

## SAÚDE MENTAL DOS CUIDADORES FAMILIARES DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Elma Quézia dos Santos Silva<sup>1</sup>  
Eloisa Fernanda de Medeiros Cavalcante dos Anjos<sup>2</sup>  
Maria Vicência Lima de Lyra Neta<sup>3</sup>  
Dalnei Minuzzi Delevati<sup>4</sup>

### RESUMO

A saúde mental dos cuidadores familiares de pessoas com deficiência é um aspecto que necessita de atenção, pois muitos fatores psicológicos podem afetar a qualidade de vida dos envolvidos e, assim, a dinâmica familiar. Considerando isso, o referido estudo teve como objetivo descrever os impactos da assistência à pessoa com deficiência na saúde mental dos cuidadores familiares. Para este fim, foi realizada uma revisão de literatura, de abordagem qualitativa, que possibilitou acesso a estudos que por diferentes métodos, por exemplo, pesquisas de campo, estudo de caso e transversal, abordam a temática, contribuindo significativamente para o alcance do objetivo. A partir das observações e pesquisas, destaca-se a sobrecarga e algumas renúncias do cuidador familiar como as principais fontes de indícios que prejudicam sua saúde mental, sendo os sintomas depressivos os mais recorrentes. Por esta razão, conclui-se que tais impactos não afetam apenas os cuidadores familiares, mas também afligem as pessoas assistidas, devido ao declínio na qualidade do cuidado.

**Palavras-chave:** Cuidador. Pessoas com deficiência. Saúde mental. Família.

### ABSTRACT

The mental health of family caregivers of people with disabilities is an aspect that needs attention, as many psychological factors can affect the quality of life of those involved and, therefore, family dynamics. Considering this, the aforementioned study aimed to describe the impact of assistance to people with disabilities on the mental health of family caregivers. For this purpose, a literature review was carried out, with a qualitative approach, which allowed access to studies that, through different methods, for example, field research, case study and cross-sectional study, address the theme, significantly contributing to the achievement of the objective. Based on observations and research, the burden and some resignations of the family caregiver stand out as the main sources of evidence that harms their mental health, with depressive symptoms being the most recurrent. For this reason, it is concluded that such impacts do not only affect family caregivers, but also affect the people assisted, due to the decline in the quality of care.

---

1 Possui graduação em Psicologia pela Universidade Católica de Pelotas, Especialização em Psicologia Clínica, Especialização em Saúde Mental Coletiva (UFSM) Mestrado em Saúde Coletiva pela Universidade Luterana do Brasil (2007). Professor do Centro Universitário Tiradentes (UNIT - Al).

2 Possui graduação em Psicologia pela Universidade Católica de Pelotas, Especialização em Psicologia Clínica, Especialização em Saúde Mental Coletiva (UFSM) Mestrado em Saúde Coletiva pela Universidade Luterana do Brasil (2007). Professor do Centro Universitário Tiradentes (UNIT - Al).

3 Possui graduação em Psicologia pela Universidade Católica de Pelotas, Especialização em Psicologia Clínica, Especialização em Saúde Mental Coletiva (UFSM) Mestrado em Saúde Coletiva pela Universidade Luterana do Brasil (2007). Professor do Centro Universitário Tiradentes (UNIT - Al).

4 Possui graduação em Psicologia pela Universidade Católica de Pelotas, Especialização em Psicologia Clínica, Especialização em Saúde Mental Coletiva (UFSM) Mestrado em Saúde Coletiva pela Universidade Luterana do Brasil (2007). Professor do Centro Universitário Tiradentes (UNIT - Al).

**Keywords:** Caregiver. Disabled people. Mental health. Family.

## INTRODUÇÃO

Caracteriza-se deficiência a perda ou irregularidade de uma estrutura ou parte anatômica, fisiológica ou intelectual, causando dificuldades para o desempenho de atividades consideradas normais para o ser humano, dividindo-se em: deficiência física, deficiência auditiva, deficiência visual, deficiência intelectual e deficiência múltipla (PASA; SILVEIRA, 2020). Atualmente, através de muita luta de movimentos coletivos, a concepção de pessoa com deficiência e a perspectiva em torno dos múltiplos tipos de deficiência continuam se moldando, porém sob uma ótica de inclusão, entendendo esta como ferramenta promotora de autonomia, contribuindo não só para a qualidade de vida do sujeito, mas de toda sua rede de apoio.

