

## SAÚDE MENTAL E VULNERABILIDADE EMOCIONAL EM CUIDADORES INFORMAIS DE PESSOAS COM ALZHEIMER: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

### MENTAL HEALTH AND EMOTIONAL VULNERABILITY IN INFORMAL CAREGIVERS OF PEOPLE WITH ALZHEIMER'S: A LITERATURE REVIEW

Adeliany Assis da Silva Furtado<sup>1</sup>

Hilana Maria Braga Fernandes Abreu<sup>2</sup>

Francisca Maisa Maciel Gomes de Almeida<sup>3</sup>

Leilane Menezes Marciel Travassos<sup>4</sup>

#### RESUMO

A Doença de Alzheimer, caracterizada pelo declínio cognitivo progressivo e pela perda de autonomia, impõe elevada sobrecarga física, emocional e social aos cuidadores informais, que, frequentemente, assumem a responsabilidade integral pelo cuidado diário. Diante desse cenário, o presente estudo teve como objetivo analisar os impactos da vulnerabilidade emocional na saúde mental desses cuidadores, identificando os principais fatores associados ao sofrimento psicológico. Para isso, foi realizada uma revisão integrativa da literatura em bases nacionais e internacionais, incluindo SciELO, BVS, LILACS, PubMed, PePSIC e Google Acadêmico, com a utilização dos descritores "Cuidador Informal", "Doença de Alzheimer", "Saúde Mental", "Vulnerabilidade Emocional", "Estresse Psicológico", "Ansiedade" e "Depressão". A busca inicial resultou em 142 publicações, das quais 10 artigos compuseram a amostra final da revisão. Os achados demonstraram que a vulnerabilidade emocional está diretamente associada à sobrecarga do cuidado contínuo, manifestando-se por ansiedade, depressão, estresse psicológico, exaustão emocional, isolamento social e prejuízos na qualidade de vida. Também foram identificados, como fatores agravantes à progressão da doença, o aumento da dependência do paciente, a vulnerabilidade socioeconômica e a insuficiência de apoio social e familiar. Assim, os resultados confirmaram a hipótese norteadora, evidenciando que a sobrecarga, o afastamento social e a falta de suporte adequado contribuem para o adoecimento emocional dos cuidadores informais.

**Palavras-chave:** Alzheimer; Cuidadores informais; Saúde mental.

**ABSTRACT:** *Alzheimer's disease, characterized by progressive cognitive decline and loss of autonomy, imposes a high physical, emotional, and social burden on informal caregivers, who often assume full responsibility for daily care. Given this scenario, the present study aimed to analyze the impacts of emotional vulnerability on the mental health of these caregivers, identifying the main factors associated with psychological distress. To this end, an integrative literature review was conducted in national and international databases, including SciELO, BVS, LILACS, PubMed, PePSIC, and Google Scholar, using the descriptors "Informal Caregiver," "Alzheimer's Disease," "Mental Health," "Emotional Vulnerability," "Psychological Stress," "Anxiety," and "Depression." The initial search resulted in 142 publications, of which 10 articles comprised the final sample of the review. The*

1 Discente do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 20212055033@fsmead.com.br.

2 Docente do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000344@unifsm.edu.br.

3 Docente do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000886@unifsm.edu.br.

4 Orientadora da Pesquisa e docente do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000408@fsmead.com.br.

*findings demonstrated that emotional vulnerability is directly associated with the burden of continuous caregiving, manifesting as anxiety, depression, psychological stress, emotional exhaustion, social isolation, and impaired quality of life. Disease progression, increased patient dependence, socioeconomic vulnerability, and insufficient social and family support were also identified as aggravating factors. Thus, the results confirmed the guiding hypothesis, showing that burden, social isolation, and lack of adequate support contribute to the emotional distress of informal caregivers.*

**Keywords:** Alzheimer's; Informal caregivers; Mental health.

## 1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional vem aumentando nas últimas décadas, impulsionado pelos avanços da medicina e pela melhoria na qualidade de vida da população, com isso, há um aumento expressivo de doenças crônicas e neurodegenerativas, entre elas podemos pontuar a Doença de Alzheimer (DA), que afeta progressivamente a cognição, a memória e a funcionalidade dos indivíduos acometidos. Conforme pontua Moreira *et al.* (2024), essa situação acaba por trazer grandes desafios, não somente ao sistema de saúde ou ao próprio paciente, mas também aos familiares, por conta da sua grande demanda de cuidados contínuos e complexos.

