

Ana Catarina Oliveira Cunha

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma scoping review

Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa

Porto

2024

Ana Catarina Oliveira Cunha

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Eu abaixo-assinado, atesto a originalidade deste trabalho:

Ana Catarina Oliveira Cunha

(Aluna de Enfermagem: Ana Catarina Oliveira Cunha)

Trabalho apresentado à Escola Superior de Saúde Fernando Pessoa, orientado pelo Professor Doutor José Manuel dos Santos, como parte dos requisitos para obtenção do grau de Licenciatura em Enfermagem.

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Resumo

Introdução: Cada vez mais, os cuidadores informais têm aumentado a sua visibilidade e por sua vez aumentou a discussão em torno das questões relacionadas com a prestação de cuidados por esta população. Estes desempenham um papel crucial no suporte às necessidades das pessoas idosas, assumindo muitas vezes responsabilidades desafiadoras e complexas. É essencial perceber as lacunas e entender as dificuldades que estes indivíduos enfrentam ao prestar cuidados. **Objetivo:** Mapear a literatura existente para identificar as dificuldades sentidas pelos cuidadores informais na prestação de cuidados a idosos, no domicílio. **Métodos:** *Scoping review* com recurso às bases de dados MEDLINE (via PubMed), CINAHL (via EBSCO) e *Psychology & Behavioral Science Collection* (via EBSCO). **Resultados:** Incluídos cinco artigos. Foram encontradas dificuldades a nível físico e mental, falta de informação e competências. **Discussão:** É importante que os cuidadores informais sejam preparados para os cuidados e tenham apoio por parte de instituições de saúde, de forma a combater as dificuldades. **Conclusões:** Os desafios encontrados pelos cuidadores informais devem-se à elevada complexidade e intensidade dos cuidados que são prestados. Este estudo demonstra a importância de desenvolver políticas públicas e intervenções específicas para aliviar, de certa forma, os cuidadores na prestação de cuidados a longo prazo.

Palavras-chave: Cuidadores Informais, Dificuldades, Prestação de Cuidados, Idosos, Domicílio

Abstract

Introduction: Informal caregivers have increased their visibility and in turn increased the discussion around issues related to the provision of care by this population. They play a crucial role in supporting the needs of older people, often taking on challenging and complex responsibilities. It is essential to understand the gaps and understand the difficulties these individuals face when providing care. **Objective:** To map the existing literature to identify the difficulties experienced by informal caregivers in providing care to the elderly at home. **Methods:** Scoping review using MEDLINE (via PubMed), CINAHL (via EBSCO) and Psychology & Behavioral Science Collection (via EBSCO) databases. **Results:** Included five articles. Physical and mental difficulties, lack of information and skills were found. **Discussion:** It is important that informal caregivers are prepared for care and supported by health institutions in order to combat the difficulties. **Conclusions:** The challenges faced by informal caregivers are due to the high complexity and intensity of the care that is provided. This study demonstrates the importance of developing public policies and specific interventions to relieve caregivers in the provision of long-term care.

Key words: Informal Caregivers, Difficulties, Provision of Care, Older Adults, Domicile

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Índice

1. Introdução	9
2. Metodologia.....	11
3. Resultados.....	13
4. Discussão.....	18
5. Conclusão	20
6. Referências Bibliográficas	21

Índice de Figuras

Figura 1 – Fluxograma Prisma 2020 elaborado para o presente estudo14

Índice de Quadros

Quadro 1 – Estratégia de pesquisa utilizada em cada base de dados	12
Quadro 2 - Resumo dos resultados obtidos na scoping review	14

Lista de Abreviaturas, Acrónimos ou Siglas

CINAHL – Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature

DeCS – Descritores em Ciências da Saúde

MEDLINE – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online

MeSH – Medical Subject Headings

OMS – Organização Mundial de Saúde

PCC – Participante, Conceito e Contexto

1. Introdução

O envelhecimento populacional é um fenómeno global que tem levado a um aumento significativo da procura de cuidados de longa duração para pessoas idosas (Plöthner et al., 2019). Por sua vez, os cuidadores informais desempenham um papel vital na prestação de cuidados, mais especificamente em contexto domiciliário. No entanto, a prestação de cuidados informais apresenta uma série de desafios e/ou dificuldades. (Sarris et al., 2020)

