

# SOBRECARGA DO CUIDADOR DE IDOSO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

## OLDER CAREGIVER OVERLOAD: AN INTEGRATING REVIEW

Alinne Suelma dos Santos Diniz<sup>1</sup>, Rafael de Abreu Lima<sup>2</sup>, Bárbara Regina Souza da Silva<sup>3</sup>

### Resumo

**Introdução:** O termo sobrecarga é utilizado na literatura gerontológica para descrever os efeitos negativos da tarefa de cuidar no cuidador. É importante avaliar a presença de estresse entre os cuidadores, pois isto pode ser um fator de risco da ocorrência de situações de violência contra os idosos ou de comprometimento de saúde do próprio cuidador. **Objetivo:** Analisar, na produção científica de profissionais da saúde, os fatores relacionados à sobrecarga em cuidadores informais de idosos. **Métodos:** A seleção dos estudos desta revisão integrativa da literatura foi realizada entre dezembro de 2017 a janeiro de 2018, através do acesso on-line em bases de dados importantes no contexto da saúde: LILACS, SciELO e BDEF. Foi realizado o cruzamento dos determinados descritores presentes no DeCS: idoso, cuidador e estresse. **Resultados:** Fatores como insuficiência financeira envolvendo a precisão de recursos materiais e humanos, afastamento de atividades profissionais, comprometimento funcional do idoso, existência de lesões corporais e demência estão associados com o aumento ou presença da sobrecarga, enquanto que a formação educacional, divisão de cuidado, grupos de suporte social e o relacionamento intergeracional com crianças são fatores protetores para ocorrência de sobrecarga. **Conclusão:** Uma atenção integral ao idoso deve abranger não apenas seus aspectos biológicos, mas também o contexto social e econômico. Por isso é importante que o profissional de saúde mantenha um olhar atento também para o cuidador de idoso. O conhecimento dos fatores que estão associados à sobrecarga do cuidador de idoso pode contribuir no direcionamento de uma assistência que inclua também o cuidador.

**Palavras-Chaves:** Idoso. Cuidador. Estresse.

### Abstract

**Introduction:** The term overload is used in the gerontological literature to describe the negative effects of the care task on the caregiver. It is important to evaluate the presence of stress among caregivers, as this may be a risk factor for the occurrence of situations of violence against the elderly or for the caregiver's own health impairment. **Objective:** To analyze, in the scientific production of health professionals, factors related to overload in informal caregivers of the elderly. **Methods:** The selection of the studies of this integrative review of the literature was performed between December 2017 and January 2018, through online access in important databases in the context of health: LILACS, SciELO and BDEF. It was carried out the crossing of the certain descriptors present in DeCS: elderly, caregiver and stress. **Results:** Factors such as financial insufficiency involving the accuracy of material and human resources, withdrawal of professional activities, functional impairment of the elderly, the existence of bodily injury and dementia are associated with the increase or presence of overload, while educational training, care division, social support groups and the intergenerational relationship with children are protective factors for overloading. **Conclusion:** Comprehensive care for the elderly should cover not only their biological aspects but also their social and economic context. It is therefore important that the health professional keeps a close eye on the caregiver as well. The knowledge of the factors that are associated to the overload of the caregiver of the elderly can contribute in the direction of a care that also includes the caregiver.

**Keywords:** Aged. Caregivers. Stress.

### Introdução

O processo de envelhecimento, de acordo com Papaléo<sup>1</sup>, é uma ação normal de mudança relacionado ao tempo, sendo possível ocorrer alterações morfológicas, funcionais, bioquímicas e psicológicas que geram perda da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, acarretando maior vulnerabilidade e incidência de processos patológicos que terminam por levá-lo à morte.

