

Projeto cuidando dos idosos e seus cuidadores na Universidade de Brasília: relato de experiência

Caring for the elderly and their caregivers project at the University of Brasília: experience report

DOI:10.34119/bjhrv7n1-166

Recebimento dos originais: 05/12/2023

Aceitação para publicação: 12/01/2024

Anna Beatriz Rocha de Oliveira

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde (FS)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy

Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: anna.rochapi@gmail.com

Eduardo Rodrigues Machado da Silva

Graduando em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde (FS)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy

Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: dudysg@gmail.com

Ivaneide Ferreira do Amaral

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde (FS)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy

Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: neidinhamaravis@gmail.com

Marília Pereira da Costa Carvalho

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde (FS)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy

Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: marilia.plia@gmail.com

Nathalia Santos Souza

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Ciências da Saúde (FS)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy

Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: nathalia-santos.ns@aluno.unb.br

Keila Cristianne Trindade da Cruz

Pós-Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Goiás (UFG)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: keilactc@unb.br

Andrea Mathes Faustino

Pós-Doutora em Gerontologia pela Universidade de Aveiro (UA-Portugal)

Instituição: Universidade de Brasília (UNB)

Endereço: Departamento de Enfermagem, Faculdade de Ciências da Saúde, Campus Darcy Ribeiro, Asa Norte, Brasília - DF, CEP: 70910-900

E-mail: andreamathes@unb.br

RESUMO

Introdução: Cuidando dos idosos e seus cuidadores na Universidade de Brasília (UnB) é um Projeto de Extensão, que teve seu início no ano de 2009, composto por discentes, docentes de enfermagem e outros profissionais da área da saúde. Por se tratar de uma ação de extensão, suas atividades são voltadas para a promoção e educação em saúde juntamente de pessoas idosas, seus familiares e cuidadores no domicílio e comunidade, no que diz respeito aos cuidados que envolvem as necessidades de pessoas idosas com demência e seus cuidadores. **Objetivo:** Apresentar e descrever o relato de experiência sobre a organização, atuação e impacto na comunidade do Projeto de Extensão Cuidando dos Idosos e seus Cuidadores na Universidade de Brasília. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência sobre o projeto e o curso de extensão, cuja estrutura oferece aos participantes palestras semanais de teor expositivo, dinâmicas de acolhimento e escuta sensível. As aulas são ministradas por uma equipe multiprofissional. **Resultados:** O projeto proporcionou aos familiares e cuidadores de idosos que participaram da atividade de extensão, aquisição de novos conhecimentos, compartilhamento de experiências entre si, além de contribuir na disseminação de informações acerca do tema no âmbito acadêmico, como meio de sensibilização dos futuros profissionais na área da saúde. **Conclusão:** Cuidando dos idosos e seus cuidadores na UnB é um Projeto de Extensão de extrema importância, visto que são escassos o número de ações que lidam com essa temática e dão suporte a comunidade de cuidadores familiares e seus idosos.

Palavras-chave: idosos, cuidadores, demência, envelhecimento, cuidadores familiares, saúde do idoso.

ABSTRACT

Introduction: Caring for the elderly and their caregivers at the University of Brasilia (UnB) is an extension project that began in 2009 and is made up of students, nursing teachers and other health professionals. As it is an extension project, its activities are geared towards health promotion and education for elderly people, their families and caregivers at home and in the community, with regard to care involving the needs of elderly people with dementia and their caregivers. **Objective:** Present and describe the experience report on the organization, performance and impact on the community of the Extension Project Caring for the Elderly and their Caregivers at the University of Brasília. **Methodology:** This is an experience report on the project and the extension course, whose structure offers participants weekly lectures with an expository content, welcoming dynamics, and sensitive listening. The classes are taught by a multi-professional team. **Results:** The project provided family members and caregivers of elderly people who participated in the extension activity with the acquisition of new knowledge,

sharing experiences with each other, in addition to contributing to the dissemination of information about the topic in the academic field, as a means of raising awareness among future professionals in the field. of health. **Conclusion:** Caring for the elderly and their caregivers at UnB is an extremely important Extension Project, as there are few actions that deal with this topic and support the community of family caregivers and their elderly.