Nos últimos anos, houve um aumento significativo da visibilidade e discussão em torno das questões relacionadas com a prestação de cuidados, mais especificamente por cuidadores informais. O termo cuidador informal é usado para descrever um “cônjuge, unido de facto ou parente afim até ao 4º grau da pessoa cuidada, que acompanha e cuida de forma permanente, que com ela vive em comunhão de habitação e que não auferir qualquer remuneração de atividade profissional ou pelos cuidados que presta à pessoa.” (Assembleia da República, 2019).

O papel desempenhado por estes cuidadores é crucial na prestação de cuidados no domicílio, representando uma peça fundamental no suporte a indivíduos com condições de saúde mais vulneráveis. Contudo, muitas das vezes, estes cuidadores não têm qualquer tipo de recursos facilitadores deste processo (Melo et al., 2014).

Estes têm sido cada vez mais reconhecidos, tendo enfrentado inúmeros desafios relacionados à prestação de cuidados. Assim, com a série de dificuldades que enfrentam, podem estar afetadas não só a qualidade de vida do cuidador, mas também a qualidade dos cuidados prestados (Melo et al., 2014; Wiczorek et al., 2022).

Numa sociedade que é cada vez mais envelhecida, é fundamental que os cuidados sejam acessíveis a todas as pessoas, não descorando os cuidadores informais. O aumento da longevidade, acarreta uma maior incidência de doenças crónicas e dependências, que leva a pessoa doente a necessitar de mais cuidados e assistência nas atividades de vida diárias. (Sousa et al., 2004).

Existem ainda algumas lacunas na literatura acerca das dificuldades sentidas por estes cuidadores. A compreensão aprofundada destas dificuldades é essencial para melhorar o suporte e os recursos disponíveis a estas famílias, bem como ajudar a aprimorar a qualidade dos cuidados prestados.

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma scoping review

Diante desta realidade sentiu-se necessidade de realizar uma revisão abrangente das evidências existentes, para identificar e analisar as dificuldades na prestação de cuidados informais. Uma *scoping review* é um método que realiza a síntese da evidência disponível e sistematicamente identifica e mapeia a literatura disponível (Aromataris e Munn, 2017). Assim, este é um método apropriado para o estudo, pois permite mapear a extensão e a natureza da pesquisa disponível sobre a prestação de cuidados pelos cuidadores informais, identificando as principais dificuldades destes cuidadores, e sugerir áreas futuras de investigação. Foram examinados estudos que investigam as dificuldades sentidas pelos cuidadores informais na prestação de cuidados.

Os resultados desta *scoping review* fornecem uma visão aprofundada relativamente ao tema estudado. Além disso, esses resultados podem reforçar a promoção de medidas de apoio e suporte, bem como a necessidade de formulação de políticas orientadas para a população de cuidadores informais.

Diante deste cenário, este estudo teve como objetivo responder à seguinte questão de investigação: “Quais as dificuldades sentidas pelos cuidadores informais de pessoas idosas na prestação de cuidados no domicílio?”.

2. Metodologia

Este estudo consiste numa *scoping review*, baseada na metodologia de *Joanna Briggs Institute* (JBI), seguindo as etapas preconizadas: formulação da questão, especificação dos métodos utilizados para a seleção dos estudos e dos procedimentos seguidos para a extração dos dados, análise e avaliação dos estudos a incluir na *scoping*, extração dos dados e apresentação da síntese do conhecimento adquirido pelo estudo.

As etapas para a construção da questão de investigação, seguiram a seguinte estratégia: Participantes, Conceito e Contexto (PCC). Foram incluídos nesta revisão estudos tendo como participantes os cuidadores informais de pessoas idosas ; as dificuldades sentidas (pelos cuidadores informais) como conceito; e em relação ao contexto, a prestação de cuidados no domicílio. Quanto ao tipo de estudo, foram selecionados todos os tipos de estudo que envolviam a prestação de cuidados informais.

