

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Caroline Silveira Müller

**ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DE SOBRECARGA DE CUIDADORES
FORMAIS E INFORMAIS DE IDOSOS**

Santa Maria, RS
2023

Caroline Silveira Müller

**ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DE SOBRECARGA DE CUIDADORES FORMAIS E
INFORMAIS DE IDOSOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como pré-requisito para a obtenção do Título de **Bacharel em Terapia Ocupacional**.

Orientadora: Prof^ª. Dr.^ª Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma

Santa Maria, RS
2023

Caroline Silveira Müller

**ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DE SOBRECARGA DE CUIDADORES FORMAIS E
INFORMAIS DE IDOSOS**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS), como pré-requisito para a obtenção do Título de **Bacharel em Terapia Ocupacional**.

Aprovado em 31 de janeiro de 2023:



Dra. Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma (UFSM)
(Orientadora)



Dra. Tânia Fernandes Silva (UFSM)

Santa Maria, RS
2023

RESUMO

ANÁLISE DA AVALIAÇÃO DE SOBRECARGA DE CUIDADORES FORMAIS E INFORMAIS DE IDOSOS

AUTORA: Caroline Silveira Müller

ORIENTADORA: Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma

Devido ao elevado índice de envelhecimento populacional no Brasil, com o acúmulo de processos patológicos e doenças crônicas não transmissíveis, surgem algumas limitações para os idosos, geralmente tornando-os dependentes. Assegurar os cuidados necessários ao idoso, pode gerar manifestações de sobrecarga para quem exerce o papel de cuidador. Deste modo, o objetivo desta pesquisa foi identificar se há diferença entre o nível de sobrecarga entre cuidadores formais e informais e influência em relação ao tempo destinado ao cuidado. Foi realizada entrevista semiestruturada através da Escala de Zarit e questionário sociodemográfico, um total de 20 cuidadores participaram. Identificou-se que há diferença no nível de sobrecarga entre cuidador formal e informal mas que o tempo de cuidado não influenciou na sobrecarga dos cuidadores familiares e formais. Através dos resultados obtidos, espera-se contribuir no fortalecimento e planejamento de ações para cuidadores de idosos na perspectiva de estratégias que evitem ou minimizem a sobrecarga.

Palavras - chave: Cuidadores; Idosos; Sobrecarga.

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE BURDEN ASSESSMENT OF FORMAL AND INFORMAL CAREGIVERS OF THE ELDERLY

AUTHOR: Caroline Silveira Müller

ADVISOR: Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma

Due to the high rate of population aging in Brazil, with the accumulation of pathological processes and non-transmissible chronic diseases, some limitations arise for the elderly, usually making them dependent. Ensuring the necessary care for the elderly may generate manifestations of overload for those who play the role of caregiver. Thus, the objective research was to identify whether there is a difference between the level of burden between formal and informal caregivers and influence in relation to the time allocated for caregiving. A semi-structured interview was conducted using the Zarit Scale and sociodemographic questionnaire, a total of 20 caregivers participated. It was identified that there is a difference in the level of burden between formal and informal caregiver but that the length of time of care did not influence the burden of family and formal caregivers. Through the results obtained, it is expected to contribute to the strengthening and planning of actions for caregivers of the elderly from the perspective of strategies that avoid or minimize the overload.

Keywords: Caregivers; Elderly; Overburden.

RESUMEN

ANÁLISIS DE LA EVALUACIÓN DE LA CARGA DE LOS CUIDADORES FORMALES E INFORMALES DE ANCIANOS

AUTOR: Caroline Silveira Müller

GUIA: Kayla Araújo Ximenes Aguiar Palma

Debido a la elevada tasa de envejecimiento de la población en Brasil, con la acumulación de procesos patológicos y enfermedades crónicas no transmisibles, surgen algunas limitaciones para los ancianos, generalmente haciéndolos dependientes. Garantizar los cuidados necesarios a las personas mayores, puede generar manifestaciones de sobrecarga para quienes ejercen el rol de cuidador. Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue identificar si existe una diferencia entre el nivel de carga entre los cuidadores formales e informales y la influencia en relación con el tiempo asignado al cuidado. Se realizó una entrevista semiestructurada utilizando la Escala de Zarit y un cuestionario sociodemográfico, en la que participaron un total de 20 cuidadores. Se identificó que existe una diferencia en el nivel de carga entre el cuidador formal y el informal, pero que la duración de los cuidados no influyó en la carga de los cuidadores familiares y formales. A través de los resultados obtenidos, se espera contribuir al fortalecimiento y planificación de acciones para cuidadores de personas mayores desde la perspectiva de estrategias que eviten o minimicen la sobrecarga.

Palabras claves: Cuidadores; Personas mayores; Sobrecarga.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1. Distribuição das características sociodemográficas dos cuidadores.....	13
Tabela 2. Distribuição dos cuidadores em relação ao cuidado com idoso.....	15
Tabela 3. Escala de Zarit - Escore Total	17
Tabela 4. Correlação do tempo de cuidado e sobrecarga do cuidador.....	17

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AVD	Atividade de Vida Diária
CAAE	Certificado de Apresentação de Apreciação Ética
CBO	Classificação Brasileira de Ocupações
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
CF	Cuidador Formal
CI	Cuidador Informal
DCNT	Doenças crônicas não transmissíveis
HUSM	Hospital Universitário de Santa Maria
PACTO	Programa de Apoio a Cuidadores da Terapia Ocupacional
SPSS	Statistical Package for the Social Science
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TC	Termo de Confidencialidade
UFSM	Universidade Federal de Santa Maria

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 MATERIAIS E MÉTODOS	10
3 RESULTADOS.....	12
4 DISCUSSÃO	17
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
REFERÊNCIAS.....	23

1 INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, em 2021 a população total do país foi estimada em 212,7 milhões, o que representa um aumento de 7,6% em comparação ao ano de 2012. Durante esse período a quantidade de pessoas com 60 anos ou mais aumentou de 11,3% para 14,7% da população, crescendo 39,8% durante esses anos. O índice de envelhecimento populacional encontra-se em desenvolvimento elevado e a taxa de fecundidade está diminuindo, enquanto a expectativa de vida aumenta entre a população brasileira.

