

- Ramos, G., da Silva, E. C. S., & de Souza, E. R.** (2022). Fragilidade e funcionalidade familiar de idosos da Atenção Domiciliar: estudo transversal analítico. *Acta Paulista de Enfermagem*, 35, eAPE039009234. https://acta-ape.org/wp-content/uploads/articles_xml/1982-0194-ape-35-eAPE039009234/1982-0194-ape-35-eAPE039009234.pdf
- Ribeiro, I. B. S., Corrêa, M. M., Oliveira, G., & Cadete, N. V.** (2020). Transtorno mental comum e condição socioeconômica em adolescentes do ERICA. *Revista de Saúde Pública*, 54(4), 1–10. <https://doi.org/10.11606/S1518-8787.2020054001197>
- Schulz, R., Beach, S. R., Czaja, S. J., Martire, L. M., & Monin, J. K.** (2020). Family Caregiving for Older Adults. *Annual Review of Psychology*, 71, 635–659. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050754>
- Tentório, T., Dentali, S., Moiola, C., Zuffi, M., Marzullo, R., Castiglioni, S., & Franceschi, M.** (2020). Anxiety and Depression Are Not Related to Increasing Levels of Burden and Stress in Caregivers of Patients With Alzheimer's Disease. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 35. <https://doi.org/10.1177/1533317519899544>
- Torres Neto, F., Lovisi, G. M., Unger, R. J. G., & Lima, L. A.** (2023). Transtorno mental comum em populações assistidas pela Atenção Primária à Saúde no Brasil: uma revisão integrativa. *Cadernos Saúde Coletiva*, 31(3), e31030119. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331030119>
- Torres-Sanmiguel, S., López-Díaz, A., Rincón-Quijano, J. P., & Osorio, G. L.** (2024). Experiencia de los cuidadores informales en Colombia: Revisión sistemática y metasíntesis. *Universidad y Salud*, 26(1), 29–40. <https://doi.org/10.22267/rus.242601.318>
- Wang, Y., Cai, C., Zhu, Y., Shi, W., Cheng, B., Li, C., & Shi, C.** (2024). Sobrecarga familiar e sofrimento psicológico entre cuidadores chineses de idosos com demência: um modelo de mediação moderada. *BMC Nursing*, 23, 356. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02382-1>
- World Health Organization (WHO).** (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. World Health Organization. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1>

5.3 Manuscrito 3

PREDITORES DIRETOS E INDIRETOS DE TRANSTORNOS MENTAIS EM FAMILIARES CUIDADORES/AS DE PESSOAS COM ALZHEIMER

Direct and Indirect Predictors of Mental Disorders in Family Caregivers of People with
Alzheimer's Disease

ANDRÉA EVANGELISTA LAVINSKY

RENATA SOARES PASSINHO

NATASHA SANTOS FONSECA

LAÍS SOUZA DOS SANTOS FARIAS

EMILE MARINHO DOS ANJOS

ROSEANNE MONTARGIL ROCHA

RESUMO

Com o crescimento do número de pessoas idosas amentam as doenças crônico-degenerativas, como o Alzheimer: incapacitante e progressiva, demanda cuidados provocadores de Transtornos Mentais Comuns (TMC). Estudo transversal, quantitativo, realizado entre 2023-2025 num município brasileiro. Objetivou-se averiguar os preditores diretos e indiretos (sobrecarga, estresse percebido, funcionalidade familiar, qualidade de vida e outras interações) de TMC entre familiares cuidadores/as de pessoas com Alzheimer. Foram 97 participantes e os dados coletados com instrumentos quantitativos e analisados através do software R. O estresse foi o único preditor direto de sofrimento psíquico; a funcionalidade familiar e atividades físicas/lazer foram preditoras indiretas; qualidade de vida desponta como resultado da realização de atividade física/lazer com redução do estresse, um preditor indireto da redução de TMC. Espera-se contribuir com ações de apoio ao familiar cuidador que desenvolve o trabalho exaustivo e invisível de cuidar no domicílio, com comprometimento de suas condições de vida e saúde.

PALAVRAS CHAVE: Transtornos Mentais. Cuidador familiar. Doença de Alzheimer. Fatores associados. Pessoa idosa.

ABSTRACT

With the growing number of elderly people, chronic-degenerative diseases, such as Alzheimer's, are increasing: disabling and progressive, it demands care that can lead to Common Mental Disorders (CMD). A cross-sectional, quantitative study was conducted between 2023-2025 in a Brazilian municipality. The objective was to investigate the direct and indirect predictors (burden, perceived stress, family functionality, quality of life, and other interactions) of CMD among family caregivers of people with Alzheimer's. There were 97 participants, and the data were collected using quantitative instruments and analyzed using the R software. Stress was the only direct predictor of psychological distress; family functionality and physical/leisure activities were indirect predictors; quality of life stands out as a result of engaging in physical/leisure activity with stress reduction, an indirect predictor of CMD reduction. It is expected to contribute to support actions for family caregivers who perform the exhausting and invisible work of caregiving at home, compromising their living conditions and health.

KEYWORDS: Mental Disorders. Caregiver. Alzheimer's Disease. Associated factors. Aged.

INTRODUÇÃO

A população de pessoas idosas cresce expressivamente em todo o mundo, fato evidente também aqui no Brasil. Em 2022, o Censo brasileiro revelou que pessoas idosas representavam 15,8% da população total, um crescimento de 46,6% em relação ao último Censo realizado em 2010, quando o número de pessoas idosas representava 10,8% da população total do país (Brasil, 2023). Igualmente crescente é o número de pessoas com Doença de Alzheimer (DA) com aumento, inclusive, do número de mortes relacionadas às demências. Aqui no Brasil, são mais de 440 mil mortes ocorridas entre 2010 e 2021 (Brasil, 2024). Até 2050, estima-se que a DA atinja 131,5 milhões de pessoas no mundo (Alzheimer's Disease International., 2022).

Considerando a velhice como uma fase da vida geralmente acompanhada por doenças crônico-degenerativas, é possível prever o impacto do envelhecimento senil sobre o movimento de adaptação das sociedades, especialmente quando estas doenças são caracterizadas pela dependência de cuidados para a realização das atividades básicas da vida diária, a exemplo de tomar banho e alimentar-se sozinho/a, situações cuja realização deixa de ser comum na vida de uma pessoa com Alzheimer (Souza, 2025; Organização Mundial de Saúde [OMS], 2025).

