

Papel do cuidador à distância de pessoas com doenças crônicas: *scoping review*

El rol del cuidador a distancia de personas con enfermedad crónica: *scoping review*

The role of the distance caregiver of people with chronic disease: *scoping review*

Lorena Chaparro-Díaz¹

Jennifer Rojas-Reyes²

Sonia Carreño-Moreno³

Resumo

Introdução: Tem se explorado pouco sobre o papel do cuidador à distância ou cuidador secundário das pessoas com doenças crônicas, por isso, faz-se necessário conhecer o avanço da evidência científica sob este tipo de cuidadores, com o intuito de determinar os aportes e os vazios presentes na literatura. **Materiais e Métodos:** Revisão descritiva tipo Scoping review, realizou-se a busca nas seguintes bases de dados: Embase, Science direct, Pubmed, Medline, Academic search complete e Scopus, limitando o tempo entre 2005 – 2020. Usaram-se os descritores: DeCS e MeSH “Long distance caregiver, distance caregiver, secondary caregiver” e “chronic disease”. Além disso, selecionaram-se 20 artigos originais, uma vez realizado o processo de crítica com CASPe. **Resultados:** Surgiram 4 núcleos temáticos: experiências e percepções do cuidador à distância por meio de tecnologias da informação e a comunicação e estratégias de afrontamento do cuidador à distância. **Conclusão:** é um fenômeno pouco explorado, pelo que são amplos os vazios existentes, começando pelo auto reconhecimento no desempenho do seu papel até as intervenções específicas que o favorecem.

Palavras-chave: cuidadores, desempenho de papéis, doença crônica, revisão.

Autor de correspondência*

^{1*} Enfermera, PhD en Enfermería. Profesora Asociada Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia. Correo: olchapparod@unal.edu.co

² Enfermera, Magíster en Enfermería, PhD (C) en Enfermería. Profesora de cátedra Facultad de Enfermería - Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia. Correo: jennifer.rojasr@udea.edu.co

³ Enfermera, Magíster en Enfermería, PhD en Enfermería. Profesora Asistente Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia. Correo: spcarrenom@unal.edu.co

Recebido: 25 junho 2020

Aprovado: 20 novembro 2020

Para citar este artigo:

Chaparro-Díaz L, Rojas-Reyes J, Carreño-Moreno S. Papel do cuidador à distância de pessoas com doenças crônicas: *scoping review*. Rev. cienc. cuidad. 2021;18(1):81-93. <https://doi.org/10.22463/17949831.2447>

© Esta obra está bajo licencia internacional CC-BY-NC-ND



Resumen

Introducción: Se ha explorado poco sobre el rol del cuidador a distancia o cuidador secundario de las personas con enfermedad crónica, por ello se hace necesario conocer el avance de la evidencia científica sobre este tipo de cuidadores, con el fin de determinar los aportes y los vacíos presentes en la literatura. **Metodología:** Revisión descriptiva tipo scoping review, en la que se realizó una búsqueda en las siguientes bases de datos: de Embase, Science direct, Pubmed, Medline, Academic search complete y Scopus, limitando el tiempo entre 2005 – 2020. Se utilizaron los términos: DeCS y MeSH de Long distance caregiver, distance caregiver, secondary caregiver y chronic disease. Además, se seleccionaron 20 artículos originales, una vez realizado el proceso de crítica con CASPe. Resultados. Emergieron 4 núcleos temáticos: experiencias y percepciones del cuidador a distancia, características del rol del cuidador a distancia, soporte social del cuidador a distancia por medio de Tecnologías de la información y la comunicación TICs y estrategias de afrontamiento del cuidador a distancia. **Conclusión:** es un fenómeno poco explorado, por lo que son amplios los vacíos que existen, empezando por su autoreconocimiento en el desempeño de su rol hasta las intervenciones específicas que lo favorezcan.

Palabras claves: cuidadores, desempeño del papel, enfermedad crónica, revisión.

