

A sobrecarga de atividades dos cuidadores de idosos

The activity overload of elderly caregivers

La sobrecarga de actividad de los cuidadores mayores

Carolina Guedes de Brito Montoya
Selma Petra Chaves Sá
Mirian da Costa Lindolpho
Vilmar da Conceição Oliveira Filho
Dayana Feital Pimentel

RESUMO: O papel do cuidador de idoso na sociedade torna-se cada vez mais importante à medida que a demanda por este serviço aumenta. Estudos confirmam que a exaustão e a doença podem ter alta prevalência na vida dos cuidadores. Objetiva-se, neste estudo, identificar o perfil dos cuidadores de idosos do ponto de vista social, demográfico, econômico e de saúde, e descrever os impactos objetivos da sobrecarga de trabalho, física e psicológica, em cuidadores de idosos. Trata-se de pesquisa descritiva, transversal acerca do perfil sociodemográfico e de saúde de 50 cuidadores de idosos de um centro de atenção para idosos e cuidadores, localizado no Rio de Janeiro, Brasil, por meio da utilização de formulário com perguntas fechadas, a fim de identificar o perfil dos cuidadores, e a Escala de Zarit, na avaliação da sobrecarga dos cuidadores de idosos. Os dados foram organizados e tabulados em planilhas no Microsoft Excel e submetidos à análise estatística descritiva. Os resultados indicam que os cuidadores são, predominantemente, mulheres, idosas, muitas delas da própria família, de baixa renda e que não recebem ajuda para dividir a tarefa do cuidar. Os achados apontam para uma jornada diária extenuante de 12 a 24 horas e que 42% dos cuidadores, de um modo geral, apresentam sobrecarga moderada. Conclui-se que o cuidado ao idoso pode levar à sobrecarga à saúde dos cuidadores, resultando na diminuição da sua qualidade de vida.

Palavras-chave: Cuidadores; Enfermagem Geriátrica; Idoso.

ABSTRACT: *The role of the elderly caregiver in society becomes more and more important as the demand for this service increases. Studies confirm that exhaustion and illness can have a high prevalence in the lives of caregivers. The aim of this study is to identify the profile of elderly caregivers from a social, demographic, economic and health point of view and describe the objective impacts of physical and psychological work overload on elderly caregivers. This is a descriptive, cross-sectional study on the sociodemographic and health profile of 50 caregivers of the elderly at a care center for the elderly and caregivers, located in Rio de Janeiro, Brazil, using a form with closed questions in order to identify the profile of caregivers, and the Zarit Scale, in assessing the burden of caregivers for the elderly. The data were organized and tabulated in Microsoft Excel spreadsheets and submitted to descriptive statistical analysis. The results indicate that the caregivers are predominantly women, elderly, many of them from their own family, with low income and who do not receive help to share the task of caring. The findings point to a strenuous daily journey of 12 to 24 hours and that 42% of caregivers, in general, have moderate overload. It is concluded that the care for the elderly can lead to an overload on the health of caregivers, resulting in a decrease in their quality of life.*

Keywords: *Caregivers; Geriatric Nursing; Elderly.*

RESUMEN: *El papel del cuidador de los ancianos en la sociedad se vuelve cada vez más importante a medida que aumenta la demanda de este servicio. Los estudios confirman que el agotamiento y la enfermedad pueden tener una alta prevalencia en la vida de los cuidadores. El objetivo de este estudio es identificar el perfil de los cuidadores ancianos desde un punto de vista social, demográfico, económico y de salud y describir los impactos objetivos de la sobrecarga de trabajo físico y psicológico en los cuidadores ancianos. Este es un estudio descriptivo, transversal sobre el perfil sociodemográfico y de salud de 50 cuidadores de ancianos en un centro de atención para ancianos y cuidadores, ubicado en Río de Janeiro, Brasil, utilizando un formulario con preguntas cerradas para identificar el perfil de los cuidadores y la Escala de Zarit para evaluar la carga de los cuidadores de ancianos. Los datos se organizaron y tabularon en hojas de cálculo de Microsoft Excel y se enviaron a un análisis estadístico descriptivo. Los resultados indican que los cuidadores son predominantemente mujeres, ancianos, muchos de ellos de su propia familia, con bajos ingresos y que no reciben ayuda para compartir la tarea de cuidar. Los hallazgos apuntan a un agotador viaje diario de 12 a 24 horas y que el 42% de los cuidadores, en general, tienen una sobrecarga moderada. Se concluye que el cuidado de los ancianos puede llevar a una sobrecarga de salud para los cuidadores, lo que resulta en una menor calidad de vida.*

