

## Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos com depressão: estratégias de intervenções

### Overburden of family caregivers of elderly with depression: intervention strategies

## Sobrecarga de cuidadores familiares de ancianos con depresión: estrategias de intervenciones

Recebido: 18/03/2019  
 Aprovado: 09/08/2019  
 Publicado: 07/10/2019

Gabriela Souza Granero<sup>1</sup>

Álvaro da Silva Santos<sup>2</sup>

Kelly Cristina Ramira Sousa<sup>3</sup>

Carolina Peixoto Cintra<sup>4</sup>

Mariana de Carvalho Casemiro<sup>5</sup>

Luan Augusto Alves Garcia<sup>6</sup>

Irma Helena Ferreira Benate Bomfim<sup>7</sup>

Esta é uma revisão integrativa que teve por objetivo conhecer as principais estratégias de enfrentamento (adaptação psicológica) para diminuir a sobrecarga de familiares cuidadores de idosos com depressão, expressas nas produções científicas. As buscas ocorreram nas bases de dados Medline, Lilacs, Redalyc, Scielo e Pepsic, com combinações dos descritores: cuidador, idoso, depressão, carga de trabalho, adaptação psicológica, nos idiomas em português, inglês e espanhol, considerando o período de janeiro de 2014 a maio de 2019. Recuperou-se 35 produções, categorizados após por similitudes temáticas. As categorias construídas foram: *Estratégias psicológicas no âmbito individual* com 23 artigos e *Estratégias de enfrentamento no âmbito social: Políticas Públicas* com 12 artigos. As principais estratégias para diminuir a sobrecarga dos familiares cuidadores de idosos, no âmbito individual foram: promoção de comportamento de autocuidado, ensino de técnicas de relaxamento, gestão de conflitos e tomada de decisões, contribuições a melhoria das habilidades sociais dos cuidadores informais, e o incentivo a espiritualidade como fator protetivo aos idosos e os familiares. Nas estratégias de enfrentamento relacionadas à criação de Políticas Públicas observou-se: suporte formal aos cuidadores, incentivo ao apoio social, implantação potentes da Estratégia Saúde da Família, implementação de Home Care de forma organizada e, serviço de atenção domiciliar.

**Descritores:** Cuidadores; Idoso; Depressão.

This is an integrative review that aimed to know the main coping strategies (psychological adaptation) to decrease the burden of family caregivers of older adults with depression, expressed in scientific production. The searches were done in Medline, Lilacs, Redalyc, Scielo and Pepsic with combinations of descriptors: caregiver, aged, depression, workload, psychological adjustment, in Portuguese, English and Spanish, considering the period from January 2014 to May 2019. The recovery consisted of 35 productions, categorized after by thematic similarities. The categories constructed were: *psychological strategies at the individual level* with 23 articles and *Coping strategies in the social sphere: Public Policies* with 12 articles. The main strategies to reduce the burden on family elderly caregivers, at the individual level. were: self-care behavior promotion, teaching relaxation techniques, conflict management and decision making, contributions to improve the social skills of the informal caregivers, and encouraging to spirituality as a protective factor for the elderly and families. In coping strategies related to the creation of Public Policies it was observed: formal support to caregivers, encouraging to social support, powerful implementation of the Family Health Strategy, implementation of Home Care in an organized way and home care service.

**Descriptors:** Caregivers; Aged; Depression.

Esta es una revisión integral que tuvo por objetivo conocer las principales estrategias de enfrentamiento (adaptación psicológica) para disminuir la sobrecarga de familiares cuidadores de ancianos con depresión, expresadas en las producciones científicas. Las búsquedas ocurrieron en las bases de datos Medline, Lilacs, Redalyc, Scielo y Pepsic, con combinaciones de descriptores: cuidador, anciano, depresión, carga de trabajo, adaptación psicológica, en los idiomas en portugués, inglés y español, considerando el período de enero de 2014 a mayo de 2019. Se recuperaron 35 producciones, categorizadas después por similitudes temáticas. Las categorías construidas fueron: *Estrategias psicológicas en el ámbito individual* con 23 artículos y *Estrategias de enfrentamiento en el ámbito social: Políticas Públicas* con 12 artículos. Las principales estrategias para reducir la carga de los familiares cuidadores de ancianos en el ámbito individual fueron: promoción de comportamiento de autocuidado, enseñanza de técnicas de relajación, gestión de conflictos y toma de decisiones, contribuciones a la mejora de las habilidades sociales de los cuidadores informales, y el incentivo a la espiritualidad como factor protector a los ancianos y a los familiares. En las estrategias de enfrentamiento relacionadas a la creación de Políticas Públicas se observó: apoyo formal a los cuidadores, incentivo al apoyo social, implantación potente de la Estrategia Salud de la Familia, implementación de Home Care de forma organizada y, servicio de atención a domicilio.

**Descriptores:** Cuidadores; Anciano; Depresión.

1. Psicóloga. Especialista em Psicanálise. Mestre em Psicologia, Franca, SP, Brasil. ORCID: 0000-0003-2612-5461 E-mail: gabrielagranero.gg@gmail.com

2. Enfermeiro. Especialista em Saúde Pública. Especializando em Psicanálise pelo Núcleo de Pesquisas Psicanalíticas. Mestre em Administração em Serviços de Saúde. Doutor em Ciências Sociais (Antropologia). Pós Doutor em Serviço Social. Professor Associado do Programa de Pós-Graduação em Psicologia e do Programa de Pós-Graduação em Atenção à Saúde da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM). Uberaba, MG, Brasil. ORCID: 0000-0002-8698-5650 E-mail: alvaroenf@hotmail.com

3. Psicóloga. Mestre em Psicologia, Uberaba, MG, Brasil. ORCID: 0000-0002-9215-2524 E-mail: kellycrsousa@hotmail.com

4. Psicóloga. Especializando em Psicanálise pelo Centro Universitário Municipal de Franca (UNI-FACEF), Franca, SP, Brasil. ORCID: 0000-0002-0045-4630 E-mail: carolpcintra@outlook.com

5. Psicóloga. Especializando em Psicanálise pelo UNI-FACEF, Franca, SP, Brasil. ORCID: 0000-0001-6604-9307 E-mail: marianacasemiro@hotmail.com

6. Enfermeiro. Especialista em Saúde do Trabalhador. Mestre em Atenção à Saúde. Doutorando em Atenção à Saúde pela UFTM, Uberaba, MG, Brasil. ORCID: 0000-0003-0984-2688 E-mail: luangarciaatpc@yahoo.com.br

7. Psicóloga. Especialista em Psicanálise da Criança. Especialista em Psicodinâmica Familiar. Mestre em Promoção da Saúde. Doutora em Psicologia. Docente do UNI-FACEF, Franca, SP, Brasil. ORCID: 0000-0001-6863-7567 E-mail: irma@benate.com.br

## INTRODUÇÃO

O mundo está passando por um fenômeno de envelhecimento populacional, o que resulta em um aumento substancial do número de idosos na população global. Em 1950 os idosos representavam 8% da população mundial sendo 202 milhões em número; em 2013, o percentual foi para 12% e atingiu 841 milhões, já em 2050 estima-se que esse número será superior a 2 bilhões de pessoas idosas no mundo<sup>1</sup>.