Dito isto, destaca-se a dependência como reflexo dos impactos nestas funções, implicando a necessidade de assistência profissional e familiar para a realização de atividades e alcance de satisfação das necessidades básicas (RICO, 2019). A família, sendo o alvo desta pesquisa, enquadra-se como grupo de cuidadores informais. Prestam cuidados sem remuneração, sem carga horária definida, podendo viver junto ou separadamente da pessoa com deficiência.

A prestação deste cuidado é uma atividade complexa, uma vez que afeta as dimensões psicológicas, éticas, sociais (RICO, 2019). Ademais, os cuidadores familiares se submetem cotidianamente a tensões e sobrecarga na oferta de assistência, podendo prejudicar sua saúde mental (PASA; SILVEIRA, 2020).

A propósito, saúde mental não é determinada apenas por atributos individuais como a capacidade de gerenciar pensamentos, emoções, comportamentos e interações, mas também envolve fatores sociais, culturais, econômicos, políticos e ambientais. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2021). Portanto, a atenção à saúde mental dos cuidadores familiares é fundamental, uma vez que o foco é frequentemente direcionado às pessoas com deficiência.

Sendo assim, tendo em vista a relevante influência das relações intrafamiliares para a constituição psicossocial dos indivíduos e entendendo o quanto o cuidado da pessoa com deficiência acarreta modificações na dinâmica doméstica, o presente artigo tem como objetivo descrever os impactos decorrentes do cuidado de pessoas com deficiência na saúde mental dos cuidadores familiares.

## METODOLOGIA

Para alcance dos objetivos pré-estabelecidos, o referido artigo realiza uma revisão de literatura narrativa. A principal vantagem desse método é o fato de permitir aos pesquisadores a observação quanto à abrangência de uma série de fenômenos mais amplos do que aqueles que poderiam ser encontrados diretamente, além de ser um método difícil, pois se trata de um levantamento profundo e exaustivo sobre um tema (LOZADA; NUNES, 2019).

A coleta das informações foi realizada nas seguintes bases de dados científicas: Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Minha Biblioteca Integrada do Centro Universitário Tiradentes (UNIT), incluindo materiais disponíveis em sites governamentais. Desta forma, além do uso de artigos, também foram utilizados livros, relatórios e dissertações para compreensão e fundamentação de alguns conceitos, utilizando “Pessoas com deficiência”, “cuidadores informais”, “família” e “saúde mental” como descritores.

A coleta de dados ocorreu entre os meses de setembro e outubro de 2022, com base em alguns critérios, incluindo: a escolha e o exame de materiais empíricos cuja temática estivesse

centrada na discussão sobre pessoa com deficiência, sua dinâmica familiar e como os cuidados destinados afetam psicologicamente os cuidadores, além de documentos governamentais de diretrizes de saúde mental e trabalhos acadêmicos disponíveis gratuitamente e publicados nos últimos 10 anos.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E A NECESSIDADE DE CUIDADO**

A construção do conceito de deficiência e a compreensão sobre a pessoa com deficiência é temporalmente desafiada e alterada. Nem sempre há respeito, estímulo ao desenvolvimento da autonomia, da percepção integral e singular sobre o indivíduo, mas tais ausências direcionam a aspectos fundamentais sobre a temática (LOPES; LEITE; LOPES, 2018).

Atualmente, pode-se caracterizar a deficiência como a perda ou irregularidade de uma estrutura anatômica, fisiológica ou intelectual que afete o desempenho do indivíduo em atividades consideradas normais para o ser humano, dividindo-se em: deficiência física, visual, auditiva, intelectual e múltipla, esta, com duas ou mais deficiências associadas (PASA; SILVEIRA, 2020). A pessoa pode apresentar desde alguma ou grande dificuldade até a incapacidade dentro destas categorias (LOPES; LEITE; LOPES, 2018).