Palabras clave: *Cuidadores; Enfermería geriátrica; Ancianos.*

Introdução

O envelhecimento pode levar ao aumento de doenças crônicas e degenerativas em uma pessoa, o que leva à necessidade de maior presença de sua família quanto aos cuidados, exigindo, muitas vezes, a contratação de cuidadores não familiares. Nesse contexto, o papel do cuidador na sociedade contemporânea torna-se cada vez mais importante, à medida que a demanda por este serviço aumenta, com a vida mais longa da população atestada pelo emergente fenômeno mundial da Longevidade.

Conceitualmente, o cuidador é definido como aquele que desempenha a função de cuidar de pessoas dependentes, numa relação de proximidade física e afetiva, podendo ser qualificado como “cuidador informal”, no caso de ser um parente (geralmente cônjuge, filho/a, neto/a), que assume esse papel voluntariamente movido por obrigação, ou até um profissional, o “cuidador informal”, especialmente capacitado para tal fim (Wanderley, & Blanes, 1998).

Contudo, exercer a função de realizar o ato do cuidado, não é coisa simples. Ao assumir os cuidados com um idoso, alguém pode imaginar que seja capaz de realizá-los, sem ter a noção das cobranças para si próprio. Devido, entretanto, à elevada e contínua sobrecarga, e em tempo muito estendido para além do esperado, um familiar ou mesmo um profissional, pode se descuidar das suas necessidades pessoais. De fato, os cuidados aos idosos requerem ações que, muitas vezes, levam o cuidador a um estado de esgotamento total, com uma redução significativa na sua qualidade de vida. A qualidade de vida que é definida como uma percepção individual da posição de um indivíduo, no contexto de sua cultura e sistema de valores nos quais ele está inserido, e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (Fleck, 2000). Uma forma de evitar tal situação, é a busca por estratégias de enfrentamento, como recorrer a uma rede de apoio (outras pessoas da família, vizinhos, amigos).

O tempo absorvido com o cuidado do idoso pode levar à redução do lazer, do convívio com a família e os amigos, afetando a vida particular dos cuidadores; assim, uma necessidade imprescindível é o reconhecimento do abandono de si em razão da sobrecarga de atividades. Estudos confirmam que a exaustão e a doença podem ter alta prevalência na vida dos cuidadores (Wanderley, & Blanes, 1998).

Assim, é fundamental que o profissional de saúde esteja atento a essa temática, a fim de auxiliar os cuidadores no enfrentamento das dificuldades inerentes ao processo de cuidar visando à diminuição da sobrecarga do cuidador e a promoção da sua qualidade de vida.

Para isso, este profissional necessita refletir sobre seus procedimentos e desenvolver estratégias que auxiliem sua prática cotidiana. Alguns pesquisadores vêm ratificando como as atribuições delegadas ao cuidador, na grande maioria das vezes sem o direcionamento adequado de profissionais capacitados, assim com as mudanças introduzidas de modo não planejado na sua vida diária, refletem em impactos na qualidade de vida desse cuidador (Gonçalves, *et al.*, 2013).

O presente estudo se justifica em vista do aumento do envelhecimento populacional, que vem se tornando um desafio para a saúde pública. Nesse contexto, os cuidadores têm função de destaque, tornando-se necessária a preservação do seu estado físico, mental e social para que o cuidado ao idoso seja efetivo.