O envelhecimento populacional é um fenômeno de grande impacto no contexto mundial, a partir das transformações demográficas decorrentes do processo de envelhecimento atual, houve modificações no perfil de morbimortalidade da população. O aumento

da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis, que atingem, sobretudo, a população idosa e que podem, eventualmente, comprometer a capacidade funcional desses indivíduos. Como consequência, a dependência do idoso, tanto a de natureza física ou cognitiva isoladamente, quanto a associação da dependência física e cognitiva, provocam forte pressão nos sistemas de suporte social<sup>2</sup>.

Embora recentemente reconhecida formalmente, a atividade de cuidar de pessoas idosas é antiga e sempre existiu, historicamente, a cargo da família, quase sem nenhum tipo de ajuda. Atualmente, com o aumento do envelhecimento populacional e a longevidade cada vez maior, fez-se emergir um novo personagem neste cenário de assistência aos idosos, denomi-

<sup>1</sup> Programa de Pós-Graduação em Enfermagem. Universidade Federal do Maranhão - UFMA.

<sup>2</sup> Docente do Curso de Enfermagem. Universidade Federal do Maranhão - UFMA.

<sup>3</sup> Residência Multiprofissional em Saúde. Hospital Universitário da Universidade Federal do Maranhão - HU-UFMA.  
Contato: Alinne Suelma dos Santos Diniz. E-mail: dinizalinne@hotmail.com

nado cuidador de pessoas idosas<sup>3</sup>. A ocupação de cuidador é definida como alguém que cuida zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida. É a pessoa, da família ou da comunidade, que presta cuidados à outra pessoa de qualquer idade, que esteja necessitando de cuidados por estar acamada, com limitações físicas ou mentais, com ou sem remuneração<sup>4</sup>.

O termo sobrecarga é utilizado na literatura gerontológica para descrever os efeitos negativos da tarefa de cuidar no cuidador. O ato de cuidar envolve o acompanhamento nas atividades diárias, sendo assim, a sobrecarga relacionada à tarefa do cuidar pode ser definida como qualidade ou quantidade de demanda que superam a capacidade de desempenho, por insuficiência técnica ou de tempo. Durante o cuidado, a pressão e a responsabilidade propiciam, principalmente, o aparecimento da exaustão emocional<sup>5,6</sup>. Assim, entender de que modo os cuidadores familiares perspectivam o seu estado de saúde e como este se relaciona com a sobrecarga do seu papel enquanto cuidadores é fundamental para a continuidade da disponibilidade familiar.

As atividades do cuidador familiar são voluntárias e complexas, e podem envolver sentimentos diversos e contraditórios como raiva, culpa, medo, confusão, cansaço, estresse, tristeza, nervosismo e choro. Esses sentimentos podem ser simultâneos e devem ser compreendidos, e fazem parte da relação entre o cuidador e a pessoa cuidada<sup>7</sup>. É importante avaliar a presença de estresse entre os cuidadores, pois isto pode ser um fator de risco da ocorrência de situações de violência contra os idosos ou de comprometimento de saúde do próprio cuidador. Partindo desse pressuposto, apresenta-se como problema de pesquisa: Quais os fatores associados a ocorrência da sobrecarga em cuidadores informais de idosos?

Assim, visando contribuir para o melhor entendimento dessa temática, este estudo tem o objetivo de analisar, na produção científica de profissionais da saúde, os fatores relacionados à sobrecarga em cuidadores informais de idosos.

## Métodos

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com uma análise dos estudos relevantes que dão base para a tomada de decisão promovendo uma melhor prática clínica. Este método de pesquisa permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita conclusões gerais a respeito de uma particular área de estudo<sup>8,9</sup>. Foi utilizada a estratégia PICO, esta apresenta um acrônimo para Paciente, Intervenção, Comparação e "Outcomes" (desfecho), esses quatro componentes são os componentes principais da questão de pesquisa e formulação da pergunta para a busca bibliográfica de evidência<sup>8</sup>. Esta revisão foi composta por seis etapas metodológicas: identificação do tema, seleção da hipótese ou questão de pesquisa e objetivo; definição da amostragem; categorização dos estudos; avaliação dos estudos incluídos na revisão; interpretação dos resultados; apresentação da síntese do conhecimento<sup>9</sup>.