A Organização Mundial de Saúde (2012, p. 4) a descreve como “complexa, dinâmica, multidimensional, e questionada” devido às suas diferentes perspectivas. Ainda enfatiza que a deficiência é uma condição humana e parte da população a enfrentará, seja temporariamente ou permanentemente, além de expor que as pessoas com deficiência representam 15% da população mundial, configurando-se a minoria mais presente no planeta (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2012).

A partir do século XXI, este conceito começou a ser percebido de maneira ampliada, a fim de entender o indivíduo em sua totalidade considerando o contexto em que está inserido. Logo, nas atuais discussões, é notável a transição e defesa das possibilidades existenciais de cada pessoa (LOPES; LEITE; LOPES, 2018).

Salienta-se que este público interage com diversas barreiras que podem dificultar sua participação plena e efetiva na sociedade em condições iguais com as demais pessoas (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2006). No entanto, em todos os períodos históricos, a sociedade enfrentou questões morais e políticas a respeito da inclusão e apoio. Assim, muitas pessoas assumem a responsabilidade de cuidar de parentes e amigos com deficiência (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2012).

Considerando isso, destaca-se a dependência de cuidado como um fator presente, a qual está relacionada à incapacidade ou limitação do indivíduo em satisfazer suas necessidades indispensáveis à manutenção da vida, implicando a necessidade de apoio de outras pessoas para a realização (RICO, 2019).

## **CUIDADORES INFORMAIS**

A Classificação Brasileira de Ocupações inclui a função do cuidador e o define como alguém que cuida, priorizando o bem-estar, a dedicação, o zelo em relação à saúde, à alimentação, à educação, à recreação, à cultura e ao lazer. Para as pessoas com deficiência, os cuidadores operam na segurança, conforto e convívio social (PASA; SILVEIRA, 2020). Essa classificação é reconhecida pelo Ministério do Trabalho e está vinculada à crescente demanda por este serviço (RICO, 2019).

Em uma percepção prática, cuidador é todo aquele que se identifica como tal (LOUREI-

RO; PAIS; FORLENZA, 2021). Rico (2019, p. 24) afirma que: “Cuidar é sem dúvida a mais velha prática do mundo, encontrando-se associada à sobrevivência humana, pois desde o momento que se nasce, todo o ser humano é totalmente dependente para sobreviver, necessitando por isso de cuidados”.

Cuidar é uma atividade complexa, com dimensões distintas, incluindo a psicológica, ética, social e demográfica, e no que lhe diz respeito, a sociedade atribui esta função à família (RICO, 2019). Os membros desta, na condição de cuidadores informais, colaboram com a pessoa dependente na realização de atividades referentes à higiene, alimentação, administração de medicações, etc. (LOUREIRO; PAIS; FORLENZA, 2021).

Esta assistência informal pode ser desenvolvida pelo cônjuge, pais, filhos, amigos ou vizinhos, além de ser realizada de forma não antecipada, sem remuneração, ocorrendo habitualmente na moradia da pessoa dependente ou do cuidador (RICO, 2019). Os familiares, em geral, não estão preparados ou não recebem orientação sobre a melhor forma de prestar este cuidado, enfrentando desafios significativos (LOUREIRO; PAIS; FORLENZA, 2021).

## **DESAFIOS DO CUIDADOR FAMILIAR**

Os pais e demais membros que constituem a família corriqueiramente vivenciam um processo de luto ao descobrirem sobre uma deficiência, necessitando, assim, de apoio e orientação a fim de adquirir informações e minimizar possíveis angústias derivadas deste evento. Porém, nascido do confronto com uma realidade inesperada, é imprescindível ratificar a importância dos familiares para o desenvolvimento, educação e inclusão de seus membros, sendo indispensável sua participação no processo de habilitação e reabilitação de pessoas com deficiência (KRAMECK; NASCIMENTO, 2015).

Dentro desta perspectiva, Silva e Fedosse (2018) declararam que:

Os cuidadores vivenciam situações difíceis, permeadas por mudanças em suas vidas, as quais podem ser de ordem econômica, física e/ou emocional. Assim, é necessário que o cuidador disponha de tempo para a realização de suas atividades diárias e para a elaboração de estratégias para o enfrentamento dos aspectos negativos advindos do processo de cuidar, pois isso acarreta mudanças, que podem influenciar no surgimento de doenças, e também significar uma sobrecarga de responsabilidades e tarefas ao familiar (SILVA; FEDOSSE, 2018, p. 364).