Abstract

Introduction: Little has been explored about the role of remote caregiver or secondary caregiver of people with chronic disease, so it is relevant to know the progress of scientific evidence on remote or secondary family caregivers, in order to determine the contributions and knowledge gaps present in the literature. **Methodology:** Descriptive review type scoping review, in which a search was performed in databases of Embase, Science direct, Pubmed, Medline, Academic search complete and Scopus, limiting between 2005 - 2020 using the terms DeCS and MeSH of Long-distance caregiver, distance caregiver, secondary caregiver and chronic disease, selected 20 original articles after completing the review process with CASPe. Results: 4 thematic nuclei emerged that were Experiences and perceptions of the remote caregiver, Characteristics of the role of the remote caregiver, Social support of the remote caregiver through information and communication technologies, ICTs and coping strategies of the remote caregiver. **Conclusion:** this is a phenomenon little explored, so the gaps that exist are wide, starting with their self-recognition in the role performance up to the specific interventions that favor their performance.

Key words: Caregivers, role playing, chronic disease, review.

Introdução

As estatísticas consolidadas pela Organização Mundial da Saúde OMS para o ano 2016 (1) evidenciaram que de 56,4 milhões de mortes registradas, mais de 54% estavam relacionadas com doenças crônicas não transmissíveis DCNT. Na Colômbia, existe a alta prevalência de doenças crônicas relacionadas com eventos cardíaco cérebro vasculares (30%), câncer (20%), doenças respiratórias (6%) e metabólicas como a diabetes (3%)

(3). Devido aos altos índices de morbidade, podem estar associados com algum grau de incapacidade (2), a maioria das pessoas com DCNT requerem de um cuidador familiar (3-5). O cuidador familiar geralmente tem vínculo de parentesco ou proximidade com a pessoa com a DCNT, assumindo a responsabilidade do cuidado dentro de casa, transformando a sua vida e rotina, como consequência da transição de papeis, situação que frequentemente associa-se a percepção de sobrecarga e instabilidade emocional (6-8).

As dinâmicas familiares têm gerado a delegação do cuidado do doente com DCNT a uma pessoa só, entretanto essa pessoa não é a única responsável pelo bem-estar do doente, também são envolvidos outros membros, neste caso, nomeados cuidadores à distância ou secundários (9-11). O papel do cuidador à distância é pouco reconhecido e delimitado, não se conhecem as suas responsabilidades específicas no cuidado e depende do que possa contribuir com os recursos que possui. Entretanto, esse cuidador tem o papel fundamental no apoio tanto do cuidador principal como do seu parente doente.

Diversas pesquisas sobre os cuidadores de pessoas com doenças crônicas têm se centrado no cuidador primário, sendo o foco do atendimento destacando o seu papel. Porém, pouco se conhece sobre os nomeados cuidadores à distância, fundamentais no suporte social e de apoio pro cuidador principal, limitando o seu papel ao apoio emocional ou financeiro (12,13). Na literatura existe uma ampla variedade de definições de cuidador à distância, observando-se que depende do contexto onde se desenvolve dita conceptualização. Assim, a percepção comum de cuidador à distância é de ser alguém que mora longe e ocasionalmente se comunica com os membros da família para saber deles (14,15).

Perante o descrito, a evidência contradiz essa definição, onde a distância não se limita ao distanciamento geográfico desses cuidadores, também depende do papel que desenvolvem no cuidado da pessoa com DCNT. Esse cuidador geralmente é um familiar que acompanha alguns processos de cuidado ao cuidador primário, relevando-o quando necessário, tendo a função de suporte social mais que de cuidado do seu parente doente (12,16). Embora que no contexto norte-americano e mesmo no europeu, a sua definição dependa da percepção de distância que o separa do seu familiar, no caso latino-americano é considerado desde a perspectiva dos papeis e do tempo dedicado ao cuidado; neste entorno, o cuidador à distância tem funções diferentes relacionadas ao principal, dedicando menor tempo ao cuidado do seu familiar doente (11,17).