Keywords: elderly, caregivers, dementia, aging, family caregivers, elderly health.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), cerca de 1 milhão de pessoas alcançam a idade de 60 anos no Brasil anualmente, fazendo com que o segmento da população idosa seja o que mais cresce no país. No ano de 2022, cerca de 14,7% (31,2 milhões) da população brasileira possuía 60 anos ou mais. E as projeções mostram que o número de idosos irá superar o número de crianças e adolescentes de 0 a 14 anos, até o ano de 2030 (BRASIL, 2021).

Segundo estudos da Companhia de Planejamento (CODEPLAN), do Distrito Federal (DF) dos 3,0 milhões de habitantes em 2020, 9,3 % da população possui 60 anos ou mais. E em 2030 o percentual da população idosa chegará a 16,6% no DF (CODEPLAN, 2022).

No Brasil, entre os 31,2 milhões de pessoas idosas, aproximadamente 1,76 milhão vive com algum tipo de demência, segundo pesquisa que constatou o subdiagnóstico de pessoas que convivem com algum comprometimento cognitivo, sendo a grande maioria dos casos de demência. Demência é uma síndrome, que causa perda gradual e progressiva das células cerebrais, em que a pessoa apresenta problemas de memória, confusão mental, perda da capacidade de resolver problemas, comportamento agitado ou alucinações, perda de interesse e incapacidade de realizar as atividades rotineiras (BERTOLA *et al*, 2023; ZORZETTO, 2023).

O avanço da doença causa dependência e faz com que o afetado necessite de cuidados especiais e constantes. No Brasil, na maioria das famílias, quando se trata de cuidados domiciliares, os responsáveis por essa atenção são os cuidadores informais, termo empregado a pessoas que não possuem nenhum tipo de formação profissional específica para trabalharem com cuidados (ROCHA *et al*, 2008). Por se tratar de um trabalho integral muitos deixam seus empregos, deixam sua vida social e suas relações pessoais de lado para se dedicarem à assistência da pessoa com demência. A consequência do abandono do seu trabalho e do isolamento social é uma sobrecarga sobre o cuidador, que deixa de cuidar de si mesmo, podendo desenvolver problemas em sua saúde física e mental (BARRETO *et al*, 2023).

Existem dois tipos de cuidadores: os formais, os quais são preparados por meio de instituições, através de cursos de qualificação para os cuidados com os idosos, e os informais, que na maioria das vezes são familiares. No entanto, sabe-se que nem sempre os cuidadores têm o preparo devido para tais cuidados. A falta de informação é um dos maiores entraves para se alcançar com êxito o melhor cuidado, sobretudo em idosos com demência (CARVALHO; ESCOBAR, 2015).

Abordagens psicoeducativas de suporte aos cuidadores facilitam a compreensão da demência e a absorção de conhecimentos e alternativas que podem favorecer o cuidado. Além de que favorece a criação e até mesmo fortalecimento dos vínculos sociais que são tão importantes para quem cuida, visto que quando existem capacitações com novos conhecimentos, a segurança e confiança no cuidado é aprimorada (CARVALHO, ARAÚJO, VERÍSSIMO, 2019).

A maioria dos cuidadores no Brasil possuem idade superior a 40 anos e são do sexo feminino, sendo que a maior parte deles possui o ensino fundamental incompleto e um salário mínimo de renda (BRANDÃO *et al*, 2017). Geralmente o cuidador principal é quem está na condição de cônjuge, filha, sobrinha, tia, irmã, nora, vizinha ou amiga, que realizam o trabalho totalmente gratuito, o que impacta sobretudo, em mulheres negras (DIAS, SERRA, DESMET, 2022).

Muitas vezes, os cuidados com o idoso com demência ficam a cargo somente de um membro da família, causando estresse, excesso de cansaço e brigas. Todos esses acontecimentos geram conflitos familiares, além de ocasionar em uma piora no quadro de saúde do idoso. Apesar desses fatores com impactos negativos, o cuidado pode trazer benefícios tanto para quem cuida como para quem é cuidado, como, bem estar e uma maior conexão entre ambos (COELHO *et al*, 2017).

