUAIS OS EFEITOS DO ISUPPORT NA SAÚDE E BEM-ESTAR MENTAL DE CUIDADORES DE PESSOAS COM DEMÊNCIA? UMA REVISÃO

*¹Silva G. Ana Paula and ²Martins C. Islane

¹Graduada em Enfermagem – USCS; ²Doutora em Neurociências – UFPE

ARTICLE INFO

ArticleHistory:

Received 19th July, 2024

Received in revised form

24th August, 2024

Accepted 20th September, 2024

Published online 30th October, 2024

Key Words:

Cuidador informal. Intervenção online. Sanidade. Organização Mundial da Saúde.

*Corresponding Author: Silva G. Ana Paula

ABSTRACT

Objetivo: O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura a fim de compreender a eficácia do iSupport na saúde mental e conforto psicológico de responsáveis pelo cuidado diário de pessoas com diagnóstico de demência. **Materiais e Métodos:** Foi feito um levantamento da literatura nas bases de dados Periódicos CAPES, Pubmed e Google Acadêmico. Os descritores utilizados foram: “Cuidador” AND “Intervenção baseada em internet” AND “Organização Mundial da Saúde” AND “Saúde mental” e, em inglês, “Caregiver” AND “Internet- basedintervention” AND “World Health Organization” AND “Mental health” em todas as bases de dados. Foram utilizados artigos nos idiomas inglês, e português, nos últimos cinco anos. **Resultados:** A partir da análise dos dados verificamos que 57,1% dos artigos falaram que o uso do programa foi favorável na qualidade de vida, 28,6% falaram que o programa é útil para prevenir problemas na saúde mental de cuidadores e 28,6% falaram que não houve melhora significativa na sobrecarga de cuidadores e resposta frente a alterações de comportamento de pessoas com demência. **Conclusão:** Concluímos que o iSupport é uma ferramenta relevante e eficaz para a recuperação da qualidade de vida e a saúde mental de cuidadores informais de pessoas com demência.

Copyright©2024, Silva G. Ana Paula and Martins C. Islane. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Silva G. Ana Paula and Martins C. Islane. 2024. “Quais os Efeitos do iSupport na Saúde e bem-estar Mental de Cuidadores de Pessoas com Demência? Uma Revisão”. *International Journal of Development Research*, 14, (10), 66756-66760.

INTRODUCTION

Mundialmente estima-se que 50 milhões de pessoas vivem com demência, dados que aumentam a cada 3 segundos, espera-se que até 2030 esse número chegue até 78 milhões de pessoas com essa doença que é uma das principais causas de dependência (1). Isto é, a demência é definida como transtorno neurocognitivo maior, classificada como neurodegenerativa e progressiva, que ocasiona uma deficiência intelectual e perdas funcionais, dentre as demências o Alzheimer é uma delas (2) Contudo, a maioria das pessoas com demência são assistidas por cuidadores informais ou familiares, geralmente não remunerados, sem treinamento específico e sem qualquer assistência profissional (3) Esses cuidadores muitas vezes sentem-se desqualificados e inexperientes nessa função, devido à falta de entendimento sobre cuidados com demência, gerando uma sobrecarga física e psicológica (4) A saber, a saúde mental é definida como bem-estar emocional, psicológico e social, podendo abalar sentimentos, pensamentos e comportamentos das pessoas se não estiver equilibrada entre elas (5). Além disso, a incapacidade desses cuidadores de enfrentar estresse físico e psicológico, colabora para uma saúde, bem-estar e qualidade de vida inconstante; com esse impacto na saúde psicológica é primordial um suporte efetivo e prático (6,7). Baseado nisso, a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2016 criou um programa online o iSupport, afim de oferecer treinamento e habilidades para cuidadores, bem como promover bem-estar emocional a estes, este programa foi adaptado em diversos países (8). O programa iSupport é ajustável, composto por intervenções psicoeducacionais, onde o cuidador escolhe o assunto que quer abordar, recebendo uma resposta automaticamente (8,9). Desse modo, o iSupport da OMS, é uma ferramenta de autoaprendizagem online criada para fornecer melhor qualidade de vida aos cuidadores de pessoas com demência (10). Portanto fica a pergunta: qual a eficácia de ferramentas da internet na saúde mental e bem-estar de cuidadores de pessoas com demência?