Dentre esses adoecimentos, atualmente a depressão é a mais comum entre os idosos<sup>2</sup> e com maior risco de morbidade e mortalidade<sup>3</sup>, considerada como um problema de saúde pública, apesar de haver poucos estudos populacionais acerca da prevalência depressão no Brasil<sup>4</sup>.

Com o aumento do número de idosos, é necessário ampliar-se o contingente de cuidadores. Há dois tipos principais: o cuidador formal e o informal. O cuidador formal é aquele que é treinado, realiza cursos, se prepara para exercer a função de cuidar e recebe remuneração; já o cuidador informal, pode ser um parente, amigo, vizinho, familiar, que assume e responsabiliza-se sem treinamentos; esses prestam cuidados aos idosos dentro do domicílio<sup>5</sup> e, na maioria das vezes sem remuneração.

O exercício contínuo da tarefa de cuidar interfere na vida dos familiares cuidadores, aumentando sua sobrecarga e ocasionando problemas, físico, psicológico e social, deste modo, o esgotamento e a exaustão dos cuidadores, somado a sintomatologia característica de quem sofre a sobrecarga, podem ser resultantes da dedicação ininterrupta, o que leva o cuidador a deixar as suas necessidades próprias em segundo plano<sup>6</sup>, por isso é comum os cuidadores queixarem-se frequentemente de depressão, estresse, ansiedade e sobrecarga<sup>7</sup>.

As políticas públicas ainda são precárias e muitos cuidadores se vêem sozinhos ao exercer essa função, sentindo-se desamparados frente aos desafios diários. O familiar cuidador necessita de acompanhamento psicológico e um suporte social, para encontrar condições de construir

algumas estratégias que favoreçam sua qualidade de vida<sup>5</sup>.

Posto isso, esse estudo teve por objetivo conhecer as principais estratégias de enfrentamento (adaptação psicológica) para diminuir a sobrecarga de familiares cuidadores de idosos com depressão, expressas nas produções científicas.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da qual se pretende responder a uma pergunta norteadora, definida a partir do método PICO (P: participantes, I: intervenção, C: comparação, O: resultado/desfecho)<sup>8</sup>.

A questão norteadora foi: Quais as estratégias de adaptação psicológica (enfrentamento) (O) que contribuem para a diminuição da sobrecarga (I) dos familiares cuidadores de idosos com depressão (P)? Por sua vez, a revisão também foi baseada no formulário internacional para estudos de revisão sistemática e metanálise, o PRISMA – *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*<sup>9</sup>.

A busca foi realizada nas bases de dados: MEDLINE, LILACS, REDALYC, SciELO e PePSIC. Os descritores de busca utilizados foram obtidos no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), considerando-se os idiomas português, inglês e espanhol. As operações foram obtidas através das combinações dos seguintes unitermos: (1) cuidador OR caregivers AND idoso OR aged OR anciano AND depressão OR depression OR depresion, (2) cuidador OR caregivers AND idoso OR aged OR anciano AND adaptação psicológica OR adaptation, psychological OR adaptacion psicológica OR coping, (3) cuidador OR caregivers AND idoso OR aged OR anciano AND carga de trabalho OR workload OR carga de trabajo, (4) cuidador OR caregivers AND idoso OR aged OR anciano AND jornada de trabalho OR work hours OR horas de trabajo. Os descritores: enfrentamento tem como sinônimo adaptação psicológica e o unitermo sobrecarga corresponde à carga de trabalho e/ou jornada de trabalho.

Na triagem foram utilizados os critérios de inclusão: a) artigos publicados nos idiomas

português, inglês e espanhol; b) publicados nos últimos cinco anos período compreendido entre janeiro de 2014 a maio de 2019; c) com texto completo disponível e gratuito; d) que fornecesse informações para responder a pergunta norteadora ou que abordasse a temática de forma tangencial. Foram excluídos: a) estudos como teses, dissertações, comunicações, monografias, resenhas, cartas, editoriais, notícias, livros, capítulos b) artigos repetidos; c) artigos fora do período de publicação estabelecido; e, d) artigos que não se relacionavam diretamente com o tema.

O levantamento nas bases de dados foi realizado em maio do ano de 2019. A primeira etapa constitui-se pela a leitura dos títulos dos artigos identificados, excluindo-se aqueles distantes da temática proposta.

Na segunda etapa, foram lidos os resumos dos artigos e selecionado produções em consonância com o tema e aos critérios de inclusão e exclusão. Esse procedimento foi realizado por dois juízes independentes, ambos com formação em Psicologia; as discordâncias foram analisadas por um terceiro juiz.

Os artigos repetidos foram contabilizados uma vez e, os selecionados pelo título e resumo foram lidos na íntegra. Novamente aplicou-se os critérios de inclusão

e exclusão dos textos completos. Os artigos recuperados e analisados na íntegra foram os que responderam diretamente a pergunta norteadora e os abordaram a questão de forma tangencial.

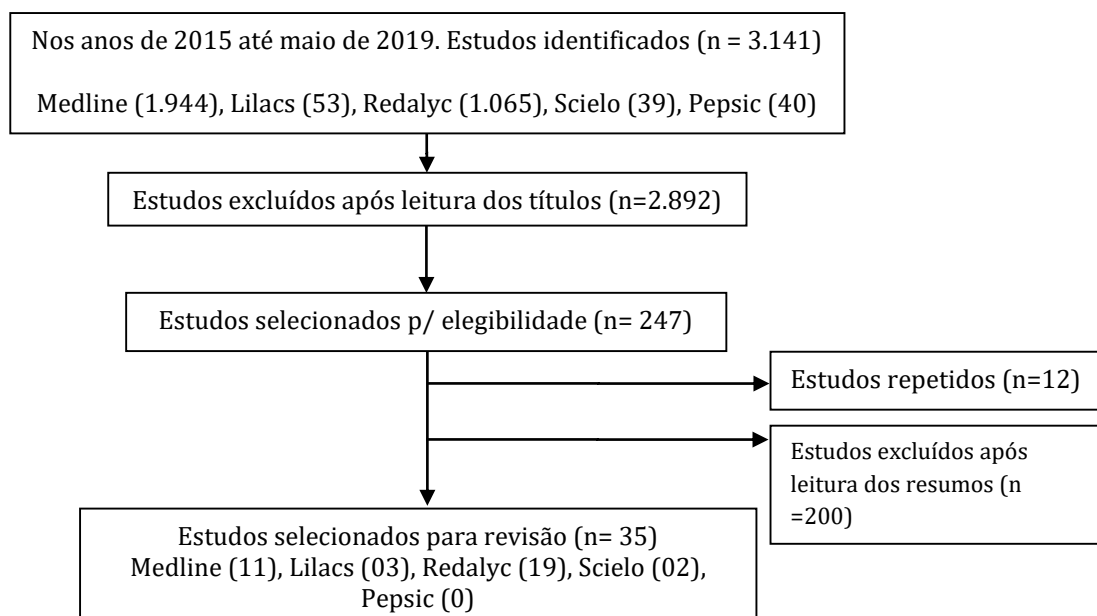
Os estudos encontrados foram organizados em uma planilha Excel, destacando-se para os artigos recuperados os seguintes aspectos: título, ano de publicação, país, periódico, objetivo, tipo de estudo, amostra, instrumentos, principais resultados e conclusões.