Esses cuidados prolongados a um ente querido com DA, embora muitas vezes motivados por laços afetivos e senso de responsabilidade, ao lidarem com a evolução da doença acabam podendo vivenciar estágios de sofrimentos psíquicos, estresse crônico, ansiedade e depressão. Estudo de Marques *et al.* (2024) aponta que a vulnerabilidade emocional dos cuidadores informais está intimamente associada à escassez de rede de apoio, à sobrecarga das tarefas e à falta de conhecimento de estratégias de enfrentamento, e também à deterioração progressiva do ente. Nesse mesmo sentido, Capelo *et al.* (2024) destacam que o esgotamento físico e emocional impactam negativamente a qualidade do cuidado prestado, ao mesmo tempo em que compromete a saúde global do cuidador.

A motivação para discutir este tema surgiu ao se notar uma demanda crescente por apoio não profissional a pessoas com Alzheimer, especialmente dentro das famílias. Esse tipo de assistência, muitas vezes prestada sem a formação técnica adequada ou suporte institucional, impacta profundamente o bem-estar psicológico dos cuidadores, que se encontram em uma posição de vulnerabilidade emocional constante. Embora seja uma realidade clara, essa situação frequentemente não recebe a atenção que merece nas políticas governamentais e nas pesquisas acadêmicas. Por isso, a importância desta pesquisa está na necessidade urgente de dar visibilidade a esse sofrimento psicológico sutil e duradouro, especialmente no que diz respeito aos aspectos emocionais que afetam os cuidadores informais ao longo de todo o processo de assistência (Knopman *et al.*, 2021; Guo *et al.*, 2022).

A análise é relevante para a ciência ao abordar a fragilidade emocional dos acompanhantes não profissionais, um tema que precisa ser mais explorado. Nesse

contexto, o estudo pode contribuir para a formulação de ações governamentais e métodos de apoio psicológico voltados a essas pessoas. A escolha por uma pesquisa em livros e artigos tornou o plano viável do ponto de vista prático e econômico, já que foram utilizados bancos de dados gratuitos e confiáveis. A ideia é beneficiar tanto o meio acadêmico quanto a sociedade, fornecendo dados importantes para promover ações de apoio mais sensíveis para os doentes e seus familiares (Queiroz *et al.*, 2024; Santana *et al.*, 2025).

Portanto, a presente pesquisa teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão da literatura, como a vulnerabilidade emocional impacta a saúde mental de cuidadores informais de pessoas com DA. Para isso, foi necessário identificar os sintomas adoeceadores associados ao cuidado informal, reconhecer os fatores que cercam esses cuidadores informais, contribuindo para a vulnerabilidade emocional no contexto do cuidado contínuo, e compreender os impactos gerados através da vulnerabilidade emocional na saúde mental desses cuidadores informais, segundo o relatado na literatura científica internacional e nacional.

Essa pesquisa tratou-se de uma revisão integrativa da literatura, cuja coleta foi conduzida com base nos descritores “Cuidador Informal”, “Doença de Alzheimer”, “Saúde Mental”, “Vulnerabilidade Emocional”, “Estresse Psicológico”, “Ansiedade” e “Depressão”, onde foram incluídas pesquisas de campo, experimentais, disponíveis em português, inglês e espanhol, tendo como pergunta norteadora: Quais os impactos da vulnerabilidade emocional na saúde mental de cuidadores informais de pessoas com Alzheimer, segundo a literatura científica?

Assim, tendo como hipótese que há vulnerabilidade emocional resultante da decorrente sobrecarga, do afastamento social e da falta de suporte adequado, impactando negativamente a saúde mental dos cuidadores de pessoas com (DA), favorecendo o surgimento de quadros como estresse crônico, ansiedade e depressão.

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de natureza teórica, com abordagem qualitativa, desenvolvida por meio de uma revisão integrativa da literatura. Essa estratégia metodológica foi adotada por possibilitar a síntese e a análise crítica de estudos empíricos com diferentes delineamentos metodológicos (quantitativos, qualitativos e mistos) permitindo uma compreensão ampla e aprofundada acerca dos impactos da vulnerabilidade emocional na saúde mental de cuidadores informais de pessoas com Doença de Alzheimer (DA). O modelo de revisão integrativa fundamenta-se na proposta descrita por Dhollande *et al.* (2021), sendo considerado adequado por viabilizar a integração de múltiplas perspectivas investigativas sobre o fenômeno estudado.