Cuidar é um ato que influencia na vida do cuidador e da pessoa idosa com demência dependente do cuidado. À medida que o quadro demencial amplia, a qualidade de vida desses grupos diminui e o processo torna-se cada vez mais prejudicial à saúde de ambos (MENDES *et al*, 2020). Esse é um grande problema nas famílias, pois em muitas situações apenas um membro cuida dele, sendo um trabalho solitário, que acarreta sobrecarga, desgaste, estresse e um cuidado deficiente e ineficiente. Isso traz muito impacto negativo para os dois lados, tanto na saúde física e mental quanto na qualidade do cuidado com os idosos. Quanto mais a demência nos idosos avança, o nível de complexidade tende a aumentar, com mais consequências negativas aos dois lados (OLIVEIRA, D'ELBOUX, 2012).

O conhecimento é uma poderosa ferramenta para que haja uma melhor promoção do cuidado, visto que é muito relevante entender sobre o processo do envelhecimento, senescência e aspectos patológicos. Assim, é de extrema importância que haja um interesse maior por parte do cuidador sobre aprender mais o processo de envelhecimento para olhar mais ampliado das mudanças que podem acontecer nesse período (COELHO, et al, 2017; (ARAÚJO, FAUSTINO; 2021).

A capacitação do cuidador familiar é uma necessidade urgente da sociedade atual, no entanto, há carência de programas ou cursos de capacitação abertos à comunidade e ainda as famílias se deparam com adversidades financeiras, emocionais e de práticas cotidianas de difícil manejo (LAPARIDOU *et al*, 2018). Neste cenário, se faz urgente iniciativas que visem o bem estar da população idosa e de seus cuidadores. A rede de apoio ao idoso e seus cuidadores é fundamental para que haja um maior engajamento dos familiares que passam a maior parte do tempo cuidando dos seus idosos (MENDES et al, 2020).

Em razão desta realidade apresentada pela literatura, o presente estudo visa apresentar e descrever o relato de experiência sobre a organização, atuação e impacto na comunidade do Distrito Federal (DF) em relação ao Projeto de Extensão Universitária “Cuidando dos Idosos e seus Cuidadores na Universidade de Brasília”.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência acerca das atividades do projeto de extensão acima mencionado. Os dados e fotos divulgados no presente relato são informações coletadas diretamente nos arquivos do Projeto de Extensão, por meio dos relatórios e divulgações já realizadas em sites oficiais da UnB, bem como em redes sociais a qual o projeto encontra-se vinculado.

O projeto de extensão “Cuidando dos idosos e seus cuidadores na UnB” teve sua origem no Departamento de Enfermagem, da Faculdade de Ciências da Saúde, da Universidade de Brasília (UnB) no ano de 2009. E a inserção junto a comunidade se deu em participações nos ambulatórios de Geriatria, já existentes no Hospital Universitário de Brasília (HUB).

Em 2011, as atividades do projeto foram incluídas nas ações da Liga Acadêmica de Gerontologia e Geriatria da UnB (LAGGUNB), criada em 2010, e assim houve um redirecionamento para ampliação da atuação do Curso de Enfermagem em gerontologia e outras atividades junto aos cuidadores de idosos que já eram atendidos no Centro de Medicina do Idoso.

A LAGGUnB, por ter um grande alcance nas redes sociais, ajuda com a divulgação das ações do projeto. O contato dos estudantes com o projeto, na maioria das vezes, advém dessa divulgação. Desse modo, as divulgações contemplam o público interno e externo à universidade, engajando estudantes e profissionais de outras áreas de conhecimento, que se sentem à vontade para participar ou acompanhar as atividades.

Desde o ano de 2015, ou seja, há oito anos, observando a demanda por orientações que os cuidadores de idosos que frequentavam o Hospital Universitário de Brasília (HUB), em especial, os cuidadores familiares, as coordenadoras do projeto, especialistas em Gerontologia e Saúde da Pessoa Idosa, docentes do Curso de Enfermagem da UnB, organizaram o primeiro curso de apoio a estes cuidadores. No mesmo ano o projeto também se vinculou ao Núcleo de Estudos e Pesquisas da Terceira Idade (NEPTI) do Centro de Estudos Avançados e Multidisciplinares (CEAM) da UnB.