Além disso, outra dificuldade associada à definição desse tipo de cuidadores está relacionada com a limitada auto identificação com esse papel sendo reconhe-

cidos só como outros familiares (14,18). No geral, os cuidadores à distância têm maiores níveis de ensino e melhores ingressos que os principais (19,20), razão que fundamenta o seu papel no apoio emocional e financeiro tanto da pessoa com DCNT como do seu cuidador. Entretanto, é preciso incrementar a informação relacionada com as características, percepções e necessidades das pessoas que desenvolvem esse papel (21).

Após descrever a importância do cuidador à distância, é relevante estabelecer o estado atual do conhecimento nessa área. Para tal fim, o propósito desta pesquisa é descrever os avanços da evidência científica sobre os cuidadores familiares à distância ou secundários, as contribuições, os vazios do conhecimento presentes na literatura.

Metodología

Foi desenvolvida uma revisão descritiva tipo scoping review (22) pretendendo responder aos interrogantes: Qual é o estado atual do conhecimento científico sobre os cuidadores à distância ou secundários nas ciências da saúde?; Quais são os aspectos mais relevantes e os menos reconhecidos de estes cuidadores?; Quais são os vazios em pesquisa relacionados com essa temática?. A busca foi desenvolvida navegando nas bases de dados: Embase, Science direct, Pubmed, Medline, Academic search complete e Scopus, em inglês, espanhol e português. A pesquisa limitou os resultados às publicações entre 2005-2020. Também foram utilizados os descritores DeCS e MeSH “Long distance caregiver, distance caregiver, secondary caregiver” e “chronic disease”. Além disso, foram articulados em equações de pesquisa utilizando os operadores AND e OR.

Consideraram-se como critérios de seleção os artigos originais ou derivados de pesquisa em texto completo incluindo informação específica do cuidador à distância ou secundário. Excluíram-se os artigos de reflexão e de revisão ao não contribuírem com evidência científica sobre o tema. A estratégia de busca e seleção de artigos descreve-se na Figura 1.

