



@cuidados.alzheimer

A força silenciosa das mulheres idosas na família



As **mulheres idosas** são muitas vezes consideradas como pilares da família, ocupando um lugar central na união familiar e em muitos casos, o sustento financeiro do lar. Esse destaque está relacionado a uma construção social, que desde cedo prepara as mulheres para o **cuidado da família**. Deste modo, muitas mulheres idosas continuam o **cuidado com os netos, filhos e cônjuges**.



O que torna as mulheres idosas o alicerce da família?

- **Força silenciosa da família:** nos dias de hoje, cada vez mais cresce as famílias onde a **auó** é a responsável pelo lar. Estas mulheres acolhem **filhos adultos** em crises financeiras, netos sob sua guarda ou até mesmo irmãos e parceiros idosos que necessitam de cuidado;



- **Estabilidade em tempos de crise:** além de garantir a união familiar, elas também exercem a gestão de suas vidas, coordenando datas comemorativas, religião, **valores culturais e momentos de crise**;
- **O problema da sobrecarga silenciosa:** apesar de sua importância, muitas vezes essas mulheres **acumulam funções** sem apoio necessário, tornando tudo uma **sobrecarga silenciosa**. Por conta disso, é essencial reconhecer que estas mulheres precisam também de **cuidado, descanso, reconhecimento** e acima de tudo ajuda.



Portanto, o **protagonismo feminino** também traz muitos desafios. A sobrecarga vivida pode comprometer sua saúde física e mental, por muitas vezes assumirem esse papel sem apoio. Por conta disso, pesquisadores e profissionais de diferentes áreas alertam para a necessidade de **reconhecer o trabalho invisível e garantir sua dignidade e bem-estar**.

Contudo, reconhecer as mulheres idosas como pilar da família é entender que sua importância vai além da figura de avó cuidadosa. Estas mulheres são gestoras da vida de muitos lares, transmitindo **segurança, fortalecimento dos laços e estabilidade**, para a família e para a própria sociedade. Valorizar seu papel significa dar o **devido valor ao seu trabalho e ao esforço** que essas mulheres exercem para manter suas famílias unidas e consequentemente, saudáveis!



Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site!**

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo
e muitas outras informações!



<https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>

Gostou da publicação?



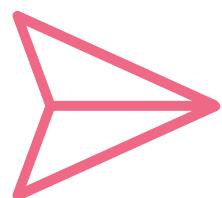
Salve



Curta



Comente



Compartilhe

Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso
Costa



Paola Paiua Monteiro
Enfermeira



Carolina Arcanjo dos Santos
Acadêmica de Enfermagem 6º período



Gustavo Martins Lemos Tavares
Acadêmico de Enfermagem do 7º
Período



Referências Bibliográficas:

MINAYO, M. C. S. Cuidar de quem cuida de idosos dependentes: por uma política necessária e urgente. Ciênc. Saúde Colet. v. 26, n. 1, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.30872020>

CAMARANO, A. A. Mulher idosa: suporte familiar ou agente de mudança? Estud. Av. v. 17, n. 49, 2003. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-40142003000300004>