A revisão foi orientada pela seguinte pergunta norteadora: “Quais são os efeitos da vulnerabilidade emocional na saúde mental de cuidadores informais de indivíduos com Doença de Alzheimer?”. Essa questão direcionou todas as etapas do processo metodológico, incluindo a definição das estratégias de busca, os critérios de seleção

e a análise dos estudos incluídos, contribuindo para a construção de uma base teórica consistente e significativa.

As buscas bibliográficas foram realizadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), PubMed, PePSIC e Google Acadêmico. A escolha dessas bases justifica-se por sua reconhecida credibilidade científica, abrangência temática e acesso gratuito, o que assegura viabilidade técnica e rigor acadêmico à investigação. Para a definição dos descritores, utilizou-se a terminologia padronizada dos portais DeCS/MeSH, com o intuito de garantir precisão e padronização na recuperação dos estudos. Foram empregados os seguintes descritores: “Cuidador Informal”, “Doença de Alzheimer”, “Saúde Mental”, “Vulnerabilidade Emocional”, “Estresse Psicológico”, “Ansiedade” e “Depressão”. Os termos foram combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR, permitindo ampliar ou restringir os resultados conforme a necessidade da investigação.

Foram estabelecidos como critérios de inclusão: artigos empíricos publicados entre os anos de 2020 e 2025; textos redigidos nos idiomas português, inglês ou espanhol; publicações com acesso gratuito e disponíveis na íntegra; e estudos que abordassem direta ou indiretamente os impactos emocionais e psicossociais em cuidadores informais de pessoas com Doença de Alzheimer. Como critérios de exclusão, desconsideraram-se resumos de eventos científicos, editoriais, cartas ao editor, relatos de caso, artigos de revisão, estudos duplicados e pesquisas que não apresentassem relação direta com a temática central, especialmente aquelas centradas exclusivamente na neurobiologia da doença ou nas características clínicas do paciente, sem enfoque no cuidador.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas sequenciais. Primeiramente, os títulos foram analisados para eliminar publicações que eram evidentemente irrelevantes. Em seguida, os resumos para avaliar sua pertinência em relação à questão norteadora. Por fim, os textos selecionados foram lidos na íntegra, considerando os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos. Depois dessa triagem, foi possível extrair e organizar os dados por meio de um quadro-resumo que contém as seguintes informações: autor, ano de publicação, título, objetivo do estudo, tipo de abordagem metodológica e principais achados. Essa organização permitiu uma avaliação crítica e unificada do conteúdo, tornando mais fácil a identificação de padrões, lacunas e contribuições relevantes para compreender a saúde mental e a vulnerabilidade emocional dos cuidadores informais de indivíduos com Alzheimer.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

A busca inicial resultou em um total de 142 publicações, distribuídas da seguinte forma: 32 estudos identificados na SciELO, 18 na BVS, 21 na LILACS, 41 na PubMed, 9 na PePSIC e 21 no Google Acadêmico. Após a identificação inicial, procedeu-se à primeira etapa de triagem, com a análise dos títulos, ocasião em que foram excluídos 71 estudos por não abordarem cuidadores informais, por enfocarem exclusivamente aspectos neurobiológicos da Doença de Alzheimer, por tratarem

