

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

---

- BRITO, Luísa – **A saúde mental dos prestadores de cuidados a familiares idosos**. Coimbra: Quarteto Editora, 2002. ISBN: 9789728717193
- CABETE, Dulce Gaspar – **O Idoso, a Doença e o Hospital: O Impacto do Internamento hospitalar no estado funcional psicológico das pessoas idosas**. 2.<sup>a</sup> edição. Loures: Lusociência, 2008. ISBN: 9789728383893. P.5-38
- CARRILHO, Maria José; PATRÍCIO, Lurdes – A situação Demográfica Recente em Portugal: Revista de Estudos Demográficos, n.º40. Artigo 5.º: 2010. P.101-137 Disponível em URL:[http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_destaques&DESTAQUESdest\\_boui=83358831&DESTAQUESmodo=2](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=83358831&DESTAQUESmodo=2)
- CNP – Classificação Nacional de Profissões. Disponível em URL: <http://www.iefp.pt/formacao/CNP/Documents/INDICE.pdf>
- COLLIÈRE, Marie-Françoise - **Cuidar... a primeira arte da vida**. 2.<sup>a</sup> edição. Loures: Lusociência, 2003. 448 p. ISBN: 978-972-8383-53-4
- COLLIÈRE, Marie-Françoise – **Promover a Vida: da prática das mulheres de virtude aos cuidados de enfermagem**. Edição/reimpressão: Lidel, 2000. 388 p. ISBN: 978-972-7571-09-3
- COOK, T.D., & CAMPBELL, D. – **Quasi experimentation: design & analysis issues for field settings**. Chicago: Rand McNally. 1979
- COSTA, Maria Arminda – **Cuidar Idosos**. 2.<sup>a</sup> Edição. Coimbra: Formasau – Formação e Saúde, LDA e EDUCA, 2006. ISBN: 9789728485740 p. 30-42
- ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE VISEU – **Guia de elaboração de trabalhos escritos**. Viseu: 2008. 59 p. Disponível em URL: <http://www.essv.ipv.pt/images/pdf/UInvestigacao/GuiaElabTrabESSV26junho2008.pdf>
- FERNANDES, Jacinta – **Cuidar no domicílio: A Sobrecarga do Cuidador Informal**: Dissertação de Mestrado. Faculdade de Medicina de Lisboa. 2009
- FERREIRA, Sérgio – **Papel dos cuidadores Informais ao idoso com doença Alzheimer**: Dissertação de Mestrado. Universidade de Aveiro. 2008. Disponível em URL: <http://www.google.pt/#hl=pt-PT&source=hp&biw=1276&bih=635&q=Papel+dos+cuidadores+Informais+ao+idoso+com+doen%C3%A7a+Alzheimer&aq=f&aqi=&aql=&oq=&fp=24cb006f473d7543>
- FLORES, Moita – Distrito está a envelhecer. Neste país de velhos, lares brotam como cogumelos. O Ribatejo. Santarém. N.1321 (Fevereiro 2011) p. 7
- FORTIN, Marie Fabienne – **Fundamentos e etapas do processo de investigação**. Loures: Lusodidacta, 2009. 581 p. ISBN: 978-989-8075-18-5
- GIL, A.C. – **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 4rd ed. São Paulo: Atlas. 1995
- GIRÃO, M. João – **Integração social do doente com psicose esquizofrénica: Dificuldades e potencialidades dos cuidadores informais**: Dissertação de Mestrado. Universidade Nova de Lisboa. 2005

GONÇALVES, Cristina; CARRILHO, Maria José – Envelhecimento Crescente mas espacialmente desigual: Revista de Estudos Demográficos, n.º40. Artigo 2.º, 2007. p.21-37 Disponível em URL: [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_estudos&ESTUDOSest\\_boui=56496766&ESTUDOSmodo=2&xlang=pt](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_estudos&ESTUDOSest_boui=56496766&ESTUDOSmodo=2&xlang=pt)

GRELHA, Patrícia Alexandra Simão Sousa – **Qualidade Vida dos Cuidadores Informais de Idosos Dependentes em Contexto Domiciliário**: Dissertação de Mestrado. Universidade de Lisboa, 2009. P.16-68. Disponível em URL: <http://www.google.pt/#hl=pt-PT&source=hp&biw=1276&bih=635&q=Qualidade+vida+dos+cuidadores+Informais+de+idosos+dependentes+em+contexto+domiciliario&btnG=Pesquisa+do+Google&aq=f&aqi=&aql=&oq=Qualidade+vida+dos+cuidadores+Informais+de+idosos+dependentes+em+contexto+domiciliario&fp=24cb006f473d7543>