O Alzheimer é uma doença incapacitante e progressiva que, conhecida como doença da velhice, constitui-se na forma mais prevalente de demência dentre todos os tipos que acometem indivíduos idosos ao redor do mundo. De causa desconhecida e ainda sem cura, compromete a memória e a capacidade cognitiva dos indivíduos (Ajenikoko et. al, 2022; Alzheimer's Disease International., 2025). Esse adoecimento, acompanhado da perda progressiva da independência, suscita a necessidade de um/a cuidador/a para a pessoa idosa com Alzheimer, geralmente, uma mulher da família que se responsabiliza pelo cuidado e dedica horas expressivas de seu tempo para exercer o trabalho de cuidado invisível e não remunerado (Galdino, 2025; Lawson et. al, 2020).

A responsabilidade do cuidado não remunerado, sem auxílio de outros membros da família e sem treinamento e sobreposição de tarefas, dentre outros (Torres-SanMiguel et. al, 2024), faz desta uma atividade desgastante que compromete a qualidade de vida do/a cuidador/a e o/a predispõe ao desenvolvimento de inúmeras doenças, a exemplo dos

Transtornos Mentais Comuns (TMC), com consequente comprometimento do cuidado oferecido (Lavinsky, Rocha & Landim, 2021).

Os TMC, cada vez mais prevalentes na população em geral (World Health Organization [WHO], 2017), especialmente naquela submetida a ambientes de trabalho insalubres (WHO, 2024), constituem-se num conjunto de sinais e sintomas relacionados à ansiedade e à depressão, considerados menores que estes, porém capazes de comprometer a vida e a produtividade de quem convive com eles. Considerados transtornos não psicóticos não classificados em manuais de diagnóstico de doenças (Anjos, Assis & Alves, 2024), podem ser identificados a partir de queixas como esquecimento, dor de cabeça, insônia, tristeza, e dificuldade de concentração, sintomas característicos que indicam a presença de alguma forma de sofrimento psíquico (Torres-Neto et al., 2023). Assim, objetivou-se averiguar os preditores diretos e indiretos (sobrecarga, estresse percebido, funcionalidade familiar, qualidade de vida e outras interações- ajuda para cuidar, horas de cuidado, horas de sono, atividades físicas/lazer) de TMC em familiares cuidadores/as de pessoas idosas com Alzheimer.

METODOLOGIA

Estudo transversal, epidemiológico e quantitativo realizado durante os anos 2023 a 2025 em um Centro de Referência em Saúde do Idoso- CRESI, financiado pelo Sistema Único de Saúde (SUS) do Brasil, localizado em um município do sul da Bahia- Brasil. Trata-se de um centro de promoção à saúde e tratamento de pessoas idosas portadoras de doenças degenerativas que oferece assistência regular através de uma equipe multidisciplinar de saúde (Centro, 2022).

A amostra deste estudo, constituída por 97 familiares que assumiam a função de cuidador/a principal de pessoas com Alzheimer cadastradas no CRESI, foi selecionada a partir da lista inicial dos 250 prontuários cadastrados como ativos. Os participantes foram contatados através de ligações telefônicas e colaboração dos ACS (Agentes Comunitários de Saúde) do município. Foram excluídos da pesquisa 153 após as ligações e busca ativa com os ACS: pessoas e endereços não localizados ou inexistentes, pessoas com DA sem perfil para a pesquisa e óbitos não informados ao serviço.

A coleta de dados foi realizada no período de novembro/2023 a maio/2025, a partir de instrumentos de avaliação quantitativos: formulário de identificação; Zarit Caregiver Burden Interview- (ZBI); WHOQOL-BREF; HWOQOL-OLD; Self-Reporting Questionnaire (SRQ-20); Escala de Estresse Percebido (PSS-10); APGAR familiar. A aplicação dos formulários deu-se sob a forma de entrevista, sendo as respostas preenchidas pelas pesquisadoras previamente treinadas para a coleta dos dados.

Para a análise estatística foi empregada a técnica de Modelagem por Equações Estruturais (SEM – Structural Equation Modeling), utilizando o software R (versão 4.4.3) e o pacote lavaan (versão 0.6-20). Um modelo teórico foi especificado com base nas relações esperadas entre variáveis como estresse percebido, qualidade de vida, funcionalidade familiar, sobrecarga e Transtorno Mental Comum (TMC). O ajuste do modelo foi avaliado por meio de indicadores consagrados na literatura, incluindo o teste do qui-quadrado (χ^2), Comparative Fit Index ($CFI \geq 0,90$), Tucker-Lewis Index ($TLI \geq 0,90$), Root Mean Square Error of Approximation ($RMSEA \leq 0,08$) e Standardized Root Mean Square Residual ($SRMR \leq 0,08$). Para interpretação dos resultados, considerou-se significativos os coeficientes com valor de $p \leq 0,05$, sendo utilizadas as estimativas padronizadas (β) para facilitar a leitura clínica e assistencial dos efeitos diretos e indiretos entre as variáveis.

O projeto dessa pesquisa foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade XXX, e todos os estudos realizados na confecção deste manuscrito atendem aos critérios éticos necessários à pesquisa envolvendo seres humanos.

RESULTADOS

Foi possível identificar 57,7% participantes com sintomas de TMC, o que indica uma alta vulnerabilidade emocional desta população de familiares que assumem o cuidado de pessoas idosas que convivem com a Doença de Alzheimer.

O perfil dos/as respondentes revela um predomínio de cuidadores/as que são filhas ou filhos das pessoas cuidadas ($n=69$; 71,1%), com uma representação majoritária do gênero feminino ($n=82$; 84,5%) e idade entre 25 e 59 anos ($n=51$; 52,6%); participantes com 60 anos ou mais também constituíram parcela significativa dessa população ($n=41$; 42,3%). A maioria dos/as participantes era casada/o (o) ($n=54$; 55,7%), com o ensino médio completo ($n=39$; 40,2%) e desempregada/o ($n=84$; 86,6%).

A prática de atividade física e/ou de lazer foi relatada por uma minoria (n=35; 36%), sendo que a maioria dos/as cuidadores/as (n=62; 64%) afirmou não realizar tais atividades regularmente. Dos/as 97 cuidadores/as, apenas um cuidador referiu participar de alguma atividade social (n=1; 1,8%), e a maioria dos/as participantes referiu receber ajuda para cuidar de seu ente querido (n=57; 58,8%), dormir menos que seis horas de sono por noite (n=64; 66%) e dedicar mais que 12 horas para o cuidado (n=48; 49,5%).

A prevalência da variável dependente (TMC) e das variáveis independentes (estresse percebido, sobrecarga, funcionalidade familiar e qualidade de vida) desse estudo pode ser verificada na Tabela 1.

