

## SOBRECARGA DE TRABALHO DOS CUIDADORES DE IDOSOS

Jemima Santos Silva<sup>1</sup>; Bárbara Pâmela Maia Silva<sup>2</sup>; Lua Karine de Sousa Pereira<sup>3</sup>; Juliane Carla Medeiros de Sousa<sup>4</sup>; Ana Lúcia de França Medeiros<sup>5</sup>;

<sup>1</sup> Faculdade Santa Maria-FSM, jemiima\_santos@hotmail.com; <sup>2</sup> Faculdade Santa Maria-FSM, barbara.pamela.maia@hotmail.com; <sup>3</sup> Faculdade Santa Maria-FSM, luakarinee@hotmail.com; <sup>4</sup> Faculdade Santa Maria-FSM, julianecarlam@gmail.com; <sup>5</sup> Faculdade Santa Maria-FSM/UERN, analuciapatospb@hotmail.com.

### RESUMO

**Introdução:** Cuidar de uma pessoa idosa em uma instituição de longa permanência é uma tarefa intensa, requerendo o atendimento de necessidades em diferentes dimensões, podendo comprometer a saúde e o bem estar do cuidador, decorrente de cansaço, derivado da sobrecarga de trabalho existente, entre outros fatores. **Objetivo:** avaliar a sobrecarga de trabalho dos cuidadores de idosos. **Metodologia:** Estudo descritivo com abordagem quantitativa, realizado em três Instituições de Longa Permanência de Idosos – Cajazeiras – PB. A população do estudo foi representada por 19 cuidadores, caracterizando uma amostragem por censo, contemplando 100% dos cuidadores. Na coleta de dados aplicou-se um questionário estruturado contendo além dos dados sócio demográficos, a avaliação da sobrecarga de trabalho dos cuidadores através da versão brasileira da Escala *Zarit Burden Interview*. A coleta de dados aconteceu no mês de setembro de 2014, foi realizada a análise descritiva das variáveis do estudo, apresentadas em tabelas em termos de valores absolutos e relativos. **Resultados:** Destacam-se os cuidadores do sexo feminino N=10 ( 59%), a faixa etária entre 31-49 anos N=8 ( 47%), renda mensal de 1 salário mínimo N= 14 (76%), o tempo de trabalho na instituição entre 6-10anos N=8(47%), e a jornada de 8h/dia N=8(47%). Revelou-se a existência de sobrecarga de trabalho em N=15(88%) dos cuidadores, com ênfase para a sobrecarga moderada N=11(66%). **Conclusão:** Os resultados confirmam a presença de sobrecarga entre os cuidadores, evidenciando a necessidade de um olhar cuidativo para este grupo de trabalhadores.

**Palavras – chave:** Cuidado, Cuidador de Idosos, Saúde, Sobrecarga de trabalho.

### ABSTRACT

**Introduction:** Caring for an elderly person in a long-stay nursing institution is an intense task, requiring care needs in different dimensions and may compromise the health and well-being of the caregiver, due to tiredness, derived from the intense workload and other factors. **Objective:** To evaluate the workload of elderly caregivers. **Methodology:** A descriptive study with a quantitative approach, conducted at three Long-stay nursing Institutions for Elderly - Cajazeiras - PB. Nineteen caregivers, featuring a sampling census, covering 100% of caregivers, represented the study population. To collect data, we applied a structured questionnaire containing in addition to the socio demographic data, the evaluation of the workload of caregivers through the Brazilian version of the Zarit Burden Interview Scale. Data collection occurred in September 2014; we realized a descriptive analysis of the study variables, presented in tables in terms of absolute and relative values. **Results:** The female caregivers are highlighted N = 10 (59%), the age group between 31-49 years N = 8 (47%), income 1 monthly minimum wage N = 14 (76%), work in the

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

institution between 6-10anos N = 8 (47%), and the journey of 8h / day N = 8 (47%). The data collection proved the existence of overwork in N = 15 (88%) of caregivers, emphasizing the moderate overload N = 11 (66%). **Conclusion:** The results confirm the presence of overwork among caregivers, highlighting the need for an active care to look at this group of workers.

**Keywords:** Care, Caregiver for the Elderly, Health, Overwork.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento no Brasil vem aumentando rapidamente. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) entre 1950 a 2025, a população de idosos no país crescerá dezesseis vezes contra cinco vezes o crescimento populacional total, colocando o nosso país como a 6ª maior população idosa do mundo. De 1960 a 1980, esta realidade é considerada como uma resposta às mudanças dos indicadores de saúde, resultante da melhoria do acesso aos serviços de saúde e avanços tecnológicos.<sup>1</sup>

As famílias modernas enfrentam as situações decorrentes das transformações sociais, industriais e dentro da própria família, resultando em enormes dificuldades para cuidar de uma pessoa idosa. Diante destas modificações pelas quais passa a sociedade as Instituições de Longa Permanência de Idosos - ILPIs, antes destinadas a idosos abandonados e desvalidos, hoje apresentam características diferentes, acolhendo a pessoa idosa, independente do seu estado de saúde, limitações e capacidade física.<sup>2</sup>

Cuidar de um idoso por um longo tempo exige dedicação constante do cuidador, fazendo com que sua saúde corra riscos, principalmente para aquele que o cuidado é prestado somente por ele, fazendo-o se sentir sobrecarregado. Tal fato exige interferências relevantes no processo de cuidar do idoso, principalmente naqueles com baixo nível de cognição, que dependem de cuidados especiais, expondo assim o cuidador a um estresse maior.<sup>3</sup>

Cuidar é uma tarefa nobre, porém complexa, o que em determinadas situações torna essa missão ameaçadora à saúde de quem cuida.<sup>4</sup> Portanto, os cuidadores tornam-se carentes de orientação e necessitam de suporte dos profissionais.

A vivência com familiares e pessoas que são cuidadores de idosos, e acompanhando o estresse relatado por estes cuidadores, resultou no interesse pela realização deste trabalho, no sentido de analisar o nível de sobrecarga dos cuidadores de idosos.

Este estudo teve por objetivo avaliar a sobrecarga de trabalho dos cuidadores de idosos.

## **METODOLOGIA**

Estudo descritivo com abordagem quantitativa, realizado em Cajazeiras- PB, em três Instituições de Longa Permanência de Idosos. A população do estudo foi representada 19 cuidadores de idosos que atuam nestas instituições, caracterizando uma amostragem por censo, e desta forma contemplando 100% dos cuidadores. Como critérios de inclusão considerou-se os cuidadores primários de idosos das instituições citadas, em atividade laboral há pelo menos 12 meses consecutivos e que aceitaram participar voluntariamente da pesquisa. Na coleta de dados aplicou-se um questionário estruturado composto de duas partes. A primeira constou com dados de identificação do cuidador, referente aos aspectos sócios demográficos. A segunda parte destinou-se a avaliação da sobrecarga de trabalho dos cuidadores primários através da utilização da versão brasileira da Escala *ZaritBurden Interview* – EZBI. A coleta de dados aconteceu no mês de setembro de 2014, sendo realizada após apreciação e aprovação da pesquisa pelo Comitê de Ética e assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido-TCLE por todos os sujeitos da pesquisa, conforme determina a Resolução Nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS/MS), que tem como número do parecer 748.814. Os dados foram analisados utilizando-se a estatística simples através da análise descritiva de todas as variáveis do estudo. As variáveis qualitativas foram apresentadas em tabelas em termos de seus valores absolutos e relativos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A população estudada foi representada por 19 cuidadores. No entanto dois destes não atenderam ao critério de inclusão, considerando que os mesmos estavam prestando serviço no local de trabalho há menos de doze meses. Resultando em dezessete cuidadores dos idosos institucionalizados, com uma adesão de 100% destes em participar da pesquisa.

### **Análise descritiva dos dados sócio demográficos:**

No que refere ao sexo dos cuidadores, prevaleceu o sexo feminino  $n=10$  (59%), a faixa etária predominante entre 21 – 40 anos, o que corresponde à  $n=08$  (47%), Quanto ao estado civil os solteiros representam  $n=07$ (41%); assim como os casados  $n=7$ (41%); A renda mensal foi de 1 salário mínimo  $n=14$  (82%);

A prevalência de cuidadores do sexo feminino está relacionada ao seu papel familiar de cuidadora do lar, tido culturalmente pela sociedade, e “[...] nomeadamente o fato de a mulher cuidadora apresentar uma maior ligação emocional e empenho na prestação de cuidados”.<sup>5</sup> Destaca-se o papel da mulher como cuidadora na cultura brasileira, historicamente, as mulheres sempre foram responsáveis pelo cuidado, seja da casa ou dos filhos, enquanto o papel do homem era de trabalhar fora para garantir o provimento financeiro da família.<sup>6</sup>

Em relação a faixa etária, predominou a de 21 à 40 anos, correspondendo a  $n= 8$  (47%), em plena capacidade produtiva e com disposição para desenvolver as tarefas diárias dos idosos residentes em ILPIs; percebe-se também uma representatividade de cuidadores, mais amadurecidos, entre 51 e 60 anos com  $n= 05$  (29%), pressupondo uma carga de vida, de trabalho, para lidar com as necessidades e problemática existente com o idoso institucionalizado, o que também pode presumir cuidadores que em si já apresentam cansaço físico dependendo de sua história de vida. Por vezes a idade do cuidador somadas ao atendimento de desenvolvidas atividades desenvolvidas se transforma em fator que começa a ser observado e registrado pelos pesquisadores. Estudos relacionados apontam à idade do cuidador como fator preditivo para o desenvolvimento de sobrecarga de trabalho.<sup>2</sup>

No que diz respeito à renda mensal, verificou-se que 13 (76%) participantes possuem renda igual a um salário mínimo, no entanto, 01 (6%) declarou não receber nenhuma remuneração, pois desenvolve as suas atividades como voluntário. O fator renda é incisivo para a procura por trabalho, o que leva a acreditar que muitos dos cuidadores de idosos em alguns casos se sentem atraídos pela possibilidade de adquirir uma renda ou complementar a que já possui, do que mesmo a afinidade ou admiração pela ocupação e local de trabalho. A importância da remuneração neste tipo de trabalho pode influenciar no atendimento das

necessidades dos mesmos, resultando num nível de satisfação alto com impacto positivo no trabalho realizado. Ressalta-se também a importância do cuidador informal, não remunerado, isto é, voluntário, como apoiador das atividades realizadas pelos cuidadores formais, com compromisso e vínculos consolidados no dia a dia das atividades desenvolvidas.<sup>3</sup>

Na tabela 01 estão distribuídas as variáveis ocupacionais dos cuidadores de idosos institucionalizados, evidenciando o tempo de trabalho exercido como cuidadores nas ILPI's de 6-10 anos, a carga horária predominante 8h/dia, a remuneração como cuidador de idosos na ILPIs está representado como presente em 16 indivíduos e prevaleceu o não desenvolvimento de outra atividade de trabalho.

Observa-se o vínculo e a responsabilização dos cuidadores dos idosos destas instituições resultando na sua permanência nos serviços com responsabilização. A rotina e a experiência adquirida com o tempo de trabalho habitua o cuidador ao serviço de forma a aproximá-lo cada vez mais dos cuidados respondendo as exigências específicas deste tipo de ocupação.

Os cuidadores que permanecem por um período significativo de tempo se dedicando ao trabalho de cuidar do idoso, passam a adquirir um conhecimento eficaz sobre os potenciais impactos a que estão submetidos os idosos no que diz respeito a sua saúde mental, cognitiva o que os orienta às suas atividades, à organização de seu cotidiano e aos cuidados gerais com a saúde.<sup>2</sup> Assim, é possível aferir que mesmo desconhecendo a realidade de cuidar do idoso ao nível do cuidado formal, a tendência é que mesmo embora existam problemas de adaptação, os cuidadores passam a ter gosto pela profissão. É importante mencionar que a carga horária de trabalho realizada pelo cuidador é um fator primordial para discutir o quanto o trabalho afeta outros aspectos de sua vida, e também, na sobrecarga de estresse e outros problemas de saúde.

**Tabela 01:** Distribuição em N e % dos aspectos relacionados a atividade ocupacional dos cuidadores de idosos institucionalizados. Cajazeiras – PB. 2014

VARIÁVEIS	N	%
<b>Tempo de trabalho como cuidador nas ILPIs</b>		
0 – 5 anos	07	41

6 – 10 anos	08	47
11 – 15 anos	01	06
16 anos +	01	06
<b>Carga horário de trabalho:</b>		
4 h/dia	01	06
8 h/dia	08	47
12h/dia	07	41
24h/dia	01	06
<b>Remuneração como cuidador de idosos da ILPIs</b>		
Sim	16	94
Não	01	06
<b>Desenvolve outro tipo de trabalho</b>		
Sim	04	24
Não	13	76
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100</b>

Chamou à atenção para a maioria das respostas dos cuidadores diante dos questionamentos da escala de Zarit e da frequência com que responderam “**sempre**” e “**frequentemente**”, culminando com a existência de sobrecarga em graus diferenciados conforme serão apresentadas nas tabelas a seguir.

Os dados expostos na tabela 02 revela a existência de níveis variados de sobrecarga de trabalho com representatividade significativa, totalizando 15 (88%) sujeitos. Anjos et al (2014) O grau de sobrecarga entre os cuidadores de idosos tem sido estudado com exaustividade, por entender a literatura que a condição de ser cuidador denota sobrecarga de trabalho que acaba por culminar e vincular a outros conflitos na vida dos mesmos, com desenvolvimento de doenças físicas e mentais, a exemplo do estresse ocupacional.<sup>7</sup>

As características das demandas existentes nas ILPIs poderão desencadear sobrecarga de trabalho dos cuidadores ali existentes, quando os cuidadores não respondem emocionalmente as exigências do trabalho cotidiano, através de processos de enfrentamento individuais ou institucionais, resultam no desenvolvimento de estresse ocupacional.<sup>3</sup>

**Tabela 02:** Caracterização dos níveis relacionados a sobrecarga do trabalho dos cuidadores de idosos das ILPIs . Cajazeiras – PB. 2014

<b>Níveis de sobrecarga de trabalho</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Ausência de sobrecarga	02	12
Sobrecarga moderada	11	64
Sobrecarga moderada/severa	04	24
Sobrecarga severa	00	00
<b>TOTAL</b>	<b>17</b>	<b>100</b>

Os dados apresentados na tabela 03, no que refere aos níveis de sobrecarga de trabalho nas ILPIs, considerando a variável sexo dos cuidadores revelou a prevalência da sobrecarga moderada entre eles, com destaque para o sexo feminino com presença de sobrecarga em 9 das 10 cuidadoras entrevistadas, observando-se predominância do nível moderado. Dados semelhantes são verificados entre os homens, onde apenas um indivíduo apresentou ausência de sobrecarga e o nível sobrecarga predominante também foi similar ao das mulheres. A existência de níveis de sobrecarga entre as cuidadoras pode estar relacionada às atividades diversas que a mulher desenvolve no dia a dia da sua vida, na busca de conciliar as atividades relacionadas à ocupação de cuidadora de idosos considerando de alta complexidade, com as responsabilidades no âmbito familiar o que a deixa suscetível para desenvolver sobrecarga de trabalho.

[...] o ato de cuidar do idoso, dentro de sua complexidade, gera no cuidador sentimentos diversos como o cansaço, desgaste, alegria e satisfação. Esses sentimentos devem ser compreendidos, fazendo parte da relação entre cuidador e a pessoa cuidada, devendo-se ainda, avaliar a presença de fatores estressantes entre esses envolvidos, haja vista que, pode fomentar risco de ocorrência de adoecimento do próprio cuidador.<sup>7</sup>

A sobrecarga influi diretamente no cuidador (sem grandes disparidades de incidências quanto ao sexo deste), pois os fatores intrínsecos à atividade de cuidar e que são considerados

como possíveis contribuintes para a sobrecarga do cuidador, não inserem sobre um gênero em específico. Alguns desses fatores são citados pelo autor tais como: o tempo gasto com os cuidados, à piora funcional do paciente, à progressão do quadro cognitivo, e também aos problemas comportamentais e depressão do paciente, o que condiz a um cuidado ainda maior e responsável por parte do cuidador e que são considerados preditores de estresse ocupacional nestes trabalhadores.<sup>2</sup>

No que refere aos níveis de sobrecarga do cuidador de idosos de ILPIs de acordo com a faixa etária, a sobrecarga está presente em todos os cuidadores acima de 51 anos de idade. A literatura discute que trata-se de uma realidade latente e que diz respeito justamente ao fato de se verificar que uma parcela considerável dos cuidadores apresentam idade próxima dos idosos que cuidam. “[...] são idosos jovens independentes cuidando de idosos dependentes”.<sup>7</sup> Revela-se que os cuidadores de idosos com idade madura apresentam maior sobrecarga que os adultos ou jovens, principalmente porque essa categoria de cuidador geralmente apresenta maiores limitações para o desempenho e execução de suas funções. Acredita-se que esta será uma realidade no cenário nacional, a partir da metade deste século, considerando o aumento da longevidade e o decréscimo da natalidade. Com uma sociedade em pleno processo de envelhecimento da população

**Tabela 03:** Distribuição em n e % dos níveis de sobrecarga de trabalho do Cuidador dos idosos de ILPIs de acordo com sexo e faixa etária. Cajazeiras – PB.

Níveis de sobrecarga de trabalho	Ausência de sobrecarga		Sobrecarga moderada		Sobrecarga moderada/severa		Sobrecarga severa		TOTAL	
	n	%	n	%	N	%	n	%	n	%
<b>Sexo</b>										
Feminino	01	06	08	47	01	06	00	00	<b>10</b>	<b>59</b>
Masculino	01	06	05	29	01	06	00	00	<b>07</b>	<b>41</b>
<b>Faixa Etária</b>										
21 – 40	01	06	06	34	01	06	00	00	<b>08</b>	<b>46</b>
41 – 50	01	06	01	06	01	06	00	00	<b>03</b>	<b>18</b>

51 – 60	00	00	03	18	02	12	00	00	<b>05</b>	<b>30</b>
+ 60	00	00	01	06	00	00	00	00	<b>01</b>	<b>06</b>

Na tabela 04 pode-se observar a distribuição de sobrecarga de acordo com a carga horária de trabalho e tempo de ocupação na ILPIs. A existência de sobrecarga relacionada as horas trabalhadas é muito significativa, onde a partir de 8 horas de trabalho já se identifica algum grau de sobrecarga entre os cuidadores; sendo este um fator proporcional, ou seja, quanto maior o número de horas trabalhadas, maior a sobrecarga. Tal informação é evidenciada quando verifica-se que entre os cuidadores com 04 horas de trabalho não há presença de sobrecarga; entre aqueles que trabalham 08 horas semanais observa-se presença de sobrecarga moderada e sobrecarga moderada a severa em aproximadamente 66% dos indivíduos; para os que cumprem uma carga horária de 12 horas 100% apresentam sobrecarga com predominância do nível de sobrecarga moderada; e entre os que compreendem 24 horas na função de cuidador observa-se que todos apresentaram sobrecarga moderada/severa.

Considera-se especificidades do trabalho com carga horária de 12h/dia corridos, que envolve tarefas relacionadas as Atividades Básicas da Vida Diária dos idosos institucionalizados, na maioria fragilizados, requerendo uma maior atenção e demanda dos cuidados por parte dos cuidadores, sendo portanto fatores geradores de sobrecarga. Os cuidadores cumprem uma carga horaria de trabalho maior, tendem a conseqüentemente adquirir uma maior sobrecarga, já que na atividade de cuidar exigem tarefas que demandam de esforço físico, mental e mesmo emocional.<sup>8</sup>

Essa questão denota em um dilema que se mostra o mais pontual na vida dos cuidadores de idosos que é a sua exposição aos riscos á saúde a exemplo do aumento do nível de estresse relacionado ao trabalho exercido com excesso de horas e sem descanso. Alia-se a isso como pressupõe as modificações que acontecem na vida pessoal, familiar, e social advinda do exercício dessa função e que produzem sobrecarga no cuidador.<sup>8</sup>

Quando da análise da existência se sobrecarga de trabalho considerando o tempo de atividade desenvolvida nas IPLIs, observou-se que este não sugere um fator decisivo na

identificação da sobrecarga, visto que não foi observada uma progressão da sobrecarga em relação ao tempo de trabalho.

Acredita-se que na medida em que o tempo de serviço avança, existe uma redução da carga horária de trabalho, com possibilidades de utilização de fatores de proteção que favoreçam a melhoria da qualidade de vida destes trabalhadores.

Assim compreende-se que não foi apresentada neste estudo alguma correlação significativa entre a duração da prestação de cuidados e a presença de sobrecarga nos cuidadores. A não valoriza a quantidade de tempo na mesma ocupação, acredita que a empatia pela atividade realizada é a menos potencializadora de sobrecarga, pois o nível de empatia provoca uma situação menos estressante.<sup>5</sup>

**Tabela 04:** Distribuição em n e % da sobrecarga de trabalho do cuidador de idosos de ILPIs de acordo com a carga horária e o tempo de Ocupação de cuidador. Cajazeiras – PB. 2014.

Níveis de sobrecarga de trabalho	Ausência de sobrecarga		Sobrecarga moderada		Sobrecarga moderada/severa		Sobrecarga severa		TOTAL	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
<b>Carga Horária (semanal)</b>										
4horas	01	06	00	00	00	00	00	00	<b>01</b>	<b>06</b>
8horas	01	06	05	29	01	06	00	00	<b>07</b>	<b>41</b>
12horas	00	00	06	35	02	12	00	00	<b>08</b>	<b>47</b>
24horas	00	00	00	00	01	06	00	00	<b>01</b>	<b>06</b>
<b>Tempo de Ocupação</b>										
1 - 5anos	02	12	04	24	01	06	00	00	<b>07</b>	<b>41</b>
6 – 10anos	00	00	05	29	03	18	00	00	<b>08</b>	<b>47</b>
11 – 15anos	00	00	01	06	00	00	00	00	<b>01</b>	<b>06</b>
+16anos	00	00	01	06	00	00	00	00	<b>01</b>	<b>06</b>

## CONCLUSÃO

A análise dos resultados encontrados demonstrou a existência de sobrecarga distribuída em dois níveis: *moderada* e *moderada a severa* de acordo com a classificação dada por Zarit. Procurou-se observar a existência de sobrecarga de trabalho dos cuidadores de acordo com cada variável estudada. Constatou-se a *ausência de sobrecarga* com baixa representatividade, em algumas variáveis, bem como, a existência de sobrecarga moderada e *moderada a severa* em todas as variáveis estudadas, no entanto não ficou demonstrado a presença de *sobrecarga severa*.

A preocupação com a sobrecarga de cuidadores de idosos, reconhecida como um problema de saúde pública na atualidade, diante do aumento da população idosa, dependente de cuidados permanentes, favorece o interesse e o desenvolvimento de pesquisas nesta área.

Não obstante, é importante salientar que existe uma visível carência de programas de apoio aos cuidadores, havendo necessidade de qualificação destes profissionais, com suporte social para superação das dificuldades vivenciadas no cotidiano destes serviços.

Espera-se que os diretores destas instituições, os profissionais de saúde que atuam junto com os cuidadores, sintam-se sensibilizados com os resultados desta pesquisa, no sentido de possibilitar um olhar cuidadoso para o cuidador dos idosos, apoiando-lhe nas suas necessidades e favorecendo a melhoria das condições de trabalho e saúde destes trabalhadores.

## REFERÊNCIAS

1. Santos HF, Andrade VM, Bueno OFA. “Envelhecimento”: um processo multifatorial. *Psicologia em Estudo* 2009; 14: 3-10.
2. Silva CF. *Frequência e repercussão da sobrecarga de cuidadoras familiares de idosos com demência [dissertação]* Belo Horizonte: Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Minas Gerais; 2011.
3. Pereira RA, Santos EB, Fhorn JRS, Marques S, Rodrigues RAP. Sobrecarga dos cuidadores de idosos com acidente vascular cerebral. 2013; 47: 185-92.

4. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Guia prático do cuidador / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
5. Fonseca TSB. Sobrecarga, depressão e generatividade em mulheres cuidadoras informais [dissertação] Lisboa: Faculdade de Psicologia, Universidade de Lisboa; 2010.
6. Stackfleth R. et al. Sobrecarga de trabalho em cuidadores de idosos fragilizados que vivem no domicílio 2012; 25: 768-74.
7. Anjos KF, Et al. Perfil de cuidadores familiares de idosos no domicílio. 2014 abr-jun; 6(2): 450-461.
8. Monteiro EA. Validação do questionário de avaliação da sobrecarga do cuidador informal em uma amostra de cuidadores brasileiros [tese]. Ribeirão Preto: Universidade de São Paulo; 2014.