GUIMARÃES, Renato Maia – **Envelhecer com qualidade. Um capital de saúde**. 1.ª edição. Lisboa: Coisas de Ler Edições, 2010. ISBN 978-989-8218-47-6. p. 31-41

HILL, M., & HILL, A. – **Investigação por Questionário**. Lisboa: Edições Sílabo, 2005

HEIERIE, Cristina – **Cuidando entre Cuidadores – Intercambio de apoyo en la familia**. Granada: Fundación Índex, 2004. 159 p. ISSN 1132-1296

INE - Envelhecimento Crescente mas espacialmente desigual: Revista de Estudos Demográficos, n.º40. Artigo 2.º, aceso a 15 de Março 2011, p.21-37 Disponível em URL: [http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine\\_estudos&ESTUDOSest\\_boui=56496766&ESTUDOSmodo=2&xlang=pt](http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_estudos&ESTUDOSest_boui=56496766&ESTUDOSmodo=2&xlang=pt)

IMAGINÁRIO, Cristina – **O Idoso dependente no contexto familiar**. Coimbra: Formasau, 2008. ISBN 978-972-8485-94-8

JOSÉ, S. José; WALL, Karin – **Trabalhar e cuidar de um idoso dependente: Problemas e soluções**. Comunicação apresentada no Vº Congresso Português de Sociologia. Universidade de Lisboa, 2002

JOSUÉ, José – Distrito está a envelhecer. Idosos obrigam hospital de Santarém a aumentar número de camas. O Ribatejo. Santarém. n.1321 (Fevereiro 2011) p. 6

KIESS, H.O.; BLOOMQUIST, D.W. – **Psychological research methods: A conceptual approach**. London: Allyn and Bacon. 1985

LAKATOS, E.M., MARCONI, M.A. – **Metodologia científica**. 3 ed. São Paulo: Atlas, 1996

LAGE, Isabel – Cuidados familiares a idosos. In: PAÚL, Constança; FONSECA, António Manuel. Envelhecer em Portugal. Lisboa: Climepsi, 2005. 320 p. ISBN: 972-796-185-1. P.203-229

LOURENÇO, António – Distrito está a envelhecer. Terceira Idade Responsável por metade das despesas da Saúde. O Ribatejo. Santarém. N.1321 (Fevereiro 2011) p. 6

MARQUES, Sónia Catarina Lopes – **Os cuidadores informais de doentes com AVC**. Coimbra: Formasau, 2007. 186 p. ISBN: 972-848-578-6

MARTÍN, Ignacio – O cuidado informal no âmbito social In: PAÚL, Constança; FONSECA, António Manuel. Envelhecer em Portugal. Lisboa: Climepsi, 2005. 320 p. ISBN: 972-796-185-1. P.183-207

MARTINS, Teresa; RIBEIRO, José Luís Pais; GARRETT, Carolina - Estudo de validação do questionário de avaliação da sobrecarga para cuidadores informais. Psicologia, Saúde&Doenças, 4 (1), 2003. P. 131-148. Disponível em URL: <http://www.scielo.oces.mctes.pt/pdf/psd/v4n1/v4n1a09.pdf>

MARTINS, Teresa; RIBEIRO, José Luís Pais; GARRETT, Carolina – Questionário de Avaliação

da Sobrecarga do Cuidador Informal (QASCI) – Reavaliação das Propriedades Psicométricas. Revista Referência, nº11, 2004. ISSN 0874.0283 p.17-31

MONIZ, José Manuel Nunes – **A enfermagem e a pessoa idosa**. Edição/reimpressão. Loures: Lusociência, 2008. 158 p. ISBN 978-972-8383-49-7 p.23-30

PAIS-RIBEIRO, José – A Importância da qualidade de vida para a psicologia da saúde. Alcochete: Textiverso. 2009. Disponível em URL: <http://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/17785/2/57643.pdf>

PAÚL, Constança; FONSECA, António Manuel – **Envelhecer em Portugal**. Lisboa. Climepsi: 2005. 320 p. ISBN: 972-796-185-1

PAIXÃO, Hugo [et al.] – Sobrecarga do Cuidador Informal do Indivíduo Dependente em Contexto Domiciliário: trabalho de final do Curso de Pós- Licenciatura de Especialização em Enfermagem de Reabilitação. Instituto Politécnico de Viseu: Escola Superior de Saúde, 2007. 155 p.