Neste sentido, o iSupport tem potencialidade para aprimorar o acesso à educação de como enfrentar questões socioemocionais que aparecem no convívio com indivíduos acometidos pela doença (3) Assim, essas intervenções podem ser um recurso eficaz para vencer obstáculos de acessibilidade por se tratar de uma ferramenta online e não precisar necessariamente de um profissional presencial para orientar os cuidadores (8). Isto é, com a facilidade do acesso digital o aprendizado online ficou mais atrativo na última década, favorecendo o conhecimento e aumentando assim a propagação das informações entre as pessoas (11). Contudo, por se tratar de um programa universal é necessário adaptação cultural em cada país que aderir a ferramenta, sendo fundamental parcerias com organizações de saúde e assistência social na concessão

programa iSupport (10). Bem como, considerando a faixa etária dos cuidadores de pessoas com demência e o perfil demográfico, existem locais sem acesso à internet e pessoas com dificuldade no manejo digital (4). Por isso, o objetivo do atual estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura com o intuito de apresentar os efeitos do iSupportna saúde e bem-estar mental de cuidadores de pessoas com demência.

MATERIAIS E MÉTODOS

Os termos de busca utilizados nesta revisão sistemática foram obtidos através de consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (decs.bvs.br). Foi feito um levantamento da literatura em julho de 2024, na pesquisa bibliográfica foram utilizadas as bases SciELO, Lilacs, Medline, Scopus, Periódicos CAPES, PubMed, Science Direct, BVS Saúde e Google Acadêmico. Foi utilizada na busca dos trabalhos a combinação dos descritores: "Cuidador" AND "Intervenção baseada em internet" AND "Saúde Mental" AND "Organização Mundial da Saúde" e, em inglês, "Caregiver" AND "Internet- basedintervention" AND "Mental health" AND "World Mealth Organization" em todas as bases de dados. Desse modo, foram selecionados 11 artigos sendo incluídos segundo os critérios de elegibilidade conforme a Figura 1. Os critérios de inclusão foram: artigos nos idiomas inglês, espanhol e português, nos últimos cinco anos, envolvendo os efeitos do iSupportna saúde e bem-estar mental de cuidadores de pessoas com demência. Foram ainda excluídos os capítulos de livro, resumos de eventos, relatos de caso, editoriais, revisões sistemáticas, meta-análises e artigos de opinião.