Dessa forma, este artigo tem como objetivo identificar o perfil dos cuidadores de idosos do ponto de vista social, demográfico, econômico e de saúde e descrever os impactos objetivos da sobrecarga, por uma prática não bem-orientada como cuidadores de idosos.

Metodologia

Trata-se de pesquisa descritiva, transversal, acerca do perfil sociodemográfico e de saúde de cuidadores de idosos, por meio da utilização de formulário com perguntas fechadas, a fim de identificar o perfil dos cuidadores, e a Escala de Zarit para avaliação da sobrecarga de atividades dos cuidadores de idosos. Os dados foram organizados e tabulados em planilhas no Microsoft Excel e submetidos à análise estatística descritiva.

Local do estudo

Como campo de pesquisa, foram utilizadas as dependências do Centro de Atenção à Saúde do Idoso e seus Cuidadores da Escola de Enfermagem da Universidade Federal Fluminense (CASIC/UFF), em Niterói, RJ, Brasil.

Este centro presta atendimento ambulatorial multiprofissional a idosos e respectivos cuidadores. Aos idosos acamados ou com grande dificuldade de locomoção, é realizada visita domiciliar por enfermeiro, assistente social e nutricionista, momento em que os profissionais procuram minimizar a sobrecarga de trabalho dos cuidadores.

População e Amostra

Os participantes da pesquisa foram 50 cuidadores de idosos que participam de todas as atividades do CASIC/UFF e que estavam dentro dos critérios de inclusão, a saber: ser cuidador formal ou familiar de idosos; cuidadores com idade superior a 18 anos de ambos os sexos com escolaridade acima de quatro anos; que realizem o cuidado há mais de 6 meses; e cuidadores que participem das atividades do Programa CASIC/UFF.

Após a identificação destes cuidadores, a estes foi feito o convite para participação no estudo por livre demanda. Conseqüentemente, participaram das entrevistas todos os cuidadores de idosos que aceitaram responder às questões do formulário sociodemográfico e de saúde selecionados para esta pesquisa.

A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética do Hospital Universitário Antônio Pedro com aprovação de n.º 19784013.3.0000.5243.

Coleta de Dados

As datas e horários foram agendadas com todos os cuidadores que aceitaram participar da pesquisa, por telefone. A coleta ocorreu de 10/2016 a junho/2017 nos consultórios do Centro, e foram individuais.

O formulário sociodemográfico abordava questões pertinentes ao cuidador e, após o preenchimento dos dados, foi aplicada a escala Zarit Burden Interview, cujo objetivo é avaliar a sobrecarga de atividades dos cuidadores de idosos. Ela foi validada na Espanha e no Brasil, sendo constituída de 22 questões que avaliam o impacto do cuidado nas esferas, física, psicológica e social, cuja pontuação pode variar de 0-4. O somatório destas questões é de 88 pontos, tendo sido estabelecido um ponto de corte para definir a sobrecarga do cuidador. Quanto maior a pontuação, maior a sobrecarga. Sendo assim, classifica-se como sobrecarga severa o escore entre 61-88; moderado a severa de 41-60; moderado a leve entre 21-40; e ausência de sobrecarga, os escores inferiores a 21.

Tratamento de dados

Os dados sociodemográficos e clínicos e os escores obtidos da escala de sobrecarga Zarit foram organizados e tabulados em planilhas no Microsoft Excel e submetidos à análise estatística descritiva.

Resultados e Discussão

A amostra foi composta por 50 cuidadores atendidos no CASIC. A tabela 1, a seguir, traz o perfil sociodemográfico com a distribuição das frequências, destacando-se as que apresentaram maior percentual.

