

## Capítulo 01

# CUIDADOR DE IDOSOS: O DESPERTAR PARA SAÚDE MENTAL DE QUEM

GIULIA CAMARA E SILVA GONTIJO<sup>1</sup>  
HENRIQUE ZOUAIN DUTRA DO SOUTO<sup>1</sup>  
CAROLINA AMARAL FERREIRA<sup>1</sup>  
CAROLINA VOTO BAPTISTA<sup>1</sup>  
JOÃO VICTOR SANTORO MOREIRA<sup>1</sup>  
RAFAEL MAGGESSI RISI<sup>1</sup>  
RENATA CRISTINA DE FREITAS LIMA<sup>1</sup>  
DANIELI FERREIRA DE LIMA OLIVEIRA<sup>1</sup>  
LUCAS TAVARES COSTA<sup>1</sup>  
PEDRO PAULO PRATA DA CRUZ<sup>2</sup>

1. Graduando em medicina Estácio de Sá Vista Carioca
2. Mestre em Ensino a Saúde Instituto de Ensino e Pesquisa Albert Einstein

*Palavras-Chave:* Cuidadores; Saúde mental; Sobrecarga; Estresse psicológico

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional brasileiro vem ocorrendo rapidamente desde a década de 1960. O crescimento da população com 60 anos ou mais ocorre em decorrência do aumento da expectativa de vida, como resultado da ampliação do acesso aos serviços de saúde, avanço da tecnologia médica, melhor cobertura do saneamento básico, entre outros determinantes (CERQUEIRA & OLIVEIRA, 2002) (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023). Esse complexo fenômeno resulta em mudanças no perfil epidemiológico e patológico da comunidade. A longevidade traz um predomínio de doenças crônicas não transmissíveis que podem limitar e comprometer a capacidade funcional e a qualidade de vida dos idosos, culminando em modificações marcantes nos sistemas de cuidados (TANG, 2009).

Segundo informações do Instituto Brasileiro Geografia Estatística (IBGE), a população idosa brasileira superou a marca dos 30,2 milhões em 2017, resultando um crescimento de 18% desse grupo etário que tem se tornado cada vez mais representativo no Brasil. As mulheres compõem a maioria expressiva nesse grupo, com 16,9 milhões (56% dos idosos), enquanto os homens idosos são 13,3 milhões (44% do grupo) (IBGE, 2018).

O impacto causado pelas mudanças no perfil demográfico e epidemiológico em todo país, produziu novas necessidades que demandam respostas políticas e sociais, assim como novas formas de cuidado, assistência prolongada e a atenção domiciliar (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023). Em uma análise da Fundação Oswaldo Cruz, com dados da Pesquisa Nacional de Saúde (2013), foi observado que 80% dos idosos necessitam de ajuda de algum familiar ou da comunidade para realizar atividades de

vida diária, como vestir roupa ou fazer compras (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

No contexto histórico-cultural da sociedade brasileira, as mulheres, são designadas para as tarefas relacionadas com o cuidado. Fruto destas normas culturais, espera-se que a figura masculina seja responsável pelo sustento e autoridade, enquanto a figura feminina fica a cargo da organização do lar, do cuidado e tudo que se relaciona com à casa. Estas funções também se mantêm presentes para as mulheres que trabalham fora, pois caso se abstenham desse papel, tornam-se alvos da pressão social e familiar, além do sentimento de culpa. A literatura sugere quatro fatores que influenciam na designação da pessoa que assume a figura de cuidador do idoso: parentesco (cônjuges), gênero (principalmente mulher), proximidade física (vive junto) e proximidade afetiva (conjugal, pais e filhos) (CAMARGO, 2010).

Desta forma, a figura do cuidador de idoso vem ganhando destaque e importância no âmbito nacional. De acordo com o Ministério do Trabalho, a ocupação de cuidador integra a Classificação Brasileira de Ocupações – CBO sob o código 5162, definindo assim o cuidador como o indivíduo que “cuida a partir dos objetivos estabelecidos por instituições especializadas ou responsáveis diretos, zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida” (BRASIL, 2008).