A estratégia de pesquisa incluiu três etapas: 1) Pesquisa inicial nas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE®) via PubMed, *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL®) via EBSCO, e *Psychology & Behavioral Science Collection* via EBSCO, de forma a listar as palavras mais utilizadas nos títulos e resumos de artigos desenvolvidos na área científica pretendida; 2) Na segunda pesquisa, as palavras e termos incluídos foram combinados e indexados em todas as bases de dados referidas anteriormente; 3) Na terceira pesquisa foram revistas as referências de todos os estudos incluídos, de forma a remover duplicados, através da plataforma *Rayyan*®, selecionando também os artigos pertinentes para a revisão.

Para uma melhor qualidade da evidência foram utilizados critérios de inclusão para facilitar a seleção dos estudos. Foram considerados apenas artigos em português e inglês, uma vez que são as línguas melhor compreendidas pelos investigadores. Além disso, limitou-se apenas aos artigos publicados nos últimos seis anos, isto é, artigos publicados entre 2019 e 2024. Todos os artigos com texto integral disponível foram incluídos, não existindo nenhuma restrição relacionada com a localização geográfica e/ou género.

Quanto aos participantes foram incluídos artigos que envolviam cuidadores informais de pessoas idosas. Segundo a WHO (2005), é classificado como idoso qualquer indivíduo com mais de 65 anos de idade, no países desenvolvidos, como é o caso de Portugal. Por

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

sua vez, em países em desenvolvimento considera-se idoso, qualquer pessoa com mais de 60 anos. Como tal, o presente estudo pretendeu abranger países em desenvolvimento e países desenvolvidos, pelo que foi considerada como população idosa, pessoas com mais de 60 anos.

No que diz respeito à estratégia de pesquisa, foram estabelecidas palavras-chave, através dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e *Medical Subject Headings* (MeSH), tendo em consideração a questão de investigação inicial.

Quadro 1 - Estratégia de pesquisa utilizada em cada base de dados

Base de dados: MEDLINE (via PubMed)

Filtros: Últimos 6 anos (2019-2024); Texto integral; Inglês e Português.

Resultados: 336

Estratégia de pesquisa: (5 fevereiro 2024)

("Caregivers"[Mesh] OR "Caregivers"[Title/Abstract] OR "Informal Caregivers"[Mesh] OR "Informal Caregivers"[Title/Abstract]) AND ("Challenges"[Mesh] OR "Difficulties"[Mesh] OR "Barriers"[Mesh] OR "Challenges"[Title/Abstract] OR "Difficulties"[Title/Abstract] OR "Barriers"[Title/Abstract]) AND ("Elder"[Title/Abstract] OR "Aged"[Mesh]) AND ("Domestic"[Mesh] OR "Domestic Environment"[Mesh] OR "Home Environment"[Mesh] OR "Domicile"[Title/Abstract] OR "Home"[Title/Abstract])

Base de dados: CINAHL (via EBSCO)

Filtros: Últimos 6 anos (2019-2024); Texto integral; Inglês e Português.

Resultados: 506

Estratégia de pesquisa: (5 fevereiro 2024)

("Caregivers"[Mesh] OR "Caregivers"[Title/Abstract] OR "Informal Caregivers"[Mesh] OR "Informal Caregivers"[Title/Abstract]) AND ("Challenges"[Mesh] OR "Difficulties"[Mesh] OR "Barriers"[Mesh] OR "Challenges"[Title/Abstract] OR "Difficulties"[Title/Abstract] OR "Barriers"[Title/Abstract]) AND ("Elder"[Title/Abstract] OR "Aged"[Mesh]) AND ("Domestic"[Mesh] OR "Domestic Environment"[Mesh] OR "Home Environment"[Mesh] OR "Domicile"[Title/Abstract] OR "Home"[Title/Abstract])

Base de dados: *Psychology & Behavioral Sciences Collection* (via EBSCO)

Filtros: Últimos 6 anos (2019-2024); Texto integral; Inglês e Português.