Tabela 1: Prevalência de TMC, estresse percebido, sobrecarga, funcionalidade familiar e qualidade de vida (Frequência absoluta e relativa) de familiares cuidadores/as de pessoas idosas com Alzheimer cadastradas no CRESI. Itabuna- Bahia- Brasil, 2025.

Variável	Frequência absoluta	Frequência relativa (%)
TRANSTORNO MENTAL COMUM		
Não	41	42.3
Sim	56	57.7
ESTRESSE PERCEBIDO		
Estresse baixo	51	52,6
Estresse moderado	33	34.0
Estresse alto	13	13.4
SOBRECARGA		
Carga pouca ou nenhuma	20	20.6
Carga leve a moderada	37	38.1
Carga moderada a grave	32	33.0

Carga severa	8	8.3
--------------	---	-----

FUNCIONALIDADE FAMILIAR

Boa funcionalidade familiar	43	44.3
Elevada disfunção familiar	42	43.3
Moderada disfunção familiar	12	12.4

QUALIDADE DE VIDA

Muito boa	13	13.4
Boa	24	24.7
Necessita melhorar	22	22.7
Regular	38	39.2

Algumas associações estatisticamente significativas foram verificadas entre as variáveis independentes e a ocorrência de TMC (Tabela 2), como segue:

1. Estresse percebido ($\chi^2 = 16.511$, $p = 0.0055$);
2. Funcionalidade familiar ($\chi^2 = 12.461$, $p = 0.0020$).

No entanto, variáveis como sobrecarga, qualidade de vida, ajuda para cuidar, atividade física/lazer e horas de cuidado não apresentaram, isoladamente, associação estatística significativa com TMC. A variável horas de cuidado apresentou valor limítrofe e deverá ser explorada noutro estudo.

Tabela 2 – Associação entre TMC e variáveis qualitativas (teste do qui-quadrado)

Variável	χ^2	df	p-valor	Significância
Estresse percebido	16.511	5	0.0055	Significante
Sobrecarga	1.274	3	0.7353	Não significativa
Funcionalidade familiar	12.461	2	0.0020	Significante

Qualidade de vida	0.4086	2	0.8152	Não significativa
Ajuda para cuidar	≈ 0	1	10.000	Não significativa
Atividade física/lazer	11.969	1	0.2739	Não significativa
Horas de cuidado	55.785	2	0.0615	Limítrofe

Notas:

Valores de $p \leq 0,05$ foram considerados estatisticamente significantes.

A associação com “Horas de cuidado” apresentou valor limítrofe ($p \approx 0,06$), podendo ser explorada em análises complementares.

O Modelo de Equações Estruturais (SEM) apresentou um excelente ajuste ($CFI = 1.000$, $TLI = 1.054$, $RMSEA = 0.000$, $SRMR = 0.081$), o que pode ser verificado na Tabela 3. Observou-se alguns efeitos significativos, diretos e indiretos, entre TMC e estresse percebido, funcionalidade familiar, qualidade de vida e atividade física e de lazer. Outras variáveis investigadas não mostraram preditores diretos ou indiretos relevantes.

Tabela 3 – Índices de ajuste e parâmetros do modelo SEM.

A. Índices de ajuste do modelo

Índice	Valor	Interpretação	Interpretação2
Qui-quadrado (χ^2)	15.141	Ajuste adequado ($p = 0.514$)	$p = 0.514$ (p robusto = 0.206)
Graus de liberdade (df)	16		
P-valor (χ^2)	0.514	Não rejeita o modelo	Adequado
Comparative Fit Index (CFI)	1.000	Excelente ajuste (≥ 0.90)	Limítrofe
Tucker-Lewis Index (TLI)	1.054	Excelente ajuste (≥ 0.90)	Limítrofe
Root Mean Square Error (RMSEA)	0.000	Excelente ajuste (≤ 0.08)	Limítrofe
Standardized Root Mean Square Residual (SRMR)	0.081	Limítrofe (≤ 0.08)	

Nota: O modelo apresenta bom ajuste pelo CFI, mas RMSEA e SRMR estão no limite superior aceitável. O p-valor do χ^2 indica ausência de rejeição do modelo

B. Coeficientes padronizados (Std.all) das regressões

Regressão	β padronizado	p-valor	Interpretação
Estresse ~ funcionalidade familiar	0.421	0.035	Significante
Estresse ~ sobrecarga	0.127	0.456	Não significativa
Estresse ~ Qualidade de vida	0.170	0.296	Não significativa
TMC ~ estresse	0.657	<0.001	Significante
TMC ~ Qualidade de vida	-0.086	0.529	Não significativa
TMC ~ funcionalidade familiar	-0.096	0.545	Não significativa
Qualidade de vida ~ atividade física e lazer	-0.535	<0.001	Significante
Qualidade de vida ~ ajuda para cuidar	-0.187	0.173	Não significativa
Qualidade de vida ~ uso da renda pessoal	-0.202	0.230	Não significativa
Qualidade de vida ~ horas de cuidado	0.190	0.289	Não significativa
Qualidade de vida ~ horas de sono	-0.033	0.766	Não significativa
Sobrecarga ~ ajuda para cuidar	0.016	0.932	Não significativa
Sobrecarga ~ horas de cuidado	0.026	0.869	Não significativa
Sobrecarga ~ horas de sono	-0.182	0.202	Não significativa

C. R² das variáveis dependentes

Variável dependente	R²	Interpretação
Estresse percebido	0.234	23.4% da variância explicada

TMC	0.372	37.2% da variância explicada
Qualidade de Vida	0.306	30.6% da variância explicada
Sobrecarga	0.033	3.3% da variância explicada

Interpretação e resposta à pergunta de pesquisa: com base nos resultados obtidos, é possível identificar os preditores diretos e indiretos de variáveis psicossociais sobre o surgimento de Transtornos Mentais Comuns (TMC) em familiares cuidadores/as de pessoas idosas com Alzheimer. O estresse percebido demonstrou ser o preditor direto de TMC, com coeficiente padronizado significativo ($\beta = 0,657$; $p < 0,001$), indicando que altos níveis de estresse aumentam substancialmente a probabilidade de sofrimento psicológico e desenvolvimento de sintomas relacionados a TMC. Por outro lado, variáveis como funcionalidade familiar, qualidade de vida, sobrecarga, ajuda para cuidar, atividade física/lazer, horas de sono e horas dedicadas ao cuidado não apresentaram influência direta significativa sobre TMC no modelo de equações estruturais.