A seleção dos estudos foi realizada entre dezembro de 2017 a janeiro de 2018, através do aces-

so on-line em bases de dados importantes no contexto da saúde: LILACS (Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciências da Saúde), SciELO (Scientific Electronic Library Online) e BDEF (Base de Dados de Enfermagem). Foi realizado o cruzamento dos determinados descritores presentes no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): idoso, cuidador e estresse. Os descritores foram empregados juntamente com o conector AND. A localização dos estudos ocorreu por meio de acesso a acervos disponíveis on-line. Na LILACS, sendo localizados nove estudos. No SciELO totalizando seis estudos. O cruzamento utilizado no BDEF, sendo encontrados dois estudos.

A seleção da amostra estabeleceu-se como critério a inclusão artigos científicos que atendessem à questão norteadora, artigos que retratassem o motivo da ocorrência da sobrecarga em cuidadores de idosos que convivessem diariamente com o paciente, escritos no idioma português. Excluiu-se os artigos que apontassem o profissional de saúde como cuidador. Após um refinamento dos artigos no intervalo de 2013 a 2017, excluídos os que não correspondiam ao objeto de estudo ou que se encontravam em duplicidade e obedecendo rigorosamente aos critérios de inclusão e exclusão apresentados, realizou-se a leitura de cada artigo.

Para obter os dados dos artigos selecionados, utilizou-se um instrumento capaz de assegurar que a totalidade dos dados relevantes fosse extraída, minimizando o risco de erros na transcrição e garantindo precisão na checagem das informações. Para tanto, foram contemplados os seguintes aspectos: periódico, título, autoria, ano/país, objetivo, metodologia, resultados e conclusão. Para a análise crítica dos estudos selecionados, os autores recorreram às suas experiências profissionais para apurar a validade dos métodos utilizados.

A síntese e discussão da análise das pesquisas escolhidas utilizou-se um quadro, que contempla os critérios estabelecidos no instrumento citado anteriormente. A apresentação e a discussão dos resultados foram feitas de forma descritiva, possibilitando a avaliação da aplicabilidade dos resultados encontrados.

A localização dos estudos ocorreu por meio de acesso a acervos disponíveis on-line. Na LILACS, sendo localizados nove estudos. No SciELO totalizando seis estudos. O cruzamento utilizado no BDEF, sendo encontrados dois estudos. Das dezessete produções científicas obtidas inicialmente e considerando os critérios de inclusão e exclusão previamente definidos, obtivemos um conjunto de oito artigos, que contemplavam a questão norteadora do estudo, sendo quatro na SciELO, três na LILACS e um no BDEF.

## Resultados

Dentre as pesquisas selecionadas, sete pesquisas avaliaram o cuidador em ambiente domiciliar e uma no hospital. Todas as pesquisas qualificadas como quantitativas utilizaram escalas validadas para avaliar o nível de estresse do cuidador, sendo duas, a Escala de Zarit. Foram encontradas duas pesquisas que avaliaram idosos cuidadores de idosos. Entre os estudos selecionados, cinco investigaram o nível de dependência da pessoa idosa afim de encontrar relação ou não com a sobrecarga do cuidador (Quadro 1).