A figura do cuidador pode ser considerada formal ou informal. Os cuidadores formais são representados pelas equipes de profissionais de saúde, entre os quais a enfermagem, possui suas competências centradas na manutenção deste cuidado. Os cuidadores informais não possuem formação técnica específica para executar a assistência, são pessoas da família, principalmente do sexo feminino, que prestam o apoio e suporte da vida diária, sem remuneração, e são

pouco assistidos e orientados pelos serviços de saúde (SANCHES, 2021).

A nível mundial, o número de cuidadores informais vem crescendo, e em alguns países desenvolvidos estão implementando programas especiais de suporte a essas pessoas, como a preparação e apoio dos cuidadores informais, visto que estes são fundamentais para redução dos gastos com internações prolongadas, especialmente para as doenças crônico-degenerativas e em cuidados paliativos, complicações e eventos adversos (HOLM *et al* 2016; LAAKKONEN, 2016). Estes países, disponibilizam protocolos e manuais de treinamento, visitas domiciliares (VD) com equipe multiprofissional e garantem acesso gratuito a plataformas online de educação e treinamento permanente em cuidados para a saúde (SANCHES, 2021).

No Brasil, as ações e serviços semelhantes aos países desenvolvidos, como as visitas domiciliares e orientações realizadas pelas equipes multiprofissionais, advém da Atenção Primária à Saúde (APS) realizada pela Estratégia de Saúde da Família (ESF), bem como o acompanhamento específico do Programa de Assistência Domiciliar (PAD) (SANCHES, 2021). Entretanto, à luz da literatura nacional, foi encontrado apenas um manual para direcionar o cuidador de idoso - Cuidar melhor e evitar a violência, Manual do Cuidador da Pessoa Idosa – produzido pela Secretaria Especial dos Direitos Humanos da Presidência da República (SEDH PR) em 2008 e recomendado pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2008).

O manual, aborda Planos de Ação para o enfrentamento da Violência contra a Pessoa Idosa, e possui 1 capítulo - Cuidando de quem cuida - traduzido de uma publicação espanhola, *Cuando las Personas Mayores Necesitan Ayuda, Guía para cuidadores y familiares*, apresentando sugestões para que este cuidador organize-se para realizar suas tarefas de forma ade-

quada, poupando sua saúde e proporcionando boa qualidade de atendimento à pessoa idosa. E no Caderno de Atenção Domiciliar do Ministério da Saúde foi encontrada a escala ZARIT, que tem por objetivo avaliar a sobrecarga dos cuidadores de idosos, o estresse dos cuidadores será indicado pelo seu escore (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013). Tendo, portanto, poucas publicações nacionais para suporte dos cuidadores de idosos.

Para garantir a continuidade e qualidade do cuidado é fundamental capacitar os cuidadores para realizar essa assistência domiciliar aos idosos, pois estão expostos ao desgaste físico, a fragilidades financeira e social, além de implicações na saúde mental durante a prestação de cuidado frente aos desafios inerentes ao dia-a-dia dos idosos. Sem suporte e devida orientação para realizar o cuidado em saúde, o cuidador sente-se constantemente sobrecarregado, sendo um “doente em potencial”, sua capacidade funcional está constantemente em risco (SILVA *et al.*, 2021).

No intuito de avaliar se os cuidadores informais encontra-se devidamente preparados para realizar as tarefas relacionadas com o cuidado de maneira fidedigna e confiável, faz-se necessário a elaboração de instrumentos objetivos validados que permitam abordar aspectos relacionados às práticas do cuidado bem como a abordagem do sofrimento e das demandas de saúde mental daqueles que cuidam. Estratégia semelhante são os instrumentos utilizados na saúde do idoso, a exemplo do instrumento Avaliação Geriátrica Ampla (AGA), que é comumente integrado à prática clínica na atenção à saúde do idoso, para avaliação, tratamento, intervenção e construção de políticas institucionais.

Neste sentido, com o envelhecimento da população e conseqüente crescimento no número de cuidadores de idosos, somado a escassa

literatura nacional sobre os cuidados com a saúde dos cuidadores, é urgente a elaboração de políticas públicas e o estabelecimento de uma rede de apoio direcionadas a essa população, principalmente no âmbito da saúde mental e do seu autocuidado.