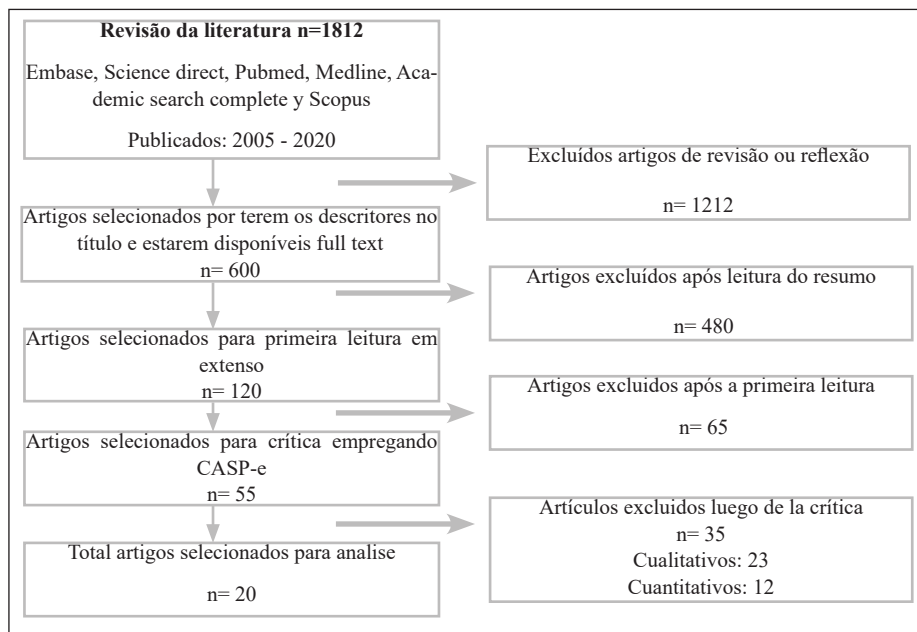


Figura 1. Algoritmo da estratégia de pesquisa e seleção de artigos

Fonte: Elaboração pelas autoras

Para a análise da informação os artigos foram compilados no programa Microsoft Excel®, onde foi criada uma matriz na que foi feita a crítica e análise dos mesmos. Para realizar a crítica e estabelecer a qualidade do artigo, aplicou-se o instrumento CASP-e (23) e foram definidas as variáveis a serem consideradas dentro da matriz: tipo de pesquisa, metodologia, resultados principais e conclusões. Seguidamente foi desenvolvido o procedimento descrito por Peters e cols. (22) incluindo: pergunta, objetivo, critérios de inclusão, participantes, conceito principal, contexto, busca e seleção de artigos, extração e classificação dos resultados e discussão.

Análisis

Em resposta à etapa de extração e classificação dos resultados a partir da metodologia formulada, organizou-se a informação dos 20 artigos segundo as suas características comuns,

assignando um nome a cada grupo de artigos que pelo seu conteúdo estavam relacionados. Consideraram-se critérios como afinidade temática e/ou metodológica, dando lugar a 4 grupos: 1) experiências e percepções do cuidador à distância; 2) características do papel do cuidador à distância; 3) suporte social do cuidador à distância empregando-se tecnologias da informação e comunicação e; 4) estratégias de afrontamento do cuidador à distância.

Na distribuição metodológica dos artigos, após a integração dos quatro grupos temáticos, a Tabela 1 demonstra que a abordagem metodológica dos artigos foram predominantemente produto de estudos qualitativos (55%). O conceito de suporte social do cuidador à distância com uso de tecnologias de informação e comunicação foi o que teve maior diversidade metodológica na sua abordagem. Pela predominância de estudos qualitativos e quantitativos não experimentais, o alcance investigativo do fenômeno é de tipo descritivo (24).

Tabla 1. Distribuição dos 20 artigos analisados segundo a metodologia descrita e o conceito principal de interesse

Temáticas	Abordagem metodológica			Total n (%)
	Qualitativos n (%)	Quantitativos		
		Não experimen- tal n (%)	Experimental n (%)	
Experiências e percepções do cuidador à distância	4 (20)	---	---	4 (20)
Características do papel do cuidador à distância	1 (5)	3 (15)	---	4 (20)
Suporte social do cuidador à distancia usando tecnologias da informação e comunicação	3 (15)	1 (5)	2 (10)	6 (30)
Estratégias de afrontamento do cuidador à distância	3 (15)	3 (15)	---	6 (30)
Total	11 (55)	7 (35)	2 (10)	20 (100)

Fuente: Datos da revisão 2005 – 2020

Respeito à localização geográfica da produção bibliográfica, os artigos foram desenvolvidos maioritariamente na Norte América (70%), especificamente nos

Estados Unidos. Foram identificados artigos da América Latina, Europa e um da Ásia, como pode se ver na Tabela 2.

Tabla 2. Artigos segundo a sua localização geográfica

Continente	Localização	Número de artigos (%)
América del Norte	Estados Unidos	14 (70)
América Latina	Brasil e México	2 (10)
Europa	Áustria, Espanha e Portugal.	3 (15)
Ásia	China	1 (5)

Fuente: Datos da revisão 2005 – 2020.

Seguidamente será apresentada a discussão dos achados relevantes dos conceitos centrais produto da revisão.

Experiências e percepções do cuidador à distância

Esta temática surgiu a partir de pesquisas que abordaram a experiência de ser cuidador à distância, onde manifestam as suas dificuldades, as suas preocupações e o que significa se reconhecer e assumir nesse papel. Um dos estudos descreveu a experiência de ser cuidador à distância de pessoas idosas, evidenciando que um dos maiores problemas é estar ausente em diversas situações, e a informação à que têm acesso do seu familiar doente pode ou não coincidir com a realidade, distorcendo o relacionamento com o cuidador primário ou diretamente com o seu familiar. Além disso, esses cuidadores expressam que prestar atenção aos seus familiares idosos de maneira constante, é mais esgotador fisicamente que o acompanhamento ocasional ou à

distância; entretanto, ao estarem longe ocasiona maior estresse psicológico pelo pouco controle sobre as situações (25).