Periódico/ Ano/País	Título	Autoria/ Tipo de estudo	Objetivo	Resultados	Conclusão
Revista Baiana de Enfermagem 2015 Brasil	Percepção de enfermeiras sobre a tensão do papel de cuidador <sup>10</sup>	Loureiro, LSN <i>et al.</i> Descritivo e Qualitativo	Identificar a percepção de enfermeiras da atenção domiciliar sobre a tensão do papel de cuidador.	São determinantes da tensão do papel de cuidador: dificuldade financeira, conflito familiar e desvalorização do papel, sobrecarga de atividades e estado de saúde/dependência do paciente	É importante o reconhecimento, pelas enfermeiras, das características, dos determinantes e das consequências da tensão do papel de cuidador, para possibilitar o planejamento e a implementação de intervenções.
Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online 2015 Brasil	As reações do familiar acompanhante de idosos hospitalizados frente às situações de estresse <sup>11</sup>	Chibante C.L.P, Santo FHE, Aquino A.C.O. Descritivo Qualitativo	Descrever as reações do familiar acompanhante de idosos hospitalizados frente a situações de estresse.	Indivíduos socialmente produtivos contribui para gerar um aspecto preocupante, que muitas vezes, causa estresse ao cuidador.	O familiar deve também ser foco de cuidado da enfermagem durante o processo de hospitalização, mediante estratégias de suporte e programas educativos.
Ciência e Saúde Coletiva 2014 Brasil	Fatores associados à satisfação com a vida em idosos cuidadores e não cuidadores <sup>12</sup>	Tomomitsu, M. R. S. V., Perracini, M. R., Neri, A. L. Quantitativo transversal	Investigar associações entre a satisfação com a vida e variáveis sociodemográficas, condições de saúde, funcionalidade, envolvimento social e suporte social em idosos cuidadores e não cuidadores.	Idosos cuidadores com alto suporte social apresentam estresse menor.	Condições de saúde e psicossociais desfavoráveis e baixo nível de satisfação podem limitar a qualidade de vida o que sugere a relevância de oferecer-lhes suporte instrumental, psicológico e informativo.
Escola de Enfermagem da USP 2013 Brasil	Dependência funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador <sup>13</sup>	Gratão, A.C.M <i>et al.</i> Quantitativo Transversal	Identificar a dependência funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador.	A dependência do idoso foi fator de risco para sobrecarga do cuidador.	É necessário a aplicação de instrumentos de avaliação do comprometimento da funcionalidade e a intervenção para prevenção da sobrecarga dos cuidadores.
Acta paulista de enfermagem 2013 Portugal	Idoso em situação de dependência: estresse e coping do cuidador informal <sup>14</sup>	Rocha, B. M. P., Pacheco, J. E. P Epidemiológico e transversal	Estudar a relação entre o estresse psicológico e a adaptação psicológica do cuidador informal do idoso em situação de dependência.	As estratégias de coping centradas no problema foram utilizadas pelos cuidadores informais de idosos mais dependentes. Contudo, as estratégias centradas no cuidador foram as que geraram menos estresse.	As “estratégias de coping centradas no cuidador” são aquelas que geram menor percepção de estresse nos cuidadores informais.
Revista Brasileira de Enfermagem 2017 Brasil	Estresse e otimismo de idosos cuidadores de idosos que residem com crianças <sup>15</sup>	Oliveira, N.A. <i>et al.</i> Quantitativo transversal	Avaliar a relação entre estresse e otimismo de idosos cuidadores informais de idosos e que residem com crianças.	A análise mostrou que quanto maior o nível de otimismo menor foi o nível de estresse percebido dos idosos cuidadores de idosos que residiam com crianças.	Foi identificada correlação inversamente proporcional entre estresse e otimismo.
Saúde em Debate 2017 Brasil	Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer <sup>16</sup>	Cesário, V. A. C., <i>et al.</i> Quantitativo Transversal	Analisar a relação entre o estresse e a qualidade de vida do cuidador familiar de idosos portadores da doença de Alzheimer.	A análise entre as variáveis relativas à qualidade de vida com a o estresse demonstrou associação com a capacidade funcional, aspectos físicos dor corporal vitalidade, aspectos sociais e aspectos emocionais .	Evidenciou que a qualidade de vida dos cuidadores familiares está intrinsecamente relacionada ao estresse, de maneira que tais condições podem influenciar diretamente o cuidado a ser prestado.
Psicologia, Saúde & Doenças 2014 Brasil	Bem-estar psicológico: comparação entre cuidadores de idosos com e sem demência <sup>17</sup>	Pinto, F. N. F. R., & Barham, E. J. Quantitativo Transversal	Comparar dois grupos de cuidadores familiares: um de idosos com dependência física e outro de idosos com dependência física e cognitiva.	Os cuidadores de idosos com demência relataram maior: sobrecarga, dificuldade para lidar com críticas, auto controle emocional e percepção de necessidades de apoio e serviços da comunidade	Nota-se a necessidade de uma assistência voltada para esses cuidadores de idosos, em que se invista na promoção de habilidades intra e interpessoais podem contribuir para a manutenção da saúde dos mesmos.