Resultados: 22

Estratégia de pesquisa: (5 fevereiro 2024)

("Caregivers"[Mesh] OR "Caregivers"[Title/Abstract] OR "Informal Caregivers"[Mesh] OR "Informal Caregivers"[Title/Abstract]) AND ("Challenges"[Mesh] OR "Difficulties"[Mesh] OR "Barriers"[Mesh] OR "Challenges"[Title/Abstract] OR "Difficulties"[Title/Abstract] OR "Barriers"[Title/Abstract]) AND ("Elder"[Title/Abstract] OR "Aged"[Mesh]) AND ("Domestic"[Mesh] OR "Domestic Environment"[Mesh] OR "Home Environment"[Mesh] OR "Domicile"[Title/Abstract] OR "Home"[Title/Abstract])

A pertinência dos artigos foi analisada por dois docentes, mediante a leitura do título, resumo e palavras-chave. Os revisores analisaram o texto integral dos artigos e averiguaram se estes cumpriam os critérios de inclusão definidos.

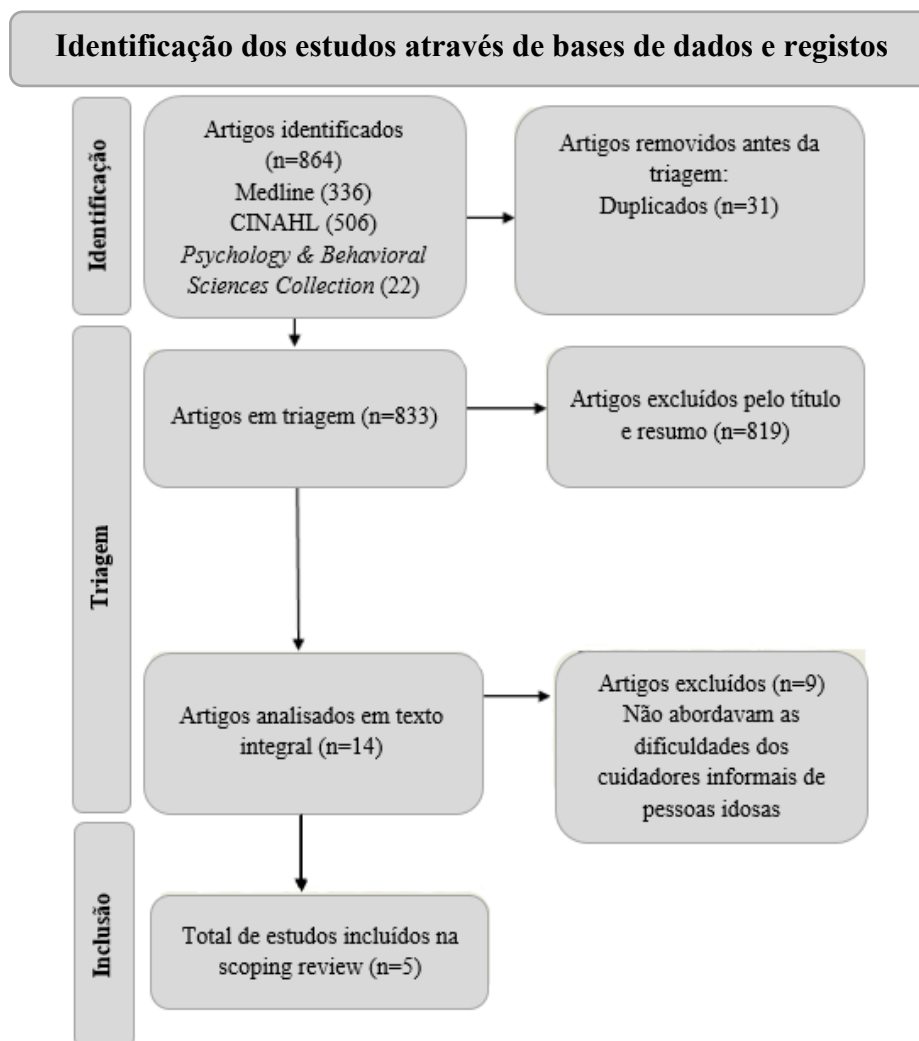
Os dados foram mapeados de forma expositiva com recurso de figuras e quadros. No que diz respeito aos aspetos éticos deste estudo, foi assegurada a legitimidade das informações e da autoria dos artigos pesquisados, citando e referenciando adequadamente.