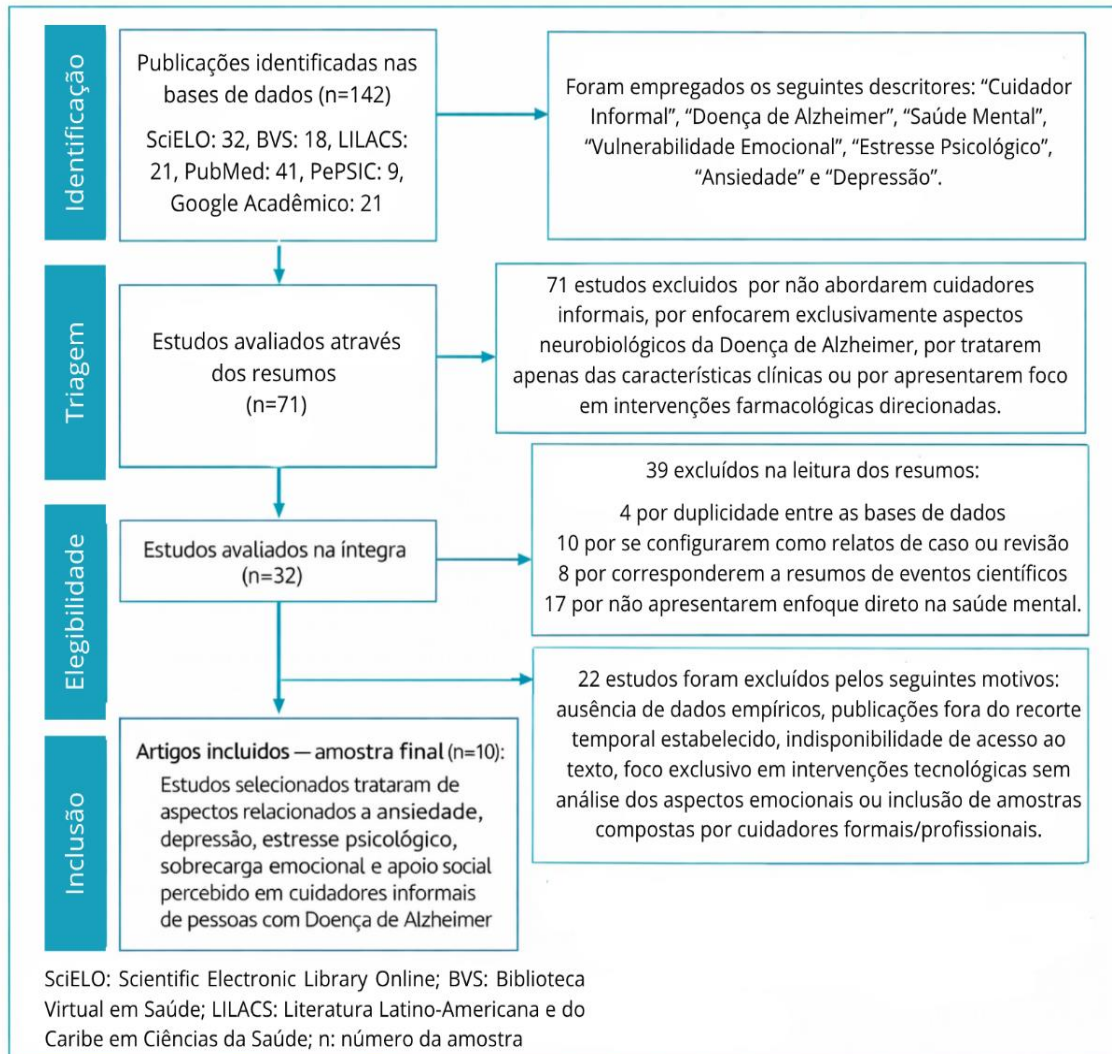
apenas das características clínicas do paciente ou por apresentarem foco em intervenções farmacológicas direcionadas ao indivíduo diagnosticado. Permaneceram, nessa fase, 71 estudos para leitura dos resumos.

Na segunda etapa, realizou-se a leitura criteriosa dos resumos, resultando na exclusão de 39 estudos. Dentre esses, 4 foram eliminados por duplicidade entre as bases de dados; 10 por se configurarem como relatos de caso ou revisão; 8 por corresponderem a resumos de eventos científicos e 17 por não apresentarem enfoque direto na saúde mental ou na vulnerabilidade emocional do cuidador informal. Ao término dessa etapa, 32 artigos foram selecionados para leitura na íntegra.

A terceira etapa consistiu na leitura completa dos textos selecionados, visando à verificação rigorosa do atendimento aos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Nessa fase, 22 estudos foram excluídos pelos seguintes motivos: ausência de dados empíricos, publicações fora do recorte temporal estabelecido, indisponibilidade de acesso gratuito ao texto completo, foco exclusivo em intervenções tecnológicas sem análise dos aspectos emocionais ou inclusão de amostras compostas por cuidadores formais/profissionais.

Ao final do processo de triagem, 10 artigos atenderam integralmente aos critérios estabelecidos e compuseram a amostra final desta revisão integrativa, assim como representado na figura 1. Esses estudos abordaram, de maneira direta ou indireta, aspectos relacionados à ansiedade, depressão, estresse psicológico, sobrecarga emocional, apoio social percebido e fatores psicossociais associados à vulnerabilidade emocional de cuidadores informais de pessoas com Doença de Alzheimer.