**Quadro 1** - Síntese dos estudos selecionados sobre a ocorrência da sobrecarga em cuidadores de idoso, 2013-2017.

## Discussão

A partir da análise dos dados, foram identificadas três categorias: aspectos socioeconômicos do cuidador informal; suporte sociofamiliar do cuidador informal e condições clínica e funcional do idoso assistido.

### Aspectos socioeconômicos do cuidador informal

Os estudos selecionados apresentaram semelhança quanto ao perfil sobre o cuidador, observou-se que entre os cuidadores predominavam mulheres e de baixa renda. A prestação de cuidado é direcionada por normas culturais que atribuem às mulheres as tarefas e os papéis de proteção, favorecendo pelo fato das mulheres são mais jovens e mais pobres do que os maridos, o que fortalece a probabilidade de que venham a cuidar deles. Além disso, na maioria dos países ocidentais, as companheiras se destacam por, geralmente, terem uma maior expectativa de vida do que os cônjuges, e quando elas não conseguem exercer esse cuidado, socialmente, é determinado que ele deve ser assumido pelas filhas<sup>12,16</sup>.

Em pesquisa realizada em ambiente hospitalar no Rio Grande do Norte<sup>11</sup>, dentre os cuidadores familiares de idosos, mais da metade possuíam algum tipo de vínculo empregatício, prejudicando ainda mais a permanência dos mesmos no ambiente hospitalar, com implicações econômicas na família e interferências na vida do próprio cuidador familiar. O fato desses indivíduos serem socialmente produtivos coopera para gerar um aspecto preocupante, que muitas vezes, causa estresse ao cuidador, pois interfere no trabalho podendo ocasionar conflitos quanto à manutenção do emprego, pois precisam corresponder às exigências do empregador concomitante a reponsabilidade de assumir estar com seu familiar hospitalizado.

A dificuldade financeira decorrente do cuidado, envolvendo a precisão de recursos materiais e humanos e o afastamento de atividades profissionais, foi notado como um fator que promove a tensão entre os cuidadores. O contexto de finanças escassas para os gastos com o tratamento de saúde e com os arranjos necessários, tais como contratação de serviços, aquisição de alimentação específica ou compra de materiais e equipamentos necessários para manter a saúde do paciente, exige adaptações no orçamento familiar, e isso, não raras vezes, compromete a manutenção do lar e provoca estresse entre os envolvidos no cuidado<sup>5,10</sup>.

Um alto nível de escolaridade e rendimento estão associados com uma maior prevalência de estratégias para a resolução do problema. Uma melhor formação educacional pode contribuir para capacidades práticas, nomeadamente, mais conhecimentos e recursos sociais<sup>14</sup>.

### Suporte sociofamiliar do cuidador informal

Os cuidadores informais secundários constituem uma fonte de estresse relevante aos cuidadores informais primários<sup>14</sup>. Porém a literatura corrobora fundamentalmente o oposto, que o apoio da família forma um importante recurso para aos sentimentos de valorização pessoal dos cuidadores. O impacto das situações desgastantes sobre a vida dos cuidadores poderia ser minimizado mediante uma maior distribuição de atribuições entre os familiares do idoso, evitando a concentração de responsabilidades em um único familiar, bem como acerca do autocuidado de cada familiar cuidador<sup>16</sup>.