De acordo com MESQUITA, J.S. et al (2016), o processo de envelhecimento é definido para cada ser humano, como o desenvolvimento natural o qual acontecem inúmeras mudanças biológicas, psicológicas e fisiológicas que podem sofrer influência de fatores políticos, sociais, econômicos e psicológicos, para cada indivíduo esse processo ocorre de maneira diferente.

O conjunto de habitantes idosos está em crescente avanço, assim como o aumento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) e outras condições, que frequentemente provocam incapacidades funcionais e limitações produzindo maior grau de dependência, geralmente necessitando de uma pessoa para prestar-lhe cuidados.

A capacidade funcional pode ser considerada como um processo dinâmico, que envolve habilidades para realização de atividades de vida diária (AVD), fundamental para o processo de envelhecimento (ZANESCO, et al, 2020).

Atualmente, com a composição familiar menor em consequência da redução de filhos e a inserção das mulheres no mercado de trabalho, algumas famílias não conseguem estabelecer um cuidador, optando pela contratação de cuidadores para prestar os cuidados de forma remunerada e com jornada de trabalho estabelecida, em geral não fazem parte da família, considerado assim cuidador formal. (FIGUEIREDO, M. L. F. et al, 2021).

No ano de 2002, o Ministério do Trabalho e Emprego incluiu na Classificação Brasileira de Ocupações (CBO), a ocupação de cuidar de idosos, para que fosse possível o registro na carteira de trabalho. Mas somente em 2012 foi aprovado o projeto que regulamenta a profissão de cuidar da pessoa idosa, o qual o profissional desempenha funções de acompanhamento e assistência ao idoso, atuando em domicílio, instituições de longa permanência, hospitais ou em eventos culturais e sociais. (BRASIL, 2012).

Para (ANJOS, BOERY, PEREIRA, 2014) o cuidador principal caracteriza-se como o indivíduo que fica com a responsabilidade de quase todas as tarefas para auxiliar o idoso dependente.

Geralmente, quem assume o papel de cuidador faz parte da família, são eles: cônjuges, filhos, netos, nora, genro ou vizinhos e amigos próximos, que são chamados de cuidador informal.

Os cuidados no ambiente domiciliar dependem, na maioria dos casos, de orientações feitas após consultas médicas ou internações, contudo, não realiza-se instruções para guiar o cuidador principal durante esse processo, geralmente o indivíduo familiar assume esse papel de forma inesperada, sem nenhum preparo.

E modificar toda a sua rotina para assegurar os cuidados necessários ao idoso dependente, pode acarretar em sobrecargas físicas e emocionais na vida do cuidador.

DINIZ, M.A.A et al, (2018), afirma que o surgimento de sobrecarga nos cuidadores pode produzir a manifestação de sintomas depressivos, exclusão social ou uso de medicamentos se necessário. A tarefa de cuidar envolve todos os aspectos da vida do cuidador, de quem é cuidado e do contexto em que estão inseridos.

Dessa forma, o objetivo da presente pesquisa foi identificar se há diferença entre o nível de sobrecarga através da escala de Zarit entre cuidadores formais e informais e se há alguma influência em relação ao tempo destinado ao cuidado nos resultados entre grupos.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Caracteriza-se como um estudo de abordagem quantitativa do tipo exploratório e descritiva. Segundo o autor GIL, A.C. (2008), uma pesquisa exploratória tem como principal finalidade desenvolver, esclarecer e modificar conceitos e ideias, tendo em vista a formulação de problemas. As pesquisas exploratórias são desenvolvidas com o objetivo de proporcionar uma visão geral, acerca de determinado fato.

O referido estudo está vinculado ao projeto interinstitucional juntamente com a Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), intitulado “Efeitos físicos, cognitivos, psicológicos e sociais do processo de envelhecimento e do cuidar de idosos”. Aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) sob parecer nº 057048 e Certificado de Apresentação de Apreciação Ética CAAE nº 55447621200005346, conforme a Resolução Nº 466, de dezembro de 2012, do Conselho Nacional de Saúde, o qual considera o respeito pela dignidade humana e promove a proteção dos participantes da pesquisa.

A amostra foi por conveniência, após a busca ativa e convite realizado individualmente a cada participante do Programa de Apoio a Cuidadores de Terapia Ocupacional (Pacto), onde era explicado a importância do estudo para posterior criação de estratégias de cuidado adequadas. Um total de vinte e seis cuidadores aceitaram participar da pesquisa, porém somente vinte

pessoas se encaixaram nos critérios de inclusão, sendo eles: possuir o mínimo de 18 anos e mínimo de 06 meses de tempo na função de cuidador. Dentre os vinte participantes, dez cuidadores formais e dez cuidadores informais.

Para os que aceitaram participar foi entregue o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) a fim de esclarecer a finalidade da pesquisa, os procedimentos, possíveis riscos durante o estudo, como desconforto ou incômodo e os benefícios, assim como o Termo de Confidencialidade (TC), utilizado para garantir que todos os dados foram utilizados de forma exclusiva, somente para fins acadêmicos e após foi colhida assinatura dos mesmos.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de outubro e novembro de 2022.

Inicialmente, para avaliar o perfil dos cuidadores, utilizou-se um questionário sociodemográfico estruturado pela autora com questões referentes à: faixa etária; sexo; escolaridade; estado civil; renda mensal aproximada; se possuíam filhos; com quem residiam; aspectos relacionados ao trabalho; grau de parentesco com o idoso; atividades de lazer; tempo destinado ao cuidado; presença ou ausência de doenças no cuidador; uso de medicação; se recebe ajuda de alguém para cuidar; Além de perguntas abertas sobre suas maiores dificuldades, pontos positivos e negativos em relação ao cuidado.