Tabela 1: Perfil sociodemográfico dos Cuidadores de Idosos. CASIC, UFF. Niterói, RJ, 2017

Variáveis	Nº	%
Sexo Feminino	45	90
Idade 52 — 61 (anos)	17	34
Escolaridade		
• Médio completo	15	30
Renda Individual	14	28
Renda Familiar 1 — 2 (salários mínimos)	18	36
Tipo de Cuidador		
• Familiar	39	78
Religião		
• Católica	20	40
Jornada Dedicada 12 — 24 (horas)	17	34
Tempo de Atuação do Cuidador 4 — 7 (anos)	12	24
Estado civil		
Casado(a)	24	48

Fonte: A autora

A tabela 2, abaixo, mostra o perfil de saúde do cuidador com a distribuição de frequências referentes ao número de enfermidades relatadas pelo cuidador, a frequência das enfermidades declaradas e a incidência das enfermidades para ambos os sexos.

Tabela 2: Perfil de Saúde dos Cuidadores de Idosos, segundo enfermidades relatadas, segundo o sexo. CASIC, UFF. Niterói, RJ, 2017

Variáveis	N.º	%
Número de Enfermidades relatadas pelo cuidador	15	30
Enfermidades Prevalentes	23	46
Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), problemas de coluna e artrose		
Prevalência das enfermidades segundo sexo		
• Feminino - HAS	23	46
• Masculino - Artrose	27	54

Fonte: A autora

Esta escala tem por objetivo mensurar a sobrecarga vivida pelo cuidador. Destaca-se a seguir, na tabela 3, as frequências segundo a classificação de sobrecarga de trabalho para os cuidadores de idosos de um modo geral, e para cada tipo de cuidador (formal ou informal/familiar), destacando-se as que apresentaram maior percentual.

Tabela 3: Distribuição da Classificação da Sobrecarga Zarit dos Cuidadores de Idosos. Niterói, RJ, 2017

Variável	N	%
Cuidadores		
✓ Ausência de sobrecarga	13	26
✓ Sobrecarga moderada	21	42
✓ Sobrecarga moderada a severa	10	20
✓ Sobrecarga severa	6	12
Total	50	100
Cuidadores Familiares		
✓ Ausência de sobrecarga	7	17,5
✓ Sobrecarga moderada	19	47,5
✓ Sobrecarga moderada a severa	9	22,5
✓ Sobrecarga severa	5	12,5
Total	40	100
Cuidadores Formais		
✓ Ausência de sobrecarga	7	70
✓ Sobrecarga moderada	2	20
✓ Sobrecarga moderada a severa	1	10
✓ Sobrecarga severa	0	0
Total	10	100

Fonte: A autora

A partir da análise dos resultados acerca do perfil sociodemográfico e de saúde dos cuidadores, percebeu-se que, dos 50 participantes, 90% são do sexo feminino, reforçando, assim, o papel da mulher que, desde muito nova, já lhe é atribuído o dever de cuidar da casa e da família, o que corrobora os argumentos de alguns pesquisadores, ao estes dizerem que, no âmbito familiar, desde os primórdios, são as mulheres as responsáveis pelo papel do cuidar (Lindolpho, 2017). O mesmo achado é confirmado em outro estudo, que avaliou a qualidade de vida e a sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos (Nardi, Sawada, & Santos, 2013).

Nesta pesquisa, observou-se que a maior parte dos cuidadores, 34%, têm idades entre 52 a 61 anos. Geralmente pessoas já na meia-idade, o que se complica dado que o ato de cuidar não é uma tarefa fácil, requerendo mudanças significativas na vida de um cuidador (Papaléo, Luders, & Klein, 2007).

Além disso, a partir dos achados das pesquisas acerca do envelhecimento, pôde-se atestar que a idade avançada corresponde ao período da vida em que surgem, com mais frequência e agudez, as doenças crônicas não transmissíveis, com o organismo sofrendo mais com seus efeitos que em outros momentos da vida humana. Autores afirmam que, quando o cuidador é um idoso, a situação é ainda mais preocupante, porque ambos podem apresentar limitações que dificultam o cuidado, interferindo diretamente na qualidade de vida tanto do idoso cuidador como do próprio idoso (Pereira, & Duque, 2017).