**Figura 1:** Organograma da seleção de artigos.



**Fonte:** Autor (2026).

A organização e análise dos dados foram realizadas por meio da construção de um quadro-resumo, como pode ser observado na Tabela 1.

**Tabela 1:** Artigos incluídos no trabalho.

| <b>Autor/Ano</b>                | <b>Título</b>   | <b>Objetivo</b>   | <b>Tipo de Estudo</b>               | <b>Principais Achados</b>  |
|---------------------------------|---|---|-------------------------------------|--|
| <b>Ameri et al., 2024</b>       | <i>Exploring caregiver burden in Alzheimer's Disease: The predictive role of psychological distress</i>   | Investigar o papel do sofrimento psicológico como preditor da sobrecarga em cuidadores de pessoas com DA. | Estudo quantitativo, transversal    | Identificou forte associação entre sofrimento psicológico (ansiedade e depressão) e níveis elevados de sobrecarga. O sofrimento emocional foi considerado preditor significativo da intensidade da sobrecarga. |
| <b>Calabro; Ortiz, 2025</b>     | <i>Avaliação de sobrecarga de cuidadores de pessoas idosas com quadros demenciais</i>   | Avaliar o nível de sobrecarga em cuidadores de idosos com demência.                                       | Estudo descritivo, transversal      | Observou-se sobrecarga moderada à severa na maioria dos cuidadores, especialmente entre mulheres e familiares diretos. A dedicação exclusiva ao cuidado intensificou o impacto físico e emocional.             |
| <b>Chen Lin et al., 2024</b>    | <i>Análise da sobrecarga de cuidadores de idosos com Doença de Alzheimer: estudo transversal</i>  | Analisar fatores associados à sobrecarga em cuidadores de idosos com DA.                                  | Estudo transversal                  | Evidenciou correlação entre maior dependência funcional do idoso e aumento da sobrecarga. Sintomas comportamentais foram determinantes importantes para o estresse do cuidador.                                |
| <b>De Araujo; Lacerda, 2024</b> | <i>Psychosocial factors affected by burden in family caregivers of people with Alzheimer's disease</i>  | Examinar fatores psicossociais impactados pela sobrecarga.  | Estudo observacional                | Constatou prejuízos significativos na qualidade de vida, relações sociais e saúde mental dos cuidadores. A sobrecarga afetou diretamente o bem-estar emocional.  |
| <b>Huang et al., 2025</b>       | <i>Understanding Challenges and Emotions of Informal Caregivers of General Older Adults and People With Alzheimer Disease and Related Dementia: Comparative Study</i> | Comparar desafios e emoções de cuidadores de idosos com e sem demência.                                   | Estudo comparativo, abordagem mista | Cuidadores de pessoas com DA apresentaram níveis mais elevados de exaustão emocional e sentimentos de isolamento quando comparados aos cuidadores de idosos sem demência.                                      |
| <b>Marques et al., 2022</b>     | <i>Doença de Alzheimer na pessoa idosa/família:</i>   | Identificar potencialidades, fragilidades e estratégias   | Estudo qualitativo                  | Evidenciou fragilidades emocionais e estruturais na família, mas também destacou estratégias de  |

| Autor/Ano                                  | Título   | Objetivo   | Tipo de Estudo                   | Principais Achados   |
|--|--|--|----------------------------------|--|
|  | <i>potencialidades, fragilidades e estratégias</i>   | familiares no contexto da DA.  |                                  | adaptação e fortalecimento de vínculos familiares.   |
| <b>Negrão; Schupchek; Schumanski, 2022</b> | <i>Doença de Alzheimer: Perfil socioeconômico das cuidadoras familiares de idosos com demência</i>               | Caracterizar o perfil socioeconômico das cuidadoras familiares.  | Estudo descritivo                | Predomínio de mulheres, com baixa renda e escolaridade média. A vulnerabilidade socioeconômica potencializou a sobrecarga e limitou o acesso à suporte formal. |
| <b>Oliveira et al., 2025</b>               | <i>Associação entre sobrecarga e apoio percebido por cuidadores familiares de idosos com doença de Alzheimer</i> | Investigar a relação entre sobrecarga e apoio social percebido em cuidadores familiares de idosos com Alzheimer. | Estudo correlacional             | Identificou associação inversa entre apoio social e sobrecarga: quanto maior o suporte percebido, menor o nível de estresse e exaustão do cuidador.            |
| <b>Tay et al., 2025</b>                    | <i>Caregiver burden of Alzheimer's disease among informal caregivers: a cross-sectional study in Malaysia</i>    | Avaliar a sobrecarga de cuidadores informais de indivíduos com Alzheimer na Malásia.                             | Estudo transversal               | Constatou níveis elevados de sobrecarga, associados principalmente à duração do cuidado e à gravidade dos sintomas neuropsiquiátricos do paciente.             |
| <b>Uchôa et al., 2025</b>                  | <i>Nível de sobrecarga de cuidadores de pessoas acometidas pela doença de Alzheimer</i>                          | Determinar o nível de sobrecarga em cuidadores de pessoas com DA.  | Estudo quantitativo, transversal | A maioria apresentou sobrecarga moderada à intensa, com impacto significativo na saúde física, emocional e na vida social dos cuidadores.                      |