PEDHAZUR, E.J.; SCHMELKIN, L. – **Measurement, design and analysis: An integrated approach**. New Jersey, NJ: Lawrence Earlbaum Associates. 1991

PEREIRA, A.; POUPA, C. – **Como escrever uma tese, monografia ou livro científico usando o word**. Lisboa: Sílabo, 2004

PESTANA, Maria Helena; GAGEIRO, João Nunes - **ANÁLISE DE DADOS PARA CIENCIAS SOCIAIS – a Complementaridade Do Spss**. 3.<sup>a</sup> Edição. Lisboa. Edições Silabo: 2003. 736. ISBN: 9726182972

PIMENTEL, Luísa – **O lugar do idoso na família**. 2.<sup>a</sup> Edição. Coimbra: Quarteto Editora, 2005. 214 p. ISBN: 989-558-051-7

PIMENTEL, Luísa – **Entre o dever e os afectos: os dilemas de cuidar de pessoas idosas em contexto familiar**. Comunicação apresentada no VI congresso português de sociologia. Universidade Nova de Lisboa, Junho de 2008

PÚBLICO – Esperança de vida continuou a aumentar em Portugal em 2007/2009. Público: Sociedade. 28/05/2010 disponível em: [http://www.publico.pt/Sociedade/esperanca-de-vida-continuou-a-aumentar-em-portugal-em-20072009\\_1439460](http://www.publico.pt/Sociedade/esperanca-de-vida-continuou-a-aumentar-em-portugal-em-20072009_1439460)

RICARTE, Luís Filipe Caldeira – **Sobrecarga do cuidador Informal de Idosos Dependentes no Concelho da Ribeira Grande**: Dissertação de Mestrado. Universidade do Porto, 2009. 106 p.

SANTOS, Alzira Teresa – **Acidente Vascular Cerebral: Qualidade de vida e bem-estar dos doentes e familiares cuidadores**: Tese de Doutoramento. Universidade do Porto, 2004

SEQUEIRA, Carlos – **Cuidar de Idosos com dependência Física e Mental**. Lisboa e Porto: Lidel, 2010. 357p. ISBN 978-972-757-717-0

SEQUEIRA, Carlos – **Cuidar de Idosos Dependentes**. Coimbra: Quarteto Editora, 2007 310p. ISBN 978-989-558-092-7

SOUSA, Liliana; FIGUEIREDO, Daniela; CERQUEIRA, Margarida – **Envelhecer em Família**. 2.<sup>a</sup> edição. Porto: AMBAR, 2006. 174 p. ISBN 972-73-11-52-X

SPAR, James E.; LA RUE, Asenath – **Guia prático climepsi de Psiquiatria Geriátrica**. 1.<sup>a</sup> edição. Lisboa: Climepsi Editores. 2005 ISBN 978-972-7961-39-9. P. 19-69

SQUIRE, Anne - **Saúde e bem-estar para pessoas idosas: fundamentos básicos para a prática**. Loures: Lusociência. 2005. 448 p. ISBN 978-972-8383-87-9

STONE, Robyn; CAFfERATA, Gail Lee.; SANGL, Judith – Caregivers of the elderly: a national profile. *The gerontologist*. Vol. 27. n.5 1987 p.616-626

## **APENDICES**

**APENDICE I**  
**INSTRUMENTO DE COLHEITA DE DADOS**



MINISTÉRIO DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E ENSINO SUPERIOR  
**INSTITUTO POLITÉCNICO DE VISEU**  
Escola Superior de Saúde de Viseu

**Unidade Científico Pedagógica:** Enfermagem de Reabilitação

**Investigador Principal:** Professor Doutor Carlos Manuel Sousa Albuquerque

**Investigador Colaborador:** Luis Alexandre Gonçalves Cordeiro

**Curso:** Pós-Licenciatura de Especialização em Enfermagem de Reabilitação

**- SOBRECARGA E DIFICULDADES SENTIDAS PELOS CUIDADORES INFORMAIS  
DE IDOSOS DEPENDENTES -**

**INSTRUMENTO DE COLHEITA DE DADOS**

**ESCLARECIMENTO PRÉVIO**

Caro(a) Senhor(a)/ Cuidador (a) Informal:

Ao realizar este estudo pretendemos avaliar os níveis de sobrecarga apresentados pelos cuidadores informais de idosos dependentes e conhecer as dificuldades sentidas pelos mesmos.

As questões que compõem este instrumento deverão ser respondidas por si com o máximo de sinceridade e verdade, não existem respostas certas ou erradas. O importante é que responda de acordo com a sua opinião.

As suas respostas serão apenas lidas pela equipa que realiza o estudo. Elas não serão utilizadas para outro fim que não o da presente investigação. Neste contexto, não é necessário identificar-se com o seu nome, pois a colheita de dados é absolutamente anónima e confidencial.

A sua participação é muito importante para este estudo, mas, se por qualquer razão, não quiser participar, tem todo o direito de o fazer e agradecemos de igual modo a sua atenção.

Agradecemos com elevada estima, certos da sua inestimável colaboração.