No entanto, preditores indiretos relevantes foram observados. A funcionalidade familiar influenciou significativamente o estresse percebido ($\beta = 0,421$; $p = 0,035$), sugerindo que ambientes familiares disfuncionais contribuem para o aumento do estresse o qual, por sua vez, impacta diretamente o risco de TMC.

Além disso, a prática de atividades físicas e de lazer mostrou influência indireta sobre os TMC por meio da qualidade de vida, com associação negativa significativa ($\beta = -0,535$; $p < 0,001$), indicando que maior envolvimento em atividades externas (atividade física/ lazer) está relacionado à melhor percepção de qualidade de vida, o que pode atenuar os efeitos do estresse e, por consequência, o desenvolvimento de transtornos mentais.

As demais variáveis (sobrecarga, ajuda para cuidar, horas de cuidado e horas de sono) não apresentaram influência indireta significativa sobre TMC. A variância explicada pelo modelo foi de 23,4% para estresse percebido, 30,6% para qualidade de vida e 37,2% para TMC, enquanto a sobrecarga apresentou baixa explicação ($R^2 = 3,3\%$), reforçando seu papel secundário na estrutura causal analisada. Esses achados destacam o estresse percebido como preditor/mediador entre os fatores contextuais e o sofrimento psíquico dos/as cuidadores/as, com a funcionalidade familiar e o engajamento em atividades externas (atividades físicas/lazer) como influências indiretas relevantes.

DISCUSSÃO

Os transtornos mentais mais prevalentes no mundo são a ansiedade e a depressão sendo que as mulheres têm mais chances de desenvolvê-las do que os homens (Organização das Nações Unidas [ONU], 2025; Li et. al., 2022), fato também evidenciado neste estudo. Dos/as 97 participantes investigados/as, 57,3% apresentaram Transtornos Mentais Comuns, sendo que 85,7% deste total é constituído por mulheres, filhas ou cônjuges (Brito et al., 2025; Loi, et.al., 2024; Ibrahim, Ibrahim & Zaghamir, 2024; Damian et al., 2023; Hives, et. al, 2021; Ashrafizadeh et al., 2021; Estevam, Francisco & Silva, 2021) que cuidam de familiares que convivem com a Doença de Alzheimer atendidos num Centro de Referência à Saúde do Idoso de um município do nordeste do Brasil, instituição mantida pelo Sistema Único de Saúde brasileiro (SUS).

Apresentando resultados consistentes com o presente estudo e compatíveis com outras publicações disponíveis (ONU, 2025; Vu et al., 2022), estudo realizado na Uganda verificou alta prevalência de condições altamente incapacitantes como o sofrimento psicológico (64,4%) e a depressão (64,4%) entre cuidadores/as de pessoas com DA e outras demências, fato que destaca o custo psicológico significativo que o cuidado pode ter sobre os indivíduos (Ashrafizadeh et al., 2021). Embora com idade média entre 25-59 anos, observou-se, nesta pesquisa, um alto percentual de familiares idosos/as cuidando de seus idosos/as com DA, fato também identificado em outros estudos (Dadalto, Cavalcante, 2021; Estevam, Francisco & Silva, 2021; Schulz et al., 2020) e que chama a atenção pelos já conhecidos comprometimentos e limitações decorrentes do processo de envelhecimento experimentados por pessoas idosas.

O constructo social fortemente elaborado de que a mulher é a responsável pelo provimento de cuidado à família (Angrisan et al., 2025) também foi verificado num estudo realizado em diferentes regiões da Europa com características distintas acerca da preferência e predominância de cuidados formais e informais; comparadas aos homens, mulheres apresentaram menor satisfação com a vida e maior número de sintomas depressivos quando o cuidado do cônjuge doente foi compartilhado com outros cuidadores. Na contramão desse achado, entre homens cuidadores, o cuidado terceirizado esteve associado a maior satisfação de vida do que em outros arranjos de cuidado (Floridi et al., 2022), dado que pode ser

encontrado noutro estudo (Apesoa-Varano, 2020) e claramente está relacionado ao papel social que as mulheres internalizaram ao longo da vida em diferentes sociedades.

Não obstante, cuidadoras/es de pacientes com DA frequentemente ficam sobrecarregadas/os física, emocional e financeiramente, tem seu tempo permanentemente limitado e sua saúde física e mental prejudicadas; há referências, inclusive, sobre alterações nas relações familiares, perda de emprego com consequente dificuldades financeiras, e até aumento da mortalidade nessa população (Loi, et.al., 2024; Prieto-Prieto et al., 2022; Popa et al., 2021; Keating, McGregor & Yeandle, 2021; Schulz et al., 2020).

O humor depressivo-ansioso foi a característica mais frequentemente observada entre as/os participantes deste e de outros estudos (ONU, 2025). Corroborando com esse achado, um estudo com abordagem de métodos mistos realizado na Espanha também verificou um alto nível de sintomas de ansiedade (43%) e depressão (36%) entre os/as participantes. (Sánchez-Martínez, Cauli & Corchón, 2024). Nessa mesma vertente, porém com ênfase nos sintomas depressivos, um estudo realizado no Reino Unido identificou que a coabitação com a pessoa cuidada e a quantidade de horas de cuidado por semana estão associados a um menor bem-estar psicológico (Zhang, Bennett, 2024), características e achados também encontrados em outros estudos (Angrisani et al., 2025; Loi, et.al., 2024; Keating, McGregor & Yeandle, 2021; Snyder, Vitaliano, 2020) e que se assemelham ao perfil dos/das cuidadores/as de nosso estudo.

O estresse percebido demonstrou-se o preditor direto de TMC nesta pesquisa, dado indicativo de que níveis elevados de estresse contribuem significativamente com o adoecimento mental de familiares cuidadores/as. O estresse tem sido condição comum vivenciada e de alta prevalência entre cuidadores/as de pessoas com Alzheimer e outras condições crônicas caracterizadas pela dependência física e deterioração neurocognitiva (Venkatesan, Ancy, 2023; Manoj et al. 2021; Ashrafizadeh et al., 2021; Schul et al., 2020; Snyder, Vitaliano, 2020).

Estudos que tratam do impacto da DA sobre os/as cuidadores/as familiares revelam que a maioria dos/as participantes apresenta-se estressada, mesmo compartilhando o cuidado. A complexidade dessa atividade revela desafios no âmbito físico, financeiro e emocional, e demanda grande investimento de tempo e esforço com sobrecarga e exposição dos/as cuidadores/as a inúmeros estressores, incluindo aqueles relacionados à convivência familiar (Brito et al.2025; Gaspar et al., 2023; Damian et al., 2023).