## MÉTODOS

A pesquisa foi realizada através de revisão bibliográfica nas bases virtuais do PubMed e SciELO. Os termos mais adequados para a pesquisa foram selecionados através da plataforma Mesh. Termos tais como: "saúde mental"/"mental health", "cuidadores dos idosos"/"caregivers of older adults" e a associação entre eles foram usados como palavras-chaves com o

intuito de buscar os artigos mais adequados ao tema a ser abordado.

Usando os termos supracitados como foco foram encontrados no total 236 artigos no PubMed e 18 no SciELO. Desse total, os autores optaram por selecionar, através da leitura dos títulos e dos resumos aqueles que melhor se adequaram ao objetivo do trabalho. Assim sendo, foram escolhidos, após leitura dos textos na íntegra e levando em consideração os critérios de exclusão e inclusão, um total de 15 artigos que traziam os resultados mais relevantes de acordo com a temática abordada (10 SciELO; 3 PubMed; 2 referência cruzada), (**Figura 1.1**). Dos artigos selecionados, um é norte-americano, dois são chinês e doze são brasileiros.

Figura 1.1 Critérios de inclusão e exclusão

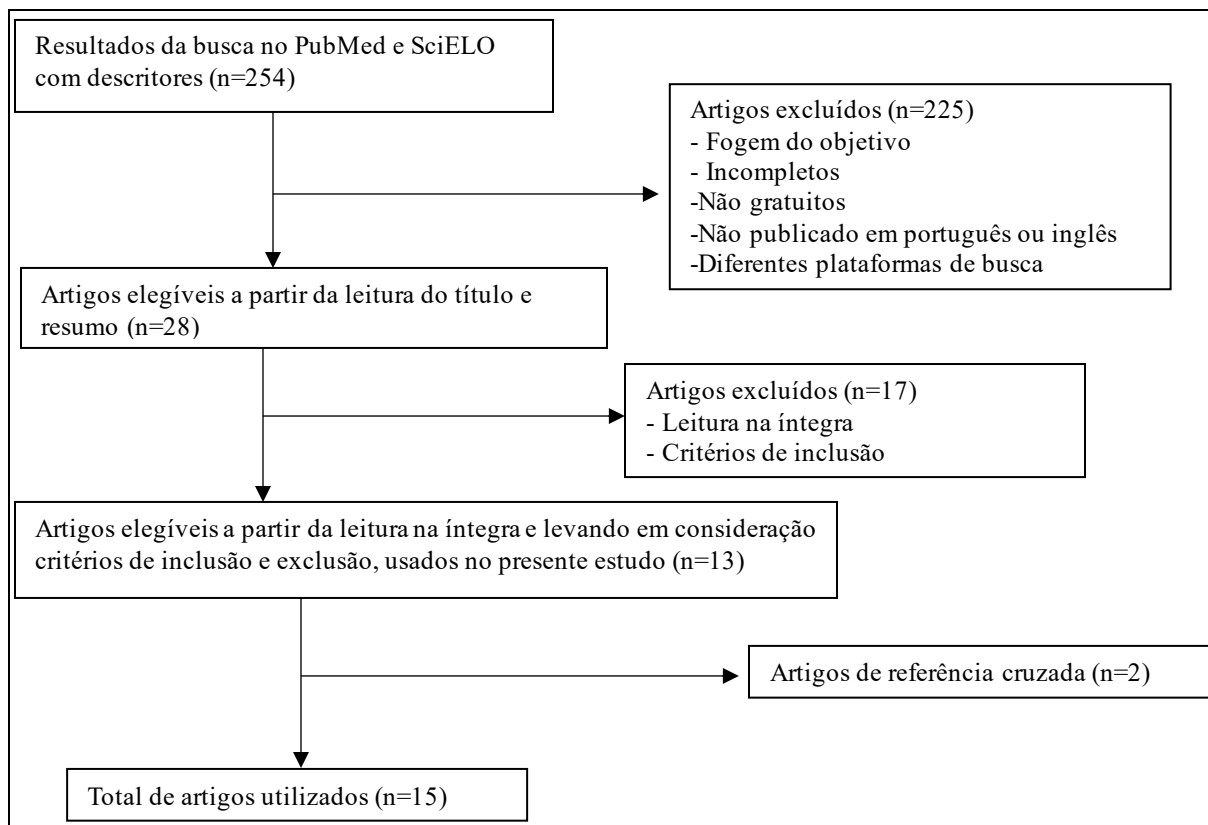
Critérios de inclusão	Critérios de exclusão
Artigo científico que responda ao objetivo geral da revisão.	Trabalhos incompletos ou não gratuitos ou em outras plataformas que não sejam as supracitadas
Completo e gratuito indexados nas plataformas: PubMed, Scielo e artigos referenciados nestes	Artigos que fogem do objetivo do estudo.
Publicados de 2008 a 2022.	Artigos duplicados
	Não ter sido publicado em português ou inglês.