Logo após, para avaliação da sobrecarga dos cuidadores, foi aplicada a Escala de Zarit, a qual é um instrumento composto por questões que referem-se à relação cuidador - paciente, avaliação da condição de saúde, bem-estar psicológico, finanças e vida pessoal (SEQUEIRA, 2010). A escala de respostas varia de 01 a 05, de acordo com a presença ou a intensidade de uma resposta (01 = Nunca; 02 = Quase nunca; 03 = Às vezes; 04 = Frequentemente e 05 = Quase sempre). Os resultados variam de Leve (até 14 pontos), Moderada (15 a 21 pontos) e Grave (acima de 22 pontos).

Não existem respostas certas ou erradas, o estresse dos cuidadores foi indicado por altos escores, é importante ressaltar que esta escala não deve ser realizada na presença do idoso, para evitar o possível constrangimento do cuidador ao responder algumas questões.

A coleta de dados ocorreu de forma presencial no ambulatório de Terapia Ocupacional em Gerontologia - Anexo ao prédio 26 D, vinculado ao Hospital Universitário de Santa Maria (HUSM), também foi utilizado o Google Forms, facilitando assim, a organização dos cuidadores para responder em seu domicílio, conforme sua disponibilidade de horário.

Após a coleta, os dados foram armazenados no Microsoft Office Excel 2010, sendo elaborada a tabulação das variáveis e a análise estatística foi processada no Software SPSS (*Statistical Package for the Social Science*) versão 20.0, as variáveis foram codificadas e realizada estatística descritiva das amostras.

As variáveis categóricas do questionário sociodemográfico e Escala de Zarit serão apresentadas em frequência absoluta (n) e relativa (%).

Foi realizado teste de normalidade através do *Shapiro - Wilk* das variáveis tempo de cuidado e escore total da Escala de Zarit, de ambos os grupos de cuidadores, em seguida a análise da correlação utilizando o teste não paramétrico *Tau-b de Kendall*.

3 RESULTADOS

O estudo foi composto por 20 cuidadores de idosos, sendo 10 cuidadores formais (CF) e 10 cuidadores informais (CI), dos quais a maioria eram do sexo feminino (CI; n=7; 70%), (CF; n=10; 10%) e apenas (CI) do sexo masculino (n=3; 30%).

Analisando a média de idade dos cuidadores informais foi possível obter o seguinte resultado: média 58,4 anos de idade, mínima de 47 anos e máxima de 67 anos. Para cuidadores formais a média obtida foi de: 48,1 anos de idade, mínima de 32 anos e máxima de 65 anos.

Na tabela 1. são representadas as variáveis gênero; escolaridade; estado civil; se possui filhos; moradia; ocupação e renda, através da frequência (n) e percentual (%). Verificou-se que a escolaridade dos cuidadores informais ficou na média de 20% em quatro variáveis (Ens. Fundamental incompleto; Ens. Fundamental completo; Ens. Médio completo e Ens. Superior completo) já entre os cuidadores formais e parte de 70% possui ensino médio completo.

Em relação ao estado civil de CI, (n=9; 90%) são casados e (n=1; 10%) em união consensual, enquanto entre as CF, (n=5; 50%) são casadas, (n=3; 30%) divorciadas, (n=1; 10%) solteira e (n=1; 10%) viúva.

Dentre os cuidadores, a maioria possui filhos, CI (n=9; 90%) e CF (n=10; 10%).

A moradia dos participantes CI foi superior com os cônjuges (n=4; 40%), cônjuges e filhos (n=4; 40%), enquanto a moradia de CF foi maior com os cônjuges (n=3; 30%).

A maior parte dos cuidadores informais são aposentados (n=4; 40%) e cerca de (n=5; 50%) de cuidadores formais exercem alguma atividade remunerada.

Em relação a renda, a maioria dos CI (n=6; 60%) informou receber de 01 a 02 salários mínimos, e as CF também (n=8; 80%).

Tabela 1. Distribuição das características sociodemográficas dos cuidadores.

Variável	Cuidador Informal		Cuidador Formal	
	Frequência (n)	Percentual (%)	Frequência (n)	Percentual (%)
Gênero				
Feminino	7	70,00	10	100,00
Masculino	3	30,00	-	-
Escolaridade				
Ens. Médio incompleto	1	10,00	-	-
Ens. Fundamental completo	2	20,00	-	-
Ens. Fundamental incompleto	2	20,00	-	-
Ens. Médio completo	2	20,00	7	70,00
Ens. Superior completo	2	20,00	3	30,00
Ens. Superior incompleto	1	10,00	-	-
Estado Civil				
Casado	9	90,00	5	50,00
União Consensual	1	10,00	-	-
Divorciado	-	-	3	30,00
Viúvo	-	-	1	10,00
Solteiro	-	-	1	10,00
Tem filhos				
Sim	9	90,00	10	100,00
Não	1	10,00	-	-
Com quem reside				
Cônjuge e filhos	4	40,00	2	20,00
Cônjuge	4	40,00	3	30,00
Cônjuge/mãe/tia	1	10,00	-	-
Cônjuge/filhos/pai	1	10,00	-	-
Filhos	-	-	2	20,00
Sozinho	-	-	2	20,00
Família	-	-	1	10,00
Ocupação				
Dona de casa	2	20,00	-	-
Aposentado	4	40,00	-	-
Desempregado	2	20,00	-	-
Outros	2	20,00	1	10,00
Exerce atividade remunerada	-	-	5	50,00
Trabalho Informal	-	-	4	40,00

Renda				
1 a 2 salários	6	60,00	8	80,00
2 a 5 salários	4	40,00	2	20,00

Fonte: Elaborado pela autora.

A Tabela 2. Demonstra os resultados das variáveis em relação ao cuidado com o idoso, o maior percentual sobre quem os CI cuidam foram das esposas (n=2; 20%) e mãe (n=2; 20%), os CF não possuem parentesco com o idoso cuidado.