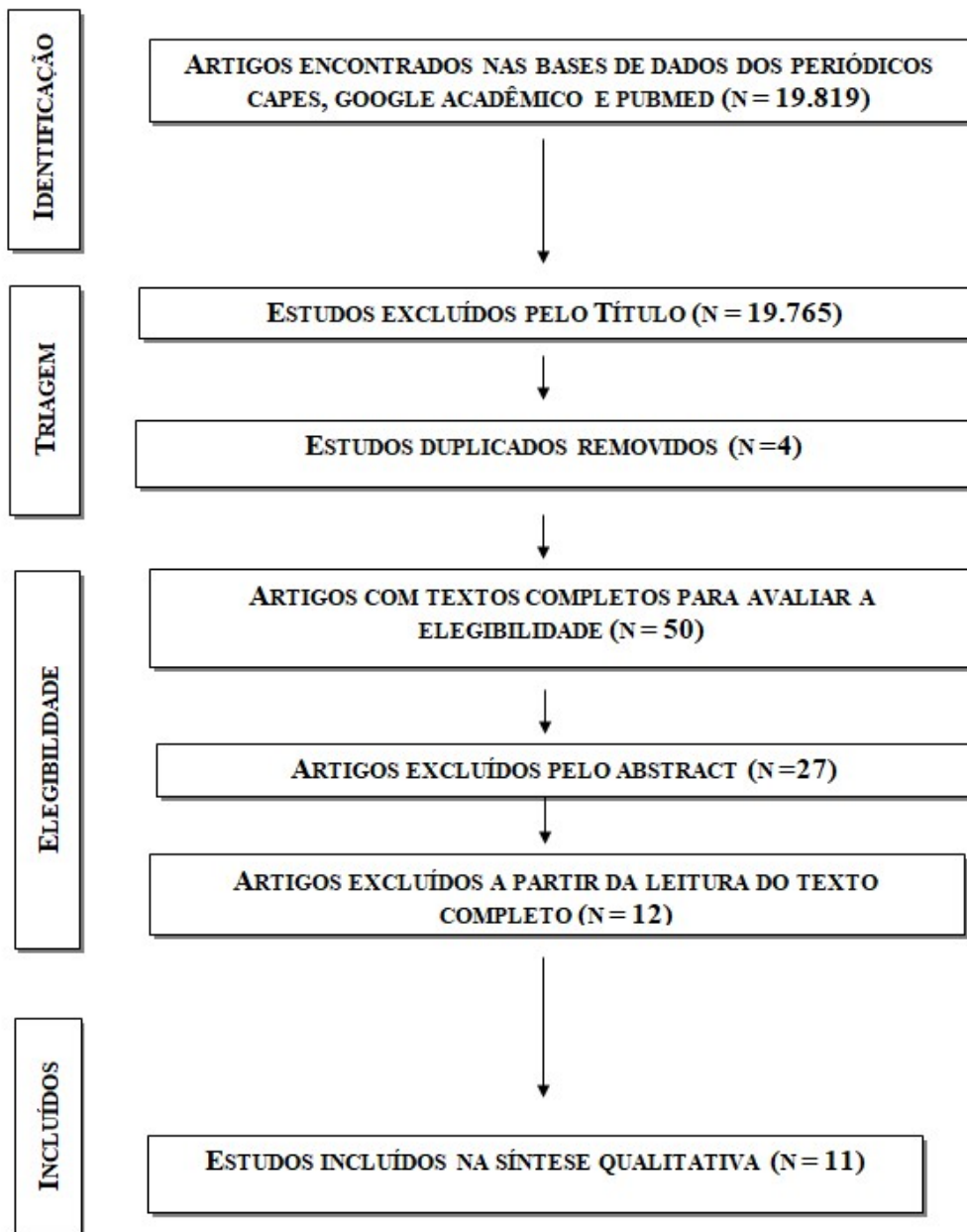


Figura 1. Fluxograma e critérios de seleção e inclusão dos trabalhos

RESULTADOS

Os resultados do presente estudo encontram-se na Tabela 1.