3. Resultados

Como se pode verificar na Figura 1, a pesquisa identificou um total de 864 artigos potencialmente relevantes. Entre estes, foram excluídos 31 duplicados, ficando com 833 artigos. Dos 833 foram excluídos 819 após a leitura do título e resumo, e posteriormente, 9 artigos foram excluídos por não cumprirem os critérios de inclusão após a leitura do texto integral, isto é, não incluíram idosos e/ou cuidadores informais, e um dos artigos não apresentou resultados. Desta forma, foram selecionados 5 artigos para a análise final.

A Figura 1 representa o processo de pesquisa, exclusão e seleção dos estudos encontrados, em formato de diagrama de fluxo dos principais itens para relatar em revisões sistemáticas.

Figura 1 - Fluxograma Prisma do processo de seleção dos estudos



Desta forma, o presente estudo incluiu 5 artigos, os quais serão representados no Quadro 2 onde se inclui as seguintes informações: autores, ano, tipo de estudo, país, objetivos e resultados do estudo.

Quadro 2 - Resumo dos resultados obtidos na *scoping review*

Autores e ano de publicação	Título	País	Tipo de estudo	Objetivos	Resultados
Rahimi et al. 2022	<i>“Barriers to home care for older adults from perspectives of Iranian informal caregivers: a qualitative study”</i>	Irão	Estudo qualitativo	Avaliar as barreiras ao cuidado domiciliário na perspetiva dos cuidadores informais iranianos de idosos	As barreiras foram categorizadas em três domínios: as barreiras individuais; as barreiras interpessoais; as barreiras do sistema de cuidados

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Autores e ano de publicação	Título	País	Tipo de estudo	Objetivos	Resultados
Sun et al. 2020	<i>“The safety challenges of therapeutic self- -care and informal caregiving in home care: A qualitative descriptive study”</i>	Canadá	Estudo qualitativo	Obter uma melhor compreensão da relação entre a capacidade terapêutica do autocuidado do idoso e os resultados de segurança dos cuidados domiciliários	Foram revelados múltiplos aspetos dos desafios de segurança que estão enraizados no autocuidado terapêutico e nas experiências de cuidado informal com uma relação de interdependência entre o cuidado domiciliar clientes e seus cuidadores informais. Verifica-se também a existência de vulnerabilidades e necessidades que existem no autocuidado terapêutico e no cuidado informal no domicílio
Sarris et al. 2020	<i>“Caregiving work: The experiences and needs of caregivers in Australia”</i>	Austrália	Estudo qualitativo	Examinar as experiências dos cuidadores familiares, a fim de perceber como são tomadas as decisões de cuidado familiar, a natureza e os desafios do trabalho de cuidar, e suportes de vida e de trabalho que possam potencializar a experiência de cuidar	Revelou-se a necessidade de políticas públicas, programas e serviços de saúde para melhor responder às necessidades dos cuidadores informais como prestadores de serviços de saúde, bem como às necessidades de emprego, desenvolvimento e carreira que são seriamente impactadas pelo trabalho de cuidador