Em relação à experiência no cuidado ao idoso, (n=5; 50%) dos CI informaram não possuir e (n=5; 50%) responderam que possuíam. Entre os CF, (n=9; 90%) possuía experiência e apenas (n=1; 10%) respondeu não obter experiência.

No que se refere ao lazer, (n=8; 80%) de CI responderam ter um momento de lazer e (n=9; 90%) de CF informaram também possuir um momento para o lazer.

O tempo integral para o cuidado obteve uma grande porcentagem entre os CI, (n=6; 60%), enquanto entre os CF o tempo máximo de cuidado foi até 12 horas, (n=5; 50%).

Referente a quanto tempo os participantes exercem o papel de cuidador, o maior percentual foi de 01 a 03 anos entre CI (n=5; 50%) e também entre os CF (n=6; 60%).

A questão sobre doença, 60% dos CI responderam que não possuem, enquanto 70% de CF responderam que possuem alguma doença atualmente. Em relação ao uso de medicação entre os cuidadores, 60% fazem uso de algum medicamento, esse resultado foi igual para os cuidadores informais e formais.

Sobre a variável “ajuda”, a maioria dos CI (n=6; 60%) relataram receber ajuda de alguém em algum momento para cuidar do idoso enquanto (n=6; 60%) dos CF responderam que não recebem ajuda para cuidar.

As maiores dificuldades para os CI e CF, em relação ao cuidado resultaram na locomoção do idoso (n=3 30%) e outros (n=3; 30%), o mesmo percentual para os dois grupos de cuidadores. No que se refere aos pontos positivos em relação ao cuidado, a maior prevalência entre CI foi o afeto com 50%, para o CF a gratidão obteve 50% das respostas. Enquanto referente aos pontos negativos, três variáveis (ausência de divisão de tarefas, cansaço e estresse) resultaram em um percentual de 30% para cada variável entre os CI. Já para os CF, a prevalência foi o cansaço, resultando em 50% dos participantes.

Em relação ao diagnóstico do idoso cuidado ao qual é prestado esse cuidado, o maior percentual entre os cuidadores foram a demência, para CI 50% e CF 40%.

Tabela 2. Distribuição dos cuidadores em relação ao cuidado com idoso.

Variável	Cuidador Informal		Cuidador Formal	
	Frequência (n)	Percentual (%)	Frequência (n)	Percentual (%)
De quem cuida				
Mãe e Sogro	1	10,00	-	-
Marido	1	10,00	-	-
Esposa	2	20,00	-	-
Sogro e Pai	1	10,00	-	-
Mãe	2	20,00	-	-
Mãe e Tia	1	10,00	-	-
Pai	1	10,00	-	-
Sogro	1	10,00	-	-
Experiência				
Sim	5	50,00	9	90,00
Não	5	50,00	1	10,00
Lazer				
Sim	8	80,00	9	90,00
Não	2	20,00	1	10,00
Tempo diário de cuidado				
Tempo integral	6	60,00	-	-
Ate 06 horas	2	20,00	4	40,00
Até 08 horas	1	10,00	1	10,00
Até 12 horas	1	10,00	5	50,00
Tempo de cuidado				
De 06 meses a 01 ano	2	20,00	2	20,00
De 01 a 03 anos	5	50,00	6	60,00
De 03 a 05 anos	2	20,00	-	-
Mais de 05 anos	1	10,00	2	20,00
Doença				
Sim	6	60,00	7	70,00
Não	4	40,00	3	30,00
Medicação				
Sim	6	60,00	6	60,00
Não	4	40,00	4	40,00

Ajuda				
Sim	6	60,00	4	40,00
Não	4	40,00	6	60,00
Dificuldade				
Locomoção	3	30,00	3	30,00
Auxílio no banho	1	10,00	-	-
Outros	3	30,00	3	30,00
Monitorar medicamentos	1	10,00	-	-
Comunicação	2	20,00	2	20,00
Realização de curativos	-	-	2	20,00
Pontos Positivos				
Afeto	5	50,00	4	40,00
Gratidão	3	30,00	5	50,00
Perdão	2	20,00	-	-
Alegria	-	-	1	10,00
Pontos Negativos				
Ausência de divisão de tarefas	3	30,00	1	10,00
Falta de tempo	1	10,00	1	10,00
Cansaço	3	30,00	5	50,00
Estresse	3	30,00	3	30,00
Diagnóstico do idoso que presta cuidado				
Demências	5	50,00	4	40,00
AVC e fratura	1	10,00	-	-
AVC	2	20,00	1	10,00
Infecções	2	20,00	-	-
Cuidados variados	-	-	2	20,00
Incontinência urinária	-	-	1	10,00
Infarto	-	-	1	10,00
Câncer	-	-	1	10,00

Fonte: Elaborado pela autora.

Na Tabela 3. Pode-se observar o comparativo entre CI e CF, em relação a escala de Zarit, avaliação realizada para obter o nível de sobrecarga dos cuidadores. Resultando em um percentual elevado da variável Grave entre os cuidadores informais (n=7; 70%) e entre os cuidadores formais o maior percentual foi o nível de sobrecarga moderado (n=6; 60%).

Tabela 3. Escala de Zarit - Escore Total

Variável	Cuidador Informal		Cuidador Formal	
	Frequência (n)	Percentual (%)	Frequência (n)	Percentual (%)
Leve	-	-	2	20,00
Moderada	3	30,00	6	60,00
Grave	7	70,00	2	20,00

Fonte: Elaborado pela autora.

A tabela 4, demonstra os resultados de acordo com a correlação de tempo cuidado (6 meses a 01 ano; de 01 a 03 anos; de 03 a 05 anos; mais de 05 anos) em relação ao resultado total obtido através da Escala de Zarit, entre os cuidadores informais e formais. Identificou-se uma correlação negativa, fraca e não significativa ($\tau = -,152$; $p \geq 0,06$) entre as variáveis dos cuidadores informais, para os cuidadores formais foi possível constatar uma correlação positiva, fraca e não significativa ($\tau = ,000$; $p \geq 0,06$). Esse resultado indica que maior tempo de cuidado não está associado a maiores valores no nível de sobrecarga dos cuidadores.