Tabela 1 – Demonstrativo dos artigos que formam a Revisão Integrativa

#N	Data	Título	Autores	Periódico	Objetivos	Resultados
1	2024	The effects of a facilitator-enabled online multicomponent iSupport for dementia program: A multicenter randomized controlled trial	Lily XIAO, et al.	International Journal of Nursing Studies.	Avaliar a eficiência do iSupport chinês multicomponente on-line, que incluiu psicoeducação, grupos de apoio a cuidadores e acesso a serviços de cuidados.	O programa iSupport chinês demonstrou resultados favoráveis na qualidade de vida relacionada à saúde mental de cuidadores, controlando pensamentos perturbadores e reações de angústia a alterações de comportamento de pessoas com demência.
2	2023	Efficacy of iSupport-Brasil for unpaid caregivers of people living with dementia: protocol for a randomized and controlled clinical trial	Gratão ACM, et al.	Protocol for iSupport intervention for caregivers	Descrever as características de um ensaio clínico randomizado para mensurar a eficácia da versão iSupport-Brasil na saúde mental e no bem-estar de cuidadores.	Espera-se que seja possível proporcionar evidências de utilidade sobre o iSupport-Brasil como opção de intervenção online e gratuita, como instrumento preventivo e como forma de promover a saúde mental entre cuidadores de pessoas que vivem com demência.
3	2023	The effects of self-guided interventions on stress, burden, and mental health in caregivers of people living with dementia: A systematic review	EunjungKo ,Thanchanokongvibul, Karen M. Rose , Jin Jun	International Journal of Nursing Studies Advances	Examinar o impacto das intervenções autoguiadas sobre o estresse, a sobrecarga e a saúde mental em cuidadores de indivíduos que vivem com demência.	O estresse foi em geral reduzido após as intervenções, no entanto, os resultados de sobrecarga e saúde mental de cada intervenções foram misturados e instáveis. E as intervenções com duração menor tiveram mais eficácia.
4	2020	Internet-Based Supportive Interventions for Family Caregivers of People With Dementia: Systematic Review and Meta-Analysis	Minmin Leng, et al.	J Med	Avaliar o efeito do acesso e resultados de intervenções de suporte baseadas na Internet no avanço dos resultados de saúde para cuidadores familiares de pessoas com demência.	Os resultados apresentaram que as intervenções de baseadas na Internet foram benéficas na qualidade de vida e nos sintomas neuropsiquiátricos dos destinatários dos cuidados, porém não foram identificadas alívio significativosna sobrecarga do cuidador e resposta do cuidador frente a alterações de comportamento da pessoa com demência.
5	2020	Stakeholders' perspectives on adapting the World Health Organization iSupport for Dementia in Australia	Lily D Xiao, et al.	Journals Sagepub	Identificar a compreensão dos componentes interessados em relação à adequação do iSupport da OMS para utilização por cuidadores informais de indivíduos com demência na Austrália.	Os cuidadores encararam o iSupport como uma possibilidade de oferecer um balcão único online para atender as carências educativas e de gestão de serviços de cuidados, tanto para compartilhar experiências de aprendizagem quanto para melhorar o apoio social. Os cuidadores se preocuparam com o tempo aplicado à participação no programa iSupport.e se fosse de fácil utilização.
6	2019	An Online Minimally Guided Intervention to Support Family and Other Unpaid Carers of People With Dementia: Protocol for a Randomized Controlled Trial	Ángel CB, et al.	Protocolo JMIR	Avaliar o efeito de uma intervenção guiada e baseada na Internet para recuperar a saúde mental e os meios de enfrentamento dos cuidadores.	O estresse percebido, sintomas de depressão, ansiedade, sobrecarga, conhecimento, autosuficiência, domínio e atitudes dos cuidadores em relação à demência e sua conduta centrada na pessoa, essas consequências podem ser aliviadas por ações psicossociais psicológicas. Aliás, há evidências de que essas intervenções podem ser eficazes quando disponibilizadas on-line.

DISCUSSÃO

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura a fim de compreender a eficácia do iSupport na saúde mental e conforto psicológico de responsáveis pelo cuidado diário de pessoas com diagnóstico de demência. Nesse sentido, o iSupport foi desenvolvido pela OMS, com a finalidade de reduzir estresse e sobrecarga, melhorando a qualidade de vida do cuidador e do destinatário dos cuidados, e fornecer estratégias de enfrentamento frente aos desafios no cuidado de pessoas com demência (8). Com isso, segundo Angel *et al.*; (2019) e Xiao *et al.*; (2020) o iSupport é um programa de implantação global o qual compreende condutas de adequação cultural das intervenções, aumentando o alcance mundial de cuidadores por meio da internet. A saber, segundo Leng *et al.*; (2020) e Xiao *et al.*; (2024) observou-se uma melhora significativa dos sintomas de depressão, ansiedade, estresse e na autoeficácia de cuidadores de pessoas com demência após o uso do iSupport. Não só isso, mas também uma resposta positiva nas reações de angústias de cuidadores, sintomas de ansiedade e insegurança frente às alterações de comportamento do demenciado, este resultado foi atribuído a autoaprendizagem do programa online (10,12).