A apresentação da revisão pauta-se nas recomendações do sistema PRISMA<sup>9</sup>. Os artigos selecionados, foram analisados na íntegra para a construção das categorias temáticas, de modo a responder a pergunta norteadora e o objetivo específico do estudo.

Construíram-se categorias a partir dos artigos elencados, que foram dispostos em quadros e discutidas a luz de produções ligadas ao tema, bem como, o debate acerca de lacunas e contribuições.

## RESULTADOS

A síntese dos métodos utilizados e dos achados encontra-se sumarizada na Figura 1. Foram identificados inicialmente 3.141 artigos e selecionados destes 35 estudos para a revisão, que respondiam a proposta do estudo.



**Figura 1.** Processo de seleção e identificação dos artigos. 2019.

A origem dos pesquisadores contemplou quanto a nacionalidade: Brasil (22 artigos), Singapura (2 artigos), Espanha (2 artigos). Os demais países tiveram apenas 1 artigo cada: Holanda, Austrália, Suécia, Chile, Coréia, Tailândia, Bélgica, Reino Unido, Filadélfia, África, Cuba, Portugal, México, Uruguai e Venezuela.

Os periódicos com mais publicações foram: *Revista Brasileira de Enfermagem* (03 artigos) e, com dois artigos cada - *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, *Texto & Contexto em Enfermagem*, *Health and Quality of Life Outcomes*, *Journal of Research Fundamental Care Online*.

Dentre os 35 artigos recuperados, 57% eram investigações quantitativas, 28% qualitativas e 14% quantitativas.

Os estudos qualitativos utilizaram como instrumento a entrevista<sup>10</sup>, entrevista em profundidade<sup>11</sup>, bem como, se apresentaram como estudo de caso com entrevistas semi-estruturadas realizadas com cuidadores informais e idosos dependentes<sup>12</sup> e, estudo de caso com cuidadoras<sup>13</sup> além de, grupo operativo comunitário com idosos, empregado instrumento como diário de campo<sup>14</sup>.

Nos estudos quantitativos foram entrevistados cuidadores e utilizou-se a escala Zarit<sup>15</sup> questionário sociodemográfico, inventário de Sobrecarga de Zarit (ZBI), Escala de Depressão Geriátrica (EGD), avaliação de fragilidade, segundo o fenótipo de Fried<sup>16</sup> Escala de Satisfação Global com a Vida, Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD), Atividades Básicas de Vida Diária (ABVD), Qualidade de vida: medida por meio da escala CASP-19<sup>17</sup>. E nos estudo quanti-quali utilizou-se os mesmo instrumentos acrescidos do Mini Exame do Estado Mental (MEEM)<sup>18</sup>.

O artigo de Aires et al (2017), intitulado "Depressive symptoms of the elderly people and caregiver's burden in home care" respondeu integralmente a questão norteadora, referindo-se as estratégias de enfrentamento que minimizam a sobrecarga dos cuidadores de idosos com sintomas depressivos<sup>19</sup>.

Os termos idosos dependentes que respondiam tangencialmente o objetivo apareceram em 20% dos artigos. Idosos que cuidam de idosos foi outro tema que apareceu em três estudos e, em um deles investigou-se a relação entre fragilidade, sintomas depressivos e sobrecarga de idosos cuidadores, em contexto de alta vulnerabilidade social<sup>16</sup>. Os termos idosos frágeis também foram evidentes, como no artigo de Farjado, Linares, Canovas<sup>20</sup>, que descreveu o comportamento do grupo de sobrecarga de cuidadores de idosos.

As categorias definidas foram intituladas: 1) Estratégias psicológicas no âmbito individual, 2) Estratégias de enfrentamento no âmbito social: Políticas Públicas. Na primeira categoria foram selecionados 23 artigos e, na segunda 12 artigos.

## DISCUSSÃO

### Estratégias de enfrentamento psicológicas no âmbito individual

Nessa categoria são apresentadas estratégias de enfrentamento no âmbito psicológico. As intervenções que visem o suporte formais e emocionais, de forma a acolher as angústias e os problemas de saúde dos cuidadores, são importantes e necessárias, principalmente com intuito de minimizar sua sobrecarga<sup>21</sup>.

Um estudo realizado em Portugal com 107 cuidadores de idosos, constatou que um terço das pessoas que se dedicam aos cuidados de idosos requerem ajuda especializada para lidar com o estresse emocional, bem como que este é um grupo que tem risco ao desenvolvimento de transtornos mentais, sendo importante a realização ações de prevenção de agravos e promoção da saúde<sup>22</sup>.

Nas estratégias de prevenção a sobrecarga aos familiares cuidadores de idosos, é preciso compreender os sentimentos que influenciam na sobrecarga, já que estas vivências oscilam entre positivos e negativos, ou que minimizam ou maximizam sobrecarga e desconforto emocional. Entre as vivências positivas se destacam os momentos de interação cuidador e idosos e a manutenção da autoestima e, nas negativas aparecem o

abandono do trabalho para cuidar, a vida afetiva em segundo plano, o comprometimento das atividades sociais e de lazer<sup>23</sup>.

Em outra pesquisa com 50 cuidadores de idosos, 25 idosos receptores do cuidado e 25 profissionais de saúde, os conflitos frequentemente envolvidos nas relações do cuidadores de idosos, foram: a falta de apoio de outros membros da família, problemas financeiros, comportamento não cooperativo do receptor de cuidados e conflitos de opiniões sobre carinho<sup>24</sup>.

Já os recursos considerados mais úteis às habilidades sociais: expressão dos sentimentos positivos (expressão por sentimento de afeto positivo ou de consideração por outra pessoa), controle da agressividade (lidar com situações negativas que exigem controle de raiva e agressividade) e discussão dos problemas, essas das tarefas também envolvem habilidades de comunicação (obter informações ou arranjar outras pessoas para ficar com o idoso)<sup>24</sup>.