Em relação ao nível de escolaridade dos cuidadores participantes da presente pesquisa, houve o predomínio do ensino médio completo (30%), o que foi similar em outro estudo que identificou, entre os cuidadores avaliados, o percentual de escolaridade (Araujo, *et al.*, 2013). Essa condição evidencia um grau de conhecimento, entre os cuidadores, o que favorece a compreensão de determinadas questões; contudo, isso não impede que tenham dificuldades em compreender questões mais complexas.

Pesquisadores afirmam que o baixo nível escolar pode diminuir a qualidade dos cuidados prestados, além de ser um obstáculo para a educação em saúde (Loureiro, Fernandes, Marques, Nóbrega, & Rodrigues, 2013). Assim, é necessária uma atenção especial dos profissionais de saúde, com o intuito de instruir os cuidadores no sentido de evitarem possíveis danos à sua saúde e à do idoso.

A renda familiar mensal encontrada na presente amostra foi de 1 a 2 salários mínimos para 36% dos cuidadores, sendo esses números similares aos do estudo que identificou o

resultado de 42,40% dos cuidadores que recebiam menos de três salários como renda familiar mensal (Lindolpho, 2017).

Corroborando o citado anteriormente, outra pesquisa realizada no município de Niterói, RJ, obteve resultado em que 38,8% da amostra de cuidadoras recebiam um salário mínimo (Oliveira Filho, Sá, de Souza Rocha, Domingos, Soares, & Barroso, 2019).

O cuidador formal está sendo cada vez mais requisitado no mundo contemporâneo e principalmente pelas famílias que não conseguem suprir o cuidado ao idoso, mas quando esse cuidar se delonga, esse cuidador pode sofrer abalos em sua saúde, devido à sobrecarga do trabalho (Carvalho, & Escobar, 2014). No entanto, nesta investigação os dados encontrados evidenciam uma maior prevalência de cuidadores familiares ou informais (78%), na comparação com os cuidadores formais (22%).

Observou-se, ainda, na amostra deste estudo, que 34% dos cuidadores possuíam o tempo de atividade entre 12 a 24 horas, achado similar ao de outro estudo em que os participantes exerciam o trabalho por mais de 12 horas (Coelho, Sacerdote, Cardoso, Barreto, & Souza, 2013). Em outra pesquisa, identificou-se que realizar o cuidado com o idoso, durante um longo período, exige atenção constante, ocasionando possíveis malefícios à saúde, principalmente para aqueles que são responsabilizados totalmente pelo cuidado do indivíduo, acarretando na sobrecarga de tais cuidadores (Gonçalves, Alvarez, Sena, Santana, & Vicente, 2006).

Em relação à religião, 74% declararam professarem algum tipo de religião. O Brasil é um país em que a religião sempre foi muito difundida, fazendo parte da vida diária dos brasileiros. Acredita-se que a religião pode amenizar o sofrimento físico e mental, aumentando o bem-estar e reduzindo os casos de tristeza e angústia. As práticas e crenças religiosas podem influenciar na saúde psíquica, ter impacto no bem-estar emocional e, como consequência, ajudar no enfrentamento de situações adversas (Koenig, 2005).

Dentre todas as informações colhidas, destaca-se a variável sobre quanto tempo o cuidador exerce a função. Estima-se que, dentre os participantes, 24% tem o tempo de trabalho com essa profissão de 4 a 7 anos. Para os cuidadores que possuem experiência nessa área, e que trabalham há mais de dois anos, as funções foram se tornando desgastantes (Gaioli, Furegato, & Santos, 2012).