Isto é, o uso da autoaprendizagem online é uma estratégia educativa que desenvolve a capacidade cognitiva de aprender algo sem intermédio de um orientador, sendo um método proveitoso nestes casos (13). Também, foram evidenciados aumento dos afetos positivos, sentimentos de segurança e entusiasmo, bem como diminuição de sentimentos como irritação, fúria, temor e hostilidade (14). E ainda, a redução destes afetos negativos após o uso de intervenção online, se deu devido ao apoio emocional disponibilizado na plataforma, assim o cuidador consegue gerenciar adequadamente os sintomas e os problemas comportamentais das pessoas com demência (14). No entanto, não foram notados efeitos na melhora da sobrecarga física e de tempo do cuidador, competências no enfrentamento, qualidade de vida e respostas a alterações comportamentais das pessoas portadoras da demência (7,10). Sendo assim, o cuidado com demência leva a uma sobrecarga na vida do cuidador que na maioria das vezes o mesmo deixa os seus próprios afazeres diários para se dedicar ao cuidado, desencadeando uma exaustão, estresse e sobrecarga mental (12). Isso se dá ao fato de que os cuidadores vivenciam uma longa jornada de cuidados que exige um esforço físico, e mesmo com o conhecimento e habilidades adquiridos no programa, adapta-se as práticas, mas não a sobrecarga física (10). Pois, segundo Xiao (2020), a origem principal do estresse percebido em cuidadores são as manifestações comportamentais e mentais alterados das pessoas acometidas com demência, gerando necessidade de conhecimento sobre ela. Assim, apesar dos sintomas da demência são bem semelhantes entre as pessoas, o comportamento pode variar de acordo com cada pessoa, sendo assim, é essencial que o suporte forneça intervenções personalizadas (7,10).

E, esse cuidado deve ser personalizado de acordo com as predileções, domínios, princípios, credos, individualidade, experiências de vida, desejos e frustrações de uma pessoa, bem como ser baseado na proporção e particularidade dos sintomas (7). Assim, segundo Xiao *et al.*; (2020), atender as dificuldades dos cuidadores informais quanto a conhecimento e comunicação, é uma técnica de garantir uma assistência concentrada e dirigida a pessoa com demência. Isto é, no programa os cuidadores preenchem um questionário de personalização, com perguntas sobre essas demandas, assim como, flexibilidade de tempo para estudo, esforço do provedor de cuidados e a magnitude do estágio da doença (7). Assim, ao preencher este formulário o cuidador personaliza os cuidados de acordo com as suas necessidades e de seus destinatários de cuidados, favorecendo uma compreensão melhor do suporte e maximizando os efeitos da intervenção (7). Com base nisso, a autoaprendizagem abrange estratégias como a avaliação antes e depois do treinamento, planejamento do aprendizado e troca de experiências com outras pessoas para executar um paralelo entre os saberes bem como refletir sobre os tais (4). Contudo, as intervenções baseadas na internet estão em progresso e evolução de modelos teóricos, conteúdos, argumentos, mudança em grupos de controle e instrumentos de avaliação (7). Sendo assim, o conhecimento adquirido com o iSupport, os cuidadores melhoram as habilidades de cuidados, respondendo as complexidades da necessidade e fornece um melhor cuidado (7). Assim, é relevante preservar a saúde mental de cuidadores de pessoas com demência assegurando que este terá mais disposição nos seus cuidados diários, e evitar ou postergar a institucionalização dos destinatários de seus cuidados, bem como o seu adoecimento (16). Dito isso, o acesso a ferramentas de internet, muitas vezes são limitados por compreensão por parte dos usuários, bem como, o uso de senhas, maneiras de acessar o site e proteção dos dados (7).