Inúmeras são as preocupações que podem provocar o estresse do/da cuidador/a, dentre elas, o estado de saúde do/a cuidador/a e do familiar doente, questões financeiras e a falta de experiência com a doença e com o cuidado (Vu et al., 2022; Ashrafizadeh et al., 2021). Há estudos que apontam características de quadros avançados da DA como desencadeadoras do estresse do/a cuidador/a, a exemplo da alucinação e outros sintomas comportamentais (Zhang, Bennett, 2024; Chang et.al., 2023; Ashrafizadeh et al., 2021).

O sofrimento emocional e afetivo impacta e influencia negativamente a vida do/a cuidador/a e seu contexto familiar (Angrisani et al., 2025; Dadalto, Cavalcante, 2021). Muitas publicações descrevem a família como responsável pelo cuidado, contexto que pode provocar o adoecimento de quem cuida e deteriorar o funcionamento da família (Angrisani et al., 2025; Damian et al., 2023; Keating, McGregor & Yeandle, 2021; de la Cruz-Portilla, 2020). Um estudo colombiano verificou alta sobrecarga e disfunção familiar entre os/as participantes, mas sem associação significativa entre essas variáveis (de la Cruz-Portilla, 2020). Refutando esses dados, o presente estudo identificou influência indireta significativa da boa funcionalidade familiar sobre a menor ocorrência de estresse, aqui apontado como preditor de sofrimento emocional; esse dado também foi encontrado em outros estudos (Yu et al., 2025; Floridi et al., 2022; Keating, McGregor & Yeandle, 2021).

A sobrecarga do/a cuidador/a tem sido associada às características desafiadoras de cuidar de um familiar com DA, inclusive por se constituir num cuidado solitário, desenvolvido em tempo integral e sem apoio social ou auxílio por parte de outros membros da família (Sehar, et. al., 2023; Estevam, Francisco & Silva, 2021).

Contrapondo a frequente ocorrência de sobrecarga entre cuidadores/as (Brito et al., 2025; Kojima et al., 2024; Gaspar et al., 2023; Keating, McGregor & Yeandle, 2021), este estudo não apontou efeito direto ou indireto significativo da sobrecarga sobre os TMC, fato devido, possivelmente, ao número de cuidadores/as que, mesmo acumulando tarefas de cuidado do familiar doente, da casa e da família, contam com ajuda de outros familiares, amigos e cuidadores/as formais. Refutando o presente estudo, pesquisa realizada no Egito apontou altos índices de sobrecarga física no/a cuidador/a, enquanto que a sobrecarga psicológica apresentou-se com resultados ínfimos, e a qualidade de vida geral entre esses/as participantes apresentou-se ruim (Ibrahim, Ibrahim & Zaghamir, 2024), o que também difere de nossos achados.

É possível afirmar, a partir desta pesquisa, que a percepção positiva da qualidade de vida é preditora indireta de boa saúde mental dos/das cuidadores/as, uma vez que contribui significativamente para uma menor percepção de estresse. Um estudo realizado na capital do Tocantins, região norte do Brasil, verificou que a carga emocional e física impacta negativamente a qualidade de vida e a saúde dos/as cuidadores/as; em contrapartida, aponta a funcionalidade familiar como importante e positiva influência sobre a qualidade de vida dos/as participantes (Batista, et al., 2023).

Nesse quesito, a satisfação com o suporte social (família, amigos e intimidade) emergiu como muito relevante para melhor saúde mental, maior qualidade de vida e bem estar dos/as participantes de um estudo realizado em Portugal (Gaspar et al., 2023). Noutro extremo, a percepção negativa da qualidade de vida pode ser aqui apontada como um preditora de estresse e, conseqüentemente de sintomas de transtornos mentais, fato que pode ser amenizado através da prática de atividades físicas, como verificado neste estudo.

Os benefícios da atividade física regular para a saúde geral de cuidadores/as familiares de idosos dependentes é consenso na literatura (Prieto-Prieto et al., 2022; Epps et al., 2021; Caplin et. al., 2021), e uma revisão sistemática recente reuniu as evidências de seus benefícios para a saúde física e mental, qualidade de vida e capacidade funcional de familiares cuidadores/as (Bravo-Vazquez et al., 2025), além de apresentar melhora dos mecanismos de enfrentamento e da capacidade de gerenciar as demandas de cuidado (Loi, et.al., 2024).

Entre familiares cuidadores/as de pessoas com DA ou outras demências, a prática de exercícios físicos reduz o estresse, sobrecarga e sintomas depressivos, e melhora o autodomínio (controle sobre situações da vida) e os sentimentos relacionados ao cuidado e apoio social (Kim, et al., 2023; Hives, et. al, 2021), dados consistentes com nosso estudo que demonstrou influência indireta significativa da atividade física sobre a melhoria da qualidade de vida, redução do estresse e, conseqüentemente, menor ocorrência de transtornos mentais. Um estudo australiano também apresentou resultados positivos, porém com significância estatística entre cuidadores/as de familiares que não apresentam comprometimento cognitivo significativo (Loi, et.al., 2024).

O comprometimento das horas de sono não se apresentou como preditor direto ou indireto significativo sobre o sofrimento psíquico dos/as participantes desse estudo, embora a importância do sono para a saúde e qualidade de vida das pessoas seja consenso na literatura. Contradizendo este resultado, estudo Tailandês revelou o alto nível de estresse de

cuidadores/as de pessoas com demência, principal preditor de TMC em nosso estudo, associado à má qualidade do sono de seus/as participantes (Sanprakhon, Chaimongkol & Hengudomsub, 2022). Noutro estudo, realizado nos Estados Unidos, cuidadores/as familiares relataram episódios de insônia e de saúde física e mental prejudicadas devido ao cuidado, dados que chamam a atenção quando se tem em conta que episódios transitórios de insônia podem se tornar crônicos (Starr et al., 2022).

Resgatando uma revisão sistemática com publicações brasileiras e americanas é possível verificar diferentes avanços e níveis de investigação nesses países: o Brasil tem enfatizado as dificuldades vivenciadas pelos/as cuidadores/as com algumas tentativas de intervenção; noutro patamar, os Estados Unidos já vêm investigando a eficácia de programas e de diferentes tipos de intervenções e monitoramento de apoio para a melhoria da saúde do/a cuidador/a (Dadalto, Cavalcante, 2021), e isso chama-nos a atenção para a condição e o momento em que se encontra a sociedade brasileira.