Viseu, Fevereiro de 2011

Pela Equipa de Investigação

## Parte I

### CARACTERIZAÇÃO DO IDOSO DEPENDENTE

**1 Sexo:** 1  Masculino                      2  Feminino                      **2 Idade:** \_\_\_\_\_

**3 Estado civil:** 1  Casado                      2  Solteiro                      3  Viúvo                      4  Divorciado

5  Outro \_\_\_\_\_

#### **4 Escolaridade:**

1  Sem escolaridade                      2  Sabe ler e escrever

3  1º ciclo de ensino básico (4ª classe)                      4  2º ciclo do ensino básico (6º ano)

5  3º ciclo do ensino básico (9º ano)                      6  Ensino secundário (12º ano)

7  Ensino superior                      8  Outro. Qual \_\_\_\_\_

**5 Profissão:** \_\_\_\_\_

**6 Situação patológica causadora da dependência:** \_\_\_\_\_

#### **6.1 Antecedentes pessoais:**

1  HTA                      2  AVC                      3  Tabagismo

4  Alcoolismo                      5  Diabetes Mellitus                      6  Obesidade

7  Traumatismo Craniano                      8  Doença Psiquiátrica

9  Outros. Qual \_\_\_\_\_

**6.2 Há quanto tempo é portador de dependência:** \_\_\_\_\_

#### **7 Situação Social:**

1  Convive com familiares                      2  Convive com amigos

3  Participa em actividades de organizações sociais                      4  Dinamiza actividades sociais

5  Outro. Especifique: \_\_\_\_\_

#### **8 Rendimento Mensal Actual**

1  Até 250 Euros mensais líquidos                      2  De 250 a 500 Euros mensais líquidos                      3  Superior a 500 Euros mensais líquidos

**8.1 O rendimento é suficiente para as suas despesas?**

1  Suficiente2  Insuficiente

**Índice de Barthel - Caracterização da Independência Funcional nas Actividades Básicas de Vida Diária (ABVD) Sequeira (2007)**

No quadro seguinte apresentamos algumas actividades em que o idoso dependente poderá ter alguma dificuldade em realizar. Leia atentamente cada uma das afirmações e indique, colocando o sinal **X** no espaço que melhor corresponder à sua opinião.

| ABVD                                   | DEPENDÊNCIA  | X |
|--|--|---|
| <b>Alimentação</b>                     | Independente (Capaz de usar qualquer instrumento, come num tempo razoável)                               |   |
|  | Necessita de ajuda (Necessita de ajuda para cortar, levar à boca, etc.)                                  |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Vestir</b>                          | Independente (Veste-se, despe-se e ajusta a roupa. Aperta os sapatos, etc.)                              |   |
|  | Necessita de ajuda (Pelo menos em metade das tarefas, mas realiza-as num bom tempo)                      |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Banho</b>                           | Independente (Toma Banho geral no duche ou banheira. Entra e sai do banho sem ajuda de terceiros)        |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Higiene corporal</b>                | Independente (Lava a face, mãos e dentes. Faz a barba)   |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Uso da casa de banho</b>            | Independente (Usa sem ajuda, senta-se, levanta-se e arranja-se sozinho)                                  |   |
|  | Necessita de ajuda (Para manter o equilíbrio, limpar-se e ajustar a roupa)                               |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Controlo intestinal</b>             | Independente (Não apresenta episódios de incontinência. Se necessita de enemas e clisteres fá los)       |   |
|  | Incontinência involuntária ocasional (Incontinência ocasional e necessita de ajuda para                  |   |
|  | Incontinente fecal   |   |
| <b>Controlo vesical</b>                | Independente (Não apresenta episódios de incontinência. Se necessita de sonda ou colector fá-lo sozinho) |   |
|  | Incontinência urinária ocasional (E necessita de ajuda para uso de sonda ou colector)                    |   |
|  | Incontinente ou algaliado  |   |
| <b>Subir escadas</b>                   | Independente (Sobe e desce escadas. Pode usar um instrumento de apoio)                                   |   |
|  | Necessita de ajuda (Necessita de ajuda física ou supervisão para subir/descer escadas)                   |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Transferência da cadeira - cama</b> | Independente (Não necessita de qualquer ajuda. Se usa a cadeira de rodas transfere-se sozinho)           |   |
|  | Necessita de ajuda mínima (Ajuda mínima e supervisão)  |   |
|  | Necessita de grande ajuda (É capaz de se sentar, mas necessita de muita ajuda para a transferência)      |   |
|  | Dependente   |   |
| <b>Deambulação</b>                     | Independente (Caminha pelo menos 50 metros sozinho ou com ajuda de andarilho, canadianas)                |   |
|  | Necessita de ajuda (Caminha 50 metros com ajuda ou supervisão)   |   |
|  | Independente com cadeira de rodas (Anda pelo menos 50 metros)  |   |
|  | Dependente   |   |