Há dados indicativos de que um adequado suporte social tende a funcionar quanto componente importante em relação ao bem-estar dos cuidadores. Os grupos de suporte social são importantes nos mecanismos de enfrentamento do problema e para diminuir a sobrecarga do cuidador. Por ser um fenômeno global e multidimensional, a sobrecarga exige que as intervenções sejam feitas em conjunto, associadas umas às outras, e não de forma isolada, como mais comumente encontrado. Um apropriado suporte profissional sobre as características da patologia em si e seus reflexos sobre as atitudes e ações do familiar com a patologia podem impactar de forma positiva no enfrentamento da condição de cuidador<sup>12,13,16</sup>.

Foi identificada a correlação moderada e inversamente proporcional entre as variáveis estresse e otimismo, sendo que quanto maior o nível de otimismo menor foi o nível de estresse em uma amostra de idosos cuidadores informais de idosos e que residem com crianças<sup>15</sup>. Tal dado poderá ser utilizado para estimular o desenvolvimento de programas e ações com foco, aumentar o nível de otimismo e incitar os aspectos positivos da convivência e do cuidado intergeracional.

### Condições clínica e funcional do idoso assistido

O fator capacidade funcional do idoso se revelou estatisticamente significativo em relação à sobrecarga do cuidador<sup>13</sup>. O comprometimento funcional do paciente é forte preditor da tensão entre os seus cuidadores, por exigir assistência contínua e progressiva para a realização de suas atividades básicas de vida diária, o que acarreta aumento do consumo de esforço entre os cuidadores<sup>10</sup>. A sobrecarga, relacionada à elevada demanda de trabalho e ao exercício simultâneo de papéis, é uma situação que expõe o cuidador informal a diversos fatores que levam ao desgaste físico, mental e emocional, que resulta em um importante ônus em sua vida.

A análise estatística do estresse com a existência de lesões corporais demonstrou relação positiva tanto para o estresse relacionado com a vida social e econômica do cuidador como para o estresse relacionado com a vida familiar do cuidador e a prestação de cuidados. Constatou-se que a existência de lesões corporais no idoso condiciona a vida social do cuidador informal de uma forma negativa. Imaginário refere que uma das necessidades prioritárias sentidas pelos cuidadores informais são as situações técnicas, nomeadamente as feridas<sup>14</sup>. Embora existam poucos estudos diretos que relacionem as feridas ao estresse dos cuidadores, as lesões por pressão tendem a diminuir a qualidade de vida das pessoas dependentes e cuidadores.

Um estudo comparativo entre os cuidadores que assistiam idosos com demência<sup>17</sup>, observou uma sobrecarga como sendo maior, quando comparados aos cuidadores que assistiam idosos lúcidos. Foi possível observar que os cuidadores que assistiam idosos acamados e com demência, em comparação com cui-

dadores que assistiam idosos acamados e lúcidos, relataram percepções de sobrecarga mais intensas.

Foi identificado que a insuficiência financeira envolvendo a precisão de recursos materiais e humanos e o afastamento de atividades profissionais, o comprometimento funcional do idoso assistido, a presença de lesões corporais e idosos com diagnóstico de demência são fatores que estão associados com o aumento ou presença da sobrecarga do cuidador, enquanto que a formação educacional, a divisão do cuidado, grupos de suporte social e o relacionamento de idosos cuidadores de idosos com crianças são fatores protetores para ocorrência de sobrecarga.

Uma atenção integral ao idoso deve abranger não apenas seus aspectos biológicos, mas também o contexto social e econômico. Por isso é importante que

o profissional de saúde mantenha um olhar atento também para o cuidador de idoso. O conhecimento acerca dos fatores que estão associados à sobrecarga do cuidador de idoso pode contribuir no direcionamento de uma assistência que inclua também o cuidador e não apenas o idoso.