Tabela 4. Correlação do tempo de cuidado e sobrecarga do cuidador

Variável	Cuidador Informal		Cuidador Formal	
	Tempo de cuidado	Escore Total	Tempo de cuidado	Escore Total
Tempo de cuidado	1,000	-,152	1,000	,000
Escore Total Zarit	-,152	1,000	,000	1,000

Fonte: Elaborado pela autora

4 DISCUSSÃO

SANTOS, P.A. et al (2019), apontam que o processo de envelhecimento produz alterações estruturais e funcionais, ocasionando dificuldades na relação do indivíduo com o ambiente em que vive. Para LOUREIRO, L.S.N. et al (2014), a dependência de natureza cognitiva e/ou física

do idoso, resulta na tensão dos sistemas de cuidado, para atender as demandas específicas de cada indivíduo.

Ao analisar os resultados obtidos, evidencia-se que a maior parte dos cuidadores informais possuem 60 anos ou mais, entretanto, grande parte da idade dos cuidadores formais foi abaixo de 60 anos, o que demonstra cada vez mais idosos ocupando o papel de cuidador de outros idosos, vivenciando assim, o envelhecimento junto da pessoa que é cuidada, com maior possibilidade a sobrecarga.

A gestão do cuidado possui variadas dimensões mutuamente dependentes, que operam em conjunto de acordo com as necessidades de cada indivíduo ao decorrer da sua vida, no qual visam a sua segurança e autonomia (CECÍLIO, 2009). E desempenhar o papel de cuidador abrange diversas funções e alterações em seu cotidiano.

Ao comparar as variáveis sociodemográficas de acordo com a Tabela 1, verificou-se que a maior parte de cuidadores ainda são do gênero feminino, tanto cuidadores formais quanto informais, e no âmbito familiar quem assume esse papel são principalmente filhas, esse resultado se assemelha com o estudo de (CECCON,, R.F. et al, 2021), realizado no ano 2019 em diferentes regiões brasileiras, segundo a qual 84,5% cuidadores familiares e 92,6% cuidadores formais entrevistados eram do gênero feminino.

Atualmente, mesmo com o aumento da inserção de mulheres no mercado de trabalho como demonstrado na pesquisa, é possível refletir sobre o papel da mulher que a sociedade ainda impõe. Responsável pelos afazeres em domicílio, preparação das refeições e cuidados com os membros da família, enquanto o gênero masculino ainda é visto como provedor de sustento e trabalha fora do domicílio. Os resultados apontam somente três cuidadores informais homens, dos quais, dois cuidam de suas esposas e um que presta os cuidados para sua sogra e pai.

Quanto ao estado civil, observou-se que a maioria dos cuidadores de ambos os grupos são casados, possuem filhos e moram com os cônjuges e/ou filhos, é importante ressaltar que além de cuidar do idoso, o cuidador possui outros papéis simultaneamente em seu cotidiano, principalmente cuidadores informais, visto que, os cuidadores formais possuem uma jornada de trabalho estabelecida para prestar os cuidados à pessoa idosa.

Apesar de o estudo de FIGUEIREDO, M.L.F. et.al, 2021, demonstrar maior parte dos cuidadores formais com baixa escolaridade e qualificação profissional registrada entre 74% dos cuidadores, esta pesquisa resultou em 70% de cuidadores formais com ensino médio completo e 30% com ensino superior completo. Pode-se constatar o nível distinto de escolaridade entre os cuidadores familiares, em que foi possível obter diversas variáveis (ens.

fund. incompleto; ens. fund. completo; ens. médio completo e ens. superior completo) com o percentual de 20%.

Ao considerar a renda per capita dos cuidadores, a maioria dos dois grupos mencionou que recebia de 01 a 02 salários mínimos (no ano de 2022, o salário mínimo era de R\$ 1.212,00), em relação ao trabalho, maior parte dos cuidadores informais relatou estar aposentado, enquanto grande número dos cuidadores formais exerciam atividade remunerada a minoria referiu possuir trabalho informal.

Frequentemente os familiares ocupam o papel de cuidador de forma inesperada e sem preparo, a experiência ao ato de cuidar é adquirida ao longo do tempo vivenciado junto ao idoso cuidado, como encontrado em alguns diálogos durante a realização deste estudo. Quanto à variável lazer, grande parte dos cuidadores familiares e formais responderam (sim), um fator considerável para a qualidade de vida dos mesmos.

Em relação à variável quanto tempo cuida, prevaleceu entre os dois grupos entrevistados, de um a três anos exercendo esta tarefa, um estudo realizado em 2012 por GAIOLI, C.C.L.O e colaboradores, identificou que cuidadores que realizam esse papel a mais de vinte e quatro meses as atividades foram tornando-se mais desgastantes, destacando o cansaço físico junto com o abalo do seu estado emocional. O tempo integral de cuidado entre os familiares foi de 60%, corroborando a pesquisa de LOPES, C.C.et, al. 2020, a qual foi realizada com cuidadores principais de idosos em uma Unidade de Saúde de uma região distrital de Porto Alegre, resultando em grande parte ser informal, em 42,8% de cuidadores que desempenham esse papel de um a três anos e o tempo diário para o cuidado entre a maioria foi de 78,6% realizado 24 horas por dia.

Destaca-se que o tempo de cuidado integral prevalente entre cuidadores informais é um potencial significativo para a diminuição do seu autocuidado, qualidade de vida e para desencadear desgaste físico e mental.

Já entre os cuidadores formais, predominou o cuidado de até 12 horas ao idoso, a carga horária de trabalho excedida pode provocar a diminuição da sua qualidade de vida.

Ressalta-se que apenas 40% dos cuidadores familiares possuem alguma doença e utilizam medicamentos, um número semelhante entre os cuidadores formais em que 70% responderam possuir doença e 40% utilizam medicamentos. Este resultado aponta que além da tarefa de cuidar do outro, necessitam gerenciar o cuidado de sua saúde com administração de medicamentos.