**Índice de Lawton - Caracterização da Independência Funcional nas Actividades Instrumentais de Vida Diária (AIVD). (Sequeira, 2007)**

No quadro seguinte apresentamos algumas actividades em que o idoso dependente poderá ter alguma dificuldade em realizar. Leia atentamente cada uma das afirmações e indique, colocando o sinal **X** no espaço que melhor corresponder à sua opinião.

| <b>AIVD</b>                           | <b>DEPENDÊNCIA</b>   | <b>X</b> |
|---------------------------------------|--|----------|
| <b>Cuidar da casa</b>                 | Cuida da casa sem ajuda  |          |
|                                       | Faz tudo excepto o trabalho pesado                                 |          |
|                                       | Só faz tarefas leves   |          |
|                                       | Necessita de ajuda para todas as tarefas                           |          |
|                                       | Incapaz de fazer alguma tarefa                                     |          |
| <b>Lavar a roupa</b>                  | Lava a sua roupa   |          |
|                                       | Só lava pequenas peças   |          |
|                                       | É incapaz de lavar a sua roupa                                     |          |
| <b>Preparar a comida</b>              | Planeia, prepara e serve sem ajuda                                 |          |
|                                       | Prepara se lhe derem os ingredientes                               |          |
|                                       | Prepara pratos pré-cozinhados                                      |          |
|                                       | Incapaz de preparar  |          |
| <b>Ir às compras</b>                  | Faz as compras sem ajuda   |          |
|                                       | Só faz pequenas compras  |          |
|                                       | Faz as compras acompanhado   |          |
|                                       | É incapaz de ir às compras   |          |
| <b>Uso do telefone</b>                | Usa-o sem dificuldade  |          |
|                                       | Só liga para lugares familiares                                    |          |
|                                       | Necessita de ajuda para o usar (atende mas n faz chamadas sozinho) |          |
|                                       | Incapaz de usar o telefone   |          |
| <b>Uso de transporte</b>              | Viaja em transporte público ou conduz                              |          |
|                                       | Só anda de táxi  |          |
|                                       | Necessita de acompanhamento  |          |
|                                       | Incapaz de usar o transporte                                       |          |
| <b>Uso do dinheiro</b>                | Paga as contas, vai ao banco, etc.                                 |          |
|                                       | Só pequenas quantidades de dinheiro                                |          |
|                                       | Incapaz de utilizar o dinheiro                                     |          |
| <b>Responsável pelos medicamentos</b> | Responsável pela sua medicação                                     |          |
|                                       | Necessita que lhe preparem a medicação                             |          |
|                                       | Incapaz de se responsabilizar pela medicação                       |          |

## Parte II

### CARACTERIZAÇÃO DO CUIDADOR

**1 Sexo:** 1  Masculino      2  Feminino      **2 Idade:** \_\_\_\_\_

**3 Estado civil:** 1  Casado      2  Solteiro      3  Viúvo      4  Divorciado

5  Outro \_\_\_\_\_

#### 4 Escolaridade:

1  Sem escolaridade      2  Sabe ler e escrever

3  1º ciclo de ensino básico (4ª classe)      4  2º ciclo do ensino básico (6º ano)

5  3º ciclo do ensino básico (9º ano)      6  Ensino secundário (12º ano)

7  Ensino superior      8  Outro. Qual \_\_\_\_\_

#### 5. Residência

1  Aldeia      2  Vila      3  Cidade

**6 Profissão:** \_\_\_\_\_

#### 6.1 Situação profissional/ocupação:

1  Empregado      2  Desempregado      3  Doméstico

4  Estudante      5  Reformado      6  Outra. Qual? \_\_\_\_\_

#### 6.2 Rendimento Mensal Actual:

1  Até 250 Euros mensais líquidos

2  De 250 a 500 Euros mensais líquidos

3  De 500 a 750 Euros mensais líquidos

4  De 750 a 1000 Euros mensais líquidos

5  De 1000 a 1500 Euros mensais líquidos

6  Mais de 1500 euros mensais líquidos

#### 7 Em geral diria que o seu estado de saúde é:

1  Muito boa

2  Boa

3  Fraca

4  Muito fraca

### Parte III

## CARACTERIZAÇÃO CIRCUNSTANCIAL

### 1 Relação de parentesco com a pessoa dependente:

- 1  Cônjuge      2  Filho/Filha      3  Irmã      4  Nora/Genro  
5  Neta      6  Outro. Qual \_\_\_\_\_

### 2 Existe mais alguém de quem tem de cuidar?

- 1  Sim      2  Não      3 Se respondeu sim, indique quem? \_\_\_\_\_

### 3 Indique a razão pela qual é o principal cuidador informal:

- 1  Por iniciativa própria      2  Por ser a única pessoa que poderia assumir esse papel  
3  Por decisão familiar      4  Por solicitação da pessoa dependente  
5  Outro. Qual \_\_\_\_\_