A família, entendida como principal fonte provedora de cuidado, que convive com uma condição crônica, passa por mudanças em sua rotina, as quais tornam frequentes o recrutamento de recursos emocionais que a possibilite superar situações adversas, incluindo eventualidades, em que a ineficácia da rede de serviços de saúde, educação e assistência demande busca de soluções para as necessidades que não foram atendidas, promovendo o acesso às estratégias de enfrentamento (BARBIERI et al., 2016).

Além disso, estudos indicam que os cuidadores familiares são pessoas pouco orientadas e assistidas pelos serviços de saúde. Sem auxílio para o desenvolvimento de intervenções corretas, o cuidador é sobrecarregado e adocece, assim complicações são geradas em sua saúde mental, como por exemplo o desenvolvimento de transtornos depressivos (SILVA, 2021. CARDOSO et al. 2012).

A família, quando assume a responsabilidade no domicílio pelos cuidados de saúde, raramente é capacitada para o desempenho da tarefa, o que provoca sentimento de insuficiência, manifestando sintomas que poderão comprometer a qualidade do serviço (CASTRO; SOUZA, 2016).

Vale ressaltar que a pandemia da COVID-19 intensificou desafios relacionados à atenção e proteção às pessoas com deficiência, incluindo o aumento de despesas em função dos impactos da crise, assim causando danos ao sistema de apoio terapêutico, sobrecarregando também a família (SALDANHA et al. 2021). A ansiedade, o stress crônico, angústia e sofrimento existencial foram considerados fontes da sobrecarga do cuidador, durante este período (LOPES, 2022).

O cuidador familiar, por passar um tempo significativo atendendo às necessidades do indivíduo dependente, enfrenta cansaço, dificuldade para dormir, cefaleia, perda de peso, hipertensão e insatisfações na vida social, isolamento afetivo, depressão, perda da perspectiva de vida e outros, o que, conseqüentemente, prejudica sua saúde mental, reduz a qualidade dos cuidados prestados, afetando também o bem estar da pessoa com deficiência. (BRACCIALLI et al. 2012).

É importante esclarecer que, dependendo das características sociodemográficas como sexo, renda, escolaridade, assim como a necessidade de cuidado, condições para oferta do cuidado e fatores sócio-culturais, a assistência pode se transformar em uma intensa fonte estressora (CARDOSO et al. 2012). Pesquisas descritivas afirmam que, dentre os cuidadores familiares, o sexo feminino é predominante, a maioria é mãe do indivíduo que necessita de cuidados, possui baixo nível educacional, trabalha apenas no lar, não recebe salário e desempenha essa função no período de 10 a 20 anos (SILVA; FEDOSSE, 2018. PASA; SILVEIRA, 2020. SILVA, 2021).

Silva e Fedosse (2018) consideram que ser cuidador por um período extenso gera sobrecarga de responsabilidades, o que prejudica a qualidade de vida. Entretanto, Collins e Kishita (2019) ressaltam que há incertezas sobre se o cuidado em longo prazo intensifica as dificuldades psicológicas.

O estudo realizado por Dantas et al. (2019) aponta que o cuidado de pessoas com deficiência pode vir a acarretar restrição social, instabilidade financeira, sentimentos aflitivos, mudança na dinâmica familiar, estresse na saúde e no bem-estar, sobrecarga física, por isso:

[...] alerta-se para a necessidade de se problematizar, entre pais e familiares, essas representações e suas conseqüências, para que o cuidado com a criança com deficiência múltipla não seja entendido como um sofrimento adicional em vez de um processo natural da vida, que, como tal, deve ser conduzida com base em outros valores que podem ser socialmente aprendidos, como solidariedade e compromisso com a vida (DANTAS et. al., 2019, p. 13).

Dito isto, além das necessidades emocionais, as famílias são afetadas por aspectos materiais e também pela demanda por informações. Dessa forma, com as tarefas diárias atribuídas ao cuidador familiar, é notável que a qualidade de vida seja afetada negativamente, devido às mudanças feitas para a prestação de serviço ao que necessita de atenção específica (SILVA; FEDOSSE, 2018).