Nesse sentido, outra pesquisa semelhante indagou sobre as relações entre irmãos respeito do cuidado dos pais, quando um deles é o cuidador principal e os outros os cuidadores à distância ou secundários. Observou-se que poucas vezes tinham um plano esclarecido ou uma divisão de responsabilidades nos cuidados dos seus pais, entretanto, no momento dos pais adoecerem ou quando precisavam de maior atendimento da sua saúde, os irmãos conseguiam coordenar tarefas para prestar os cuidados. Nesse caso, descrevem que o cuidador principal se encarga das tarefas diárias como transporte, limpeza e manutenção do lar, enquanto que os irmãos que atuam como cuidadores à distância, fornecem companhia e apoio emocional aos pais de forma presencial ou virtual (26).

O mesmo estudo apresentou dados de diferenças relacionadas com o relacionamento entre os irmãos (26), onde algumas vezes os cuidadores à distância elogiaram as contribuições dos seus irmãos e expressavam gratidão pelo tempo e dedicação ao cuidado dos seus pais; entretanto, outras vezes, o cuidado dos pais foi razão de conflito entre irmãos, onde o cuidador principal considerava que os irmãos cuidadores à distância não providenciavam tempo suficiente para os seus pais. Isto é respaldado por estudos de dinâmica familiar que centram-se no cuidado dos pais, sendo comum que os irmãos não façam planejamento de quem deles assumira o papel de cuidador principal e que papéis de apoio serão assumidos pelos demais membros da família, caindo facilmente em suposições como que o irmão que permanece em casa será o cuidador principal, ou que o irmão será responsável pelas finanças enquanto a irmã estará encarregada de satisfazer as necessidades emocionais e físicas dos pais (27,28).

Por outro lado, os resultados de um estudo sobre a experiência de ser cuidador à distância de pais com a doença de Alzheimer, demonstrou que os participantes passaram muito tempo administrando e coordenando o cuidado do seu familiar, impactando a sua vida profissional e pessoal, incluindo o desenvolvimento do relacionamento com outros familiares, a maioria das vezes os seus irmãos. Segundo os participantes, a experiência de cuidar e equilibrar os requerimentos de cuidado com as outras demandas da sua vida, permitiu-lhes ter maior crescimento pessoal, além de encontrarem estratégias para manterem o contato com os seus pais (29). Nesta ocasião o termo cuidador à distância faz referência aos cuidadores que vivem longe da pessoa cuidada, situação que é muito comum em contextos como o estadunidense, onde as pessoas com algum tipo de demência estão numa instituição especializada e os familiares moram em lugares afastados.

Em relação com o apoio que esses cuidadores recebem de profissionais da saúde, os resultados duma pesquisa reconheceram que os cuidadores à distância de pessoas com câncer, têm altos níveis de ansiedade e angústia, especialmente pela incerteza e pouca informação a que tem acesso sobre a trajetória da doença no seu familiar. A falta de inclusão desses cuidadores e a sua invisibilidade na atenção do doente, interferem na toma de decisões sob o tratamento quando se apresentam complicações da doença; sendo constante a ausência de intervenções no grupo familiar, dado que são feitas geralmente ao cuidador principal e a pessoa com câncer (30). Os autores

concluem que perante essas experiências, faz-se necessário intervenções de enfermagem que procurem aliviar o sofrimento e a angústia experimentada pelos cuidadores à distância, consequência da sensação de desligado do processo de tratamento do seu familiar, proporcionando-lhes recursos educativos e conectando-os com websites apropriados para fornecer apoio instrumental e emocional (30).