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Autores e ano de publicação	Título	País	Tipo de estudo	Objetivos	Resultados
Dixe et al. 2019	<i>“Needs and skills of informal caregivers to care for a dependent person: a cross-sectional study”</i>	Portugal	Estudo transversal	Conhecer melhor as necessidades e competências do cuidador informal ao cuidar de uma pessoa dependente nos diferentes domínios do cuidado	Verificou-se a necessidade de conhecer as necessidades e competências do cuidador informal, antes da alta hospitalar da pessoa dependente, de forma a capacitá-lo para a prestação de cuidados, ajudar a diminuir a sua sobrecarga e, consequentemente, diminuir o número de readmissões hospitalares
Plöthner et al. 2019	<i>“Needs and preferences of informal caregivers regarding outpatient care for the elderly: a systematic literature review”</i>	Alemanha	Revisão sistemática da literatura	Identificar as preferências e necessidades em relação à organização do cuidado informal	Os cuidadores informais destacaram quatro necessidades principais: necessidade de informação, necessidade de apoio, necessidades organizacionais e necessidades de reconhecimento social

No que diz respeito aos resultados, foi identificado um conjunto diversificado de artigos que foram analisados nesta *scoping review*. A pesquisa foi restrita aos últimos seis anos, como já foi referido anteriormente, revelando a presença de dois artigos publicados em 2019, dois em 2020 e um artigo em 2022. Relativamente ao país em que decorreu o estudo verificou-se a presença de uma variedade de países, como o Irão, Canadá, Austrália, Portugal e Alemanha.

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma *scoping review*

Relativamente ao tipo de estudo dos artigos elegidos, foram incluídos estudos qualitativos (três estudos), estudo transversal (um estudo) e uma *scoping review* (um estudo).

Através dos resultados dos estudos, foram encontradas algumas das dificuldades experienciadas pelos cuidadores informais de pessoas idosas. Os aspetos mais discutidos incluem a carga física e mental do cuidador, a falta de informação – ou seja, a falta de conhecimentos e competências, por parte do cuidador informal, para a prestação de cuidados – a falta de apoio das instituições – bem com a falta de recursos – e a falta de reconhecimento social como cuidadores informais.

Primeiramente, segundo Rahimi et al. (2022) foram destacadas três categorias para as barreiras presentes na prestação de cuidados pelos cuidadores informais. Foram abordadas as barreiras individuais, ou seja, as barreiras que dizem respeito ao próprio cuidador, onde se integra a carga física do cuidador – o tempo de descanso inadequado e a sobrecarga física como lesões decorrentes do esforço físico no cuidado, foi altamente referida na forma de sofrimento – carga mental – os cuidadores informais referem trauma emocional em forma de ansiedade relativamente a acidentes sucedidos ou potenciais acidentes na prestação de cuidados – carga social – estes cuidadores sentem-se como “fardos sociais” no que diz respeito à relação com os outros membros da família e amigos – características pessoais do cuidador – como por exemplo o facto de estar empregado, ter doença física, o idade, sexo e o facto de não ter um cuidador alternativo, foram características dificultadoras nos cuidados.

Acrescentou ainda as barreiras interpessoais, que dizem respeito às características psicocomportamentais do idoso cuidado, e a barreira do sistema de cuidados, que engloba questões morais e ineficiência de políticas públicas.

Por sua vez, Sun et al. (2021) relata que os cuidadores informais de idosos têm necessidade de obter mais conhecimentos, por exemplo acerca de terapêutica medicamentosa, de forma a reduzir erros na administração e melhorar a adesão à medicação, pois é sabido que por vezes há uma certa renitência à mesma por parte dos idosos. Os cuidadores informais no estudo citado, indicaram a necessidade de gestão de sinais e sintomas de algumas doenças, precisando de maior conhecimento sobre como atuar em diversas situações.

Dixe et al. (2019) também vai de encontro ao estudo citado acima, pelo que refere que a qualidade dos cuidados prestados depende também da informação que os cuidadores informais possuem e da transferência dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde, ou seja, significa que a falta de informação é um desafio que se verifica muito na prestação de cuidados no domicílio.

Sarris et al. (2020) reforçou que os cuidadores informais necessitam de medidas de suporte a nível financeiro e psicossocial, tendo em conta que prestação de cuidados familiares não é remunerada. Alguns dos participantes do estudo referido, referiram que seria favorável o apoio de saúde domiciliário por parte das instituições.