A busca bibliográfica compreendeu artigos publicados entre os anos de 2008 a 2022. Este período corresponde aos anos que circundam a PEC/12 das empregadas domésticas e, consequentemente, separou as funções a partir do trabalhador doméstico e do cuidador de idosos. Adicionalmente, foi definido como filtro dentro de ambas as plataformas "Free full text".

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: a) ser um artigo científico fruto de pesquisa que responda ao objetivo geral da revisão; b) estar disponibilizado por completo e de

maneira gratuita na internet, indexado na base de dados PubMed, SciELO e artigos referenciados nestes; c) constar de artigos publicados de 2008 a 2022. Foram excluídos da pesquisa: a) trabalhos incompletos ou não gratuitos; b) artigos que não condizem com o objetivo do estudo; c) artigos duplicados; d) não ter sido publicado em português ou inglês; e) artigos de outras plataformas que não sejam as supracitadas. Os critérios de inclusão e exclusão encontram-se dispostos no **Fluxograma 1.1**.

**Fluxograma 1.1** Levantamento bibliográfico



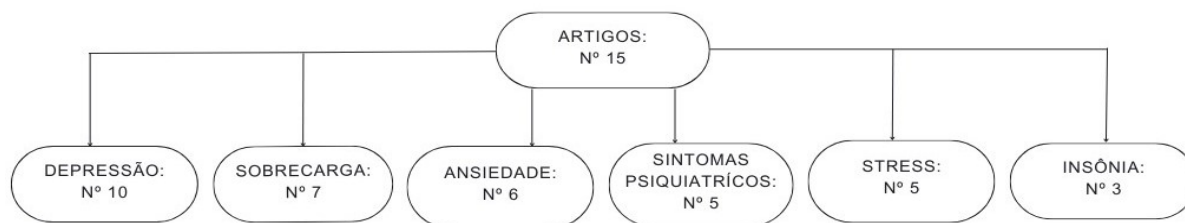
## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra dessa pesquisa foi composta por um total de 15 artigos que abordaram questões de saúde mental em cuidadores de idosos. A **Tabela 1.1** apresenta os artigos selecionados de acordo com os critérios estabelecidos e um

breve resumo sobre os seus respectivos achados.

Entre os 15 artigos analisados, a depressão foi o transtorno mental mais frequente, seguido por sobrecarga mental em 7 artigos, ansiedade em 6 artigos, sintomas psiquiátricos e estresse em 5 artigos e por fim, insônia encontrada em 3 artigos, como evidenciado na **Figura 1.2**.

**Figura 1.2** Principais resultados apresentados



De Camargo *et al.* (2011) e Sampaio *et al.* (2018) relataram em seus artigos que a depressão foi o transtorno psiquiátrico mais diagnosticado, em comparação com o artigo de Ladeira *et al.* (2020) e Li *et al.* (2021) o qual apresentaram a ansiedade como mais prevalente. A ansiedade e depressão estavam presentes na maioria dos

diagnósticos entre os cuidadores de idosos. Em contrapartida com esses quatro artigos supracitados, Macedo *et al.* (2021) relatou que o sintoma mais prevalente era o estresse, logo em seguida a ansiedade, sobrecarga intensa e por último, depressão leve.