## **SAÚDE MENTAL DO CUIDADOR FAMILIAR**

O conceito de saúde é entendido como resultado das condições sociais e de vida. No Brasil após a promulgação da Constituição de 1988 e da instauração do Sistema Único de Saúde em 1990, esta concepção começou a ser vista de uma forma mais complexa, avaliando os princípios de universalidade, integralidade e equidade no cuidado à saúde (FERTONANI; PIRES; BIFF; SCHERER, 2015).

A Organização Mundial de Saúde (2021) afirma que a saúde mental não é determinada apenas por atributos individuais, como a capacidade de gerenciar pensamentos, emoções, comportamentos e interações, mas também envolve fatores sociais, culturais, econômicos, políticos

e ambientais.

Consequentemente, a psicologia encara os sintomas e, assim, a ausência de saúde mental como uma desorganização da vida subjetiva do indivíduo, que pode ocorrer a partir da relação entre acontecimentos crônicos ou traumáticos, no âmbito físico e social, assim como às condições que constituem sua subjetividade, ou seja, ao indivíduo em sua totalidade: seu corpo físico, seu funcionamento orgânico, psicológico e seu lugar social (BOCK, FURTADO e TEIXEIRA, 2021, p. 9).

Sendo assim, o cuidado com saúde mental de um indivíduo, em sua subjetividade e na coletividade, é uma tarefa de extrema importância, repleta de desafios para todos os envolvidos, pois o ser é único, sua saúde mental é singular, como também sua complexidade se revela enfaticamente nas mais diversas situações da vida. Assim, este aspecto também deve considerar a moradia digna, oportunidade de emprego, assistência farmacêutica, entre outros, que impactam significativamente o campo da saúde mental (LIMA et al. 2021).

O bem-estar, fator que deve ser vislumbrado, está além do sentir-se bem mentalmente, ter felicidade e satisfação com a vida, pois acabam envolvendo ainda aspectos sociais, capacidades físicas e cognitivas otimizadas, espiritualidade e vitalidade (GAIANO; SOUZA, CIRINEU; TULIMOSKY, 2018).

Assim, Lopes (2022, p. 05) complementam que

[...] a promoção da resiliência reduz significativamente a angústia associada aos cuidados. Conclui-se que a presença da espiritualidade, da esperança e de um sentido de vida, a par da resiliência, reduzia significativamente a angústia associada aos cuidados. É fundamental que os cuidadores sejam devidamente treinados e capacitados para que alcancem maiores níveis de resiliência como a capacidade de aceitar a situação diariamente, suprimindo a necessidade de a pessoa não perder a sua essência e restaurar a esperança (LOPES, 2022, p. 05).

Considerando tais informações, Silva e Fedosse (2018) descrevem os sintomas psicológicos frequentes enfrentados pelos cuidadores familiares; são eles: o cansaço, cefaléia, dificuldade para dormir, perda de peso, hipertensão, insatisfações na vida social, exclusão social, isolamento afetivo, depressão, perda da perspectiva de vida e maior uso de psicotrópicos.

Os avanços na saúde acarretaram o aumento da expectativa de vida de pessoas com deficiência e, proporcionalmente a isso, cresceu a demanda por ações públicas capazes de promover qualidade de vida não só ao indivíduo, mas também aos seus cuidadores, pois, o bem-estar de ambos estão afetados (BRACCIALLI et. al., 2012).

Salienta-se que a família possui o direito de receber a proteção e assistência da sociedade e do Estado, para que se tornem capazes de contribuir para o exercício pleno e equitativo dos direitos das pessoas com deficiência (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 2006).

Nesse contexto, a atenção ao cuidador necessita de elucidação de suas carências e intervenções direcionadas por profissionais e serviços da área (CARDOSO et al. 2012). Como modelo de intervenção, Braccialli et. al. (2012) propõem o desenvolvimento de programas educacionais cujo objetivo esteja centrado na orientação dos cuidadores, trazendo noções de adaptação do ambiente familiar considerando as demandas do indivíduo, informações sobre programas governamentais para obtenção de auxílios financeiros, instruções a respeito de habilidades, dificuldades, participação em atividades de lazer e orientações sobre seus direitos.