Uma das estratégias de enfrentamento propostas foram os programas de intervenções para ajudar os profissionais e os cuidadores a desenvolver suas habilidades sociais; tais programas permitem que os cuidadores cuidem melhor de si, reduzindo declínios em seu bem estar físico e emocional<sup>24</sup>.

Estudo realizado na Espanha mostrou: 1) a importância de considerar as estratégias de enfrentamento na avaliação de cuidadores de parentes de idosos, 2) a qualidade de vida dos cuidadores está relacionado com suas estratégias de sobrevivência, 3) a qualidade de vida pode ser agravada por enfrentamento do tipo evitação e, 4) a qualidade de vida pode ser melhorada por atividades centrada na emoção e no suporte social<sup>25</sup>.

Tais informações são úteis para a prática clínica, no desenvolvimento de intervenções aos familiares cuidadores de idosos, na busca de favorecer a aceitação da situação e a busca de apoio social, como: resolução de problemas, benefício-finding e intervenções reavaliação positiva, aceitação e controle de pensamentos disfuncionais, e intervenções destinadas a reforçar o apoio social<sup>25</sup>.

Outra intervenção protetora aos familiares cuidadores e aos idosos propensos a desenvolver depressão, são as relações com a espiritualidade. Isto pois, profissionais devem reconhecer os fatores emocionais e espirituais na vida dos indivíduos, visando prestar assistência integral e esperança para os idosos cuidadores, de modo a prevenir problemas de saúde e favorecer qualidade de vida e cuidado<sup>26</sup>.

Outro estudo realizado com cuidadores informais na Tailândia apontou que a espiritualidade também foi vista como uma medida de intervenção favorável. Nessa pesquisa relatou-se os impactos negativos do cuidar: estresse emocional, lutas financeiras e preocupação com a falta de conhecimentos<sup>11</sup>. Já as experiências positivas: oportunidades para mostrar gratidão e acumular Karma (de realizar boas ações com noções enraizadas nos ensinamentos budistas), carinhos dos beneficiários dos cuidados, boas relações com os cuidadores e encorajamento da comunidade geral em cuidar, compreensão do sofrimento como parte do administrar seu estresse<sup>11</sup>.

Outras maneiras de fornecer alívio aos familiares cuidadores de idosos são: fornecer informações oportunas de auto-atendimento eficaz, técnicas de relaxamento, comunicação, gestão de conflitos familiares e tomada de decisão, favorecendo a qualidade do atendimento<sup>27</sup>. A realização de oficinas ao cuidador oferta aprendizado sobre comunicação e gestão das emoções<sup>27</sup>.

Na díade cuidador-cuidado é preciso promover intervenções com cuidadores através de formação, aconselhamento e apoio, bem como, propor comportamentos de autocuidado para evitar a sobrecarga do cuidador, além de consolidar o reconhecimento social do cuidador informal, mostrar as contribuições sociais desses, incentivando-os estratégias de responsabilidade e de gênero e intergeracionais. Destarte, a feminização dos cuidados é evidente, e os homens deveriam auxiliar mais no processo de cuidados aos idosos<sup>28</sup>.

Um estudo realizado com 148 cuidadores de idosos evidenciou que a



satisfação destes, com a funcionalidade familiar depende da qualidade do intercâmbio de apoio, que é mais importante do que a quantidade de parceiros sociais nele envolvidos e, depende da reciprocidade (dar e receber apoio, cuidador e receptor), como sendo mais importante do que a unidirecionalidade e o suporte emocional mais importante do que outros tipos de suportes<sup>29</sup>.

A capacidade adaptativa da família, a força de ligação afetiva, as oportunidades de crescimento pessoal propiciam aos seus membros a capacidade de solucionar problemas, como elementos centrais à boa funcionalidade familiar<sup>29</sup>.

A proposta de investigar as diferentes intervenções em curto e médio prazo, tais como os grupos de apoio, se elas influenciam positivamente a satisfação com os cuidadores de idosos, mesmo com a presença de fatores negativos, como fragilidade e depressão, é necessária. Nesse sentido, novos estudos são necessários para a produção de subsídios teóricos destinados a estratégias de cuidados, além do aprimoramento de estratégias de autorregulação cognitivo-emocional orientados aos cuidadores familiares de idosos<sup>30</sup>.

### **Estratégias de enfrentamento no âmbito social: Políticas Públicas**

Nessa categoria as principais estratégias sugeridas nos estudos selecionados foram: implementação de Políticas Públicas voltadas aos familiares dos idosos, intervenções para cuidadores e profissionais no âmbito da Estratégia da saúde da Família (ESF), implementação do Home Care (HC), aprimoramento dos Serviços de Atenção Domiciliar (SAD) e ressaltou a importância do apoio/suporte social para diminuição da sobrecarga e, fortalecimento da resiliência.

O sexo predominante quando se trata de cuidadores informais, é o feminino, o perfil de um cuidador principal de idosos são mulheres casadas, de classe média, com ensino primário (fundamental) e que cuida de algum parente de primeiro grau<sup>31</sup>.

Uma forma concreta de diminuir a sobrecarga dos familiares cuidadores é oferecer apoio social e, a divisão de tarefas

que podem tornar o cuidado mais equilibrado. O apoio social para cuidadores de idosos acima de 65 anos, atua como um fator protetivo contra a solidão, estresse e a depressão, independente de executar tarefas de cuidados<sup>31</sup>.

O apoio social além de ser um fator protetivo auxilia no fortalecimento da resiliência dos cuidadores. Existem dois tipos de apoio social: emocional e instrumental, que podem ser oferecidos pela família e pessoas próximas ou pelos serviços de saúde mental para ajudar-los a sustentar seu papel de cuidador. O apoio social emocional se dá quando ocorre à empatia, a disponibilidade em ouvir, o que ajuda a aliviar o estresse emocional acumulado e ansiedade associada aos cuidadores de idosos, sobretudo com doença mental<sup>10</sup>.

Já o apoio instrumental pode ser oferecido por meio de suporte financeiro, oferecer período de folga para o cuidador ter tempo para si, auxiliar nas atividades domésticas que pode partir de um familiar ou comunidades, instituições e serviços que ofertam cuidados em saúde mental para idosos<sup>10</sup>.

Em estudo de revisão apontou-se a necessidade de implementação de medidas de promoção de saúde social, prevenção e educação que favoreçam os familiares cuidadores de idosos, e que os formuladores de políticas de saúde devam estabelecer programas que melhorem o apoio social de idosos não institucionalizados<sup>31</sup>.