**Tabela 1.1** Principais resultados encontrados

<b>Autores</b>	<b>Ano e local de publicação</b>	<b>Desenho do estudo</b>	<b>Resultados</b>
RESENDE <i>et al.</i>	2008/Brasil	Revisão Sistemática	-Depressão foi o transtorno mais prevalente.
PINTO <i>et al.</i>	2009/Brasil	Revisão Sistemática	-Cuidadores de pacientes com DA possuem maiores chances de ter depressão e sintomas psiquiátricos. -Altos índices de depressão em cuidadores de pacientes com DA.
CARDOSO <i>et al.</i>	2011/Brasil	Revisão Sistemática	-Maior prevalência de médio a altos níveis de sobrecarga em relação ao cuidado em saúde mental. -Associação entre os altos níveis de sobrecarga com a ocorrência de sintomas depressivos.
ARAÚJO <i>et al.</i>	2013/Brasil	Estudo transversal	-26% relatam problemas descritivo e psicoemocionais, sendo a exploratório principal dificuldade a falta de paciência dos cuidadores.
NARDI <i>et al.</i>	2013/Brasil	Estudo descritivo de coorte, descritivo, transversal e quantitativo	-A avaliação da sobrecarga, entre os cuidadores, identificou-se que 57,3% apresentaram sobrecarga moderada; 24,7%, pequena sobrecarga; 15,7% se encontravam com sobrecarga de moderada a severa e 2,2% cuidadores com sobrecarga severa.
DE SOUZA <i>et al.</i>	2015/Brasil	Estudo transversal descritivo com abordagem quantitativa.	-Presença de estresse em 81,8% dos cuidadores. -Há predominância de sintomas psicológicos. -Associação entre o estresse e a sobrecarga.
SAMPAIO <i>et al.</i>	2019/China	Pesquisa bibliográfica	-Intervenções baseadas na WEB diminuíram discretamente o escore de depressão e ansiedade
FLESCH <i>et al.</i>	2020/Brasil	Estudo transversal	A maioria considerou que descritivo: sua saúde mental piorou ao longo do tempo de cuidados com os idosos.
MANZINI <i>et al.</i>	2020/Brasil	Estudo transversal, descritivo, correlacional e de caráter quantitativo.	- À medida que a doença de Alzheimer evolui a sobrecarga dos familiares cuidadores aumenta de forma progressiva, aumentando risco para tais condições como a ansiedade e a depressão. - O achado mais prevalente foi níveis de estresse significativo, seguido por níveis graves de ansiedade, sobrecarga intensa e por fim depressão leve. - Ansiedade: 72% apresentam estado de ansiedade
LADEIRA <i>et al.</i> MACEDO <i>et al.</i>	2021/Brasil	Revisão bibliográfica	- Enfermidade mais comum em relação a saúde mental dos cuidadores de idosos é a depressão. - Aos cuidadores de idosos com DA observou que mais de 80% apresenta um traço de ansiedade.
SAVELA <i>et al.</i>	2021/EUA	Revisão integrativa	-Os sintomas mais prevalentes foram: à exaustão emocional, sobrecarga, depressão e ansiedade. -O sexo feminino é o mais acometido por sintomas depressivos além de apresentar depressão mais grave.
LI <i>et al.</i>	2021/China	Estudo transversal	-46,8% participantes apresentaram ansiedade, 29,8% tiveram depressão e 10,8% relataram problemas de sono.

A depressão foi identificada como uma enfermidade muito comum por Macedo *et al.* (2021). De acordo com Li *et al.* (2021), entre os participantes do estudo que apresentavam dois ou mais problemas relacionados à saúde mental, 83,6% apresentavam ansiedade e depressão, 4,6% ansiedade e problemas de sono, 1,9% depressão e problemas de sono e 9,9% tiveram ansiedade, depressão e problemas de sono. Li *et al.* (2021) também descreve que entre os cuidadores, 10,8% relataram problemas com sono, um achado que segue o observado por Macedo *et al.* (2021) em relação ao uso constantemente de medicação para indução do sono.

Além do sexo feminino ser o mais acometido de acordo com Li *et al.* (2021) e Savela *et al.* (2021) e ter um risco aumentado de desenvolver depressão grave, em sua análise, Li *et al.* (2021) relatou que ter um transtorno mental pré-existente aumenta sensivelmente o risco de desenvolver depressão e ansiedade. Constata-se também que, tanto de acordo com Manzini *et al.* (2020) e com Sampaio *et al.* (2018) que a maioria dos cuidadores idosos de idosos apresentavam depressão leve a moderada.