O curso de extensão foi denominado “Cuidados com a pessoa idosa com demência”, e desde o início abriu vagas que pudessem contemplar os cuidadores de idosos da comunidade, além de estudantes de graduação das áreas de saúde que tivessem o interesse em entrar em contato com esta temática. Temas como o apoio ao cuidador, autocuidado e sobrecarga do cuidador, além dos conhecimentos relacionados à evolução da demência, são recorrentes nas programações das edições dos cursos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Até o presente momento foram realizadas treze edições do curso, tendo como média de participantes de 30 a 40 pessoas por edição. Somente os que concluíram o curso com 75% de presença é que receberam o certificado de participação emitido pelo Decanato de Extensão da Universidade de Brasília (DEX-UnB). No total, cerca de 520 pessoas participaram dos eventos durante estes oito anos de oferta do curso de extensão.

O Curso já foi realizado em vários locais da Universidade de Brasília, sendo atualmente ofertado no Centro de Estudos Avançados Multidisciplinar (CEAM).

Durante o período da pandemia do Coronavírus, no ano de 2020 não foi ofertado, já no ano de 2021, foram ofertadas duas edições sendo uma totalmente à distância pela plataforma Teams, e na sequência foi ofertado na modalidade híbrida, sendo alguns encontros presenciais e outros virtuais.

Figura 1. Encerramento do II Curso de Cuidados com a pessoa idosa com demência, 2015



Fonte: Arquivo do Projeto de Extensão.

Além das coordenadoras do curso de Enfermagem, o projeto conta com a participação de docentes e acadêmicos da UnB das mais diversas áreas, como Fisioterapia, Fonoaudiologia, Terapia Ocupacional e Medicina.

O curso ajuda os cuidadores a entenderem o processo de envelhecimento, sobre os tipos de demência e seus aspectos. Também é oferecido durante os encontros do curso um espaço para o compartilhamento de experiências, esclarecimento de dúvidas sobre as rotinas e cuidados, além de proporcionar momentos de dinâmicas de acolhimento e escuta sensível sobre diversas questões que possam ser dúvidas entre os cuidadores participantes.

Por se tratar de um Projeto de Extensão inserido em uma Liga Acadêmica, os ligantes que participam desta ação são muito ativos no projeto. Sendo assim, o tempo médio de vínculo dos estudantes no Projeto chega a cerca de dois a três anos.

O Curso de "Cuidados com a pessoa idosa com demência" é uma ação de extensão que oportuniza aos estudantes de graduação a entrarem em contato com população de cuidadores de idosos residentes no DF, além de permitir conhecer mais sobre a demência a partir das palestras ministradas durante o curso e pelo olhar de pessoas que convivem todos os dias com pessoas afetadas por ela.

Figura 2. Encerramento do IX Curso de Cuidados com a pessoa idosa com demência, 2019



Fonte: Arquivo do Projeto de Extensão.

No Projeto os estudantes atuam como monitores, estão presentes em todos os encontros e organizam juntamente com as coordenadoras do Projeto todas reuniões. Os monitores do projeto atuam diretamente na comunicação e divulgação das ações, junto aos cuidadores participantes. Existe um grupo de contato direto com os cuidadores, os auxiliando no momento dos encontros semanais e também ao sanar dúvidas por meio do WhatsApp, ferramenta incorporada ao projeto para facilitar a comunicação com os participantes. Os estudantes que fazem parte do projeto são colocados à frente de todas decisões e suas opiniões e sugestões sempre são ouvidas e acatadas. Os momentos finais de cada encontro do Curso são disponibilizados para os estudantes um tempo, para que façam dinâmicas escolhidas por eles junto aos cuidadores. Tais dinâmicas visam a recapitulação do conteúdo de algum dos encontros anteriores.

O Projeto contribui na qualificação acadêmica dos estudantes, pois ele proporciona o contato direto e constante com famílias que convivem com a demência. O projeto possui cuidadores que participam desde a primeira edição do Curso, há uma grande troca de experiência entre os participantes e os estudantes. Os monitores aprendem na prática como ocorre o processo de educação em saúde, além de aprender a fazê-lo. Assim como ocorre uma troca de experiências e vivências que proporciona uma melhor compreensão de como os temas dos encontros devem ser considerados além dos limites da universidade. Percebendo a aplicabilidade prática, com facilidades e conflitos que devem ser percebidos no cotidiano.