Na maioria das vezes os cuidadores familiares consideram insuficientes as informações e conselhos que recebem, ou seja, eles não têm pessoas com quem possam se comunicar e compartilhar seus sentimentos e problemas derivados de sua tarefa de cuidar. Quando o apoio e a orientação não estão disponíveis, há consequências diretas sobre a saúde do cuidador, levando ao esgotamento<sup>32</sup>.

Uma pesquisa na Austrália, afirma o quanto os cuidadores primários de um membro mais velho da família com doença mental, constitui-se em uma tarefa difícil, que tem consequência para a saúde física, emocional, social, financeira e para o bem estar dos cuidadores; esses devem ser

encorajados a adotarem estratégias de enfrentamento para reforçar sua resiliência<sup>10</sup>.

Por isso, é importante direcionar políticas públicas de saúde que contemplem as potencialidades e limitações, proporcionando um envelhecimento ativo e uma atenção que potencialize a autonomia dos sujeitos envolvidos sejam, os idosos, cuidadores ou profissionais. Também evidencia-se fragilidades nas ações de suporte às famílias, desenvolvidas pelas equipes da ESF, principalmente as voltadas aos cuidadores<sup>15</sup>.

O Estado, não executa políticas de suporte familiar suficientes, no Sistema Único de Saúde (SUS) e; a remuneração previdenciária é desigualmente distribuída. Os cuidadores precisam de atenção por parte do Estado, uma vez que não há diretriz em lei ou regulamentação na Política Nacional de Proteção ao Idoso que oriente a atividade do cuidador familiar, deixando o sujeito sem suporte<sup>33</sup>.

Um estudo realizado em Cuba com 360 cuidadores salientou a urgência de desenhar-se políticas de cuidados, numa abordagem ampla, envolvendo áreas como: educação, saúde, serviços, segurança social, entre outros, pois, ainda que o cuidado seja visto como uma responsabilidade familiar, a tarefa envolve vários fatores, uma vez que a ação cuidativa é multifatorial e interdisciplinar<sup>20</sup>.

As políticas públicas devem identificar as necessidades individuais de apoio aos cuidadores, antes do adoecimento dos familiares cuidadores<sup>34</sup>. O cuidar de idosos não deve recair unicamente sobre a família. A se considerar que a carga e os custos são elevados, é necessário o apoio da comunidade e instituições não governamentais, além de iniciativas e projetos de desenvolvimento social que aumentem a rede de apoio a comunidade<sup>32</sup>.

Um estudo realizado em Singapura com idosos mostrou o quanto o suporte social media a associação entre resistência e sobrecarga dos cuidadores, assim, os profissionais de saúde, em especial aqueles que oferecem apoio aos cuidadores, devem promover e identificar familiares e amigos

que ajudem no cuidar, com vistas a minimizar a sobrecarga do cuidador<sup>29</sup>.

Nas políticas públicas voltadas ao cuidador de idoso no âmbito da ESF, tem-se como importante: os grupos de apoio que podem melhorar a qualidade de vida<sup>18</sup>, acrescido de treinamento para cuidadores informais, juntamente com os profissionais<sup>35</sup>.

Outra pesquisa realizada com os profissionais de um CAPS acerca da família do idoso em sofrimento psíquico, mostra a necessidade da criação de espaço reflexivo sobre o cuidado a esse público, assim como, a superação dos desafios do vínculo entre família, usuário e serviço de saúde mental, por isso, destacou-se a importância da formalização de protocolos de assistência até o fornecimento de cursos de capacitação aos profissionais e familiares<sup>36</sup>.

Do mesmo modo, avaliações dos cuidadores de idosos devem ser realizadas, para detectar precocemente os problemas que os afligem e desenvolver intervenções capazes de minimizar suas queixas e evitar o aparecimento de desfechos adversos<sup>11</sup>. Entretanto, o que ocorre é que muitas vezes o cuidador principal não está preparado para esta função e, por conta disso, acaba se sentindo inseguro; o cuidado domiciliar requer uma reorganização dos serviços de saúde, buscando sanar as necessidades da população<sup>37</sup>.

Em um estudo das visões dos familiares cuidadores sobre um Serviço de Atenção Domiciliar (SAD), se ressaltou a necessidade da equipe multiprofissional realizar mais visitas, trabalhar de forma integrada (principalmente em visitas de avaliação), construir um plano individualizado de cuidados e, melhorar a formação dos profissionais que trabalham nesse espaço de cuidado<sup>13</sup>. Em especial pelo fato de que muitas vezes, algumas pessoas não poderiam assumir o papel de cuidador, principalmente idosos cuidando de idosos (sem devida avaliação e capacitação), podendo incorrer em problemas éticos, humanos, sociais a serem administrados pelo SAD<sup>13</sup>.

O SAD deve avaliar a dinâmica familiar e as necessidades dos cuidadores e, os profissionais de saúde devem desempenhar

um papel fundamental nas intervenções, com o propósito de fortalecer o funcionamento da família e oferecer apoio<sup>38</sup>.

Outra possibilidade de intervenções foram: implementação de Home Care (HC), de forma organizada, que é uma modalidade de atenção fundamental para o cuidado de idosos e sua rede informal<sup>39</sup>. Os profissionais de saúde podem desenvolver ações educativas na rotina diária de visitas domiciliares. O HC, pode orientar e direcionar medidas preventivas e realizar avaliação multidimensional do idoso e dos seus cuidadores<sup>40</sup>.

Um estudo de caso qualitativo realizado em cinco países Europeus (Bélgica, Holanda, Luxemburgo, França e Alemanha), afirma o quanto uma única estratégia de apoio não pode beneficiar todos os cuidadores informais e medidas adaptadas são necessárias. O desenvolvimento de uma política coerente é uma tarefa complexa, mas necessária<sup>12</sup>.

Outra estratégia são as atividades de educação em saúde através de grupos operativos, para pessoas idosas vinculadas a uma unidade de saúde local, como os grupos de saúde mental na atenção primária voltados para os idosos e cuidadores<sup>14</sup>.

Não só o apoio social, as políticas públicas, os serviços de atenção domiciliar, e Home Care são intervenções capazes de auxiliar os familiares cuidadores. Uma pesquisa realizada na África (Gana) aponta a necessidade da criação de programas de proteção social, que deve ser expandido não só as pessoas idosas, mas também aos familiares cuidadores destes idosos em vulnerabilidade<sup>40</sup>.

Como pode se observar foram encontradas muitas estratégias concretas de enfrentamento, mas direcionadas aos familiares de idosos, apenas dois estudos fizeram menção específica aos idosos com sintomas depressivos. Considerando que essas estratégias respondem tangencialmente a questão da pesquisa e terá uma significativa contribuição aos idosos e familiares cuidadores.

Num estudo específico com idosos com sintomas depressivos, com o objetivo de verificar, entre cuidadores familiares, a

prevalência de sobrecarga e os fatores associados a ela em uma região pobre e violenta do Rio de Janeiro, verificou-se que investigar e tratar depressão e demência em idosos, assim como prover apoio aos seus cuidadores, pode contribuir para o manejo efetivo da sobrecarga de cuidadores familiares, melhorando a qualidade do cuidado e a saúde de ambos<sup>41</sup>.

Por isso, se os idosos com sintomas depressivos ou outros transtornos mentais, quando estão respaldados de cuidados, afeta diretamente os cuidadores que ficaram menos carregados emocionalmente, o que contribuirá para a diminuição da sua sobrecarga subjetiva.

Nessa revisão observa-se como lacuna, a baixa quantidade de investigações em idosos com sintomas depressivos e suas relações com os cuidadores informais. Assim, as sugere-se estudos de acompanhamento das possíveis associações entre presença de sintomas depressivos, depressão e sobrecarga do cuidador<sup>39</sup>.

Nessa categoria, os estudos apontam a necessidade de readaptação e reorientação das políticas públicas que fornecem suporte formal aos cuidadores familiares<sup>23,42-44</sup>. Propõe-se estabelecer programas sociais preventivos destinados a desenvolver áreas de lazer para os idosos destinado a apoiar os cuidadores familiares e simultaneamente beneficiar a qualidade de vida de todos<sup>43</sup>. Grupos de educação em saúde, como os grupos de convivência, de apoio e suporte, ensino do autocuidado, e as consultas domiciliares<sup>18</sup>. E ainda, a criação de políticas públicas nas necessidades expressas por cuidadores, garantindo medidas coerentes<sup>44</sup>.

## CONCLUSÃO

As principais estratégias para diminuir a sobrecarga dos familiares cuidadores de idosos, no âmbito psicológico foram: promoção de comportamento de autocuidado, ensino de técnicas de relaxamento, gestão de conflitos e tomada de decisões, contribuições a melhora das habilidades sociais dos cuidadores informais, e o incentivo a espiritualidade como fator protetivo aos idosos e os familiares.



As outras estratégias de enfrentamento mencionadas foram relacionadas à criação de Políticas Públicas no âmbito social como: fornecer suporte formal aos cuidadores, incentivo ao apoio social, implantação potentes da ESF, implementação de Home Care de forma organizada e serviço de atenção domiciliar competente.

Entretanto, embora as pesquisas tragam essas contribuições em termos de intervenções, na grande maioria dos estudos essas estratégias são mencionadas superficialmente. Não há descrição precisa de como coloca-las em práticas. Em boa parte dos estudos, sugere-se criação de políticas públicas, mas sem mencionar práticas mais evidentes, o que pode inferir que ainda há muitas lacunas na literatura, seja na internacional como na nacional em termos de intervenções eficazes aos familiares cuidadores de idosos.

A produção acerca de estratégias aos cuidadores de idosos com depressão mostrou-se reduzida, de modo a ser incluído os artigos que atendiam tangencialmente os estudos relacionados a idosos e familiares cuidadores por respaldarem estratégias importantes.

Outra limitação é o fator temporal, já que a revisão foi realizada nos últimos cinco anos. Assim, sugere-se a ampliação do recorte temporal, a seleção de artigos em outras bases de dados a fim de identificar se existe um número maior de pesquisas de idosos com sintomas depressivos, considerando ser este um transtorno mental prevalente nos idosos e portanto, de relevância científica e social.

Por outro lado, o estudo mostrou como as produções estão referindo a abordagem de enfrentamento dos cuidadores de idosos, passível de reflexão e busca de mudança da realidade.

## REFERÊNCIAS

1. Luchesi BM, Degani GC, Brígola AG, Pavarini SCI, Marques S. Evaluation of depressive symptoms in older caregivers. *Arch Clin Psychiatr*. [Internet]. 2015[citado em 10 jul 2019]; 42(2):45-51. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v42n2/0101-6083-rpc-42-2-0045.pdf>
2. Ferraiuoli C, Ferreira S. O outro lado da "melhor idade": Depressão e suicídio em idosos. *Perspect online: Hum & Soc Aplic*. [Internet]. 2017[citado em 10 jul 2019]; 18(7):43-53. Disponível em: [https://www.seer.perspectivasonline.com.br/index.php/humanas\\_sociais\\_e\\_aplicadas/article/view/821/852](https://www.seer.perspectivasonline.com.br/index.php/humanas_sociais_e_aplicadas/article/view/821/852)
3. Carreira L, Botelho MR, Matos PCB, Torres MM, Salci MA. Prevalência de depressão em idosos institucionalizados. *Rev Enferm UERJ*[Internet]. 2011[citado em 10 jul 2019]; 19(2):268-73. Disponível em: <http://www.facenf.uerj.br/v19n2/v19n2a16.pdf>
4. Santos ER, Huang H, Menezes PR, Scazufca M. Prevalence of depression and depression care for populations registered in primary care in two remote cities in the Brazilian Amazon. *PLoS ONE* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019];11(3):e0150046. Disponível em: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0150046>
5. Berwanger DC. Sofrimento psíquico de cuidadores de idosos[Internet]. (Monografia). Santa Rosa, RS: Universidade Regional do Noroeste do Rio Grande do Sul; 2012. Disponível em: <http://bibliodigital.unijui.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1044/SOFRIMENTO%20PS%C3%8DQUICO%20DE%20CUIDADORES%20DE%20IDOSOS.pdf?sequence=1>
6. Guerra HS, Almeida NAM, Souza MR, Minamisava R. A sobrecarga do cuidador domiciliar. *Rev Bras Promoç Saúde* [Internet].2017[citado em 11 jul 2019]; 30(2):179-86. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/6043>
7. Souza LR, Hanus JS, Libera LBD, Silva VM, Mangili EM, Simões PW, et al. Sobrecarga no cuidado, estresse e impacto na qualidade de vida de cuidadores domiciliares assistidos na atenção básica. *Cad Saúde Coletiva*[Internet]. 2015[citado em 11 jul 2019]; 23(2):140-9. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/cadsc/v23n2/1414-462X-cadsc-23-2-140.pdf>
8. Santos CMC, Pimenta CAM, Nobre MRC. A estratégia PICO para a construção da pergunta de pesquisa e busca de evidências. *Rev Latinoam Enferm*. [Internet]. 2007[citado em 11 jul 2019]; 15(3):508-11. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/pt\\_v15n3-a23.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rlae/v15n3/pt_v15n3-a23.pdf)
9. Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG, PRISMA Group. Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Med*. [Internet]. 2009

- [citado em 11 jul 2019]; 6(7):e1000097. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2707599/pdf/pmed.1000097.pdf>
- McCann TV, Bamberg J, McCann F. Family carers' experience of caring for an older parent with severe and persistent mental illness. *Int J Ment Health Nurs*. [Internet]. 2015[citado em jul 2019]; 24(3):203-12. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25963281>
10. Grey RS, Hahn L, Thapsuwan S, Thongcharoenchupong N. Strength and stress: positive and negative impacts on caregivers for older adults in Thailand. *Australas J Ageing* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 35(2):E7-E12. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26969906>
11. Willemse E, Anthierens S, Farfan-Portet MI, Schmitz O, Macq J, Bastiaens H, et al. Do informal caregivers for elderly in the community use support measures? A qualitative study in five European countries. *BMC Health Serv Res*. [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 16:270. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27423182>
12. Pozzoli SML, Cecílio LCO. Sobre o cuidar e o ser cuidado na atenção domiciliar. *Saúde Debate*[Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 41:1116-29. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v41n115/0103-1104-sdeb-41-115-1116.pdf>
13. Mossini C, Boing AC. Promoção à saúde do idoso através de grupo educativo, uma experiência na atenção básica de saúde. *Saúde TransformSoc*. [Internet]. 2015[citado em 11 jul 2019]; 6(1):143-55. Disponível em: <http://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/saudeettransformacao/article/view/1824>
14. Muniz EA, Freitas CASL, Oliveira EN, Lacerda MR. Grau de sobrecarga dos cuidadores de idosos atendidos em domicílio pela Estratégia Saúde da Família. *Saúde Debate* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 40(110):172-82. Disponível em: [https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/sdeb/v40n110/0103-1104-sdeb-40-110-0172.pdf](https://www.scielo.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/sdeb/v40n110/0103-1104-sdeb-40-110-0172.pdf)
15. Rossetti ES, Terassi M, Ottaviani AC, Santos-Orlandi AA, Pavarini SCI, Zazzetta MS. Fragilidade, sintomas depressivos e sobrecarga de idosos cuidadores em contexto de alta vulnerabilidade social. *Texto & Contexto Enferm*. [Internet]. 2018[citado em 11 jul 2019]; 27(3):e-3590016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v27n3/0104-0707-tce-27-03-e3590016.pdf>
16. Caldeira RDB, Neri AL, Batistoni SST, & Cachioni M. Variáveis associadas à satisfação com a vida em cuidadores idosos de parentes também idosos cronicamente doentes e dependentes. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 20(4):503-17. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n4/pt\\_1981-2256-rbgg-20-04-00502.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n4/pt_1981-2256-rbgg-20-04-00502.pdf)
17. Santos-Orlandi AA, Pereira de Brito TR, Ottaviani AC, Rossetti ES, Zazzetta MS, Pavarini SCI. Idosos que cuidam de idosos: um estudo sobre a Síndrome da Fragilidade. *Rev Bras Enferm*. [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 70(4):856-64. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt\\_0034-7167-reben-70-04-0822.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt_0034-7167-reben-70-04-0822.pdf)
18. Aires M, Mocellin D, Fengler FL, Rosset I, Santos NO, Machado DO, et al. Associação entre responsabilidade filial no cuidado aos pais e sobrecarga dos cuidadores. *Rev Bras Enferm*. [Internet]. 2017; 70(4):800-7. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt\\_0034-7167-reben-70-04-0767.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt_0034-7167-reben-70-04-0767.pdf)
19. Lemus Fajardo NM, Linares Cánovas LB, Linares Cánovas LP. Nivel de sobrecarga de cuidadores de adultos mayores frágiles. *Rev Cienc Méd Pinar Río*. [Internet]. 2018[citado em 11 jul 2019]; 22(5):34-45. Disponível em: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v22n5/rpr08518.pdf>
20. Lemus Fajardo NM, Linares Cánovas LB, Linares Cánovas LP. Nivel de sobrecarga de cuidadores de adultos mayores frágiles. *Rev Cienc Méd Pinar Río*. [Internet]. 2018[citado em 11 jul 2019]; 22(5):34-45. Disponível em: <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v22n5/rpr08518.pdf>
21. Araújo Fonsêca ICD, Nóbrega MML, Monteiro EA, Bittencourt GKGD, Silva AO. Sobrecarga e problemas de saúde autorreferidos por cuidadores de idosos. *Rev Pesqui Cuid Fundam (Online)*[Internet].2015[citado em 11 jul 2019]; 7(Sup):222-32. Disponível em: [www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/download/5888/pdf](http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/download/5888/pdf)
22. Muñoz Bermejo L, Cordeiro RA, Carvalho JC, Mota SP. Estrés emocional en cuidadores mayores de personas mayores. *Rev Port Enferm Saúde Mental* [Internet]. 2018[citado em 11 jul]; (6):25-30. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/pdf/rpesm/nspe6/nspe6a04.pdf>
23. Couto AM, Castro EAB, Caldas CP. Vivências de ser cuidador familiar de idosos dependentes no

- ambiente domiciliar. *Rev Rene* (Online) [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 17(1):76-85. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/2624/2011>
24. Pinto FNFR, Barham EJ, Prette ZAPD. Interpersonal conflicts among family caregivers of the elderly: the importance of social skills. *Paideia*[Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 26(64):161-70. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/paideia/v26n64/1982-4327-paideia-26-64-0161.pdf>
25. Rodríguez-Pérez M, Abreu-Sánchez A, Rojas-Ocaña MJ, Del-Pino-Casado R. Coping strategies and quality of life in caregivers of dependent elderly relatives. *Health Qual Life Outcomes* [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 15(1):71. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28407778>
26. Souza ÉN, Oliveira NAD, Luchesi BM, Gratão ACM, Orlandi FS, Pavarini, SCI. Relação entre a esperança ea espiritualidade de idosos cuidadores. *Texto & Contexto Enferm.* [Internet]. 2017[citado em 11 jul]; 26(3):e6780015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v26n3/0104-0707-tce-26-03-e6780015.pdf>
27. Sánchez Martínez RT, Molina Cardona EM, Gómez-Ortega, OR. Intervenciones de enfermería para disminuir la sobrecarga en cuidadores: un estudio piloto. *Rev Cuid.* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 7(1):1171-84. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/cuid/v7n1/v7n1a05.pdf>
28. Bancharo S, Mihoff M. Personas mayores cuidadoras: sobrecarga y dimensión afectiva. *Psicol Conoc Soc.* [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 7(1):7-35. Disponível em: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/pcs/v7n1/1688-7026-pcs-7-01-00007.pdf>
29. Lins AES, Rosas C, Neri AL. Satisfaction with family relations and support according to elderly persons caring for elderly relatives. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* [Internet]. 2018[citado em 11 jul 2019]; 21(3):330-41. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v21n3/1809-9823-rbgg-21-03-00330.pdf>
30. Caldeira RB, Neri AL, Batistoni SST, Cachioni M. Variáveis associadas à satisfação com a vida em cuidadores idosos de parentes também idosos cronicamente doentes e dependentes. *Rev Bras Geriatr Gerontol.* [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 20(4):503-17. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n4/pt\\_1981-2256-rbgg-20-04-00502.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v20n4/pt_1981-2256-rbgg-20-04-00502.pdf)
31. López-Cerdá E, Carmona-Torres JM, Rodríguez-Borrego MA. Social support for elderly people over 65 years in Spain. *Int Nurs Rev.* [Internet]. 2019[citado em 11 jul 2019]; 66(1):104-11. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/inr.12468>
32. Flores González E, Seguel Palma F. Functional social support in family caregivers of elderly adults with severe dependence. *Invest Educ Enferm.* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 34(1):68-73. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/pdf/iee/v34n1/v34n1a08.pdf>
33. Hedler HC, Faleiros VP, Santos MJS, Almeida MAA. Representação social do cuidado e do cuidador familiar do idoso. *Rev Katál.* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 19(1):143-53. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rk/v19n1/1414-4980-rk-19-01-00143.pdf>
34. Dahlrup B, Ekström H, Nordell E, Elmståhl S. Coping as a caregiver: a question of strain and its consequences on life satisfactions and health-related quality of life. *Arch Gerontol Geriatr.* [Internet]. 2015[citado em 11 jul 2019]; 61(2):261-70. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016749431530011X>
35. Villar VRM, Nóbrega MML, Medeiros ACT, Pontes MLF, Silva LM, Silva AO. Perfil de cuidadores de idosos atendidos em unidades de saúde no município de João Pessoa-PB. *Rev Pesqui Cuid Fundam.* [Internet]. 2015[citado em 11 jul 2019]; 7(Supl):200-11. Disponível em: [www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/5057/505750949016/6](http://www.redalyc.org/service/redalyc/downloadPdf/5057/505750949016/6)
36. Saidel MGB, Campos CJG. Família do idoso em sofrimento psíquico: percepção dos profissionais de saúde mental. *Rev Bras Enferm.* [Internet]. 2017 [citado em 11 jul 2019]; 70(4):1-8. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt\\_0034-7167-reben-70-04-0753.pdf](http://www.scielo.br/pdf/reben/v70n4/pt_0034-7167-reben-70-04-0753.pdf)
37. Mocelin C, Silva TG, Celich K, Madureira VF, Souza SS, Colliselli L. The care of dependent elderly on the family context. *Rev Pesqui Cuid Fundam.* [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 9(4):1034-9. Disponível em: <http://www.seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/5747/pdf>
38. Kim EY, Yeom HE. Influence of home care services on caregivers' burden and satisfaction. *J Clin Nurs.* [Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 25(11-12):1683-92. Disponível em:

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26898819>
39. Girardi-Paskulin LM, Kottwitz-Bierhals CCB, Santos NO, Baltar-Day C, Machado DO, Morais EP, et al. Depressive symptoms of the elderly people and caregiver's burden in home care. *Invest Educ Enferm*. [Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 35(2):210-20. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29767940>
40. Nortey ST, Aryeetey GC, Aikins M, Amendah D, Nonvignon J. Economic burden of family caregiving for elderly population in southern Ghana: the case of a peri-urban district. *Int J Equity Health*[Internet]. 2017[citado em 11 jul 2019]; 16(1):1-9. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5237474/>
41. Lino VTS, Rodrigues NCP, Camacho LAB, O'Dwyer G, Lima ISD, Andrade MKD, et al. Prevalência de sobrecarga e respectivos fatores associados em cuidadores de idosos dependentes, em uma região pobre do Rio de Janeiro, Brasil. *Cad Saúde Pública*[Internet]. 2016[citado em 11 jul 2019]; 32:e00060115. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v32n6/1678-4464-csp-32-06-e00060115.pdf>
42. Jesus ITMD, Orlandi AADS, Zazzetta MS. Burden, profile and care: caregivers of socially vulnerable elderly persons. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. [Internet]. 2018[citado em 11 jul 2019]; 21(2):194-204. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbagg/v21n2/1809-9823-rbagg-21-02-00194.pdf>
43. Valle-Alonso D, Hernández-López IE, Zúñiga-Vargas ML, Martínez-Aguilera P. Sobrecarga y Burnout en cuidadores informales del adulto mayor. *Enferm Univ*. [Internet]. 2015[citado em 11 jul 2019]; 12(1): 19-27. Disponível em: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v12n1/v12n1a4.pdf>
44. Comelin Fornés A, Gómez SL. Necesidades emergentes del cuidado informal de mayores dependientes: develando las voces de los cuidadores familiares. *Interciencia* [Internet]. 2018 [citado em 11 jul 2019]; 43(5):358-64. Disponível em: [https://www.interciencia.net/wp-content/uploads/2018/05/358-COMELIN-43\\_5.pdf](https://www.interciencia.net/wp-content/uploads/2018/05/358-COMELIN-43_5.pdf)

### CONTRIBUIÇÕES

**Gabriela Souza Granero e Álvaro da Silva Santos** atuaram no desenho do estudo, no levantamento de dados, redação e revisão. **Kelly Cristina Ramira Sousa, Carolina Peixoto Cintra e Mariana de Carvalho Casemiro** contribuíram no levantamento de dados e redação. **Luan Augusto Alves Garcia e Irma Helena Ferreira Benate Bomfim** participaram na redação e revisão.

### Como citar este artigo (Vancouver)

Granero GS, Santos AS, Sousa KCR, Cintra CP, Casemiro MC, Garcia LAA et al. Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos com depressão: estratégias de intervenções. *REFACS* [Internet]. 2019 [citado em *inserir dia, mês e ano de acesso*]; 7(4):491-502. Disponível em: *inserir link de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

### Como citar este artigo (ABNT)

GRANERO, G. S.; SANTOS, A. S.; SOUSA, K. C. R.; CINTRA, C. P.; CASEMIRO, M. C.; GARCIA LAA, BOMFIM, I. H. F.B. Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos com depressão: estratégias de intervenções. *REFACS*, Uberaba, MG, v. 7, n. 4, p. 491-502, 2019. Disponível em: *inserir link de acesso*. Acesso em: *inserir dia, mês e ano de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.

### Como citar este artigo (APA)

Granero, G.S., Santos, A.S., Sousa, K.C.R., Cintra, C.P., Casemiro, M.C. & Garcia, L.A.A. et al. (2019). Sobrecarga de cuidadores familiares de idosos com depressão: estratégias de intervenções. *REFACS*, 7(4), 491-502. Recuperado em: *inserir dia, mês e ano de acesso de inserir link de acesso*. DOI: *inserir link do DOI*.