Pinto *et al.* (2009) identificou que especificamente nos cuidadores de pacientes com doença de Alzheimer a chance de se desenvolver depressão é de 30% a 55% maior. Os achados deste estudo também corroboram os achados de Manzini *et al.* (2020) sobre a sobrecarga, ressaltando que a sobrecarga aumentava conforme a progressão da doença de Alzheimer. Por sua vez, a sobrecarga eleva o risco de depressão e ansiedade, conforme revelado pelo estudo de Macedo *et al.* (2021).

Na revisão de Ladeira *et al.* (2020), a sobrecarga foi classificada entre moderada a intensa, divergindo do observado por Nardi *et al.* (2013), que identificou a sobrecarga moderada a pequena como a mais prevalente.

Especificamente entre cuidadores de idosos com demência, Macedo *et al.* (2021) identificou aproximadamente 50% menos sobrecargas quando comparado aos cuidadores de idosos que não possuem demência.

Em contrapartida, Pinto *et al.* (2009), Nardi *et al.* (2013), Macedo *et al.* (2021) e Ladeira *et al.* (2020) ressaltam que a sensação de sobrecarga tende a ser menor entre os idosos que são classificados funcionalmente como independentes.

A revisão de De Camargo *et al.* (2011) relatou que em 23% dos estudos analisados, existe uma diminuição na sobrecarga mental e uma mudança positiva no estado emocional dos cuidadores após terem recebido apoio psicológico de uma equipe de saúde. Cardoso *et al.* (2011) e Zhao *et al.* (2019) identificaram resultados semelhantes, observando os mesmos resultados positivos em relação à melhoria dos sintomas psiquiátricos dos cuidadores, quando há intervenções socioeducativas.

Por fim, dado relevante constatado por De Camargo *et al.* (2011), foi que quanto menor o nível social do cuidador, maior seria a sobrecarga do próprio.

## CONCLUSÃO E DISCUSSÃO

Esta pesquisa foi capaz de confirmar, através da revisão da literatura, a difícil e desgastante tarefa de cuidar. O cotidiano do cuidador é sobrecarregado de funções, o que muitas vezes leva ao esgotamento emocional, isolamento social e situações de conflito intensas.

A literatura selecionada identificou que são os próprios familiares que mais assumem o papel de cuidador, sendo os filhos/as o familiar mais prevalentes para tal função.

As atividades desenvolvidas pelos cuidadores resultam em uma ampla gama de demandas como reorganização, compreensão, dedicação,

responsabilidade, precaução, entre outras. Adicionalmente, para os cuidadores informais soma-se ao trabalho profissional, o que invariavelmente sobrecarrega o cuidador favorecendo para um ambiente ansiogênico que favorece o surgimento de transtornos psicológicos, tais como ansiedade e depressão.

É preciso compreender que fatores sociais são determinantes para o estabelecimento do perfil dos cuidadores. A maioria dos estudos analisados evidenciou a presença feminina no papel de cuidador principal. Este achado corrobora com vários estudos sobre o cuidado à saúde e está ligado a questões socioculturais que incorporam à mulher o papel de principal provedora de cuidados à família e aos necessitados. Esta tarefa, muitas vezes, é cumprida com dedicação integral, derivada de uma construção social ideologicamente determinada e aceita, constituindo-se como uma verdadeira obrigação moral.

Vale ressaltar a vulnerabilidade desse grupo social, identificando que, o contexto de vida do cuidador e os problemas por ele enfrentados em seu cotidiano, ainda não adquiriram visibilidade social. Com a realização da pesquisa foi possível identificar uma realidade subnotificada em relação à saúde dos cuidadores de idoso devido a falta de estudos suficientes em relação ao tema pesquisado. Desta forma, surgem algumas questões tais como: a subnotificação do tema e a falta de importância dada ao assunto. Isto pode acarretar um prejuízo para a sociedade que envelhece de forma exponencial. Assim sendo, é importante ressaltar a necessidade de cuidado com a saúde de quem cuida, pois isso é fundamental para garantir tanto a qualidade do cuidado quanto a manutenção do mesmo.

