

## **TEMA: APOIO À FAMILÍA**

Titulo: “Escala de Zarit reduzida en cuidados paliativos”

Autores: Ana M. Gort, Jaume March, Xavier Gómez, Mariano de Miguel, Silvia Mazarico y Jordi Ballesté.

Revista: Medicina Clinica. 124(17): 651-3 2005, Mayo 7.

Resumo: O objectivo dos autores deste artigo é reduzir a Escala de Zarit para a avaliação da claudicação familiar em cuidados paliativos, sendo por eles definida como a situação de incapacidade dos elementos de uma família em oferecer uma resposta adequada às múltiplas necessidades e solicitações do doente.

Esta escala foi originalmente utilizada para medir a claudicação familiar nos cuidadores de doentes com demência, classificando-a em ausente, leve ou intensa. Consta de 22 itens – com pontuações de 1 a 5, onde 1: nunca, e 5: quase sempre – que medem a sensação de sobrecarga experimentada pelo cuidador, o abandono do auto-cuidado quer em saúde quer na auto-imagem, o sentimento de vergonha pela presença ou comportamento do doente, o sentimento de irritabilidade pela presença do doente, o medo pelos cuidados a prestar e pelo futuro do doente, a perda do papel social ou familiar, a alteração da economia causada pela doença e o sentimento de culpa por não fazer o suficiente. A escala é de auto-avaliação, mas na maior parte das situações, pelas características sócio-culturais dos cuidadores e/ou pela situação emocional vivenciada, deve ser avaliada pelos profissionais de saúde.

Conscientes da falta de tempo de que todos padecemos, os autores propuseram-se realizar uma Escala reduzida, de fácil utilização, adaptada aos familiares de doentes em cuidados paliativos, e não apenas aos familiares de doentes com demências, possuindo ainda alta sensibilidade e especificidade.

Para tal os autores aplicaram a Escala de Zarit, entre Fevereiro e Junho de 2001, a 61 cuidadores de doentes internados na Unidade de Cuidados Paliativos do Hospital de Santa Maria de Lleida. Após o levantamento e registo dos dados – 61.4% apresentavam claudicação, 83.6% eram cuidadores de sexo feminino, com idade média de 58 anos – combinaram três métodos diferentes para obter uma redução fiável, específica e sensível. Nos métodos incluíram uma prova de juízes, elementos da equipa de investigação, para a identificação das dimensões da personalidade avaliadas por cada item da escala; uma análise de regressão logística para identificar os itens que melhor predição faziam da

claudicação e uma análise através de curvas de eficácia diagnóstica do poder discriminativo dos itens seleccionados, combinados ou substituídos pelos que representavam a mesma dimensão.

O resultado é um instrumento de apenas 7 itens (tabela1), com sensibilidade e especificidade do 100%, e a mesma percentagem para a discriminação, que permite identificar a claudicação familiar em cuidados paliativos, presente se a soma da pontuação for superior ou igual a 17.

Foram mantidas as dimensões de sobrecarga, auto-cuidado e perda do papel social ou familiar, sem risco de perder informação, uma vez que se mantêm as dimensões de maior relevância em cuidados paliativos, sendo as outras consideradas mais específicas para as situações dos cuidadores de doentes com demência. Assim, foram reduzidos os itens que exploravam as mesmas dimensões.

Como limitações, os autores assinalam que com o instrumento reduzido, se perde a discriminação entre claudicação leve ou intensa, e a possibilidade de comparar esta Escala com outras, já que as reduções encontradas na bibliografia estão destinadas apenas a doentes com demência.

Comentário: Uma vez que em cuidados paliativos não cuidamos só do doente mas também da sua família ou cuidadores, faz todo o sentido a existência e o uso de instrumentos que meçam e avaliem as necessidades destes. Os autores apresentam um instrumento: Escala de Zarit reduzida em cuidados paliativos, útil, fácil, rápida e fiável, para medir a claudicação familiar.

Ao mesmo tempo que assistimos a um incremento de doentes e famílias a carecerem de cuidados paliativos, reconhece-se a importância e urgência em utilizar escalas na medição das necessidades apresentadas e na identificação de diagnósticos, baseadas em rigor científico e não em suposições. Utilizando escalas como esta aumentaremos quer o rigor quer a qualidade dos cuidados prestados ao doente e família.

Maria Del Carmen López Aparício

Enfermeira, Equipa de Cuidados Continuados, Centro de Saúde de Odivelas

Aluna do III Mestrado em Cuidados Paliativos

## Tabela 1

### Escala de Zarit reduzida

1. Sente que, por causa do tempo que utiliza com o seu familiar/ doente já não tem tempo suficiente para você mesmo?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
2. Sente-se estressado/ angustiado por ter que cuidar do seu familiar/ doente e ao mesmo tempo ser responsável por outras tarefas? (ex. Cuidar de outros familiares, ter que trabalhar).				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
3. Acha que a situação actual afecta a sua relação com amigos ou outras elementos da família de uma forma negativa?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
4. Sente-se exausto quando tem de estar junto do seu familiar/ doente?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
5. Sente que a sua saúde tem-se visto afetada por ter que cuidar do seu familiar/ doente?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
6. Sente que tem perdido o controlo da sua vida desde que a doença o seu familiar/ doente se manifestou?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5
7. No geral, sente-se muito sobrecarregado por ter que cuidar do seu familiar/ doente?				
Nunca	Quase nunca	As vezes	Frequentemente	Quase sempre
1	2	3	4	5

Estressado, angustiado