### 4 Há quanto tempo presta cuidados?

- 1  menos de 6 meses      2  6 meses a 1 ano      3  1 a 2 anos       2 a 4 anos      5  Mais de 4 anos

### 5 Quanto tempo passa junto da pessoa que cuida?

- 1  Contactos pontuais      2  Menos 6 horas      3  6 a 12 horas      4  12 a 18 horas  
5  18 a 24 horas      6  Outro. Qual \_\_\_\_\_

### 6 Tem ajuda de mais alguém para cuidar desta pessoa?

- 1  Sim      2  Não      3 Se respondeu sim, indique quem? \_\_\_\_\_

### 7 Tem apoio da rede dos cuidados continuados ou de alguma instituição?

- 1  Sim      2  Não

### 8 Tem pessoas com quem pode contar, para cuidar da pessoa dependente de si, quando tem que sair por algum tempo?

- 1  Sim      2  Não      3 Se respondeu sim, indique quem? \_\_\_\_\_

**9 Tem pessoas a quem recorrer se necessitar de ajuda financeira?**

- 1  Sim      2  Não

**10 O Idoso dependente mora com quem?**

- 1  Sozinho      2  Com a esposa      3  Com o cuidador Informal  
4  Outro. Qual \_\_\_\_\_

**11 O Idoso dependente mora onde?**

- 1  Habitação própria    2  Habitação do cuidador Informal  
3  Outro. Qual \_\_\_\_\_

**12 Características da habitação onde o idoso dependente mora:**

- 1  Moradia      2  Apartamento

**13 Como se desloca o idoso dependente:**

- 1  Pelo próprio pé  
2  Em cadeira de rodas  
3  Em maca  
4  Outro, qual? \_\_\_\_\_

**14 Transporte utilizado na acessibilidade aos serviços de saúde:**

- 1  Transporte Próprio  
2  Transporte de Familiares/Vizinhos  
3  Transporte Público  
4  Outro, qual? \_\_\_\_\_

**15 Distância do domicílio ao serviço de saúde mais próximo: \_\_\_\_\_ km**

**QUESTIONÁRIO DE AVALIAÇÃO DA SOBRECARGA DO CUIDADOR INFORMAL (QASCI)**

Martins, Ribeiro e Garrett (2003)

No quadro seguinte apresentamos uma lista de situações que outras pessoas, que prestam assistência a pessoas dependentes, consideram importantes ou mais frequentes. Por favor indique, colocando o sinal **X** no espaço que melhor corresponder à sua opinião, a frequência com que as seguintes situações ocorreram consigo.

| <b>Nas últimas 4 semanas</b>  | <b>Não/<br/>Nunca</b> | <b>Rara-<br/>mente</b> | <b>Às<br/>vezes</b> | <b>Quase<br/>sempre</b> | <b>Sempre</b> |
|---|-----------------------|------------------------|---------------------|-------------------------|---------------|
| 1. Sente vontade de fugir da situação em que se encontra?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 2. Considera que, tomar conta do seu familiar, é psicologicamente difícil?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 3. Sente-se cansada(o) e esgotada(o) por estar a cuidar do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 4. Entra em conflito consigo própria(o) por estar a tomar conta do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 5. Pensa que o seu estado de saúde tem piorado por estar a cuidar do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 6. Cuidar do seu familiar tem exigido um grande esforço físico?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 7. Sente que perdeu o controlo da sua vida desde que o seu familiar adoeceu?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 8. Os planos que tinha feito para esta fase da vida têm sido alterados em virtude de estar a tomar conta do seu familiar?         |                       |                        |                     |                         |               |
| 9. Acha que dedica demasiado tempo a cuidar do seu familiar e que o tempo é insuficiente para si?                                 |                       |                        |                     |                         |               |
| 10. Sente que a vida lhe pregou uma partida?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 11. É difícil planear o futuro, dado que as necessidades do seu familiar não se podem prever (são imprevisíveis)?                 |                       |                        |                     |                         |               |
| 12. Tomar conta do seu familiar dá-lhe a sensação de estar presa(o)?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 13. Evita convidar amigos para sua casa, por causa dos problemas do seu familiar?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 14. A sua vida social (p. ex., férias, conviver com familiares e amigos) tem sido prejudicada por estar a cuidar do seu familiar? |                       |                        |                     |                         |               |
| 15. Sente-se só e isolada(o) por estar a cuidar do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 16. Tem sentido dificuldades económicas por estar a tomar conta do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 17. Sente que o seu futuro económico é incerto por estar a cuidar do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 18. Já se sentiu ofendida(o) e zangada(o) com o comportamento do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |

| <b>Nas últimas 4 semanas</b>   | <b>Não/<br/>Nunca</b> | <b>Rara-<br/>mente</b> | <b>Às<br/>vezes</b> | <b>Quase<br/>sempre</b> | <b>Sempre</b> |
|--|-----------------------|------------------------|---------------------|-------------------------|---------------|
| 19. Já se sentiu embarçada(o) com o comportamento do seu familiar?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 20. Sente que o seu familiar a(o) solicita demasiado para situações desnecessárias?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 21. Sente-se manipulada(o) pelo seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 22. Sente que não tem tanta privacidade como gostaria, por estar a cuidar do seu familiar?                                     |                       |                        |                     |                         |               |
| 23. Consegue fazer a maioria das coisas de que necessita apesar do tempo que gasta a tomar conta do seu familiar?              |                       |                        |                     |                         |               |
| 24. Sente-se com capacidade para continuar a tomar conta do seu familiar por muito mais tempo?                                 |                       |                        |                     |                         |               |
| 25. Considera que tem conhecimentos e experiência para cuidar do seu familiar?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 26. A família (que não vive consigo) reconhece o trabalho que tem, em cuidar do seu familiar?                                  |                       |                        |                     |                         |               |
| 27. Sente-se apoiada(o) pelos seus familiares?   |                       |                        |                     |                         |               |
| 28. Sente-se bem por estar a tomar conta do seu familiar?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 29. O seu familiar mostra gratidão pelo que está a fazer por ele?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 30. Fica satisfeita(o), quando o seu familiar mostra agrado por pequenas coisas (como mimos)?                                  |                       |                        |                     |                         |               |
| 31. Sente-se mais próxima(o) do seu familiar por estar a cuidar dele?  |                       |                        |                     |                         |               |
| 32. Cuidar do seu familiar tem vindo a aumentar a sua auto-estima, fazendo-a(o) sentir-se uma pessoa especial, com mais valor? |                       |                        |                     |                         |               |

**Caracterização das dificuldades percebidas pelo prestador de cuidados****ÍNDICE DE AVALIAÇÃO DAS DIFICULDADES DO CUIDADOR (CADI) Sequeira (2007)**

No quadro seguinte apresentamos uma lista de situações que permitem facilitar a identificação do tipo de dificuldades mais frequentes nas situações de prestação de cuidados a pessoas dependentes, bem como a maneira como os prestadores de cuidados percebem e vivenciam essas dificuldades. Por favor assinale a situação, colocando o sinal **X** no espaço que melhor corresponder à sua opinião sobre aquilo que acontece consigo.


|   | Acontece no meu caso e perturba-me muito | Acontece no meu caso e causa-me alguma perturbação | Acontece no meu caso mas não me perturba | Não acontece no meu caso |
|---|--|--|--|--------------------------|
| 1. Não tenho tempo suficiente para mim próprio.   |  |  |  |                          |
| 2. Por vezes sinto-me “de mãos atadas”, sem poder fazer nada para dominar a situação.   |  |  |  |                          |
| 3. Não consigo dedicar tempo suficiente às outras pessoas da família.   |  |  |  |                          |
| 4. Esta situação traz-me problemas de dinheiro.   |  |  |  |                          |
| 5. A pessoa de quem eu cuido chega a pôr-me fora de mim.  |  |  |  |                          |
| 6. A pessoa de quem eu cuido depende de mim para se movimentar.   |  |  |  |                          |
| 7. Parece-me que os técnicos de saúde (médicos, enfermeiros, assistentes sociais, etc.) não fazem bem ideia dos problemas que os prestadores de cuidados enfrentam. |  |  |  |                          |
| 8. Cuidar desta pessoa afasta-me do convívio com outras pessoas e de outras coisas de que gosto.  |  |  |  |                          |
| 9. Chega a transtornar as minhas relações familiares.   |  |  |  |                          |
| 10. Deixa-me muito cansada(o) fisicamente.  |  |  |  |                          |
| 11. Por vezes, a pessoa de quem estou a cuidar exige demasiado de mim.  |  |  |  |                          |
| 12. Deixou de haver o sentimento que havia na minha relação com a pessoa de quem cuido.   |  |  |  |                          |
| 13. A pessoa de quem cuido necessita de muita ajuda nos seus cuidados pessoais.   |  |  |  |                          |
| 14. A pessoa de quem cuido nem sempre ajuda tanto quanto poderia.   |  |  |  |                          |
| 15. Ando a dormir pior por causa desta situação.  |  |  |  |                          |
| 16. As pessoas da família não dão tanta atenção quanto eu gostaria.   |  |  |  |                          |
| 17. Esta situação faz-me sentir irritado.   |  |  |  |                          |
| 18. Não estou com os meus amigos tanto quanto gostaria.   |  |  |  |                          |