Ainda, destacam-se as intervenções que promovem escuta das vivências dos cuidadores, possibilitando suporte e acolhimento para que possam expressar as dificuldades do processo de cuidar (VIEIRA; JÚNIOR, 2021). O que consiste em um direito das pessoas com deficiência ter o atendimento psicológico ampliado e assegurado a sua família, conforme a Lei Brasileira de

Inclusão da Pessoa com Deficiência, a qual também inclui os cuidadores em diversas instâncias, como saúde, educação e moradia (BRASIL, 2015).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na literatura há uma gama de estudos, meios e formas de trabalhar a importância da saúde mental de pessoas com deficiência, sendo esse um fator essencial para a melhoria da qualidade de vida desse público, que depende do cuidado de profissionais e familiares.

Todavia, é necessário também se atentar à saúde de quem cuida, dado que os fatores psicológicos exercem um papel importante na qualidade do cuidado para a pessoa com deficiência, e consequentemente, para a qualidade de vida do cuidador familiar.

Por ser ampla, a saúde mental não só está relacionada a transtornos mentais, mas a tudo que afete o bem-estar e qualidade de vida do indivíduo, principalmente pelo risco de comorbidades e avanços nos sintomas existentes, a exemplo da sobrecarga enfrentada pelos cuidadores, que apesar de não ser um transtorno mental codificado pela Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde, abrange sintomas psicológicos prejudiciais ao cuidador.

Dessa forma, evidencia-se a carência de atenção aos fatores que impactam este público, pois a família é o berço da constituição socioemocional do sujeito, visto que deriva dela as primeiras relações interpessoais, exercendo forte influência na construção da personalidade e na díade indivíduo-mundo.

Além disso, é inquestionável a mútua influência entre sujeito e dinâmica familiar, postas as variáveis atuantes nessa relação. Influência essa que, ao mesmo tempo que contempla a individualidade do sujeito, deve lidar também com humanidade o serviço do cuidador familiar.

Sendo assim, a construção deste artigo proporcionou reflexões pertinentes, inclusive no que diz respeito à escassez de materiais relacionados ao cuidador familiar deste público; foca-se geralmente nos aspectos referentes à deficiência e à necessidade de inclusão que, apesar de não ser o centro desta pesquisa, não diminui sua essencialidade. No entanto, diante de tantos sintomas e queixas identificados, questiona-se os modos de enfrentamento existentes e atenção à assistência também para o público analisado, posto que ser cuidador informal implica renúncias e acúmulo de responsabilidades.

Além disso, evidencia-se a articulação entre os cuidadores familiares e a equipe multiprofissional que oferece assistência para a pessoa com deficiência, para fins de orientação e diminuição de fatores estressores para família, frente às dificuldades existentes, ou seja, é necessário que toda a rede de apoio trabalhe junto em prol da saúde de todos os envolvidos, seja ela física ou mental.

Inclusive, também é relevante para a saúde mental do cuidador familiar, a participação da pessoa com deficiência em programas que facilitem seu desenvolvimento e melhoria, não sobrecarregando a família e, assim, estimulando a autonomia do sujeito. Portanto, tais aspectos ressaltam a importância de programas e políticas que favoreçam a pessoa com deficiência e a rede de apoio.

Ainda, como principal estratégia de enfrentamento, e, provavelmente, a primeira a ser considerada, sobressai a psicoterapia que, ao depender dos problemas existentes, pode ser focada no indivíduo cuidador ou na família, com o intuito de promover compreensão e amenizar tal sofrimento.

Por fim, apesar da relevância da temática e a discussão sobre os impactos severos na saúde mental do cuidador familiar aqui descritos, ainda há um longo caminho a ser percorrido na ampliação de pesquisas sobre o assunto, entre as diferentes áreas que compõem a saúde para

que haja redução dos danos durante o cuidado a este público.

## REFERÊNCIAS

BRACCIALLI, L. M. P. *et al.* Qualidade de vida de cuidadores de pessoas com necessidades especiais. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Bauru, v. 18, n. 1, p. 113-126, mai./2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbee/a/sbXx55vwGZNmHxVvZfHk9Ls/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2022.