Muitas vezes, ao se tornar cuidador, o indivíduo se sobrecarrega física e mentalmente. Na maioria dos casos os cuidadores já possuíam doenças preexistentes, e, em vista disso, investigou-se a situação do cuidador quantos as suas enfermidades: 10% não relataram nenhuma doença; 30% declararam pelo menos uma enfermidade; de modo similar a de outro estudo, em que, em sua amostra de cuidadores de idosos com Doença de Alzheimer, encontrou

que 54,20% possuíam de 1 a 2 enfermidades (Gaioli, Furegato, & Santos, 2012). As doenças mais prevalentes foram: Hipertensão Arterial Sistêmica, “problemas de coluna” e artrose. Não restam dúvidas de que, ao assumir essa função junto a um idoso dependente, sem o apoio e as informações adequadas, um cuidador pode sofrer esforços que agravam o seu estado de saúde.

Avaliando a diferença por sexo, identificou-se que 32% das mulheres apresentaram sobrecarga de trabalho moderada, enquanto que apenas 6% dos homens apresentaram o mesmo nível de sobrecarga. Esse achado foi o mais expressivo em relação aos outros níveis de sobrecarga. No nível de moderada a severa, registrou-se 14% para as mulheres e 4% para os homens. Apenas 8% das mulheres participantes apontaram sobrecarga severa, e um número, ainda menor, 2% das mulheres, declararam não apresentar sobrecarga.

Um estudo transversal com amostra de 60 cuidadores de idosos, com o objetivo de avaliar a sobrecarga dos cuidadores de idosos fragilizados que residem no domicílio; caracterizar os idosos e seus cuidadores; avaliar o grau de dependência dos idosos de acordo com o nível de fragilidade e correlacioná-lo com a sobrecarga de trabalho dos seus cuidadores, evidenciou que a maioria dos cuidadores eram do sexo feminino (Stackfleth, *et al.*, 2012). O estudo identificou, ainda, que o nível de sobrecarga de atividades por parte do cuidador aumenta de acordo com maior o grau de dependência funcional do idoso.

Observou-se ainda, nesta pesquisa, que 42% dos cuidadores, de um modo geral, apresentam sobrecarga moderada. Resultados superiores foram encontrados em outro estudo que apresentava como objetivo analisar a relação existente entre os traços de personalidade e o autocuidado em cuidadores de idosos com Doença de Alzheimer e a influência de fatores intervenientes nesta associação, e identificou sobrecarga moderada em 46% dos cuidadores (Gaioli, Furegato, & Santos, 2012).

Estudo epidemiológico, descritivo, e transversal, com objetivo de estimar a prevalência de sobrecarga entre os cuidadores familiares de idosos dependentes, residentes no município de João Pessoa, Paraíba, e identificar possíveis associações entre a sobrecarga e as características sociodemográficas de idosos e cuidadores, encontrou em seus resultados alta prevalência de sobrecarga entre os cuidadores (84,6%) (Loureiro, Fernandes, Marques, Nóbrega, & Rodrigues, 2013).

Corroborando o citado anteriormente, uma pesquisa realizada em Portugal, resultou em 80% da amostra com sobrecarga intensa na realização do ato do cuidado (Pereira, & Duque, 2017).

Portanto, diversas pesquisas corroboram os resultados do estudo, apontando a necessidade dos profissionais de saúde, especialmente o enfermeiro, de desenvolver estratégias que facilitem a atuação do cuidador, seja ele familiar/informal, ou formal. Essas estratégias têm como objetivo reduzir ou eliminar a sobrecarga, proporcionando, assim, uma melhor qualidade de vida para o cuidador, e uma maior qualidade do serviço prestado ao idoso.

Conclusão

Esta pesquisa teve como objetivos identificar o perfil sociodemográfico e de saúde dos cuidadores de idosos e descrever os impactos objetivos da sobrecarga em cuidadores de idosos. Conclui-se que o cuidado é exercido predominantemente por mulheres, idosas, muitas delas familiares, de baixa renda e que não recebem ajuda para dividir a tarefa de cuidador. Os achados apontam para uma jornada diária extenuante de 12 a 24 horas. Somada a essa problemática está a falta de apoio da gestão pública nos campos social e da saúde, em termos efetivos das políticas públicas voltadas a essa população, no que diz respeito ao acesso a serviços de qualidade para tratamento, tanto dos idosos quanto dos seus cuidadores.