|   | Acontece no meu caso e perturba-me muito | Acontece no meu caso e causa-me alguma perturbação | Acontece no meu caso mas não me perturba | Não acontece no meu caso |
|---|--|--|--|--------------------------|
| 19. Esta situação está a transtornar-me os nervos.                                |  |  |  |                          |
| 20. Não consigo ter um tempo de descanso, nem fazer uns dias de férias.           |  |  |  |                          |
| 21. A qualidade da minha vida piorou.   |  |  |  |                          |
| 22. A pessoa de quem cuido nem sempre dá valor ao que eu faço.                    |  |  |  |                          |
| 23. A minha saúde ficou abalada.  |  |  |  |                          |
| 24. A pessoa de quem cuido sofre de incontinência (não controla as necessidades). |  |  |  |                          |
| 25. O comportamento da pessoa de quem cuido causa problema.                       |  |  |  |                          |
| 26. Cuidar desta pessoa não me dá qualquer satisfação.                            |  |  |  |                          |
| 27. Não recebo apoio suficiente dos serviços de saúde e dos serviços sociais.     |  |  |  |                          |
| 28. Alguns familiares não ajudam tanto quanto poderiam.                           |  |  |  |                          |
| 29. Não consigo sossegar por estar preocupado com os cuidados a prestar.          |  |  |  |                          |
| 30. Esta situação faz-me sentir culpado.  |  |  |  |                          |


O preenchimento do questionário chegou ao fim.

Muito obrigado pela sua preciosa colaboração.

**APENDICE II**  
**AUTORIZAÇÃO PARA COLHEITA DE DADOS**



Rua D. João Crisóstomo Gomes de Almeida, nº102  
3500-843 VISEU  
Telf. 232 419 100  
Telem. 961 011 800  
Fax 232 428 343



Ministério da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior  
Instituto Politécnico de Viseu

**ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DE VISEU**

*A Exmo Direcção de Enfermagem - 11/02/08*

*11/02/08*

**Autorizada a realização do estudo.**

A Enfermeira Directora  
*Ilda Veiga*  
11.02.2011

Exmo. Senhor,  
Presidente do Conselho de Administração do Hospital Distrital de Santarém, EPE  
Av. Bernardo Santarém, Apartado 115  
2000-153 Santarém

| VOSSA REFERÊNCIA |       | NOSSA REFERÊNCIA      |                         |
|------------------|-------|-----------------------|-------------------------|
| Ofício nº:       | Data: | Ofício nº: <b>109</b> | Data: <b>03/02/2011</b> |
| Processo:        |       | Processo: <b>70</b>   |                         |

**Assunto: Pedido de Autorização para efectuar Colheita de Dados**

No âmbito da unidade curricular de Trabalho de Pesquisa Científica em Enfermagem de Reabilitação, está a Escola Superior de Saúde de Viseu e os discentes do III Curso de Pós-Licenciatura de Especialização em Enfermagem de Reabilitação, a desenvolver um estudo subordinado ao tema "*Sobrecarga do Cuidador Informal de Idosos Dependentes*", com o objectivo de conhecer os níveis de sobrecarga apresentados por estes cuidadores, bem como analisar a influência de alguns determinantes sócio-demográficos e clínicos.

Neste contexto, vimos solicitar a V. Ex.ª que se digne autorizar a realização da colheita de dados/informação, no período de 15 Fevereiro a 15 de Março de 2011, nos diferentes serviços de Medicina da V. Instituição, onde possamos inquirir os familiares/cuidadores informais dos utentes idosos dependentes aí internados.

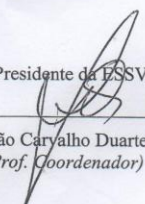
Em anexo, enviamos um exemplar do Instrumento de Colheita de Dados.

Os resultados obtidos com este estudo serão colocados à disposição de V. Ex.ª, caso se coadunem com os interesses da Instituição a que preside. Mais informamos que o Professor Doutor Carlos Albuquerque é o responsável pela orientação da investigação, estando disponível para prestar eventuais informações adicionais, através do telefone da Escola 232419100 ou fax 232428343.

Agradecemos uma resposta o mais brevemente possível por forma a cumprir os prazos académicos do estudante.

Sem mais assunto de momento e muito gratos pela disponibilidade e atenção, apresentamos os melhores cumprimentos.

O Presidente da ESSV,



João Carylho Duarte  
(Prof. Coordenador)

.../LA

---

Site: <http://www.esenfiseu.pt> • E-mail Geral: [esenfiseu@mail.telepac.pt](mailto:esenfiseu@mail.telepac.pt) • E-mail Secretaria: [secretaria@esenfiseu.pt](mailto:secretaria@esenfiseu.pt)