BRASIL, 2015, Lei n. 13.146, de 6 de jul. de 2015. **Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência**. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2015/Lei/L13146.htm). Acesso em: 14 de março 2023.

BOCK, A.M.B.; FURTADO, O.; TEIXEIRA, M.D.L.T. **Bem-estar e Saúde Mental**. [Digite o Local da Editora]: Editora Saraiva, 2021. 9786587958255. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786587958255/>. Acesso em: 13 out. 2022

CARDOSO, L. *et al.* Perspectivas atuais sobre a sobrecarga do cuidador em saúde mental. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 46, n. 2, p. 513-517, mai./2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/PwJ4DYfpkhrR6QsSL8KvKyw/?lang=pt>. Acesso em: 1 out. 2022.

CARVALHO, R. C. N.; NANTES, R. F. P.; COSTA, Márcio Luís. Estratégia familiar de cuidado em saúde mental. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 7, p. 50256-50271, jul./2020. Disponível em: <https://brazilianjournals.com/ojs/index.php/BRJD/article/view/13772/11528>. Acesso em: 1 out. 2022.

CASTRO, L. M. de; NERI DE SOUZA, D. Programa de intervenção psicossocial aos cuidadores informais familiares: o cuidar e o autocuidado. **Interacções**, [S. l.], v. 12, n. 42, 2017. DOI: 10.25755/int.11819. Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/interaccoes/article/view/11819>. Acesso em: 14 out. 2022.

COLLINS, Rebecca N; KISHITA, Naoko. The Effectiveness of Mindfulness- and Acceptance-Based Interventions for Informal Caregivers of People With Dementia: A Meta-Analysis. **The Gerontologist**, Online, v. 59, n. 4, p. 363-379, abr./2018. Disponível em: <https://academic.oup.com/gerontologist/article/59/4/e363/4960915>. Acesso em: 1 out. 2022.

DANTAS, Kaliny Oliveira et al. Repercussões do nascimento e do cuidado de crianças com deficiência múltipla na família: uma metassíntese qualitativa. **Cadernos de Saúde Pública**, online, v. 35, n. 6, p. 01-19, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00157918>>. Acesso em: 29 nov. 2022.

FERTONANI, Hosanna Patrig *et al.* Modelo assistencial em saúde: conceitos e desafios para a atenção básica brasileira. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 1869-1878, jun. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/ZtnLRysBYTmdC9jw9wy7hKQ/?lang=pt#>. Acesso em: 13 out. 2022.

GAINO, Loraine Vivian; SOUZA, Jacqueline de; CIRINEU, Cleber Tiago; TULIMOSKY, Talissa Daniele. O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas** (Edição em Portu-

guês), [S. l.], v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/149449>. Acesso em: 29 nov. 2022

KRAMECK, K.; NASCIMENTO, G. C. C. do. A orientação à família de pessoas com deficiência visual como recurso de intervenção do terapeuta ocupacional. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, [S. l.], v. 26, n. 1, p. 128-135, 2015. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/84459>. Acesso em: 29 nov. 2022.

LIMA, Marcos Eduardo Pereira de *et al.* O ato de cuidar em saúde mental: aspectos alinhados à cultura de segurança do paciente. **Smad: Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, [s. l.], v. 17, n. 02, p. 92-103, jun. 2021. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/smad/article/view/168515>. Acesso em: 13 out. 2022.

LOPES, Daiane D.; LEITE, Vania A M.; LOPES, Joseuda B C.; et al. **Psicologia e a pessoa com deficiência**. Porto Alegre: Grupo A, 2018. E-book. ISBN 9788595025325. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595025325/>. Acesso em: 15 set. 2022.

LOPES, Sandra Maria Ferreira. **Consequências da pandemia por covid-19 na sobrecarga e sentido de vida do cuidador informal**. 2022. 189 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Enfermagem, Área de Enfermagem de Saúde Familiar, Instituto Politécnico de Leiria Escola Superior de Saúde, Leiria, 2022. Disponível em: <https://iconline.ipleiria.pt/handle/10400.8/7726>. Acesso em: 13 out. 2022.