O engajamento social dos estudantes no Projeto ocorre com o encontro semanal ao longo de todo o semestre com os cuidadores familiares participantes do curso. Mas, durante a semana, segue-se com comunicação constante, informando, com lembretes sobre o tema, local,

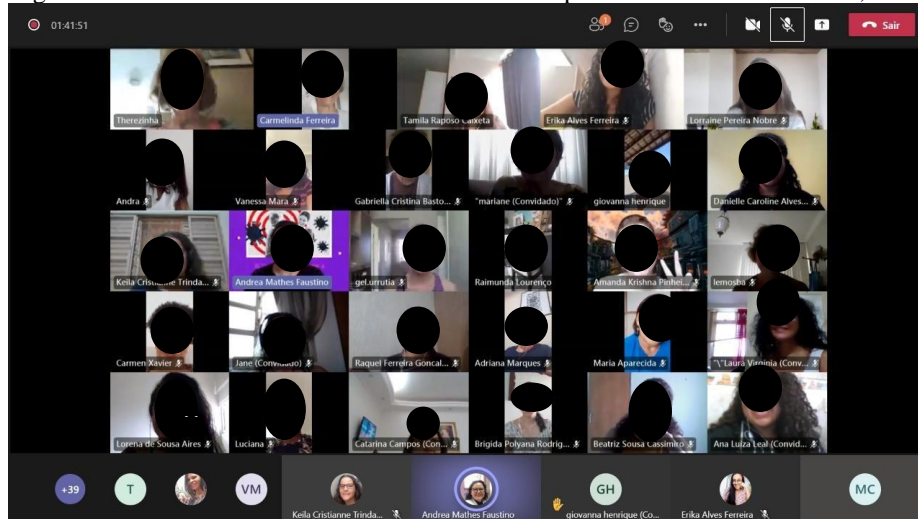
dia e horário dos encontros subsequentes. Assim, realiza-se a manutenção do diálogo e incentivo à permanência no curso até o final do semestre.

É importante pontuar que a maioria do público assíduo e interessado nas atividades do curso são mulheres pretas que trabalham como cuidadoras informais. Uma vez que elas são as maiores responsáveis pela realização do trabalho doméstico, cuidados com pessoas em envelhecimento, principalmente dos parentes, e além disso, precisam estar atentas à educação dos filhos. Não obstante, algumas vezes ainda necessitam conciliar todos os afazeres com o trabalho remunerado (DOMINGOS, 2022).

As cuidadoras costumam permanecer no projeto por mais de uma edição semestral, por isso a maioria dos temas das palestras buscam trazer inovações e atualizações sobre novos desafios que podem ser encontrados diante da jornada de cuidado. Contemplando a oferta do conhecimento para se compreender a demência, colaborando para que a cuidadora se reconheça como alguém que merece autocuidado, também fortalecendo sua rede de apoio.

A experiência de participação no Projeto motiva a produção de pesquisa, pois, trata-se de pessoas que se encontram sem uma rede de apoio, ou seja, acabam negligenciadas não só pelo Estado, como também pela comunidade onde estão inseridas e pela própria família. São pessoas leigas que deixam sua vida de lado para se dedicarem a pessoa que precisa de seu cuidado, as consequências físicas-emocionais são diversas. A necessidade de chamar a atenção da comunidade para que ações e políticas públicas voltadas para os cuidadores, em especial cuidadores de idosos com demência, são urgentes. Espera-se com o desenvolvimento deste projeto, outras ações com o mesmo foco possam surgir no DF. A valorização dos cuidadores de idosos é essencial, além da ampliação da rede de apoio e de formação a este público que estará à frente de cuidados tão complexos que o envelhecimento exige (ARAÚJO, FAUSTINO; 2021).

Figura 3. Abertura do XI Curso de Cuidados com a pessoa idosa com demência, 2021



Fonte: Arquivo do Projeto de Extensão.

Durante a pandemia de Covid-19 as atividades do Projeto foram readaptadas integralmente para o formato virtual, durante o ano de 2021, com o auxílio da plataforma Teams. Posteriormente, no segundo semestre de 2022 as atividades contaram com o modelo híbrido, com alguns encontros presenciais e em 2023, as atividades foram regressadas gradativamente à normalidade presencial.

Figura 4. Aula sobre Cuidados Paliativos na Demência, durante o XIII Curso de Cuidados com a pessoa idosa com demência, 2023



Fonte: Arquivo do Projeto de Extensão.