A análise dos resultados deste estudo permite concluir que o cuidado ao idoso pode levar à sobrecarga moderada, mas um tanto prejudicial à saúde dos cuidadores, resultando na diminuição da sua qualidade de vida. Os achados associados à revisão de literatura para a realização da pesquisa nos levam a reflexão sobre possíveis estratégias que podem ser utilizadas pelos cuidadores para o enfrentamento da sobrecarga advinda do cuidar.

Este estudo não se esgota em si mesmo; sugere-se a realização de outras pesquisas com uma amostra maior. Contudo, esta investigação traz contribuições para a enfermagem gerontológica, servindo de fundamento para a produção do conhecimento científico acerca dos cuidadores de idosos.

Referências

Araujo, J. S., Vidal, G. M., Brito, F. N., Gonçalves, D. C. A., Leite, D. K. M., Dutra, C. D. T., & Pires, C. A. A. (2013). Perfil dos cuidadores e as dificuldades enfrentadas no cuidado ao idoso, em Ananindeua, PA. Rio de Janeiro, RJ: *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 16(1), 149-158. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v16n1/a15v16n1.pdf>.

Carvalho, J. A., & Escobar, K. A. A. (2014). GAC: uma reflexão sobre as contribuições do grupo de apoio ao cuidador da associação dos aposentados e pensionistas de Volta Redonda, AAP-VR. Araguaína, TO: *Revista Científica do ITPAC*, 7(3). Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www.itpac.br/arquivos/Revista/73/artigo8.pdf>.

Coelho, E. R., Sacerdote, D. S., Cardoso, L. T. S., Barreto, R. M. C. S., & Souza, R. C. (2013). Perfil sociodemográfico e necessidades de educação em saúde entre cuidadores de idosos em uma unidade de saúde da família em Ilhéus, Bahia, Brasil. Rio de Janeiro, RJ: *Rev Bras Med Fam Comunidade*, 8(28), 172-179. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <https://www.rbmf.org.br/rbmfc/article/view/rbmfc8%2828%29496>.

Fleck, M. P. D. A. (2000). O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, 5, 33-38. Recuperado em 30 agosto de 2017, de: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100004.

Gaioli, C. C. L. O., Furegato, A. R. F., & Santos, J. L. F. (2012). Perfil de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer associado à resiliência. Florianópolis SC: *Texto Contexto Enferm*, 21(1), 150-157. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v21n1/a17v21n1.pdf>.

Gonçalves, L. T. H., Alvarez, A. M., Sena, E. L. S., Santana, L. W. S., & Vicente, F. R. (2006). Perfil da família cuidadora de idosos doente/fragilizado do contexto sociocultural de Florianópolis, SC: *Rev. Texto e Contexto*, 15(4). Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v15n4/v15n4a04.pdf>.

Gonçalves, L. T. H., Leite, M. T., Hildebrandt, L. M., Bisogno, S. C., Biasuz, S., & Falcade, B. L. (2013). Convívio e cuidado familiar na quarta idade: qualidade de vida de idosos e seus cuidadores. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 16(2), 315-325. Recuperado em 1 julho, 2017, de: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/18319/pdf>.

Koenig, H. G. (2005). *Espiritualidade no cuidado com o paciente: por quê, como, quando e o quê*. São Paulo, SP: FE Editora Jornalística Ltda, 18-29.

Lindolpho, M. da C. (2017). Personalidade e autocuidado de cuidadores familiares de idosos com Doença de Alzheimer: implicações para a enfermagem. (180 f.). Tese de doutorado em Enfermagem. Faculdade de Enfermagem, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

Loureiro, L. S. N., Fernandes, M. G. M., Marques, S., Nóbrega, M. M. L., & Rodrigues, R. A. P. (2013). Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos: prevalência e associação com características do idoso e do cuidador. *Rev Esc Enferm USP*, 47(5), 1133-1140. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v47n5/pt_0080-6234-reeusp-47-05-1129.pdf.