Sobre ajuda de alguém para auxiliar nos cuidados ao idoso, a maioria dos cuidadores informais recebiam ajuda de outro familiar, porém uma parcela não recebia. A rede de apoio é um

importante aliado para o bem estar dos cuidadores e pode influenciar na sua qualidade de vida. A pesquisa de PEREIRA, R.A et. al, 2013, encontrou que a maioria dos cuidadores, filhos ou cônjuges dos idosos, são casados. E que este pode ser um fator benéfico quando o cuidado é dividido entre eles, ou negativo quando gera sobrecarga ao cuidador pelo acúmulo de papéis, um fator importante que pode intensificar o estresse. As maiores dificuldades enfrentadas pelos cuidadores informais e formais entrevistados foram em relação a locomoção do idoso. O estudo de FUHRMAN, A.C. et al (2015), realizado entre cuidadores informais, salienta sobre o isolamento social do cuidador no momento em que o mesmo permanece em seu domicílio devido à dificuldade de locomoção do idoso, por preocupação, medo ou falta de divisão para o cuidado.

Assistir um idoso dependente pode estreitar laços afetivos positivos, como gratidão, perdão, afeto e alegria, na referente pesquisa, a maior parte dos CI cerca de 50% relataram o afeto como sentimento positivo, enquanto os CF (50%) responderam que sentem gratidão. Porém, desempenhar esse papel geralmente desencadeia sentimentos negativos, como estresse, falta de tempo, cansaço e ausência da divisão de tarefas, o qual vai ao encontro do estudo realizado em 2016 por LINO.

Os resultados deste estudo demonstram que 30% dos CI responderam três variáveis negativas, ausência de divisão de tarefas, cansaço e estresse, enquanto o maior percentual encontrado entre os CF foi de 50% para o cansaço.

As redes de apoio, suporte social e psicoeducacionais sugerem ser eficazes na redução de sobrecarga, o Programa de Apoio a Cuidadores da Terapia Ocupacional originou-se de ações de extensão universitária desenvolvidas para a comunidade desde 2013, por docentes e discentes inicialmente apenas do curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Santa Maria e atualmente em formato multidisciplinar.

Foi criado e desenvolvido com o intuito de fornecer suporte aos cuidadores formais e informais de adultos ou idosos acometidos doenças crônicas incapacitantes atendidos no serviço de geriatria e posteriormente ambulatório de Terapia Ocupacional em Gerontologia que tem como objetivos somados aos atendimentos aos idosos, também promover uma atenção integral à saúde dos cuidadores, através de atividades de relaxamento, respiração, escuta qualificada, grupos terapêuticos, atividades sócio educativas dentre outras, principalmente a troca de experiências de cuidado .

Em relação ao diagnóstico dos idosos assistidos por seus familiares e cuidadores formais, o maior percentual encontrado neste estudo são as demências, dentre elas: Alzheimer e demência frontotemporal. ANDRADE, F.L.J.P. et al (2017) aponta que a diminuição de independência e

autonomia do idoso, podem estar associados diretamente com o declínio cognitivo, fatores que têm potencial para gerar maior sobrecarga em cuidadores do que idosos que apresentam incapacidade física.

Segundo FUHRMANN, A.C. et al (2015), os idosos dependentes necessitam de cuidados constantes e complexos, colaborando para o isolamento social do cuidador, que na maioria das vezes exige dedicação e renúncia de suas relações interpessoais, pois a incapacidade funcional do idoso é um fator importante para gerar sobrecarga em cuidadores. Para SOUZA, R.L. et al (2015), a sobrecarga engloba a esfera biopsicossocial, entre recursos financeiros, tempo disponível para o cuidado, condições psicológicas e distribuição dos papéis.

Em relação à avaliação da escala de Zarit, os resultados mostram o elevado nível de sobrecarga entre os cuidadores, sendo que a maior sobrecarga (grave) recaiu entre os cuidadores informais e moderada para a maioria dos cuidadores formais. Estudos como o de CONCEIÇÃO, H.N e colaboradores, realizado no ano de 2019 com 52 cuidadores, sendo os principais responsáveis pelo cuidado seus familiares, dedicando-se a mais de oito horas diárias de cuidado ao idoso, resultou em 90,4% dos cuidadores sobrecarregados, este estudo vai ao encontro dos resultados obtidos nesta pesquisa.

FERNANDES e GARCIA (2009) apontam que, o cuidador que reside com o idoso e possui maior grau de parentesco, são alguns fatores que podem aumentar os níveis de tensão, a intensa demanda de cuidado e contribuem para que a sobrecarga torne-se extrema. Assim como NUNES, D.P. et al. (2018) demonstra que não residir no mesmo domicílio que o idoso pode ser favorável para não sobrecarregá-lo. Corroborando com os resultados deste estudo, em que maior parte dos cuidadores informais residem com o idoso cuidado, fator que pode ter influenciado na avaliação da Escala de Zarit, revertendo em mais cuidadores familiares com sobrecarga do que cuidadores formais.

O estudo de CARDOSO L. (2012), evidencia que a mudança de hábitos e ampla responsabilidade exigem ajustes que interferem nas necessidades do cuidador, causando estresse, essas são algumas características da sobrecarga, mudanças das quais influenciam principalmente familiares dos idosos.

De acordo com estudos de NUNES, D.P. et al, (2018), realizado entre cuidadores familiares ou não, residentes no município de São Paulo, sujeitos que cuidam de idosos mais dependentes pode aumentar de forma significativa as possibilidades para sobrecarga do cuidador, da mesma forma foi identificado com idosos que possuíam declínio cognitivo.

Evidenciou-se que essa circunstância, poderia justificar o elevado índice de sobrecarga grave entre os familiares entrevistados, os quais cuidam de idosos com diagnóstico de demências e

grande parte possui mais de setenta anos. E entre cuidadores formais participantes deste estudo, a maioria em que o resultado da escala de Zarit resultou em moderada a grave, cuidavam de idosos com demências, com idade superior a setenta anos.