Desta forma, o cuidador deve ser orientado para enfrentar a situação tal qual ela é, realizar outras atividades além de cuidar, recordar os bons momentos, viver um dia de cada vez, procurar o lado positivo das situações e não culpabilizar as pessoas ou situações. O pensamento conformista poderá trazer implicações negativas a saúde mental do cuidador a médio ou longo prazo, residindo aqui o papel fundamental da equipe de saúde em orientar o cuidador para que tenha condições de enfrentar seu problema do cotidiano.

## Referências

- Papaléo NM. *Processo de envelhecimento e longevidade*. In: Papaléo NM. Tratado de gerontologia. 2 ed. São Paulo: Atheneu; 2006; p. 3.
- Figueiredo D, Sousa L. Percepção do estado de saúde e sobrecarga em cuidadores familiares de idosos dependentes com e sem demência. *Rev Port Saúde Pública*, 2008; 26(1): 16-22.
- Carvalho RR. *Política nacional de saúde da pessoa idosa: Competência dos Cuidadores de Pessoas Dependentes*. [Monografia]. Brasília (DF): Câmara dos Deputados - Centro de Formação, Treinamento e Aperfeiçoamento; 2011. 4 p.
- Brasil. Ministério da Saúde (MS). Secretaria de Atenção à Saúde, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. *Guia prático do cuidador*. Brasília (DF): MS; 2008.
- Gratão ACM. *Sobrecarga vivenciada por cuidadores de idosos na comunidade*. [Tese de doutorado]. Ribeirão Preto (SP): Universidade de São Paulo; 2010. 160 p.
- Brasil. Ministério da Saúde (MS). *Cadernos de Atenção Básica, n. 17. (Série A. Normas e Manuais Técnicos)*. Brasília (DF): MS; 2006. 3 p.
- Loureiro LSN, Fernandes MGM, Nóbrega MML, Rodrigues RAP. Sobrecarga em cuidadores familiares de idosos: associação com características do idoso e demanda de cuidado. *Rev Bras Enferm*, 2014; 67(2): 227-237.
- Santos CMC, Pimenta CAM, Nobre MRC. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 2007; 15(3): 508-511.
- Soares CB, Hoga LAK, Peduzzi M, Sangaleti C, Yonekura T, Silva DRAD. Revisão integrativa: conceitos e métodos utilizados na enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*, 2014; 48(2): 335-345.
- Loureiro LSN, Pereira MA, Fernandes MGM, Oliveira JC. Percepção de enfermeiras sobre a tensão do papel de cuidador. *Rev baiana enferm*, 2015; 29(2): 164-171.
- Chibante CLP, Santo FHE, Aquino ACO. As reações do familiar acompanhante de idosos hospitalizados frente às situações de estresse. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental*, 2015; 7(3): 2961-2973.
- Tomomitsu MRSV, Perracini MR, Neri AL. Fatores associados à satisfação com a vida em idosos cuidadores e não cuidadores. *Ciência & Saúde Coletiva*, 2014; 19(8): 3429-3440.
- Gratão ACM, Talmelli LFS, Figueiredo LC, Rosset I, Freitas CP, Rodrigues RAP. Dependência Funcional de idosos e a sobrecarga do cuidador. *Rev Esc Enferm USP*, 2013; 47(1): 134-141.
- Rocha BMP, Pacheco JEP. Idoso em situação de dependência: estresse e coping do cuidador informal. *Acta Paul Enferm*, 2013; 26(1): 50-56.
- Oliveira NA, Souza EN, Luchesi BM, Inouye K, Pavarini SCI. Estresse e otimismo de idosos cuidadores de idosos que residem com crianças. *Rev Bras Enferm*, 2017; 70(4): 697-703.
- Cesário VAC, Leal MCC, Marques APO, Claudino KA. Estresse e qualidade de vida do cuidador familiar de idoso portador da doença de Alzheimer. *Saúde em Debate*, 2017; 41(112): 171-182.
- Pinto FNFR, Barham EJ. Bem-estar psicológico: Comparação entre cuidadores de idosos com e sem demência. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2014; 15(3): 635-655.