Nardi, E. F. R., Sawada, N. O., & Santos, J. L. F. (2013). Associação entre a incapacidade funcional do idoso e a sobrecarga do cuidador familiar. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 21(5). [08 telas]. Recuperado em 1 setembro de 2017, de: http://www.scielo.br/pdf/rlae/v21n5/pt_0104-1169-rlae-21-05-1096.pdf.

Oliveira Filho, V., Sá, S., de Souza Rocha, G., Domingos, A., Soares, R., & Barroso, T. (2019). O risco elevado do desenvolvimento das doenças crônicas não transmissíveis em cuidadores de pessoas idosas. *Revista Enfermagem Atual InDerme*, 90(28). Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <https://revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/521>.

Papaléo, N. M., Luders, S. L. A., & Klein, E. L. (2007). Demência II: Impacto sobre cuidador, família e sociedade. In: Papaléo Netto, M. *Tratado de Gerontologia*, 339-349. (2ª ed.). São Paulo, SP: Editora Atheneu.

Pereira, S., & Duque, E. (2017). Cuidar de Idosos Dependentes – A Sobrecarga dos Cuidadores Familiares. *Revista Kairós-Gerontologia*, 20(1), 187-202. Recuperado em 1 janeiro, 2018, de: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/33492/0>.

Stackfleth, R., Diniz, M. A., Fhon, J. R. S., Vendruscolo, T. R. P., Fabrício-Whebe, S. C. C., Marques, S., & Rodrigues, R. A. P. (2012). Sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos fragilizados que vivem no domicílio. São Paulo, SP: *Acta Paul. Enferm.*, 25(5), 768-774. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www2.unifesp.br/acta/pdf/v25/n5/v25n5a19.pdf>.

Wanderley, M. B., & Blanes, D. (1998). Publicização do papel do cuidador domiciliar. São Paulo, SP: IEE, PUC. Recuperado em 1 setembro, 2017, de: <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/congresos/reg/slets/slets-016-123.pdf>.

Recebido em 24/03/2019

Aceito em 30/06/2019

Carolina Guedes de Brito Montoya - Mestre em Enfermagem Assistencial, Universidade Federal Fluminense. Enfermeira da Fundação Saúde do Estado do Rio de Janeiro, no Instituto Estadual de Doenças do Tórax Ary Parreiras.

ORCID Id: <https://orcid.org/0000-0002-7102-1883>.

E-mail: carolinaguedes@id.uff.br

Selma Petra Chaves Sá - Professora Titular da Escola de Enfermagem Aurora de Afonso Costa, da Universidade Federal Fluminense.

ORCID Id: <https://orcid.org/0000-0001-9878-7179>.

E-mail: selmapetrasa@gmail.com

Mirian da Costa Lindolpho - Professora Associada do Departamento de Fundamentos de Enfermagem e Administração, da Escola de Enfermagem Aurora de Affonso Costa. Universidade Federal Fluminense.

ORCID Id: <https://orcid.org/0000-0002-2503-4827>

E-mail: profmirianlindolpho@yahoo.com.br

Vilmar da Conceição Oliveira Filho - Nutricionista. Mestre em Ciência do Cuidado em Saúde, da Universidade Federal Fluminense. Especialista em Fisiologia do Exercício, Universidade Federal do Rio de Janeiro.

URL: <https://orcid.org/0000-0001-5398-0266>.

E-mail: vilmarcof@hotmail.com

Dayana Feital Pimentel - Enfermeira, Universidade Federal Fluminense e atual residente do Programa de Terapia Intensiva do Hospital Universitário Pedro Ernesto, UERJ.

E-mail: daypimentel1992@gmail.com