Conforme o resultado obtido na tabela 4, correlação entre o tempo cuidado e o total da Zarit, pode-se sugerir que esse resultado seja justificado em consequência do número reduzido de sujeitos participantes do estudo, somente dez cuidadores familiares e dez cuidadores formais, com aumento do número de participantes poderá haver uma diferença significativa entre eles.

Independente do cuidador ser formal ou informal, esses cuidadores carecem de suporte profissional e de um espaço para compartilhamento de dúvidas e anseios. A atenção integral à saúde do cuidador deve ser baseada na habilidade em estabelecer as necessidades de saúde dessa população e de programar e avaliar as intervenções sanitárias relativas ao cuidado para as pessoas individualmente em cada contexto.
(DINIZ, M.A.A. et.al 2018).

Desse modo, o índice de sobrecarga do cuidador pode afetar a sua saúde em geral, qualidade de vida, bem estar e consequentemente o cuidado prestado ao idoso.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assumir o papel de cuidador no âmbito familiar geralmente pode ocorrer de forma inesperada, sem nenhum preparo ou orientação, decorrente de alguma situação e não como um processo de escolha. Neste estudo observou-se desigualdade de gêneros, sendo ainda em sua maioria mulheres que estão a frente das responsabilidades que envolvem o cuidado à idosos, tanto entre os cuidadores informais/familiares quanto com os cuidadores formais. E principalmente por mulheres com sessenta anos ou mais, que vivenciam o seu processo de envelhecimento conjuntamente a seu familiar.

Através dos resultados obtidos é possível perceber importantes diferenças entre os dois grupos de cuidadores a partir da coleta realizada com o questionário sociodemográfico, em relação a moradia ou não com idoso cuidado, além de cônjuges ou outros familiares, enquanto cuidadores formais não residem com os idosos, o que poderia estimular maiores manifestações de sintomas físicos e emocionais passíveis de sobrecarga, principalmente em cuidadores familiares, já que a maioria desempenha outros papéis paralelo ao cuidado.

Ressalta-se maior atenção aos familiares, visto que, todos estão sobrecarregados moderadamente ou gravemente, segundo o escore total da escala de Zarit aplicada neste estudo. Contudo, similarmente os cuidadores que possuem jornada de trabalho estabelecida e remuneração, possuíram sobrecargas leve a grave, também carecem de apoio.

Referente ao pressuposto da influência do tempo cuidado em relação a sobrecarga do cuidador, constatou-se que, o cuidado ao longo dos anos, não teve uma diferença estatisticamente significativa em comparação ao resultado da Escala de Zarit, porém os dados demonstram que há uma diferença considerável em relação a sobrecarga dos cuidadores informais e formais.

Ressalta-se que o número reduzido de participantes no estudo, com total de vinte cuidadores distribuídos entre familiares e formais pode interferir na análise de correlação entre estas variáveis, assim, sugere-se novos estudos com maior número de sujeitos pesquisados para melhor reconhecimento dessa população.

Desse modo, o presente estudo tem o intuito de contribuir para o fortalecimento e planejamento de ações para cuidadores formais e informais na perspectiva de estratégias que evitem ou minimizem a sobrecarga.

Além do mais, poder agregar em novas pesquisas científicas sobre a respectiva temática, como também na construção de políticas públicas de saúde para os cuidadores de idosos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, F.L.J.P; LIMA, J.M,R; FIDELIS, K,N,M; ROING, J,J; LIMA, K,C. **Incapacidade cognitiva e fatores associados em idosos institucionalizados em Natal, RN, Brasil.** Revista Brasileira Geriatria e Gerontologia, Rio de Janeiro, 2017; 20(2): 186-197. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbagg/a/bZsRfWwS9H5SFBffzL4nDkC/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

ANJOS, K.F; BOERY, R.N.S.O; PEREIRA, R. **Qualidade de vida de cuidadores familiares de idosos dependentes no domicílio.** Contexto Enfermagem, jul-set. 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tce/a/wxd3BkYy5hTT3VBjvkdqksP/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023.

BRASIL: Agência Senado. Aprovado projeto que regulamenta profissão de cuidador de pessoa idosa, set. de 2012. Disponível em: <<https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2012/09/12/aprovado-projeto-que-regulamenta-profissao-de-cuidador-de-pessoa-idosa>> Acesso em: 07 de jan. de 2023.

CARDOSO, L. VIEIRA, M.V. RICCI, M.A.M. **Perspectivas atuais sobre a sobrecarga do cuidador em saúde mental.** Revista escola de Enfermagem, USP, 2012; 46(2):513-7. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reusp/a/PwJ4DYfpkR6QsSL8KvKyw/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

CECÍLIO, L.C. **A morte de Ivan Ilitch, por Leo Tolstoy: elementos para se pensar as múltiplas dimensões da gestão do cuidado.** Interface - Comunic. Saúde e Educação, v.13, p. 545 - 55, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/icse/a/phhQtNVsHk5sKx4GVrRFfdj/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

CECCON, R.R. et.al, **Envelhecimento e dependência no Brasil: características sociodemográficas e assistenciais de idosos e cuidadores.** Ciência e Saúde Coletiva, 26, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/QjLJcbQ6YZPQNWhBXmsWCVs/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

CONCEIÇÃO, H.N. JESUS, M.L. R.S. GOMES, I.M.N. LUZ, K.G. FILHO, J.G. D.C. FILHO, C.L. **Perfil e sobrecarga dos cuidadores informais de idosos dependentes.** Research, Society and Development, v. 10, n. 6, e47210616061, 2021.

DINIZ, M.A.A; MELO, B.R.S; NERI, K.H; CASEMIRO, F.G; FIGUEIREDO, L.C; GAIOLI, C.C.L.O; GRATÃO, A.C.M. **Estudo comparativo entre cuidadores formais e informais de idosos.** Ciência e Saúde Coletiva, v.23, nº 11 p. 3789-3798, 2018. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/csc/a/c6NqyrFczk5rBWYJNCcTFxw/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em 23 jan. de 2023.