**Fonte:** Autor (2026).

Os resultados desta revisão integrativa evidenciam que o cuidado informal prestado a pessoas com Doença de Alzheimer repercute de maneira significativa na saúde mental e na vulnerabilidade emocional dos cuidadores, confirmando que o ato de cuidar vai muito além da execução de tarefas cotidianas, e envolve um conjunto complexo de exigências físicas, emocionais, sociais e psicológicas. A análise dos estudos selecionados demonstra um padrão consistente de sobrecarga, sofrimento psíquico, exaustão emocional e prejuízos na qualidade de vida, sobretudo entre cuidadores familiares que assumem a responsabilidade do cuidado de forma contínua e, muitas vezes, sem suporte formal adequado.

De modo geral, os achados indicam que a sobrecarga do cuidador está fortemente associada a sintomas como ansiedade, depressão, estresse psicológico e sensação de esgotamento. Ameri *et al.* (2024) identificaram que o sofrimento psicológico, especialmente ansiedade e depressão, atua como preditor importante da

intensidade da sobrecarga, sugerindo uma relação bidirecional entre adoecimento emocional e desgaste do cuidado. Esse achado é reforçado por Uchôa *et al.* (2025), que observaram predominância de sobrecarga moderada à intensa entre os cuidadores, com impacto direto na saúde física, emocional e social. Assim, a literatura analisada aponta que o sofrimento mental não aparece como consequência secundária do cuidado, mas como elemento central e estruturante da experiência de cuidar de uma pessoa com Alzheimer.

Outro aspecto relevante evidenciado nos estudos foi a influência da progressão da doença e da dependência funcional do paciente sobre a condição emocional do cuidador. Chen Lin *et al.* (2024) mostraram que a maior dependência do idoso e a presença de sintomas comportamentais intensificam a sobrecarga, aumentando o nível de estresse do cuidador. De maneira semelhante, Tay *et al.* (2025) verificaram que a duração do cuidado e a gravidade dos sintomas neuropsiquiátricos do paciente se associam a níveis mais elevados de sobrecarga. Esses resultados permitem compreender que quanto mais avançada e instável for a condição clínica da pessoa com Alzheimer, maior tende a ser a exigência emocional imposta ao cuidador, o que favorece o surgimento de desgaste progressivo e vulnerabilidade psíquica.

Os estudos de Calabro e Ortiz (2025) e Negrão, Schupchek e Schumanski (2022) também chamam atenção para o perfil social dos cuidadores, evidenciando a predominância de mulheres, familiares diretos e indivíduos com menor renda e escolaridade. Esse dado é importante porque demonstra que a experiência de cuidar não é distribuída de forma igualitária entre os membros da família, recaindo, em geral, sobre mulheres que acumulam funções domésticas, laborais e afetivas. Essa sobreposição de papéis contribui para o agravamento da sobrecarga e para a redução do tempo disponível para autocuidado, lazer e manutenção da própria saúde. Além disso, a vulnerabilidade socioeconômica observada nesses estudos amplia as dificuldades de acesso a apoio formal, serviços de saúde e estratégias de enfrentamento, intensificando ainda mais o sofrimento emocional.

A análise de Huang *et al.* (2025) acrescenta uma dimensão comparativa importante ao demonstrar que cuidadores de pessoas com Alzheimer apresentam maior exaustão emocional e sentimentos de isolamento quando comparados a cuidadores de idosos sem demência. Esse resultado reforça a especificidade do cuidado em demência, marcado por demandas mais intensas, imprevisíveis e prolongadas. A presença de alterações cognitivas e comportamentais, somada à progressiva perda de autonomia do paciente, faz com que o cuidador vivencie uma rotina marcada por vigilância constante, medo de agravamento da doença e sensação de responsabilidade permanente, fatores que comprometem o equilíbrio emocional.