Desse modo, pode levar a maior taxa de abandono por parte dos usuários por ser um suporte online e não possuir um instrutor, bem como, este acesso pode ser utilizado de forma volúvel (8). Assim, os resultados da investigação não podem ser generalizados, pois, se adequam as origens sociais e culturais de cada país que aderir ao programa, bem como as particularidades e estágios da demência de cada pessoa (4). Não só isso, também é fundamental levar em consideração as alternâncias no sistema de saúde e assistência social, no meio em que vivem essas pessoas (10). Assim, segundo Koet *al.*; (2023) os testes de utilização do programa foram realizados entre 3 e 6 meses, sendo que o prazo mais curto, 3 meses mostrou ser mais eficaz nos resultados (5). Entretanto, a faixa etária das pessoas submetidas ao programa foi entre 46 e 66 anos, embora segundo *Alzheimer's Association*, (2024), um terço dos cuidadores de pessoas acometidas pela demência estão na faixa etária de 65 anos ou mais (17). Neste sentido, a maioria dos cuidadores são impossibilitados de adquirir uma fonte de renda secundária pela sua ocupação e cuidado exclusivo com o demenciado, a idade também pode influenciar, contribuindo para uma carga maior de estresse e sobrecarga psicológica (12). Sendo assim, são vários fatores que contribuem para o aumento da sobrecarga psicológica e estresse de cuidadores, porém, com a utilização dessas ferramentas é possível uma melhora destes sintomas de estresse e consequentemente fortalecer a saúde (12). Assim, o cuidador precisa entender que o uso de ferramentas e autoaprendizagem dos cuidadores informais não impedem o curso de desenvolvimento da doença, bem como não diminui os pontos angustiantes próprios da situação (14). Com isso, é previsto que estes cuidadores durante as intervenções sintam-se mais abatidos devido as demandas estressantes, adversidades envolvidas no cuidado e os riscos futuros, uma vez que com o uso da ferramenta, estes adquirem mais conhecimentos (14). Mas, à medida que assimila o curso da patologia espera-se que o cuidador domine o conhecimento adquirido para lidar com a situação e que enfrente como realidade e entenda que isto independe da vontade do demenciado, assim o fardo ficará mais leve (14). Portanto, os resultados benéficos das intervenções devem ser levados em conta o estágio da doença do demenciado, a relação familiar, disponibilidade de recurso e circunstâncias envolvidas para interpretação do impacto da intervenção (14).

CONCLUSÃO

O objetivo do presente estudo foi realizar uma revisão integrativa da literatura a fim de compreender a eficácia do iSupport na saúde mental e conforto psicológico de responsáveis pelo cuidado diário de pessoas com diagnóstico de demência. Portanto, concluímos que o iSupport é uma ferramenta relevante e eficaz para a recuperação da qualidade de vida relacionada a saúde mental de cuidadores informais de pessoas com demência, reduzindo o estresse e a sobrecarga psicológica. Também, sendo um programa útil e gratuito onde os usuários depositam suas incertezas e coletam informações relevantes que irão amparar os mesmos frente as situações adversas, melhorando suas habilidades de cuidado. Além disso, diminuindo a depressão e ansiedade em razão das incertezas e angústias referente a falta de conhecimento sobre a doença e ações frente a intercorrências com o demenciado no dia a dia. Contudo, não foram evidenciados melhora significativa na sobrecarga física e de tempo,

consequentemente, não alcançando uma vantagem na qualidade de vida relacionada a esforço físico, pois necessitam de auxílio de mais pessoas para verificar a eficácia deste ponto.