Segundo, Plöthner et al. (2019) foram categorizadas as preferências e necessidades dos cuidadores informais. Foram identificados quatro tópicos principais a nível das necessidades destes cuidadores - necessidade de informação, necessidade de apoio, necessidades organizacionais e necessidades de reconhecimento social.

4. Discussão

Este estudo revelou que os cuidadores informais de pessoas idosas enfrentam uma variedade de dificuldades bastante significativa na prestação de cuidados no domicílio. Percebe-se também, que estes cuidadores são muitas vezes sobrecarregados fisicamente e psicologicamente.

De acordo com os estudos analisados, sabe-se que os cuidadores informais demonstram várias necessidades relativamente à prestação de cuidados no domicílio. Vários autores destacam as principais necessidades que esta população apresenta, o que permitiu mapear a literatura existente tendo em mente a questão de investigação.

A maioria dos estudos tiveram conclusões coincidentes, porém cada um deles salienta tópicos importantes de reflexão.

Segundo o estudo de Rahimi et al. (2022), existe uma grande carga física e mental enfrentada pelos cuidadores informais, e muitas vezes, sem qualquer apoio de outros familiares ou até mesmo instituições sociais e de saúde.

Além disso, Rahimi et al. (2022) é importante promover a literacia sobretudo em saúde mental, para conseguir identificar alguns dos sinais e sintomas de forma a saber lidar com os demais problemas.

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma scoping review

Vários autores corroboram que umas das maiores dificuldades que os cuidadores informais apresentam é a falta de informação e conhecimentos quando nos referimos à prestação de cuidados (Dixe et al., 2019; Plöthner et al., 2019; Sun et al., 2021). A gestão dos sinais e sintomas, gestão do regime terapêutico, treino para o autocuidado e execução de algumas técnicas são alguns exemplos de situações em que estes cuidadores precisam de ser preparados previamente para os cuidados. Esta preparação, deve ser realizada antes do momento da alta hospitalar por um enfermeiro, por exemplo (Dixe et al., 2019).

Há ainda outro estudo que comprova que os cuidadores informais “por carecerem de uma formação que os prepare para cuidar, podem experimentar sobrecarga e por isso necessitam de estratégias que os auxiliem.” (Marques et al., 2012).

Por sua vez, Sarris et al. (2020) afirma que os cuidadores informais têm necessidade de suporte a nível financeiro e psicossocial, não esquecendo a necessidade que esta população tem de apoio de saúde domiciliário, o que vai de encontro com Rahimi et al. (2022), na medida em que consideram os mesmos aspetos para redução da sobrecarga física do cuidador informal.

Uma das limitações de relevo deste estudo está relacionada com a amostra utilizada. Dado que a pesquisa foi realizada em apenas três bases de dados e os resultados foram restritos aos últimos seis anos, não foram obtidos resultados tão abrangentes. Caso fossem utilizadas mais bases de dados e não houvesse limite no espaço temporal, talvez fosse possível encontrar resultados mais amplos e precisos.

Além disso, outra das limitações presente ao longo do estudo deve-se ao facto de haver escassez de estudos que abordem o tema apresentado. Durante a fase de pesquisa e análise, percebeu-se que havia uma quantidade limitada de estudos que apresentassem as dificuldades que os cuidadores informais têm na prestação de cuidados no domicílio.

5. Conclusão

Tendo em vista o objetivo principal, determinar quais as dificuldades enfrentadas pelos cuidadores informais de idosos na prestação de cuidados no domicílio, foi possível concluir quais as principais dificuldades evidenciadas pela literatura.

Conclui-se então que as dificuldades/desafios identificadas(os) são a nível físico e mental, a nível de conhecimentos e competências, e recursos financeiros. Estes desafios encontrados pelos cuidadores informais devem-se à elevada complexidade e intensidade dos cuidados que são prestados.

