

Diante de novas dinâmicas familiares que refletem as mudanças dos tempos modernos, a geração sanduíche refere-se aos indivíduos que se encontram entre duas gerações distintas, assumindo o papel de cuidar tanto dos filhos quanto dos pais idosos

POR EDUARDO FERNANDES
E IZA CARVALHO*

Imagine um dia repleto de compromissos, desde uma reunião importante no trabalho até a apresentação do seu filho na escola, consultas médicas para os pais, idas ao mercado e resolução de pendências bancárias, tudo isso enquanto tenta encontrar tempo para cuidar de si mesmo. Isso lhe parece familiar? Provavelmente, você faz parte da geração sanduíche.

O termo foi introduzido no trabalho social e nas comunidades de gerontologia em 1981 pela professora e diretora de estágio da Faculdade de Serviço Social, da Universidade de Kentucky, Dorothy A. Miller e pela diretora do departamento de serviços humanos da Filadélfia Geriatric, Elaine Brody — ambas com artigos publicados na Oxford Academic —, para descrever os filhos adultos que equilibram o cuidado de seus próprios filhos com o apoio aos pais idosos. Esse fenômeno é resultado de diversos fatores, incluindo o aumento da expectativa de vida, adiamento da formação de famílias e da maternidade/paternidade.

Embora a expressão seja mais reconhecida nos Estados Unidos e na Europa, no Brasil, está ganhando relevância, impulsionada pelo aumento da expectativa de vida, que chega a 77 anos, segundo o IBGE. Além disso, o estigma das mulheres como principais cuidadoras ainda persiste.

Essa geração enfrenta desafios emocionais, financeiros e físicos significativos. O estresse de equilibrar o cuidado dos pais idosos com a responsabilidade de criar e sustentar os filhos pode ser avassalador, tornando crucial a busca pelo equilíbrio nessa jornada multifacetada.

Para lidar com esses desafios, os “sanduícheiros” buscam maior segurança e tranquilidade. Isso inclui o uso de serviços especializados, como casas de repouso para idosos, além de contar com uma rede de apoio de familiares e amigos que oferecem um ambiente seguro e acolhedor, permitindo que os cuidadores se dediquem à família e a si mesmos. A geração do meio está cada vez mais consciente da importância do autocuidado e do equilíbrio entre as diferentes áreas da vida. Conheça as histórias de alguns desses “sanduícheiros”.

***Estagiária sob a supervisão
de Sibebe Negromonte**

Quem cuida de quem cuida?

Marina
Gagliardi, sua
mãe Marilene
e as filhas
gêmeas Júlia
e Juliana.
cuidadora Nilda

Mimervino Júnior/CB/D.A.Press