FERNANDES, M.G.M. GARCIA, T.R. **Determinantes da tensão do cuidador familiar de idosos dependentes.** Revista Brasileira de Enfermagem. Brasília, v. 62, 3, jun, 2009. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/pZHsZbXYgTnMHgpdvcBdxFj/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

FIGUEIREDO, M.L.F. et al. **Cuidadores formais de idosos dependentes no domicílio: desafios vivenciados.** Ciência e Saúde Coletiva, 26 (1):34-46, 2021. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/MzmtDpjRbhjn753K8bn85Lr/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

FUHRMAN, A.C; BIERHALS, C.C.B.K; SANTOS, N.O; PASKULIN, L.M.G. **Associação entre a capacidade funcional de idosos dependentes e a sobrecarga do cuidador familiar.** Revista Gaúcha de Enfermagem, 2015, mar;36 (1):14-20. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/4p6R9qJTqqP4drV9LGvPXxQ/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 23 jan 2023.

GAIOLI, C.C.L.O. FUREGATO, A.R.F. SANTOS, J.L.F. **Perfil de cuidadores de idosos com doença de Alzheimer associado à resiliência.** Texto Contexto Enfermagem, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tce/a/9pRLn7zsspd87YyT5cBgGjC/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

GIL, A.C. **Métodos e Técnicas de pesquisa social.** São Paulo, Editora Atlas S.A , 6 ed. 2008.

IBGE, **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua.** Agência IBGE Notícias, julho de 2022. Disponível em :<<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/34438-populacao-cresce-mas-numero-de-pessoas-com-menos-de-30-anos-cai-5-4-de-2012-a-2021>>. Acesso em: 03 de set. 2022.

LINO, V.T.S; RODRIGUES, N.C.P CAMACHO, L.A.B.DWYER, G.O; LIMA, I.S; ANDRADE, M.K.N; ATIE, S. **Prevalência de sobrecarga e respectivos fatores associados em cuidadores de idosos dependentes, em uma região pobre do Rio de Janeiro, Brasil.** Cadernos de Saúde Pública , Rio de Janeiro, v.36, nº 6, 2016. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/csp/a/fYnDBc5tdVcPKdchY9CJpVh/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 20 jan de 2023.

LOPES, C.C.OLIVEIRA, G.A. STIGGER, F.S. LEMOS, A.T. **Associação entre a ocorrência de dor e sobrecarga em cuidadores principais e o nível de independência de idosos nas atividades de vida diária: estudo transversal.** Cadernos Saúde Coletiva, 2020;28(1) 98-106. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/8qDfwTKH3zKFGfzC9CJbJdy/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04 fev. 2023

LOUREIRO, L.S.N. FERNANDES, M.G.M. NÓBREGA, M.M.L. RODRIGUES, R.A.P. **Sobrecarga em cuidadores familiares de idosos: associação com características do idoso e demanda de cuidado.** Revista Brasileira de Enfermagem, 2014. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/reben/a/s7sGVZjsHt8BTKT9zTp54Qw/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 14 jan.2023

MESQUITA, J.S. CAVALCANTE, M.L.R. SIQUEIRA, C.A. **Promoção da saúde e integralidade ao idoso: uma realidade brasileira?** Revista Kairós Gerontologia , 19(1), pp. 227-238. São Paulo (SP), Brasil, 2016. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/30357/20993>> Acesso em: 14 jan.2023

NUNES, D.P. BRITO, T.R.P. DUARTE, Y.A.O. LEBRÃO, M.L. **Cuidadores de idosos, e tensão excessiva associada ao cuidado: evidências do Estudo SABE.** Revista Brasileira Epidemiologia, 2018. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/rbepid/a/gDwwZVyfMd66pNvcf9gqmJR/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 13 jan.2023.

PEREIRA, R.A; SANTOS, E.B; FHON, J.R.S; MARQUES, S; RODRIGUES, R.A.P. **Sobrecarga dos cuidadores de idosos com acidente vascular cerebral.** Revista Esc. Enfermagem USP, 2013;47(1): 185-92. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/7PjMKQ3MzwjzhD8FxdB544N/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em 21 jan de 2023.

SANTOS, P.A. HEIDEMANN, I.T.S.B. MARÇAL, C.C.B. BELAUNDE, A.M.A. **A percepção do idoso sobre a comunicação no processo de envelhecimento.** Audiol Commun, 2019;24 e 2058. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/acr/a/WkNqN959jCrJkP8yPntdT5k/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 14 jan.2023

SEQUEIRA, C. A. C. **Adaptação e validação da Escala de Sobrecarga do cuidador de Zarit.** Revista referência - II - nº 12 - 2010.

SOUZA, L.R. HANUS, J.S; LIBERA, L.B.D; SILVA, V.M; MANGILLI E.M; SIMÕES P.W; CERETTA, L.B; TUON L. **Sobrecarga no cuidado, estresse e impacto na qualidade de vida de cuidadores domiciliares assistidos na atenção básica.** Caderno Saúde Coletiva, 2015, Rio de Janeiro, 23 (2): 140-149. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/44RVyk93hQNqy6GY4MmhHNP/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 13 jan.2023.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA, Portal de Projetos. Santa Maria, 2022. Disponível em: <<https://portal.ufsm.br/projetos/publico/projetos/view.html?idProjeto=44885>> Acesso em 31 jan. 2022.

ZANESCO, C; BORDIN, D; SANTOS, C.B; FADEL, C.B. **Dificuldade funcional em idosos brasileiros: um estudo com base na Pesquisa Nacional de Saúde (PNS - 2013).** Ciência e Saúde

Coletiva, 25 (3):1103 - 1118, 2020. Disponível em: <
<https://www.scielo.br/j/csc/a/NdfjW8TB989GL4Ch3z9JPwx/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em: 04
fev. 2023.