As abordagens dos encontros foram bem variadas e multidisciplinares, com muitas evidências científicas, para suscitar o interesse de todos os públicos abraçados pelo projeto, que com o passar do tempo não eram apenas cuidadores, mas também universitários interessados na compreensão da realidade e importância do cuidado na terceira idade.

A seguir alguns relatos das cuidadoras que participaram da XIII Edição do Curso, no ano de 2023.

“Participar do curso foi uma ótima e gratificante experiência! Percebi os enganos que cometi, por total falta de conhecimento, quando cuidei do meu pai. Agradeço às professoras, a toda a equipe, super competente, e aos palestrantes, por nos transmitirem seus conhecimentos de forma tão carinhosa!” (Cuidadora 1).

“Gratidão por despertar esse interesse pelo cuidado com as pessoas idosas.” (Cuidadora 2).

“O curso foi muito importante, muito rico em conhecimento. Muito bom como transmitiram para gente o conteúdo, os palestrantes foram maravilhosos, tudo de bom!” (Cuidadora 3).

“O XIII Curso de cuidados com pessoa idosa, foi com alegria que participei deste e dos cursos anteriores. Agradeço a professora Andrea Mathes e a professora Keila Cruz, pelos seus esforços, dedicação e amor no que faz para manter o curso. Adquiri valiosos aprendizados no cuidado com a minha pessoa e também como cuidadora familiar de minha mãe que tem demência mista (demência de Alzheimer e demência vascular) o cuidar é bastante desafiador. Os palestrantes foram felizes ao transmitir seus conhecimentos. Dentro dos temas abordados cito alguns: Cuidados paliativos, Tipos de demência e como ocorre no cérebro, Práticas integrativas e Instituições de longa permanência para idosos (ILPIs). Muito obrigada Anna, Marília, Nath pela atenção e pelos trabalhos junto a nós no curso.” (Cuidadora 4).

O vínculo estabelecido entre monitores, professoras e cuidadores participantes do projeto é percebido durante os relatos, uma vez que favorece a criação de uma rede de apoio que é fortalecida a cada semestre de realização do curso. O afeto e empatia compartilhados, favorecem com que o conhecimento oferecido seja encarado com mais seriedade e levado em consideração na prestação do cuidado.

Não obstante a isso, a extensão universitária favorece o contato real com os desafios que a população enfrenta, o que nos ajuda na construção de quem somos, principalmente, como estudantes e futuros profissionais que pretendem agir em prol da manutenção da qualidade de vida de cuidadores e idosos no presente e futuro.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Destaca-se que o Projeto de Extensão “Cuidando dos Idosos e seus Cuidadores na UnB”

é uma ação junto a comunidade do Distrito Federal, de alta relevância pois é uma das poucas ações específicas voltadas para o público de cuidadores de idosos com demência, em especial para aqueles com demência do tipo Alzheimer.

Assim é um projeto que auxilia os cuidadores, especialmente os familiares a partir da educação em saúde a cuidarem de seus idosos, já que eles não possuem nenhum treinamento prévio antes de assumirem este papel. É preciso que mais iniciativas como esta possam se multiplicar para a comunidade e assim mais cuidadores possam ter acesso às informações, suporte e orientações voltadas para as melhores práticas de cuidados à pessoa idosa com demência.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO MC, FAUSTINO AM. Demandas informacionais de cuidadores de idosos com demência e a construção de um website de apoio. *Brazilian Journal of Development*, 7(8), 80411–80426, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/34379/pdf>. Acesso em 13 de setembro de 2023.

BARRETO MS, QUISPE DL, *et al.* Vivências de familiares cuidadores de idosos dependentes no processo de cuidado. *Revista de Enfermagem da UFSM*, V. 13, P. 1-18, jul. 2023. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/74117> Acesso em 13 de setembro de 2023.

BERTOLA L, *et al.* Prevalence of dementia and cognitive impairment no dementia in a large nationally representative sample: The ELSI - Brazil study. *The Journals of Gerontology: Series A*, Volume 78, Edição 6, p.1060–1068, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/gerona/glad025>. Acesso em 14 de setembro de 2023;

BRANDÃO GCG, *et al.* Perfil da saúde dos cuidadores de idosos: uma revisão integrativa. *RSC online*, 6 (1): p 96 – 113, 2017. Disponível em: <https://rsc.revistas.ufcg.edu.br/index.php/rsc/article/view/170/166> . Acesso em 16 de dezembro de 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Boletim Temático da Biblioteca do Ministério da Saúde: Saúde do Idoso. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. 4 p. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/boletim_tematico/saude_idoso_outubro_2022-1.pdf Acesso em 16 de dezembro de 2023.