Não há políticas públicas concretas de amparo e captação para esse grupo. Desse modo, há imensos desafios no ato de cuidar, como: a falta de instrução ao cuidador sendo ele for-

mal ou informal, a falta de regulamentação da profissão, a falta de investimento em políticas públicas voltadas para esse público. Tal conclusão nos faz refletir a respeito da necessidade da criação de instrumentos objetivos e validados que nos permitam avaliar os problemas causados a esse grupo e também manuais que consigam instruir os mesmos sobre as melhores formas de realizar o trabalho mantendo plena saúde, tanto física quanto mental.

Deve-se destacar a necessidade de estudos amplos uma maior discussão acerca dos transtornos mentais que acometem os cuidadores de idosos. A literatura ainda carece de pesquisas e análises sobre essa temática. A divergência nos resultados observados no levantamento bibliográfico sugere que grupos populacionais distintos podem apresentar variáveis distintas que exercem influência sob o bem estar emocional dos cuidadores. Logo, estudos com desenhos específicos que atendam às diferenças culturais e sociais dos cuidadores se fazem necessários, com o objetivo de identificar todos os fatores envolvidos na pressão sob a saúde mental desta população.

Por fim, é necessário um maior suporte social e acolhimento para aqueles que enfrentam dificuldades, pois frequentemente sofrem com o descaso e o esquecimento por parte dos governantes. Além disso, é essencial criar políticas de saúde que visem prevenir e tratar doenças comuns nessa população. Além disso, é importante implementar leis que garantam uma remuneração salarial digna, especialmente considerando as longas horas de trabalho que esses indivíduos enfrentam.

Assim, tanto o bem estar físico e bem mental dependem diretamente da abordagem humanizada dos seus anseios e do reconhecimento da complexidade das funções por eles exercidas. Para melhorar a qualidade de vida desses trabalhadores, é crucial fortalecer estra-

tégias de suporte educacional, político, social, financeiro e psicológico. Isso inclui oferecer oportunidades de capacitação e formação profissional, promover a participação política desses trabalhadores para que suas vozes sejam

ouvidas, fornecer redes de apoio social para combater o isolamento, garantir acesso a serviços financeiros justos e adequados e também oferecer suporte psicológico para lidar com o estresse e as dificuldades emocionais.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRÉ, S.M.F.S. *et al.* Saúde mental em cuidadores informais de idosos dependentes pós-acidente vascular cerebral. *Revista de Enfermagem Referência*, Lisboa, v. 3, n. 11, p. 85, 2013. <http://dx.doi.org/10.12707/RIII1297>.

ARAÚJO, J.S. *et al.* Perfil dos cuidadores e as dificuldades enfrentadas no cuidado ao idoso, em Ananindeua, PA. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 16, n. 1, p. 149, 201. <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000100015>.

BRASIL, Manual para direcionar o cuidador de idoso - Cuidar melhor e evitar a violência / Tomiko Born (organizadora) – Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, Subsecretaria de Promoção e Defesa dos Direitos Humanos, 2008.

CAMARGO, R.C.V.F. Implicações na saúde mental de cuidadores de idosos: uma necessidade urgente de apoio formal SMAD, *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas*. (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 6, n. 2, p. 231, 2010.

CARDOSO, L. *et al.* Perspectivas atuais sobre a sobrecarga do cuidador em saúde mental. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 46, n. 2, p. 513, 2012. <https://doi.org/10.1590/S0080-62342012000200033>.

FLESCHE, L.D.E. quando o cuidador também é idoso? [online]. *SciELO em Perspectiva: Humanas*, 2020. <https://doi.org/10.54751/revista-foco.v17n4-131>

HOLM, M. *et al.* Short-term and longterm effects of a psycho-educational group intervention for family caregivers in palliative home care - results from a randomized control trial. *Psycho-Oncology*. *Psychooncology*, v. 25, n. 7, p. 795, 2016. doi: 10.1002/pon.4004.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE, 2018. Disponível em: <<https://agencia-denoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-denoticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30milhoes-em-2017>> Acesso em 14 mar. 2023

LADEIRA, T. & GRINCENKOV, F. Relação entre a saúde mental de pacientes com câncer avançado em quimioterapia paliativa e seus familiares cuidadores. *CES Psicologia*, Medellín, v. 13, n. 2, p. 1, 2020. <https://doi.org/10.21615/cesp.13.2.1>

LAACKONEN, M.L. *et al.* Effects of Self Management Groups for People with Dementia and Their Spouses—Randomized Controlled Trial. *Journal of the American Geriatrics Society*, v. 64, n. 4, p. 752, 2016. <https://doi.org/10.1111/jgs.14055>.