Além da sobrecarga diretamente associada ao ato de cuidar, os estudos também apontam prejuízos psicossociais importantes. De Araujo e Lacerda (2024) observaram que a sobrecarga impacta negativamente a qualidade de vida, as relações sociais e a saúde mental dos cuidadores familiares. Isso mostra que os efeitos do cuidado extrapolam a esfera individual e alcançam a vida social e relacional do cuidador, que, muitas vezes, se distancia de amigos, reduz atividades de convivência e restringe sua participação em outros contextos. Esse afastamento contribui para o isolamento social, que, por sua vez, tende a agravar quadros de ansiedade e depressão, criando um ciclo de sofrimento difícil de romper.

Nesse cenário, o apoio social aparece como um fator protetivo relevante. Oliveira *et al.* (2025) identificaram associação inversa entre apoio social percebido e sobrecarga, indicando que quanto maior o suporte recebido, menor tende a ser o estresse e a exaustão do cuidador. Esse achado é especialmente importante porque evidencia que a redução do sofrimento emocional não depende apenas de características individuais, mas também da existência de redes de suporte familiares, comunitárias e institucionais. Assim, o fortalecimento do apoio social surge como estratégia fundamental para a prevenção do adoecimento psíquico e para a promoção do bem-estar de quem cuida.

Os estudos também permitem compreender que, embora o cuidado seja permeado por sofrimento, ele não é composto apenas por aspectos negativos. Marques *et al.* (2022) destacaram potencialidades, fragilidades e estratégias familiares no contexto da Doença de Alzheimer, mostrando que algumas famílias desenvolvem formas próprias de adaptação e fortalecimento dos vínculos. Ainda assim, as fragilidades emocionais e estruturais permanecem evidentes, sobretudo diante da falta de orientação e do caráter prolongado da doença. Isso sugere que as estratégias de enfrentamento existem, mas nem sempre são suficientes para neutralizar os efeitos do desgaste emocional contínuo.

De maneira integrada, os 10 artigos analisados convergem ao demonstrar que a vulnerabilidade emocional dos cuidadores informais de pessoas com Alzheimer é multifatorial. Ela resulta da combinação entre progressão da doença, dependência do paciente, sintomas comportamentais, sobrecarga física e emocional, desigualdade de gênero, fragilidade socioeconômica e ausência de redes de apoio consistentes. Em conjunto, esses fatores favorecem o aparecimento de sofrimento psicológico persistente, podendo evoluir para quadros de estresse crônico, ansiedade, depressão e exaustão emocional. Esses achados corroboram a hipótese do estudo e reforçam que a saúde mental do cuidador deve ser compreendida como parte essencial do processo de cuidado.

Diante disso, torna-se evidente a necessidade de ações voltadas não apenas ao paciente com Alzheimer, mas também ao cuidador informal, que, frequentemente, permanece invisibilizado nos serviços de saúde. Programas de apoio psicológico, orientação familiar, compartilhamento de responsabilidades, acompanhamento multiprofissional e ampliação da rede de suporte são medidas fundamentais para reduzir a sobrecarga e preservar a saúde mental desses indivíduos. A literatura revisada indica, portanto, que cuidar de quem cuida é uma condição indispensável para a sustentabilidade do cuidado domiciliar e para a promoção de uma atenção mais humana e integral às famílias que convivem com a Doença de Alzheimer.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Os resultados desta revisão integrativa evidenciam que a vulnerabilidade emocional exerce impacto significativo sobre a saúde mental de cuidadores informais de pessoas com Doença de Alzheimer, manifestando-se por meio de sintomas como ansiedade, depressão, estresse psicológico, exaustão emocional e comprometimento

da qualidade de vida. Observou-se que tais repercussões estão diretamente relacionadas à sobrecarga do cuidado contínuo, ao avanço da doença, ao aumento da dependência do paciente e à insuficiência de suporte social, familiar e econômico. Dessa forma, os achados confirmam a hipótese do estudo, ao demonstrar que a exposição prolongada às demandas do cuidado favorece o adoecimento emocional dos cuidadores, além de evidenciar a necessidade de maior atenção a esse público no contexto da assistência em saúde.