REFERÊNCIAS

1. Teles S, Ferreira A, Paúl C. Feasibility of an online training and support program for dementia carers: results from a mixed-methods pilot randomized controlled trial. *BMC Geriatr*. 2022 Dec 1; 22(1).
2. Pilegis AMCA. Universidade Federal de São Carlos-Ufscar Centro de Ciências Biológicas e da Saúde-CCBS Programa de pós graduação em Enfermagem-PPGENF anabel machado cardoso alvarenga pilegis desenvolvimento de um protocolo de instrumentos para verificar a eficácia do programa iSupport-Brasil para cuidadores informais de pessoas que vivem com demência são carlos-sp 2023. 2023.
3. Monteiro DQ, Ottaviani AC, Campos CRF, Barham EJ, Oliveira D, da Cruz KCT, et al. iSupport-Brasil: Cross-cultural adaptation of the content included in the iSupport program for caregivers of people who have dementia. *Dementia*. 2023 Apr 1; 22(3):533–49.
4. Xiao LD, mckechnie S, Jeffers L, De Bellis A, Beattie E, Low LF, et al. Stakeholders' perspectives on adapting the World Health Organization iSupport for Dementia in Australia. *Dementia*. 2020 Jul 1; 20(5):1536–52.
5. Ko E, Wongvibul T, Rose KM, Jun J. The effects of self-guided interventions on stress, burden, and mental health in caregivers of people living with dementia: A systematic review. Vol. 5, *International Journal of Nursing Studies Advances*. Elsevier B.V.; 2023.
6. Yu Y, Xiao L, Ullah S, Meyer C, Wang J, Pot AM, et al. The effectiveness of internet-based psychoeducation programs for caregivers of people living with dementia: a systematic review and meta-analysis. Vol. 27, *Ageing and Mental Health*. Routledge; 2023. P. 1895–911.
7. Leng M, Zhao Y, Xiao H, Li C, Wang Z. Internet-based supportive interventions for family caregivers of people with dementia: Systematic review and meta-analysis. Vol. 22, *Journal of Medical Internet Research*. JMIR Publications Inc.; 2020.
8. Pinto-Bruno AC, Pot AM, Kleiboer A, Drees RM, Van Straten A. An online minimally guided intervention to support family and other unpaid carers of people with dementia: Protocol for a randomized controlled trial. *JMIR Res Protoc*. 2019 Oct 1; 8(10).
9. Gratão ACM, Cardoso AM, Ottaviani AC, Campos CRF, de Oliveira DC, Monteiro DQ, et al. Efficacy of iSupport-Brasil for unpaid caregivers of people living with dementia: protocol for a randomized and controlled clinical trial. *Dementia e Neuropsychologia*. 2023; 17.
10. Xiao L, Ullah S, Hu R, Wang J, Wang H, Chang CC, et al. The effects of a facilitator-enabled online multicomponent iSupport for dementia programme: A multicenter randomized controlled trial. *Int J Nurs Stud*. 2024 Nov 1; 159.
11. Pleasant M, Molinari V, Dobbs D, Meng H, Hyer K. Effectiveness of online dementia caregivers training programs: A systematic review. *Geriatr Nurs (Minneapolis)*. 2020 Nov 1; 41(6):921–35.
12. Caparrol AJ de S, Martins G, Barbosa GC, Gratão ACM. Effects of a psychoeducational intervention focusing on cognitive training in caregivers of older adults with Alzheimer's disease. Vol. 29, *Brazilian Journal of Occupational Therapy*. Universidade Federal de São Carlos; 2021.
13. CHE SL, WU J, LEI WI, XIAO LD, ZHU M. Perspectives on dementia care self-learning platform: A focus group study of family and professional caregivers. *Geriatr Nurs (Minneapolis)*. 2024 Jul 1; 58:282–9.
14. Lopes L de O, Cachioni M. Impacto de uma intervenção psicoeducacional sobre o bem-estar subjetivo de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer. *Temas em Psicologia*. 2013; 165–81.
15. Aparecida L, Rocha DA. Universidade Federal de São Carlos-Ufscar Centro de Ciências Biológicas e da Saúde-Ccbs Programa de Pós-Graduação em Enfermagem-PPGENF Efeitos do Programa iSupport-br na sobrecarga, sintomas depressivos e ansiosos de cuidadores informais de pessoas que vivem com demência: *Ensaio Clínico Randomizado*. São Carlos- SP; 2024.
16. Dickinson C, Dow J, Gibson G, Hayes L, Robalino S, Robinson L. Psychosocial intervention for carers of people with dementia: What components are most effective and when? A systematic review of systematic reviews. Vol. 29, *International Psychogeriatrics*. Cambridge University Press; 2017. P. 31–43.
17. Alzheimer's & dementia published by Wiley Periodicals LLC on behalf of Alzheimer's Association. 2024 Alzheimer's disease facts and figures. *Alzheimer's and Dementia*. 2024 May 1; 20(5):3708–821.