LOUREIRO, Júlia C.; PAIS, Marcos V.; FORLENZA, Orestes V. **Práticas para a saúde mental do cuidador**. Santana de Parnaíba: Editora Manole, 2021. E-book. ISBN 9786555764345. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555764345/>. Acesso em: 15 set. 2022.

LOZADA, Gisele; NUNES, Karina da S. **Metodologia Científica**. Porto Alegre: Grupo A, 2019. E-book. ISBN 9788595029576. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595029576/>. Acesso em: 12 out. 2022.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência**. Assembleia Geral das Nações Unidas, 13 de dez 2006. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=424-cartilha-c&category\\_slug=documentos-pdf&Itemid=30192#:~:text=A%20Conven%C3%A7%C3%A3o%20sobre%20os%20Direitos%20das%20Pessoas%20com%20Defici%C3%Aancia%2C%20adotada,e%20para%20seu%20p%C3%BAblico%20destinat%C3%A1rio](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=424-cartilha-c&category_slug=documentos-pdf&Itemid=30192#:~:text=A%20Conven%C3%A7%C3%A3o%20sobre%20os%20Direitos%20das%20Pessoas%20com%20Defici%C3%Aancia%2C%20adotada,e%20para%20seu%20p%C3%BAblico%20destinat%C3%A1rio). Acesso em: 14 mar. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Comprehensive mental health action plan 2013–2030**. Genebra:

Organização Mundial da Saúde; 2021. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240031029>. Acesso em: 10 set. 2022.

\_\_\_\_\_. **Relatório mundial sobre a deficiência**. São Paulo: SEDPcD, 2012. Disponível em: [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020\\_por.pdf;jsessionid=DB8F378A277C3B50937AEED6BBA43433?sequence=4](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44575/9788564047020_por.pdf;jsessionid=DB8F378A277C3B50937AEED6BBA43433?sequence=4). Acesso em: 15 set. de 2022.

PASA, Dayane; SILVEIRA, Michele. Bem-estar e qualidade de vida de cuidadores familiares de pessoas com deficiência. **Psicologia, saúde & doenças**, Marau, v. 21, n. 2, p. 415-422, ago./2020. Disponível em: [https://scielo.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862020000200016?script=sci\\_arttext&pid=S1645-00862020000200016](https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000200016?script=sci_arttext&pid=S1645-00862020000200016). Acesso em: 10 set. 2022.

RICO, Catarina Isabel Pedrosa Lopes. **Sobrecarga do cuidador informal da pessoa dependente no autocuidado**. 2019. 113 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Enfermagem, Instituto

Politécnico de Leiria Escola Superior de Saúde, Leiria, 2019. Disponível em: <https://iconline.ipleiria.pt/handle/10400.8/3978>. Acesso em: 10 set. 2022.

SALDANHA, Jorge Henrique Santos et al. Pessoas com deficiência na pandemia da COVID-19: garantia de direitos fundamentais e equidade no cuidado. **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 37, n. 9, p. 02-21, 2021. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311x00291720>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/yqY8LcXFrGNjhKrktPCb-vXv/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2022.

SILVA, Cleanderson Costa da *et al.* **Fragilidade social de cuidadores familiares de pessoas com deficiência física e/ou intelectual e sua relação com a depressão no contexto da pandemia da COVID-19**. 2021. 38 f. TCC (Graduação) - Curso de Gerontologia, Departamento de Gerontologia, Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/15918>. Acesso em: 01 out. 2022.

SILVA, Rosane Seeger da *et al.* Perfil sociodemográfico e qualidade de vida de cuidadores de pessoas com deficiência intelectual. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, São Carlos, v. 26, n. 02, p. 357-366, abr. 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadbto/a/BNTfTGcSzDMV63f9njY3M3b/?lang=pt#>. Acesso em: 01 out. 2022.

VIEIRA, Karen Alana Cavalcante Marinho; JÚNIOR, Luiz Araújo. Sobrecarga dos cuidadores informais em saúde mental. **Revista Psicoatualidades**, [s. l.], v. 1, n. 2, p. 44-58, jul. 2021. Disponível em: <http://periodicosfacesf.com.br/index.php/Psicoatualidades/article/view/295>. Acesso em: 13 out. 2022.