É fato comprovado que ofertar cuidados informais a um familiar que convive com o Alzheimer ou outra doença crônica de longa duração pode afetar negativamente o bem-estar psicológico dos/as cuidadores/as (Zhang, Bennett, 2024). Infelizmente, cuidadores/as informais ainda permanecem invisíveis nas diferentes sociedades, embora seu trabalho não remunerado constitua o sustento do Estado e dos sistemas de saúde, e o equilíbrio dos sistemas familiares. Suas contribuições e necessidades carecem de compreensão e divulgação, mas tem sido frequentemente ignoradas pelas sociedades, meios de comunicação e gestores públicos (Glasby et al., 2023; Keating, McGregor, Yeandle, 2021), e isso precisa ser mudado.

Por fim, faz-se necessário enfatizar o pequeno percentual de indivíduos que recebem assistência necessária à manutenção de sua saúde mental: apenas 10% em países de baixa e média renda e pouco mais de 50% em países de maior renda (ONU, 2025), dados que nos impelem à afirmação de que, em ambos os contextos, os governos e os serviços de saúde têm sido ineficientes no desempenho de suas funções.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Cuidar de pessoas idosas doentes, a exemplo daquelas com Alzheimer, é um trabalho exaustivo e essencial às sociedades que vivenciam o processo de envelhecimento. Dos/as cuidadores/as participantes, 57,3% apresentaram TMC, fato que indica alta vulnerabilidade emocional dessa população constituída, majoritariamente, por mulheres, filhas e casadas, com

idade entre 25 e 59 anos; ênfase é dada aqui à parcela significativa de pessoas idosas desempenhando o papel de cuidadoras.

Verificou-se a influência direta e indireta das diferentes variáveis sobre o surgimento de transtornos mentais: o estresse percebido foi o preditor direto dos TMC nessa população, e a disfunção familiar apresentou-se como preditor indireto do estresse percebido que, por conseguinte, influencia diretamente o surgimento de sofrimento mental. Destaque é dado ao efeito da atividade física/lazer sobre a melhora da qualidade de vida que atenuou a influência do estresse sobre os transtornos mentais. Variáveis como sobrecarga, qualidade de vida, ajuda para cuidar, atividade física/lazer, horas de sono e horas de cuidado não apresentaram, isoladamente, associação estatisticamente significativa com TMC.

Esse panorama nos remete à reflexão sobre a necessidade de um olhar mais sensível às necessidades dessa população de cuidadores/as que têm enfrentado situações desafiadoras no processo de cuidar. A partir dos dados apresentados neste estudo, espera-se que a sociedade civil e governamental avance o campo das discussões e parta para o desenvolvimento de estratégias e redes de apoio eficientes para o familiar que cuida de pessoas idosas com Alzheimer. Destaca-se, aqui, a premente necessidade de empreender investimentos reais previstos na Política Nacional de Cuidados do Brasil com vistas à proposição de estratégias para orientação, qualificação e amparo social e financeiro do familiar cuidador em reconhecimento, apoio e valorização da responsabilidade de cuidar que tanto compromete a vida e saúde dessa população.

LIMITAÇÃO DO ESTUDO

O estudo foi conduzido num centro especializado para atendimento de pessoas idosas com Alzheimer. Entretanto, apesar de ser referência para esse tipo de atendimento, muitos pacientes do município não estão cadastrados nessa unidade, o que limitou a constituição da amostra; motivo pelo qual decidiu-se trabalhar com toda a população da unidade, naquele período. Faz-se necessária a realização de novo estudo, com a participação de cuidadores de idosos com DA de todo o município a fim de confirmar os resultados deste estudo.

REFERÊNCIAS

- Ajenikoko, M. K., Okpe, E. O., Aderibigbe, A., & Oladipo, M. O. (2022). Review of Alzheimer's disease drugs and their relationship with neuron-glia interaction. *IBRO Neuroscience Reports*, 14, 64–76. <https://doi.org/10.1016/j.ibneur.2022.11.005>
- Alzheimer's Association. (2025). *Alzheimer e demência*. <https://www.alz.org/es-mx/alzheimer-demencia/que-es-la-enfermedad-de-alzheimer>
- Alzheimer's Disease International. (2022). *New study predicts the number of people living with Alzheimer's disease to triple by 2050*. <https://www.alzint.org/news-events/news/new-data-predicts-the-number-of-people-living-with-alzheimers-disease-to-triple-by-2050/>
- Angrisani, M., Reed, N. S., Banerjee, J., & Lee, J. (2025). Dementia caregiving in India: New evidence from a National representative sample. *Alzheimer's & Dementia*, 21(5), e70266. <https://doi.org/10.1002/alz.70266>
- Anjos, R. M. P., Assis, V. F., & Alves, R. S. (2024). Transtornos mentais comuns associados a acidentes e violência. *Brazilian Journal of Development*, 10(9), 1–34. <https://doi.org/10.34117/bjdv10n9-027>
- Apesoa-Varano, E. C. (2020). “Eu sei o que é melhor”: mulheres que cuidam de parentes com demência. *Social Science & Medicine*, 256, 113026. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113026>
- Ashrafizadeh, H., Gheibizadeh, M., Rassouli, M., Hajibabae, F., & Rostami, S. (2021). Explique a experiência de cuidadores familiares em relação ao cuidado de pacientes com Alzheimer: um estudo qualitativo. *Frontiers in Psychology*, 12, 699959. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.699959>
- Batista, I. B., Marinho, J. S., Brito, T. R., Guimarães, M. S., Silva Neto, L. S., Pagotto, V., et al. (2023). Qualidade de vida de cuidadores familiares de pessoas idosas acamadas. *Acta Paulista de Enfermagem*, 36, eAPE0036. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2023AO00361>
- Brasil. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). (2023). *Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua*. https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/media/com_mediaibge/arquivos/0a9afaed04d79830f73a16136dba23b9.pdf
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. (2024). *Relatório nacional sobre a demência: Epidemiologia, (re)conhecimento e projeções futuras* (p. 132). Ministério da Saúde. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/relatorio_nacional_demencia_brasil.pdf
- Bravo-Vazquez, A., Anarte-Lazo, E., Gonzalez-Gerez, J. J., Rodriguez-Blanco, C., & Bernal-Utrera, C. (2025). Effects of Physical Exercise on the Physical and Mental Health of Family Caregivers: A Systematic Review. *Healthcare*, 13(10), 1196. <https://doi.org/10.3390/healthcare13101196>