CARVALHO A, ARAÚJO LJP, VERÍSSIMO MT. Quando os cuidados continuados chegam ao fim: perspectivas de cuidadores informais sobre o momento da alta *Revista de Enfermagem Referência*, vol. IV, núm. 22, 2019. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/3882/388261155011/388261155011.pdf> Acesso em 17 de dezembro de 2023.

CARVALHO JA, ESCOBAR KAA. Cuidador de idosos: um estudo sobre o perfil dos cuidadores de idosos do programa de assistência domiciliar (PAD) da associação dos aposentados e pensionistas de Volta Redonda - AAP-VR. *Revista Científica do ITPAC, Araguaína*, v.8, n.1, Pub.6, Janeiro 2015. Disponível em: https://s3.us-east-1.amazonaws.com/assets.unitpac.com.br/arquivos/Revista/76/Artigo_6.pdf Acesso em 14 de setembro de 2023.

CODEPLAN. Companhia de Planejamento do Distrito Federal. Projeções Populacionais para as Regiões Administrativas do Distrito Federal 2020-2030. Brasília, DF: 2022. p.12. Disponível em: <https://www.codeplan.df.gov.br/wp-content/uploads/2021/12/Estudo-Projecoes-populacionais-para-as-Regioes-Administrativas-do-Distrito-Federal-2020-2030-Resultados.pdf> Acesso em 16 de dezembro de 2023.

COELHO ND, FAUSTINO AM, CRUZ KCT *et al.* Conhecimento de cuidadores acerca de lesões de pele em idosos. *Rev Fund Care Online*, 9(1):247-252, 2017. Disponível em: https://www.redalyc.org/pdf/5057/505754108034_5.pdf . Acesso em 14 de setembro de 2023.

DIAS MJS, SERRA JN, DESMET LM. Cuidado informal de pessoas velhas: o gênero feminino nesta provisão e nas políticas públicas. *Revista de Políticas Públicas*, 2022. Disponível em: <https://scholar.archive.org/work/pb7uz4i2rbgufawygyww4cygkky/access/wayback/https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/rppublica/article/download/20288/11372/61054> . Acesso em 17 de dezembro de 2023.

DOMINGOS SC. A posição desvantajosa das mulheres negras na divisão sexual do trabalho e nos cuidados domésticos no âmbito familiar. *Revista Contraponto*, [S. l.], v. 8, n. 3, 2022. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/contraponto/article/view/117669> . Acesso em: 15 de dezembro de 2023.

LAPARIDOU D, *et al.* Caregivers' interactions with health care services – Mediator of stress or added strain? Experiences and perceptions of informal caregivers of people with dementia – A qualitative study. *Dementia (London)*; 1:1471301217751226, 2018. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1471301217751226> Acesso em 17 de dezembro de 2023.

MENDES GA, FAUSTINO AM, DOS SANTOS CTB, DA CRUZ KCT. Apoio a cuidadores familiares de idosos com demência. *Brazilian Journal of Development*, 6(10), 76828–76839, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/18035> . Acesso em 13 de set de 2023.

OLIVEIRA, DC, D'ELBOUX, MJ. Estudos nacionais sobre cuidadores familiares de idosos: revisão integrativa. *Revista Brasileira De Enfermagem*, 65(5), 829–838, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/gydrQM7MRQJvZ3C7JgGDfNJ/?lang=pt#> . Acesso em 17 de dezembro de 2023.

ROCHA, MPF; VIEIRA, MA.; SENA, RR. de. Desvelando o cotidiano dos cuidadores informais de idosos. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 61, p. 801-808, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672008000600002> Acesso em: 16 de dezembro de 2023.

ZORZETTO, R. Ao menos 1,76 milhão de pessoas têm alguma forma de demência no Brasil. *Pesquisa Fapesp*, 2023. Disponível em: https://revistapesquisa.fapesp.br/wp-content/uploads/2023/07/012-019_demencia_329-1.pdf. Acesso em: 14 set. 2023.