Além de contribuir para a ampliação do conhecimento científico acerca da saúde mental dos cuidadores informais, esta pesquisa reforça a importância do desenvolvimento de estratégias de intervenção e políticas públicas voltadas ao suporte emocional e à redução da sobrecarga associada ao cuidado. Entretanto, algumas limitações, como o número restrito de estudos incluídos e a heterogeneidade metodológica das pesquisas analisadas, podem limitar a generalização dos resultados. Nesse sentido, recomenda-se que estudos futuros utilizem delineamentos mais amplos e aprofundem a investigação sobre estratégias de enfrentamento, apoio institucional e intervenções psicológicas capazes de promover melhor qualidade de vida e saúde mental aos cuidadores de pessoas com Alzheimer.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERI, Fatemeh et al. Exploring caregiver burden in Alzheimer's Disease: The predictive role of psychological distress. *The Open Public Health Journal*, v. 17, n. 1, 2024.

CALABRO, Marili; ORTIZ, Sandra Regina Mota. AVALIAÇÃO DE SOBRECARGA DE CUIDADORES DE PESSOAS IDOSAS COM QUADROS DEMENCIAIS. *Revista Foco*, v. 18, n. 1, p. e6099, 2025.

CAPELO, Maria Regina Teixeira Ferreira et al. Percepções de cuidadoras informais sobre motivações, necessidades e benefícios do cuidado para o idoso dependente. *Ciencia & saude coletiva*, v. 29, n. 8, p. e05612024, 2024.

CHEN LIN, Chia et al. Análise da sobrecarga de cuidadores de idosos com Doença de Alzheimer: estudo transversal. *Saúde e pesquisa*, v. 17, n. 2, p. e12296, 2024.

CONTI FILHO, Carlos Elias et al. Advances in Alzheimer's disease's pharmacological treatment. *Frontiers in pharmacology*, v. 14, p. 1101452, 2023.

DE ARAUJO, Edivaldo Lima; LACERDA, Shirley Silva. Psychosocial factors affected by burden in family caregivers of people with Alzheimer's disease. *Dementia & Neuropsychologia*, v. 18, p. e20230115, 2024.

DHOLLANDE, Shannon et al. Conducting integrative reviews: a guide for novice nursing researchers. *Journal of Research in Nursing*, v. 26, n. 5, p. 427–438, 2021.

GUO, Jun *et al.* Aging and aging-related diseases: from molecular mechanisms to interventions and treatments. **Signal transduction and targeted therapy**, v. 7, n. 1, p. 391, 2022.

HUANG, Nova Mengxia *et al.* Understanding challenges and emotions of informal caregivers of general older adults and people with Alzheimer disease and related dementia: Comparative study. **Journal of Medical Internet Research**, v. 27, p. e54847, 2025.

KNOPMAN, David S. *et al.* Alzheimer disease. **Nature reviews. Disease primers**, v. 7, n. 1, p. 33, 2021.

MARQUES, Izabela Vitória Pereira *et al.* Estresse e estratégias de enfrentamento de cuidadores de pessoas idosas com Doença de Alzheimer. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 27, 2024.

MARQUES, Yanka Silveira *et al.* DOENÇA DE ALZHEIMER NA PESSOA IDOSA/FAMÍLIA: POTENCIALIDADES, FRAGILIDADES E ESTRATÉGIAS. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, 2022.

MCGUIRE, Lisa; HOLT, Heidi. Building sustainability in public health Alzheimer's disease programs. **Innovation in aging**, p. 257–257, 2023.

MOREIRA, Cristina *et al.* Bem-estar psicológico em cuidadores informais. 2024.

NEGRÃO, Glauco Nonose; SCHUPCHEK, Claudia Kamilla Schneider; SCHUMANSKI, Grazielle. Doença de Alzheimer: Perfil socioeconômico das cuidadoras familiares de idosos com demência. **Geoconexões online**, v. 1, p. 156–169, 2022.

OLIVEIRA, Camila Helen de *et al.* Associação entre sobrecarga e apoio social percebido por cuidadores familiares de idosos com doença de Alzheimer. **Revista Enfermagem UERJ**, v. 33, p. e88355, 2025.

QUEIROZ, Emilly Barros de *et al.* ASPECTOS ANATÔMICOS DA DOENÇA DE ALZHEIMER - UMA REVISÃO INTEGRATIVA. *In: Revista de Pesquisas Básicas e Clínicas*, 2024.