- Brito, L., Cepa, B., Brito, C., Leite, A., & Pereira, G. (2025).** Perfis de avaliação de risco para sobrecarga do cuidador em cuidadores familiares de pessoas vivendo com doença de Alzheimer: um estudo exploratório com aprendizado de máquina. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(3), 41. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15030041>
- Caplin, A., Beauchamp, M. R., Weiss, J., Mui, J., Kienle, G. S., & O'Connell, M. E. (2021).** Efeitos do Treinamento de Exercícios Aeróbicos nos Processos Psicológicos Diários em Cuidadores Familiares: Análises Secundárias de um Ensaio Clínico Randomizado. *Affective Science*, 2, 48–57. <https://doi.org/10.1007/s42761-020-00026-6>
- Centro de Referência à Saúde do Idoso de Itabuna atende mais de 3.500 pacientes.** (2022, 3 de abril). Prefeitura Municipal de Itabuna. <https://itabuna.ba.gov.br/2022/04/03/centro-de-referencia-a-saude-do-idoso-de-itabuna-atende-mais-de-3-500-pacientes/>
- Chang, Y.-T., Lin, Y.-C., Lin, C.-L., Ho, H.-T., & Chiu, C.-F. (2023).** Sintomas neuropsiquiátricos e estresse do cuidador na doença de Parkinson com comprometimento cognitivo, doença de Alzheimer e demência frontotemporal. *Journal of Parkinson's Disease*, 13(2), 243–254. <https://doi.org/10.3233/JPD-223550>
- Dadalto, E. V., & Cavalcante, F. G. (2021).** O lugar do cuidador familiar de idosos com doença de Alzheimer: uma revisão de literatura no Brasil e Estados Unidos. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(1), 221–230. <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.38482020>
- Damian, A. C., Pătrașcu, D. D., Olteanu, I. C., Văleanu, I. R., Pătrașcu, I. P., & Oprea, O. I. (2023).** Quality of Life Predictors in a Group of Informal Caregivers during the COVID-19 Pandemic. *Medicina*, 59(8), 1486. <https://doi.org/10.3390/medicina59081486>
- de la Cruz-Portilla, A. C. (2020).** Relação entre sobrecarga e funcionamento familiar em cuidadores informais de pacientes com Alzheimer. *Revista UNIMAR*, 38(1), 187–200. <https://doi.org/10.31948/Rev.unimar/unimar38-1-art9>
- Epps, F., To, H., Liu, T. T., Karanjit, A., & Warren, G. (2021).** Effect of Exercise Training on the Mental and Physical Well-Being of Caregivers for Persons Living With Chronic Illnesses: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Applied Gerontology*, 40(1), 18–27. <https://doi.org/10.1177/0733464819890753>
- Estevam, E. A., Francisco, P. M. S. B., & Silva, R. A. da. (2021).** Privatization of old age: suffering, disease and violence in the relationship between older adults and caregivers. *Saúde e Sociedade*, 30(3). <https://doi.org/10.1590/S0104-12902021200928>
- Floridi, G., Quashie, N. T., Glaser, K., & Brandt, M. (2022).** Partner Care Arrangements and Well-Being in Mid- and Later Life: The Role of Gender Across Care Contexts. *The Journals of Gerontology: Series B*, 77(2), 435–445. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbab209>

- Galdino, C. S. (2025).** *Repercussões do apoio matricial em cuidados paliativos à idosos frágeis no domicílio na perspectiva de cuidadores familiares [Tese de Doutorado, Escola de Enfermagem/Hospital das Clínicas]. Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).* <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1591180>
- Gaspar, T., Raimundo, M., Sousa, S. B., Barata, M., & Cabrita, T. (2023).** Relação entre sobrecarga, qualidade de vida e dificuldades de cuidadores primários informais no contexto da pandemia de COVID-19: análise das contribuições das políticas públicas. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5205. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065205>
- GBD 2019 Dementia Forecasting Collaborators. (2022).** Estimation of the global prevalence of dementia in 2019 and forecasted prevalence in 2050: an analysis for the global burden of Disease Study 2019. *The Lancet Public Health*, 7(2), e105–e125.
- Glasby, J., Farquharson, C., Hanson, E. U., & Homem-vision, M. (2023).** Construindo uma melhor compreensão do cuidado social para adultos. *British Medical Journal*, 382, e073720. <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-073720>
- Gumikiriza-Onoria, J. L., Nakigudde, J., Mayega, R. W., Omona, P., & Kizza, J. B. (2024).** Sofrimento psicológico entre cuidadores familiares de pessoas com doença de Alzheimer e demências relacionadas em Uganda. *BMC Geriatrics*, 24, 602. <https://doi.org/10.1186/s12877-024-05190-z>
- Hives, B. A., Beauchamp, M. R., Weiss, J., Mui, J., Kienle, G. S., & O'Connell, M. E. (2021).** The effects of aerobic exercise on psychological functioning in family caregivers: Secondary analyses of a randomized controlled trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 55(1), 65–76. <https://doi.org/10.1093/abm/kaaa031>
- Ibrahim, A. M., Ibrahim, M. M., & Zaghmir, D. E. F. (2024).** Sobrecarga do cuidado e qualidade de vida entre cuidadores informais de pacientes com Alzheimer no Egito. *Palliative and Supportive Care*, 22(1), 182–189. <https://doi.org/10.1017/S1478951523000573>
- Keating, N., McGregor, J. A., & Yeandle, S. (2021).** Cuidado sustentável: teorizando o bem-estar de cuidadores de idosos. *International Journal of Care and Caring*, 5(4), 611–630. <https://doi.org/10.1332/239788221X16208334299524>
- Kim, J., Son, S., Kim, H., & Kang, M. (2023).** Efeitos de um programa de exercícios físicos para cuidadores familiares idosos de pessoas com demência. *American Journal of Alzheimer's Disease & Other Dementias*, 38, 1–9. <https://doi.org/10.1177/15333175231178384>
- Kojima, Y., Yamada, S., Kamijima, K., Kogushi, K., & Ikeda, S. (2024).** Sobrecarga em cuidadores de pacientes com esquizofrenia, depressão, demência e acidente vascular cerebral no Japão: análise comparativa da qualidade de vida, produtividade no trabalho e sobrecarga qualitativa do cuidado. *BMC Psychiatry*, 24, 591. <https://doi.org/10.1186/s12888-024-06000-x>

- Lavinsky, A. E., Rocha, R. M., & Landim, M. L. B.** (2021). O processo de cuidar do idoso fragilizado: experiências, expectativas e desafios de familiares que cuidam. In M. L. B. Landim (Org.), *América Latina contemporânea: saúde, cultura e sociedade, novas abordagens* (pp. 1–226). Autorale.
- Lawson, M., Sunkel, C., & Valadez, J. L.** (2020). *Tempo de cuidar: o trabalho de cuidado não remunerado e mal pago e a crise global da desigualdade*. Oxfam Internacional - Brasil. <https://doi.org/10.21201/2020.5419>
- Li, R., Lv, P., Deng, B., Zuo, Z., Zhang, J., Hu, D., Li, W., Liu, Y., Zhao, Y., & Li, Y.** (2022). Disease Burden and Attributable Risk Factors of Alzheimer's Disease and Dementia in China from 1990 to 2019. *The Journal of Prevention of Alzheimer's Disease*, 9(2), 306–314. <https://doi.org/10.14283/jpad.2021.69>
- Loi, S. M., Chen, P. C. Y., Low, L. F., Macpherson, H., Fary, R., Batchelor, F., Szoeki, C., & Liew, D.** (2024). Effects of physical activity on depressive symptoms in older caregivers: The IMPACCT randomized controlled trial. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 39(3), 1–10. <https://doi.org/10.1002/gps.6058>
- Manoj, S., Nehra, A., Dalal, K., Sagar, R., & Tripathi, M.** (2021). Association of Stressful Life Events with Dementia in North Indian Populations. *Neurology India*, 69(5), 1326–1330. <https://doi.org/10.4103/0028-3886.329601>
- Marín-Maicas, P., Corchón, S., Ambrosio, L., & Portillo, M. C.** (2021). Vivendo com Condições de Longa Duração na Perspectiva de Cuidadores Familiares. Uma Revisão de Escopo e Síntese Narrativa. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7294. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147294>
- Organización Mundial de la Salud (OMS).** (2025). *Demência*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dementia>
- Organização das Nações Unidas (ONU).** (2025). *OMS alerta que mais de 1 bilhão de pessoas vivem com transtornos mentais*. <https://news.un.org/pt/story/2025/09/1850854>
- Popa, L. C., Manea, M. C., Velcea, D., Șalapa, I., Manea, M., & Ciobanu, A. M.** (2021). Impacto da demência de Alzheimer em cuidadores e melhoria da qualidade por meio da arte e da musicoterapia. *Healthcare*, 9(6), 698. <https://doi.org/10.3390/healthcare9060698>
- Prieto-Prieto, J., Madruga, M., Adsuar, J. C., González-Guerrero, J. L., & Gusi, N.** (2022). Effects of a Home-Based Exercise Program on Health-Related Quality of Life and Physical Fitness in Dementia Caregivers: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), 9319. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159319>
- Sánchez-Martínez, V., Cauli, O., & Corchón, S.** (2024). Long-Term Caregiving Impact and Self-Care Strategies in Family Caregivers of People with Neuropsychiatric Disorders: A Mixed-Method Study. *Diseases*, 12(11), 292. <https://doi.org/10.3390/diseases12110292>

- Sanprakhon, P., Chaimongkol, N., & Hengudomsub, P.** (2022). Relações entre o estresse do cuidador e a qualidade do sono entre cuidadores familiares de idosos com demência na Tailândia. *Belitung Nursing Journal*, 8(3), 229–234. <https://doi.org/10.33546/bnj.2106>
- Schulz, R., Beach, S. R., Czaja, S. J., Martire, L. M., & Monin, J. K.** (2020). Family Caregiving for Older Adults. *Annual Review of Psychology*, 71, 635–659. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050754>
- Sehar, U., Alharbi, A., Alharbi, S., Almarshad, M., Alyahya, S., Alenizi, M., Alshammari, N., & Alharbi, M.** (2023). Compreensão abrangente de cuidadores hispânicos: foco em métodos inovadores e validações. *Journal of Alzheimer's Disease Reports*, 7(1), 557–574. <https://doi.org/10.3233/ADR-220094>
- Snyder, S. A., & Vitaliano, P. P.** (2020). Caregiver Psychological Distress: Longitudinal Relationships With Physical Activity and Diet. *American Journal of Alzheimer's Disease and Other Dementias*, 35. <https://doi.org/10.1177/1533317520904554>
- Souza, G.** (2025). *O que são as Atividades Básicas e Instrumentais de Vida Diária na Avaliação do Paciente Idoso?* Cuidado personalizado e atendimento domiciliar. <https://drgabrielsouza.com.br/o-que-sao-as-atividades-basicas-e-instrumentais-de-vida-diaria-na-avaliacao-do-paciente-idoso/>
- Starr, L. T., Washington, K., McPhillips, M. V., Pitzer, K., Demir, G., & Oliver, D. P.** (2022). Insomnia Symptoms Among Hospice Family Caregivers: Prevalence and Association with Caregiver Mental and Physical Health, Quality of Life, and Caregiver Burden. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*, 40(5), 456–465. <https://doi.org/10.1177/10499091221105151>
- Torres Neto, F., Lovisi, G. M., Unger, R. J. G., & Lima, L. A.** (2023). Transtorno mental comum em populações assistidas pela Atenção Primária à Saúde no Brasil: uma revisão integrativa. *Cadernos de Saúde Coletiva*, 31(3), e31030119. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331030119>
- Torres-Sanmiguel, S., López-Díaz, A., Rincón-Quijano, J. P., & Osorio, G. L.** (2024). Experiencia de los cuidadores informales en Colombia: Revisión sistemática y metátesis. *Universidad y Salud*, 26(1), 29–40. <https://doi.org/10.22267/rus.242601.318>
- Venkatesan, S., & Ancy A, L.** (2023). ‘There were days I felt empty’: care, affect, and graphic medicine. *Visual Studies*, 39(4), 491–500. <https://doi.org/10.1080/1472586X.2023.2252395>
- Vu, M., Mangal, R., Stead, T., Lopez-Ortiz, C., & Ganti, L.** (2022). Impact of Alzheimer's Disease on Caregivers in the United States. *Health Psychology Research*, 10(3), 37454. <https://doi.org/10.52965/001c.37454>
- World Health Organization (WHO).** (2017). *Depression and other common mental disorders: Global health estimates*. World Health Organization.

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?sequence=1>

World Health Organization (WHO). (2024). *Mental health at work.*

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-at-work>

Yu, Y., Wang, Y., Li, L., Yi, W., Li, J., & Hu, J. (2025). O processo de crescimento pós-traumático dos principais cuidadores de pacientes com doença de Alzheimer. *Global Health & Medicine*, 7(1), 72–73. <https://doi.org/10.35772/ghm.2024.01098>

Zhang, Y., & Bennett, M. R. (2024). Insights Into Informal Caregivers' Well-being: A Longitudinal Analysis of Care Intensity, Care Location, and Care Relationship. *The Journals of Gerontology: Series B*, 79(2), gbad166. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbad166>