LI, Q. *et al.* Mental Health Multimorbidity among Caregivers of Older Adults During the COVID-19 Epidemic. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, v. 29, n. 7, p. 687, 2021. doi: 10.1111/jgs.14055.

MACEDO, A.F.A. *et al.* Qualidade de vida de cuidadores de idosos: uma revisão de literatura. *Investigação, Sociedade e Desenvolvimento*, [S. l.], v. 10, n. 15, pág. e282101523024, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.23024. <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i15.23024>.

MANZINI, C.S.S. & VALE, F.A.C. Emotional disorders evidenced by family caregivers of older people with Alzheimer's disease. *Dementia & Neuropsychologia*, v. 14, n. 1, p. 56, 2020. <https://doi.org/10.1590/1980-57642020dn14-010009>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde da pessoa idosa. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-da-a-a-z/s/saude-da-pessoa-idosa>. Acesso em 14 mar. 2023.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Caderno de Atenção Domiciliar. Volume 2. p: 191 Brasília – DF, 2013.

NARDI, E.F.R. *et al.* The association between the functional incapacity of the older adult and the family caregiver's burden. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 21, n. 5, p. 1096, 2013. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692013000500012>

NOGUEIRA SANCHES, R.C. *et al.* Instrumentos de avaliação das competências do cuidador informal: revisão integrativa. *Revista Recien - Revista Científica de Enfermagem*, [S. l.], v. 11, n. 35, p. 365, 2021. DOI: 10.24276/rrecien2021.11.35.365-372.

PETROVIC, M. & GAGGIOLI, A. Digital Mental Health Tools for Caregivers of Older Adults - A Scoping Review. *Frontiers in Public Health*, v. 8, p. 128, 2020. DOI: 10.3389/fpubh.2020.00128

PINTO, M.F. *et al.* Qualidade de vida de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer. *Acta Paulista de Enfermagem*, V. 22, n. 4, p. 652, 2009. <https://doi.org/10.1590/S0103-21002009000500009>

RESENDE, M.C.F. & DIAS, E.C. Cuidadores de idosos: um novo / velho trabalho. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 18, n. 4, p. 785, 2008. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312008000400010>

SAMPAIO, L.S. *et al.* Qualidade de vida e depressão em cuidadores de idosos dependentes. *Revista de APS, Belo Horizonte*, v. 21, n. 1, 2018. <https://doi.org/10.34019/1809-8363.2018.v21.16235>.

SAVELA, R.M. *et al.* An integrative review of the social determinants of mental health among older caregivers. *Nursing Open*, v. 9, n. 1, p. 94, 2022. <https://doi.org/10.1002/nop2.1094>.

SILVA, A.G.C. *et al.* Saúde mental dos cuidadores de idosos com demência: revisão integrativa da literatura. *Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde*, v. 3, n. 2, 2021. <https://doi.org/10.5935/24465682.20210007>.

SOUSA, A.C.C. *et al.* Saúde mental de cuidadores informais de idosos: da sobrecarga emocional ao adocimento. *Gravitação em Movimento: Ciência da Saúde*, v. 9, n. 2, p. 33, 2021.

SOUSA, K.P. *et al.* A síndrome de burnout em cuidadores formais (auxiliares de ação direta) de idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 5, p. 893, 2016. DOI: 10.1590/180998232016019.150223

SOUZA, L.R. *et al.* Sobrecarga no cuidado, estresse e impacto na qualidade de vida de cuidadores domiciliares assistidos na atenção básica. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 23, n. 2, p. 140, 2015. <https://doi.org/10.1590/1414-462X201500020063>

ZHAO, Y. *et al.* Web-Based Interventions to Improve Mental Health in Home Caregivers of People With Dementia: Meta-Analysis. *Journal of Medical Internet Research*, v. 21, n. 5, p. e13415, 2019. doi:10.2196/13415.