Os cuidadores informais desempenham um papel essencial na manutenção do bem-estar dos idosos em questão. Este estudo ressalta a importância de desenvolver políticas públicas e intervenções específicas para aliviar de, certa forma, os cuidadores na prestação de cuidados a longo prazo.

Este estudo, não só mapeia as dificuldades sentidas, mas também destaca a necessidade de intervenção urgente para melhoria do seu bem-estar, bem como a qualidade dos cuidados prestados e bem-estar dos idosos cuidados.

Como sugestões para futuros estudos será benéfico realizar mais estudos primários diretamente relacionados com as dificuldades sentidas por esta população e colocar em prática intervenções que os ajudem a combater as dificuldades, para uma melhor prestação de cuidados.

Desta forma, prevê-se que os conhecimentos resultantes deste estudo possam, de certo modo, contribuir para facilitar os cuidados prestados pelos cuidadores informais, dando resposta a alguns dos desafios a que são submetidos diariamente.

6. Referências Bibliográficas

1. Aromataris E, Munn Z (Editors). Joanna Briggs Institute Reviewer's Manual. The Joanna Briggs Institute, 2017. Available from <https://reviewersmanual.joannabriggs.org/>
2. Assembleia da República, (2019). “Decreto-Lei n.º 100/2019”. Diário da República 1ª série, (setembro). <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/100-2019-124500714>
3. Dixe, M. D. A. C. R., da Conceição Teixeira, L. F., Areosa, T. J. T. C. C., Frontini, R. C., de Jesus Almeida Peralta, T., & Querido, A. I. F. (2019). Needs and skills of informal caregivers to care for a dependent person: a cross-sectional study. *BMC geriatrics*, 19(1), 255. <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1274-0>
4. Marques, M. J. F., Teixeira, H. J. C., & Souza, D. C. D. B. N. D. (2012). Cuidadoras informais de Portugal: vivências do cuidar de idosos. *Trabalho, Educação e Saúde*, 10, 147-159. <https://doi.org/10.1590/S1981-77462012000100009>
5. Melo, R. M. da C., Rua, M. D. S., & Santos, C. S. V. de B. (2014). Family caregiver's needs in caring for the dependent person: an integrative literature review. *Revista de Enfermagem Referencia*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.12707/RIV14003>
6. Plöthner, M., Schmidt, K., de Jong, L., Zeidler, J., & Damm, K. (2019). Needs and preferences of informal caregivers regarding outpatient care for the elderly: a systematic literature review. *BMC geriatrics*, 19(1), 82. <https://doi.org/10.1186/s12877-019-1068-4>
7. Rahimi, F., Shakibazadeh, E., Ashoorkhani, M., & Foroughan, M. (2022). Barriers to home care for older adults from perspectives of Iranian informal caregivers: a qualitative study. *BMJ open*, 12(12), e065547. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-065547>
8. Sarris, A., Augoustinos, M., Williams, N., & Ferguson, B. (2020). Caregiving work: The experiences and needs of caregivers in Australia. *Health & social care in the community*, 28(5), 1764–1771. <https://doi.org/10.1111/hsc.13001>
9. Sousa, Liliana; Figueiredo, Daniela; Cerqueira, Margarida. *Envelhecer em família: os cuidados familiares na velhice*. Lisboa: Âmbar, 2004.
10. Sun, W., Ashtarieh, B., & Zou, P. (2021). The safety challenges of therapeutic self-care and informal caregiving in home care: A qualitative descriptive study. *Geriatric nursing* (New York, N.Y.), 42(2), 491–501. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2020.07.013>

Cuidadores informais de pessoas idosas – Dificuldades na prestação de cuidados

Uma scoping review

11. Wieczorek, E., Evers, S., Kocot, E., Sowada, C., & Pavlova, M. (2022). Assessing Policy Challenges and Strategies Supporting Informal Caregivers in the European Union. *Journal of aging & social policy*, 34(1), 145–160. <https://doi.org/10.1080/08959420.2021.1935144>
12. World Health Organization. Active Ageing: A policy framework. (2005). https://web.archive.org/web/20150319062526/http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf