Revista Atenas Higeia

ISSN -2596-1403



Artigo Original

Os impactos da sobrecarga no cuidador familiar

Autores
Andrea Alves Damaceno[1]; Natália Michelato Silva[2]; Nariman de Felício Bortucan Lenza[3]; Tatiana Bardassi[4]

Resumo

O envelhecimento populacional global tem aumentado significativamente a prevalência de doenças crônicas, entre elas as demências, que reduzem progressivamente a autonomia e a independência do idoso. Esse processo frequentemente exige que um familiar assuma a função de cuidador principal, o que pode comprometer sua qualidade de vida e resultar em desgaste físico, emocional, social e financeiro. O objetivo deste estudo foi analisar as evidências sobre os impactos da sobrecarga no cuidador familiar de idosos com demência. Para isso, realizou-se uma Revisão Integrativa com busca de estudos primários nas bases PsycINFO e nos portais Google Acadêmico e Scielo. Os resultados apontaram que o cuidado envolve sentimentos ambivalentes, sofrimento emocional, isolamento e abandono de atividades pessoais e profissionais. Constatou-se ainda a predominância feminina nessa função, reflexo de construções socioculturais que reforçam desigualdades de gênero. Cuidadores relataram recorrer à fé, ao apoio informal e a estratégias adaptativas como formas de enfrentamento. Contudo, a ausência de preparo técnico, o suporte institucional insuficiente e a escassez de políticas públicas ampliam a sobrecarga, ocasionando fadiga intensa, sintomas depressivos, dificuldades financeiras e a percepção de invisibilidade social. Conclui-se que o cuidado familiar de pessoas com demência constitui um fenômeno complexo que requer políticas públicas voltadas à valorização, ao preparo e ao apoio integral aos cuidadores.

Abstract

Global population aging has significantly increased the prevalence of chronic diseases, including dementias, which progressively reduce the autonomy and independence of older adults. This process often requires a family member to assume the role of primary caregiver, which can negatively affect their quality of life and lead to physical, emotional, social, and financial strain. The aim of this study was to analyze evidence on the impacts of caregiver burden among family members of older adults with dementia. An Integrative Review was conducted through a search of primary studies in the PsycINFO database and in the Google Scholar and Scielo portals. The results indicated that caregiving involves ambivalent feelings, emotional distress, social isolation, and the abandonment of personal and professional activities. A predominance of women in this role was observed, reflecting sociocultural constructions that reinforce gender inequalities. Caregivers reported relying on faith, informal support, and adaptive strategies as coping mechanisms. However, the lack of technical preparation, limited institutional support, and insufficient public policies were found to exacerbate caregiver burden, leading to extreme fatigue, depressive symptoms, financial difficulties, and a perception of social invisibility. It is concluded that family care for people with dementia is a complex phenomenon that requires public policies aimed at valuing, training, and fully supporting caregivers.

Correspondência:
1 Graduanda em Psicologia pela Libertas – Faculdades Integradas – E-mail: 006318@libertas.edu.br
2 Professora-orientadora. Doutora em Ciências. Docente na Libertas – Faculdades Integradas – E-mail: nataliasilva@libertas.edu.br.
3 Professora-avaliadora. Docente da Universidade de Minas Gerais (UEMG - Campus Passos¬MG – E-mail: nariman.lenza@gmail.com.
4 Professora avaliadora. Docente na Libertas – Faculdades Integradas – E-mail: tatianabardassi@libertas.edu.br.

Como citar:
Alves Damaceno, A., Michelato Silva, N., de Felício Bortucan Lenza, N., & Bardassi, T. OS IMPACTOS DA SOBRECARGA NO CUIDADOR FAMILIAR. Revista Atenas Higeia. https://revistas.atenas.edu.br/higeia/article/view/719

Copyright:
Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença de Atribuição Creative Commons, que permite uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e a fonte originais sejam creditados

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno global acelerado pelo aumento da expectativa de vida (que supera 60 anos) e pela queda nas taxas de fertilidade, trazendo profundas implicações sociais e econômicas (OMS, 2015). No Brasil, o Estatuto do Idoso define como idosa a pessoa com 60 anos ou mais (Brasil, 2023).

A velhice é um processo dinâmico e progressivo, caracterizado por mudanças fisiológicas, morfológicas e psicológicas que impactam a saúde e a capacidade funcional, variando conforme a vulnerabilidade de cada indivíduo (Oliveira et al., 2021). É um declínio físico gradual e inevitável que se inicia na idade adulta (Papalia, 2013), mas também é um fenômeno socialmente construído. Beauvoir (1970) e Bosi (1994) destacam que a sociedade frequentemente associa a velhice à perda de valor e à exclusão, um estigma que leva ao isolamento e exige uma redefinição da identidade e dos papéis sociais.

A população idosa é diversa, dividindo-se entre "idosos novos" (60-79 anos) e "muito idosos" (80+), grupo que cresce rapidamente e enfrenta maior risco de doenças crônicas e dependência (Brasil, 2023). No Brasil, esse processo é intenso: em 2022, 10,9% da população tinha 65+ anos, um salto significativo frente aos 4,0% em 1980, com expectativa de vida de 75,5 anos (IBGE, 2023). Esse cenário demanda um novo modelo de cuidado e políticas públicas específicas (Veras e Oliveira, 2018), pois a longevidade impacta setores como a previdência social (Amaro; Afonso, 2018). O envelhecimento é singular, condicionado por determinantes como classe, gênero, etnia e trajetória de vida (Minayo e Coimbra Junior, 2002).

Entre as condições que aumentam com a idade está a demência, definida pela OMS (2012) como uma deterioração cognitiva além do esperado pelo envelhecimento natural. A Doença de Alzheimer é a causa mais comum, seguida pela demência vascular, sendo condições geralmente progressivas e irreversíveis (Roque et al., 2020; Papalia, 2013). Seus sintomas incluem, inicialmente, depressão, apatia e ansiedade, evoluindo para sintomas psicóticos e agitação (Christofoletti, Carregaro, Oliani, 2013), com prejuízos graves à memória, fala, raciocínio e autonomia (Caldas, 2002).

O cuidado do idoso com demência é distinto e desafiador, gerando consequências significativas para o paciente, a família e, principalmente, para o cuidador. Este, frequentemente um familiar não remunerado (Monteiro, 2021) e do sexo feminino (Anjos et al., 2018), assume a responsabilidade principal (Fuhrmann et al., 2015). A perda progressiva da autonomia do idoso torna a tarefa exaustiva, resultando em sobrecarga física, emocional e financeira para o cuidador (Silva Coura et al., 2015). Isso leva a exaustão, isolamento social, depressão, ansiedade e abandono de atividades de lazer e autocuidado (Luzardo, 2006; Leite et al., 2017), podendo inclusive forçar o abandono do trabalho e causar queda na renda familiar (Nogueira e Brauna, s.d.).

A falta de preparo, informação e apoio técnico e social agrava ainda mais essa sobrecarga (Baub; Emmel, 2014; De Melo; Pereira, 2023). Portanto, é crucial compreender as fontes de estresse dos cuidadores para desenvolver intervenções e políticas públicas que promovam seu bem-estar e, consequentemente, garantam uma assistência digna e adequada ao idoso.

METODOLOGIA

Este estudo adotou o método de revisão integrativa da literatura com o objetivo de sintetizar evidências científicas sobre a sobrecarga em cuidadores familiares de idosos com demência, conforme proposto por Mendes, Silveira e Galvão (2008).

A pesquisa foi guiada pela questão norteadora: "quais os impactos causados pela sobrecarga no cuidador familiar de idosos com demência?" e seguiu as cinco etapas metodológicas estabelecidas por Mendes, Silveira e Galvão (2008), que incluem a definição da pergunta, estabelecimento de critérios, seleção de estudos, avaliação crítica e síntese dos resultados.

A busca foi realizada nas bases Google Acadêmico, SciELO e PsycINFO , utilizando os descritores "idoso", "demência", "sobrecarga",

"cuidador familiar" e "vulnerabilidades", combinados com o operador booleano “and”. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: estudos primários, publicados no período de 2019 a 2024, no idioma português e disponível na íntegra. Os critérios de exclusão adotados foram: revisões de literatura, estudos secundários (por exemplo, revisão sistemática), cartas, editoriais, relatos de experiência, estudos de caso, estudos primários cujos participantes eram crianças e/ou adolescentes.

Para garantir o rigor, a seleção foi conduzida independentemente por dois revisores, utilizando um instrumento de extração de dados conforme Ursi e Gavão (2006). A análise dos dados adotou uma abordagem descritiva, com síntese individual e comparação entre os estudos incluídos.

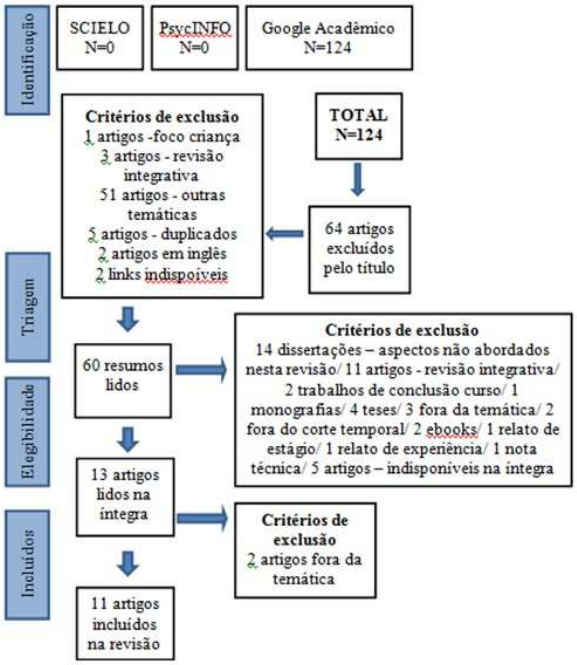
RESULTADOS

O processo de seleção dos estudos identificou inicialmente 124 registros. Após a triagem por títulos, 64 artigos foram excluídos por não cumprirem critérios como abordagem temática inadequada (51), duplicatas (5), idioma (2), ou outros motivos. Dos 60 restantes, a análise dos resumos resultou na exclusão de 47 itens, incluindo dissertações (14), revisões (11), trabalhos acadêmicos (7), e outros.

Foram elegíveis 13 estudos para leitura integral, dos quais 2 foram excluídos por incluírem cuidadores formais. A amostra final consistiu em **11 estudos primários**, seguindo o protocolo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão representado no Diagrama 1.

O Quadro 1 sumariza as características essenciais dos artigos selecionados, apresentando título, autores, ano, país, delineamento metodológico (qualitativo, quantitativo ou misto) e principais resultados e conclusões. Essa síntese permite a comparação entre os estudos, destacando semelhanças, diferenças e contribuições para o campo de conhecimento investigado.

Figura 1 - Adaptação do Flow Diagrama do processo de seleção de artigos da revisão integrativa de acordo com o Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses – PRISMA



Fonte: Mother; Liberati; Tetzlaff; Altman, 2009.

Quadro 1 - Sumário das características dos estudos incluídos

Título	Ano País	Tipo de estudo	Resultados
1. Doença de Parkinson: Sentimentos atribuídos ao convívio à luz do cuidador familiar	2019 Brasil	Estudo qualitativo, do tipo descritivo-exploratório e transversal	O convívio leva os cuidadores a experimentar sentimentos ambíguos como confiança, companheirismo e dependência afetiva, mas ta impotência e fragilidade que geram desgaste fi mental.
2. Narrativas sobre conviver com um idoso dependente: perspectiva do cuidador familiar	2020 Brasil	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório	O cuidado envolve sentimentos ambivalentes, vezes difíceis de expressar, gerando sofriment emocional e psicológico no cuidador.
3. Cuidado na doença de Parkinson: padrões de resposta do cuidador familiar de idosos	2020 Brasil	Estudo exploratório, descritivo e qualitativo	Os resultados mostraram que os cuidadores familiares integram a rotina de cuidados à vida pessoal, aceitam a condição do idoso com uma positiva, desenvolvem habilidades para o cuid reconhecem sua identidade como cuidadores.
4. Signos e significado da religiosidade para o cuidador familiar de idosos	2020 Brasil	Estudo qualitativo	O estudo aponta a religiosidade e a espiritualic como recursos de apoio para os cuidadores familiares enfrentarem suas dificuldades.
5."A gente não é de ferro": Vivências de cuidadores familiares sobre o cuidado com idosos dependentes no Brasil	2021 Brasil	Estudo multicêntrico, de caráter qualitativo	O cuidado com o idoso envolve desafios emoc financeiros e de saúde, especialmente para cuidadoras mulheres. Estratégias de enfrentam incluem religiosidade, revezamento e aprendiz
6. Percepções de cuidadoras informais sobre motivações, 1 necessidades e benefícios do cuidado para o idoso dependente	2024 Portu gal	Estudo exploratório, descritivo e fenomenológico , com abordagem qualitativa	As necessidades identificadas pelas cuidadoras foram: apoio domiciliário, da segurança social entidade empregadora do cuidador, ajuda finar suporte psicológico e capacitação para cuidar idoso
7. Análise da qualidade de vida e sobrecarga de cuidadores familiares de idosos assistidos pela atenção domiciliar	2022 Brasil	Estudo exploratório-descritivo, com corte transversal	A maioria das cuidadoras são mulheres que es sobrecarregadas, com qualidade de vida media problemas de saúde, dores frequentes, uso con de medicações, dificuldades de sono, locomoç financeiras, sem atividades físicas ou lazer e c pouco apoio social.
8. Percepções de cuidadores informais sobre a experiência quotidiana no cuidado ao idoso dependente	2022 Portu gal	Estudo exploratório, descritivo, de natureza qualitativa	O cuidado domiciliar do idoso dependente imp vida do cuidador informal, exigindo políticas saúde e programas educativos para essa diade.
9. Alzheimer: a saúde do familiar cuidador	2021/B rasil	Estudo amostral, quali-quantitativo e exploratório	As mulheres assumem um papel central no cui de idosos com DA, sem abdicar da função, ma necessitam de mais suporte e compartilhament tarefa.
10.Homens cuidadores informais de idosos dependentes no Brasil	2024 Brasil	Estudo qualitativo	Os homens cuidadores solitários mostraram-se exaustos, com dores, privação de sono, sintom depressivos e sensação de solidão.
11.Nível de stress e as principais implicações presentes na qualidade de vida dos cuidadores de idosos com Alzheimer	2019 Brasil	Estudo tranversal, quantitativo e descritivo	A maioria dos cuidadores está na fase de resist e o estresse relacionado ao trabalho de cuidar de fatores como sobrecarga, falta de apoio far de tempo para cuidar de si mesmos.

Fonte: Elaborado pela própria autora (2025).

O estudo 1 teve como objetivo identificar os sentimentos dos cuidadores familiares na convivência com idosos com Doença de Parkinson. Com abordagem qualitativa, descritivo-exploratória e transversal, contou com 20 participantes. Os sentimentos foram ambíguos, incluindo confiança, companheirismo e dependência afetiva, mas também impotência e fragilidade, gerando desgaste físico e mental. Concluiu-se que é fundamental oferecer suporte aos cuidadores, reduzindo vulnerabilidades e melhorando sua qualidade de vida (Reis et al., 2019).

No estudo 2, Almeida et al. (2020) apontam que o cuidado a idosos dependentes envolve sentimentos ambivalentes, difíceis de expressar, podendo gerar sofrimento emocional e psicológico. Além das tarefas diárias, exige conhecimentos, competências e iniciativa, destacando a necessidade de apoio contínuo. A equipe de saúde, especialmente a enfermagem, deve atender às demandas familiares, oferecendo suporte e prevenindo adoecimento. É essencial fortalecer redes de apoio e implementar políticas públicas para qualificar o cuidado domiciliar, promovendo a saúde do idoso e do cuidador.

O estudo 3, exploratório, descritivo e qualitativo, investigou padrões de resposta à transição dos cuidadores de idosos com Doença de Parkinson e sua influência no cuidado. Com 20 participantes, constatou-se que os cuidadores incorporam a rotina de cuidados à vida pessoal, aceitam a condição do familiar, desenvolvem habilidades e reconhecem sua identidade como cuidadores. Destaca-se a necessidade de intervenções para identificar preocupações e facilitar a adaptação ao papel diante das mudanças impostas pela doença (Nunes et al., 2020).

O estudo 4, qualitativo e baseado no interacionismo simbólico, analisou o significado da religiosidade para dez cuidadores familiares por meio de entrevistas semiestruturadas e observação livre. Silva et al. (2020) indicaram que a fé auxilia no enfrentamento das dificuldades, a oração fortalece o cuidado e há apelo à paciência e à obediência a princípios religiosos. A religiosidade se mostrou um importante mecanismo de acolhimento, vínculo e apoio social, influenciando hábitos e estilos de vida no cuidado domiciliar.

O estudo 5, qualitativo multicêntrico, investigou a vivência de 84 cuidadores familiares de idosos dependentes em oito cidades brasileiras, utilizando abordagem hermenêutico-dialética. Souza et al. (2021) revelaram que o cuidado é motivado por laços afetivos e responsabilidade, mas acarreta impactos como despreparo, dificuldades financeiras e problemas de saúde. Os cuidadores usam estratégias de enfrentamento, como apoio religioso, revezamento e aprendizado. Destaca-se a predominância feminina, atribuída a fatores culturais, e a necessidade de maior suporte e orientação.

O estudo 6, qualitativo, analisou percepções de 10 cuidadoras informais portuguesas sobre motivações, necessidades e benefícios do cuidado a idosos dependentes. Capelo et al. (2024) indicam que o cuidado é motivado por laços afetivos e senso de dever, abrangendo assistência básica, apoio emocional e estímulo à autonomia. As cuidadoras relataram necessidade de suporte domiciliar, financeiro e psicológico, além de capacitação, e destacaram benefícios como proximidade familiar, segurança e afeto, enfatizando a relevância de valorizar esses cuidadores.

O estudo 7, transversal, com 143 cuidadores familiares de idosos dependentes, mostrou que, predominantemente mulheres, enfrentam alta sobrecarga e baixa qualidade de vida, agravadas por problemas de saúde, dificuldades financeiras e falta de apoio social. Pereira et al. (2022) destacam a importância de estratégias que envolvam família, sociedade e serviços de saúde para melhorar o bem-estar dos cuidadores.

O estudo 8, qualitativo e fenomenológico, explorou a experiência de dez cuidadoras informais de idosos dependentes em contexto insular português. Capelo et al. (2022) mostraram que a decisão de cuidar é motivada por fatores ligados ao idoso, à cuidadora e à família. As participantes enfatizaram cuidados humanizados e a necessidade de apoio financeiro, psicológico e educacional. Concluiu-se que o cuidado domiciliar é

desafiador e exige políticas e programas específicos para apoiar cuidadores e idosos.

O estudo 9, exploratório, indicou que cuidar de pacientes com Doença de Alzheimer impacta significativamente a qualidade de vida de cuidadores, predominantemente mulheres, que enfrentam sobrecarga emocional, física e financeira. Lopes et al. (2021) destacam que a falta de conhecimento sobre a doença, o diagnóstico tardio e a escassez de suporte agravam a situação, reforçando a necessidade de políticas de saúde e programas educacionais, além do fortalecimento da rede familiar e social.

O estudo 10, qualitativo, identificou desafios de cuidadores do sexo masculino, como desconforto com cuidados íntimos e dificuldades domésticas. Souza et al. (2024) relataram exaustão física e emocional, enfatizando a importância do apoio familiar e profissional para reduzir o sofrimento, bem como maior atenção dos serviços de saúde.

O estudo 11 avaliou o estresse e a qualidade de vida de 12 cuidadores de idosos com Alzheimer em Joaçaba. Bressan e Saccol (2019) observaram que a maioria se encontra na fase de resistência ao estresse, influenciada pela sobrecarga, falta de apoio familiar e ausência de tempo para autocuidado. Questionários semiestruturados e o Inventário de Sintomas de Estresse para Adultos de Lipp (ISSL) evidenciaram que o cuidado impacta negativamente a saúde física e mental, destacando a necessidade de suporte adequado.

DISCUSSÃO

A análise dos estudos revela um cenário desafiador para cuidadores familiares de idosos com doenças crônicas, como Parkinson e Alzheimer, destacando a predominância feminina, a sobrecarga física e emocional e a necessidade de políticas públicas mais efetivas.

A feminização do cuidado é central nesse contexto. Pesquisas mostram que 65% a 88,7% dos cuidadores familiares são mulheres (Reis et al., 2019; Sousa et al., 2021; Almeida et al., 2020), muitas vezes filhas, esposas ou noras, assumindo o papel por construção sociocultural que associa cuidado ao feminino. Como afirmam Sousa et al. (2021, p. 4), “nós mulheres fomos criadas para cuidar da prole, e quando temos nossos pais, eles viram nossos filhos”. Essa lógica reforça a ideia de cuidado como extensão da maternidade, invisibilizando e sobrecarregando essas mulheres.

A sobrecarga se manifesta emocional, física e financeiramente. Muitas cuidadoras abandonam ou reduzem atividades profissionais para se dedicar ao idoso (Pereira et al., 2022). Além disso, 70% não recebem ajuda com tarefas diárias como alimentação, higiene e administração de medicamentos (Almeida et al., 2020), intensificando esgotamento e sentimentos de impotência e frustração, principalmente diante da progressão de doenças degenerativas (Reis et al., 2019).

A falta de sono e doenças físicas e mentais são comuns. Pereira et al. (2022) apontam que 76,9% relatam interrupções frequentes de sono e sintomas como hipertensão e depressão. A Síndrome de Burnout é recorrente entre cuidadores de idosos com demência (Bressan; Saccol, 2019), reflexo do estresse crônico enfrentado.

Apesar de leis como o Estatuto do Idoso (Brasil, 2003) e a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Brasil, 2015), há lacuna entre legislação e implementação. Cuidadores relatam falta de preparo técnico, suporte psicológico e dificuldade de acesso a serviços especializados (Sousa et al., 2021). Programas como “Melhor em Casa” e “Maior Cuidado” são positivos, mas ainda insuficientes (Pereira et al., 2022).

Em Portugal, estudo de Capelo et al. (2022) mostrou que cuidadoras também enfrentam sobrecarga e demandam apoio financeiro e domiciliar, indicando que a questão é global e requer políticas integradas.

Muitos cuidadores encontram estratégias de enfrentamento. Religiosidade oferece consolo espiritual (Silva et al., 2020) e atividades de lazer ou trabalho ajudam a preservar identidade (Nunes et al., 2020). A Teoria das Transições, de Meleis (2010), reforça a importância de apoio profissional e emocional para adaptação menos traumática (Nunes et al., 2020).

Homens também atuam como cuidadores, geralmente por falta de mulheres disponíveis, mas enfrentam barreiras culturais, já que cuidado ainda é percebido como feminino (Sousa et al., 2021).

A sobrecarga do cuidador é multifatorial, exigindo respostas intersetoriais: expansão de programas de apoio domiciliar, capacitação formal, suporte psicológico contínuo e valorização social. Como afirmam Pereira et al. (2022, p. 9), “é preciso ampliar o olhar para o cuidador familiar”, garantindo que não seja invisibilizado. A saúde e bem-estar do idoso dependem do cuidador, tornando essencial uma rede de apoio envolvendo família, comunidade e Estado.

O impacto financeiro também é significativo. Muitas cuidadoras reduzem ou abandonam trabalho, diminuindo renda familiar e qualidade de vida, efeito raramente reconhecido por políticas públicas (Pereira et al., 2022). A falta de informação sobre progressão da doença e manejo seguro do cuidado (Sousa et al., 2021) agrava o cenário, evidenciando necessidade de educação continuada e orientação multiprofissional.

A sobrecarga afeta a dinâmica familiar, centralizando responsabilidades e gerando conflitos e isolamento do cuidador (Almeida et al., 2020). Serviços de saúde, especialmente atenção primária, devem adotar abordagem integrada, incluindo o cuidador como sujeito de cuidado, fortalecendo sua função e prevenindo adoecimentos.

O tema deve ser mais debatido em espaços acadêmicos, comunitários e legislativos. Com o aumento da expectativa de vida, estratégias que garantam cuidado ao idoso e suporte ao cuidador são urgentes. Campanhas de conscientização, benefícios sociais, regulamentação da profissão de cuidador informal e ampliação de serviços domiciliares são medidas essenciais para dignidade e valorização desses sujeitos, cuja dedicação sustenta grande parte do cuidado aos idosos no Brasil.

CONCLUSÃO

O envelhecimento populacional, impulsionado pela transição demográfica e epidemiológica, tem contribuído para o aumento expressivo das doenças crônicas e degenerativas, especialmente as demências. Entre elas, a Doença de Alzheimer, Doença de Parkinson e a demência vascular destacam-se por sua alta prevalência e por comprometerem, de forma progressiva, a autonomia e a funcionalidade dos idosos. Nesse contexto, a figura do cuidador familiar — em geral, uma mulher — assume papel central no acompanhamento cotidiano da pessoa adoecida, embora frequentemente permaneça invisibilizada e vulnerável.

Este trabalho evidenciou que cuidar de uma pessoa com demência é um processo exigente, contínuo e, muitas vezes, solitário. A sobrecarga enfrentada pelos cuidadores não se limita ao desgaste físico, mas se estende ao sofrimento emocional, à exclusão social e às dificuldades financeiras. A predominância feminina nessa função, refletindo construções socioculturais históricas, acentua desigualdades de gênero e evidencia um cenário de esgotamento e negligência institucional.

A ausência de preparo técnico, o suporte público limitado e a escassez de políticas eficazes de apoio intensificam os desafios do cuidar. Lidar com as manifestações clínicas da demência, especialmente com a perda progressiva da autonomia do paciente, impõe ao cuidador uma carga emocional significativa, marcada por sentimentos de impotência, tristeza, culpa e solidão.

Portanto, é imprescindível ampliar o olhar das políticas públicas para além da pessoa idosa, incluindo e valorizando também os cuidadores familiares. Investir em sua saúde, formação e bem-estar é um passo essencial para a construção de uma sociedade mais humana, solidária e preparada para os desafios impostos pelo envelhecimento populacional. Garantir dignidade a quem cuida é, em última instância, garantir dignidade a quem é cuidado.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Nayme Costa; DALLA VECHIA, AkeisaDieli Ribeiro; MONTINI, Ludmylla Larissa Carris; LIMA, Claudia Moreira de. Narrativas sobre conviver com um idoso dependente: perspectiva do cuidador familiar. Revista Kairós-Gerontologia, [S. l.], v. 23, n. 3, p. 199–214, 2020. DOI: 10.23925/2176-901X.2020v23i3p199-214. Disponível em: https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/51896. Acesso em: 6 abr. 2025.

AMARO, Lucas Campos; AFONSO, Luís Eduardo. Quais são os efeitos do envelhecimento populacional nos sistemas previdenciários de Brasil, Espanha e França?.Revista Brasileira de Estudos de População, v. 35, n. 2, p. e0046, 2018. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbepop/a/BRdxTvc4mb9xK4WTBmfQcjD/ Acesso em: 13 dez. 2024.

ANJOS, Karla Ferraz; BOERY, Rita Narriman Silva de Oliveira; SANTOS, Vanessa Cruz; BOERY, Eduardo Nagib; SILVA, JaineKareny; ROSA, Darci de Oliveira Santa. Fatores associados à qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos. Cienc. enferm., Concepción, v. 24, n. 17, 2018. Disponível em: https://www.redalyc.org/journal/3704/370457444010/html/. Acesso em: 27/09/2024.

BEAUVOIR, Simone de. A velhice. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1970.

BOSI, Ecléa. Memória e sociedade: lembranças de velhos. São Paulo: Companhia das Letras, 1994.

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Assistência Social, Família e Combate à Fome. Secretaria Nacional da Política de Cuidados e Família. Nota Informativa n.º 5/2023 - Envelhecimento e Direito ao cuidado. Brasília, dezembro 2023. Disponível em: https://www.gov.br/mds/pt-br/noticias-e-conteudos/desenvolvimento-social/noticias-desenvolvimento-social/mds-lanca-diagnostico-sobre-envelhecimento-e-direito-ao-cuidado/Nota_Informativa_N_5.pdf. Acesso em: 16 out. 2024.

BRESSAN, Eliane de Anhaia; SACCOL, Marilda. Nível de stress e as principais implicações presentes na qualidade de vida dos cuidadores de idosos com Alzheimer. In: PEREIRA, Eliane Regina (Org.). A pesquisa em psicologia em foco 2. Ponta Grossa: Atena Editora, 2019. p. [01-19]. Disponível em: https://unoesc.emnuvens.com.br. Acesso em: 7 marc. 2025.

CALDAS, Célia Pereira. O Idoso em Processo de Demência: o impacto na família. In: MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA JUNIOR, Carlos E.A. Antropologia, saúde e envelhecimento [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. Antropologia & Saúde collection, 209 p. ISBN: 978-85-7541-304-3.p.51-71. Disponível em: https://static.scielo.org/scielobooks/d2frp/pdf/minayo-9788575413043.pdf. Acesso em 05 jan 2025.

CAPELO, Maria Regina Teixeira Ferreira; SILVA, Rita Maria Baptista Lemos; QUINTAL, António José de Olim Marote; BRASIL, Christina César Praça; SILVA, Raimunda Magalhães; CATRIB, Ana Maria Fontenelle. Percepções de cuidadores informais sobre a experiência quotidiana no cuidado ao idoso dependente. Investigação Qualitativa em Saúde: Avanços e Desafios // InvestigaciónCualitativaen Salud: Avances y Desafíos. In: Congresso Internacional De Investigação Qualitativa Em Saúd, 13., 2022, Portugal. Anais... [S.l.]: Ludomedia, 2022. v. 13. DOI: DOI:https://doi.org/10.36367/ntqr.13.2022.e684. Disponível em: https://www.publi.ludomedia.org/index.php/ntqr/article/view/684/736. Acesso em 8 mar. 2025.

CAPELO, Maria Regina Teixeira Ferreira et al. Percepções de cuidadoras informais sobre motivações, necessidades e benefícios do cuidado para o idoso dependente. Ciência & Saúde Coletiva [online]. v. 29, n. 08, e05612024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05612024 https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05612024EN>. ISSN 1678-4561. https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05612024. Acesso em: 06 mar.2025.

CHRISTOFOLETTI, Gustavo, CARREGARO, Rodrigo Luiz ; OLIANI, Merlyn Mércia. Locomoção, distúrbios neuropsiquiátricos e alterações do sono de pacientes com demência e seus cuidadores. Fisioterapia em Movimento, v. 26, n. 1, p. 47–53, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/j/fm/a/j8XYD8rSD554MJQgh3jqHrK/ Acesso em: 30 abril 2025.

DE MELO, Maria Letícia Araújo; PEREIRA, Amanda Carolina Claudino. Impactos e desafios enfrentados pelos cuidadores dos idosos com Doença de Alzheimer no âmbito familiar. Brazilian Journal of Development, [S. l.], v. 9, n. 6, p. 20853–20872, 2023. DOI: 10.34117/bjdv9n6-138. Disponível em: https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/61011. Acesso em: 28 out. 2024.

FUHRMANN, Ana Cláudia; BIERHALS, Carla Cristiane Becker Kottwitz; SANTOS, Naiana Oliveira dos. Associationbetweenthefunctionalcapacityofdependantelderlypeopleand theburdenoffamilycaregivers. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 36, n. 1, p. 14–20, 2015. Disponível em:https://www.scielo.br/j/rgenf/a/4p6R9qJTqqP4drV9LGvPXxQ/?lang=PT. Acesso em: 10 out. 2024.

IBGE. Censo Demográfico 2022: População por idade e sexo: resultados do universo. Rio de Janeiro: IBGE, 2023a. Disponível em: https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/periodicos/3102/cd_2022_populacao_idade_sexo_ac.pdf. Acesso em: 1 maio 2025.

IBGE. Tábuas completas de mortalidade para o Brasil – 2022: Breve análise da evolução da mortalidade no Brasil. Rio de Janeiro: IBGE, 2023b. Disponível em: https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/populacao/9126-tabuas-completas-de-mortalidade?=&t=resultados. Acesso em: 1 maio 2025.

LEITE, Bruna Silva; CAMACHO, Alessandra Conceição Leite Funchal; JOAQUIM, Fabiana Lopes. Vulnerabilityofcaregiversoftheelderlywithdementia: a cross-sectionaldescriptivestudy. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 70, n. 4, p. 682–688, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/reben/a/chtJwWjyZCvDth9b8Tm9VBr/?lang=pt#. Acesso em 01 out. 2024.

LOPES, Esther Vanni; BATISTA, Letícia Passi; SANTOS, Marcos Paulo Carvalho dos; SILVA FILHO, Nelson; SILVA, Daniel Campos. Alzheimer: a saúde do familiar cuidador. In: SILVA FILHO, Nelson (Org.). Avaliações clínicas em Psicologia da Saúde. [s. l.]: [s. d.]. p. 82-113. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/70345022/Avaliacoes_clinicas_em_Psicologia_da_Saude_Nelson_Silva_Filho_Organizador-libre.pdf. Acesso em: 23 jan. 2025.

LUZARDO, Adriana Remião; GORINI, Maria Isabel Pinto Coelho; SILVA, Ana Paula Scheffer Schell da. Características de idosos com doença de Alzheimer e seus cuidadores: uma série de casos em um serviço de neurogeriatria. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 15, n. 4, p. 587–594, 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tce/a/snL3wX6HLYWvrRzFtWdLv4d/abstract/?lang=pt#. Acesso em: 10 out. 2024.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?lang=pt#. Acesso em 10 nov.2024.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA JUNIOR, Carlos E.A. Antropologia, saúde e envelhecimento [online]. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. Antropologia & Saúde collection, 209 p. ISBN: 978-85-7541-304-3. Disponível em: https://static.scielo.org/scielobooks/d2frp/pdf/minayo-9788575413043.pdf. Acesso em 05 jan 2025.

MOHER, David; LIBERATI, Alessandro; TETZLAFF, Jennifer; ALTMAN, Douglas G. The PRISMA Group. PreferredReportingItems for Sistematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement for reportingsystematic reviews and meta-analysesofstudiesthatevaluatehealthcareinterventions: explanationandelaboration. JClinEpidemiol, v. 62, n. 10, p. 1006-1012, July 2009.doi: http://dx.doi.org/10.1136/ bmj.b2700. Disponível em: https://www.bmj.com/content/339/bmj.b2700. Acesso em 12 marc. 2025.

MONTEIRO, Joana Kátia de Mendonça Flexa. Sobrecarga e qualidade de vida do cuidador familiar do idoso da quarta idade. 2021. 55 f. Dissertação (Mestrado Acadêmico em Ciências do Cuidado em Saúde) - Universidade Federal Fluminense, Niterói, 2021. Disponível em: https://app.uff.br/riuff/handle/1/23482. Acesso em 27/09/2024.

NOGUEIRA, José; BRAUNA, Mónica. Documento orientador de políticas de apoio ao cuidador familiar no Brasil. [S. l.]: [s. n.], [data desconhecida]. Disponível em: https://www.gov.br/mdh/ptbr/assuntos/noticias/2022/junho/DOC_orientador_Euro_Cuidados1.pdf. Acesso em: 10 out. 2024.

NUNES, Simony Fabíola Lopes; ALVAREZ, Angela Maria; VALCARENGHI, Rafaella Vivian. Cuidado na doença de Parkinson: padrões de resposta do cuidador familiar de idosos1. Saúde e Sociedade, v. 29, n. 4, p. e200511, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sausoc/a/k88CpMWPPwzH9YVVBHLdGWj/ Acesso em: 08 marc. 2025.

OLIVEIRA, Daniel Vicentini de (org.). Educação física em gerontologia. Curitiba: Appris, 2021. 361 p.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Dementia Fact Sheets. Geneva: WHO; 2012.Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia. Acesso em: 12 set. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Relatório mundial de envelhecimento e saúde: resumo. 2015. Disponível em: https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf. Acesso em: Acesso em: 12 set. 2024.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth Duskin. Desenvolvimento Humano. Porto Alegre: Artmed, 2013, 12ª ed.

PEREIRA, Jéssica de Aquino; SOUZA, Irene Duarte; BAZILIO, Jennifer; FIGUEIRA, Maura Cristiane e Silva; SILVA, Eliete Maria. Analysisofthequalityoflifeandburdenoffamilycaregiversofelderlypeoplea ssistedby home care. Research, Society andDevelopment, [S. l.], v. 11, n. 11, p. e466111133853, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i11.33853. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33853. Acesso em: 20 jan. 2025.

REIS, Rogério Donizeti; DIAS, Ewerton Naves; BATISTA, Marcos Antônio; MESQUITA FILHO, Marcos; SILVA, José Vitor da. Doença de Parkinson: sentimentos atribuídos ao convívio à luz do cuidador familiar. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, [S. l.], v. 24, n. 3, 2019. DOI: 10.22456/2316-2171.91795. Disponível em: https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/91795. Acesso em: 15 jan. 2025.

ROQUE, Stella Marys Braga; BRAGA, Maicon Douglas Xavier; ARAÚJO, Matheus Jose Afonso Gonçalves; NOGUEIRA, Mariana Alves; SALES, Tallisson Matheus Oliveira; TELES, Mariza Alves Barbosa. Sobrecarga dos cuidadores de idosos com demência: um estudo em um ambulatório de geriatria no sudeste do Brasil. Hu rev,v.46, p-1-10, 2020. Disponível em: https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/31207/21600. Acesso em 27 set. 2024.

SILVA, Raimunda; VIEIRA, Luiza Jane; BORGES, Rafaele; BEZERRA, Indara; BRASIL, Christina César; GONÇALVES, Jonas; SAINTRAIN, Maria Vieira. Signos e significado da religiosidade para o cuidador familiar de idosos. Millenium, [S.l.], v. 2, n. 12, p. 85-93, 2020. DOI: 10.29352/mill0212.08.00277. Disponível em: https://doi.org/10.29352/mill0212.08.00277. Acesso em: 20 jan. 2025.

SILVA COURA, Alessandro; ALVES NOGUEIRA, Camila; PAULINO ALVES, Fabiana; DA SILVA ARAGÃO, Jamilly; DE FRANÇA, Inacia Sátiro Xavier; AIRES SILVA MEDEIROS, Kaio Keomma. Qualityoflifeofcaregiversofoctogenarians: a studyusingthe WHOQOL-BREF. Investigación y EducaciónenEnfermería, [S. l.], v. 33, n. 3, 2015. DOI: 10.17533/udea.iee.24462. Disponível em: https://revistas.udea.edu.co/index.php/iee/article/view/24462. Acesso em: 27 set. 2024.

SOUSA, Girliani Silva de; SILVA, Raimunda Magalhães da; REINALDO, Amanda Márcia dos Santos. “A gente não é de ferro”: Vivências de cuidadores familiares sobre o cuidado com idosos dependentes no Brasil. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, n. 1, p. 27–36, 2021. Disponível em: Acesso em: 20 jan.2025.

SOUSA, Girliani Silva de; MINAYO, Maria Cecília de Souza; SILVA, Raimunda Magalhães da. Homens cuidadores informais de idosos dependentes no Brasil. Interface - Comunicação, Saúde, Educação, v. 28, p. e230174, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/icse/a/wrYLzSzL7MXhsb6PqVWgBHR/ Acesso em: 23 jan. 2025.

URSI, Elizabeth Silva; GAVÃO, Cristina Maria. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 14, n. 1, p. 124–131, 2006. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rlae/a/7hS3VgZvTs49LNX9dd85VVb/?lang=pt#. Acesso em 10 nov.2024.

VERAS, Renato; OLIVEIRA, Márcia. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. Ciência & Saúde Coletiva, v. 23, n. 6, p. 1929-1936, 2018. Disponível em: http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/envelhecer-no-brasil-a-construcao-de-um-modelo-de-cuidado/16670?id=16670 /. Acesso em: 1 maio 2025.