Os cuidadores secundários experimentam sentimentos de ansiedade e incerteza, especialmente pela falta de conhecimento de primeira mão do que acontece com o cuidado do seu familiar, somado à dinâmicas familiares que o levam a gerar desconforto no cuidador principal com as suas preocupações, levando-o a apoiar-lo emocional e financeiramente como forma de respaldo ao tempo invertido com cuidado do seu familiar. Dito isso, faz-se necessário reconhecer a experiência nas dinâmicas de cuidado dos cuidadores primários e secundários das pessoas com DCNT, além de tentar compreender a forma como é desenvolvido o cuidado e as relações entre os cuidadores, com o propósito de identificar as características de cada papel e o processo em que se desenvolve.

Características do cuidador à distância

Os estudos que forneceram informação das características do papel do cuidador à distância ou secundário, consideraram o contexto no que eram prestados esses cuidados, fosse por encontrar-se longe da pessoa ou por providenciar pouco tempo para o cuidado do seu familiar doente. Um estudo descreveu que cuidadores secundários ganeses residentes nos Estados Unidos com seus pais idosos morando na Gana, tinham a responsabilidade e obrigação moral de fornecer atenção aos seus pais idosos, porque a vida deles dependia emocional e financeiramente dos seus filhos que moram nos Estados Unidos, sendo que as manifestações tangíveis dos seus cuidados se caracterizavam por interações filiais de reciprocidade, obrigação conjunta, solidariedade e respeito (31).

Por outro lado, diversos estudos fazem referência ao papel do cuidador secundário, onde o tempo providenciado ao cuidado e as responsabilidades são menores quando comparadas com as do cuidador principal. Uma pesquisa sobre características dos cuidadores de pessoas com demência encontrou que 60% desses cuidadores são mulheres, maioritariamente com estudos universitários e casadas, sendo que o seu principal

papel como cuidadores secundários era providenciar o seu tempo de ócio à pessoa doente (82,3%), seguido de outras tarefas mais complexas, como gestão de assistência médica para o seu familiar (27,4%) (32). Esse estudo conseguiu evidenciar parte do perfil desse cuidador, entretanto, por ser realizado na Espanha, precisa ser avaliada a sua reprodutibilidade na América Latina.

Dando resposta ao anterior, no Brasil foi estudada a sobrecarga do cuidador de pessoas com Alzheimer, encontrando-se que em comparação com o perfil amplamente descrito do cuidador principal (33,34), o cuidador secundário, geralmente é filha, nora ou neta do doente, prevalecendo o sexo feminino do cuidador. Relacionado com a percepção de sobrecarga, é significativamente maior nos cuidadores primários quando comparado com os cuidadores à distância, devido a que os primeiros assumem totalmente a responsabilidade dos cuidados, enquanto os segundos, limitam-se às atividades complementares e fornecer recursos financeiros, embora a preocupação pelo o seu familiar doente foi a dimensão que mais influiu na sobrecarga subjetiva em ambos tipos de cuidadores (35). Reconhecer essas diferenças é fundamental para o desenvolvimento de intervenções orientadas e específicas para cada grupo de cuidadores de pessoas com DCNT.

Esses resultados relacionam-se com os resultados de outra pesquisa em que foi estabelecido o perfil do cuidador e o apoio familiar de cuidadores, onde o 76,7% dos cuidadores primários consideravam ao cuidador secundário como o seu principal apoio familiar, especialmente quando há sobrecarga do cuidado, sendo necessária a intervenção de redes de apoio familiar. Assim, o cuidador secundário deve atuar como intermediário dessa situação (36). Em conclusão o papel do cuidador à distância tem como propósito fornecer suporte emocional aos cuidadores primários e aos familiares doentes, evidenciando-se vazios na caracterização específica desses cuidadores, enfocando-se na identificação e reconhecimento dos fatores que apoiam o desenvolvimento do seu papel.

Estratégias de enfrentamento do cuidador à distância

Foram encontradas diversas pesquisas descrevendo sensações e sentimentos que gera o cuidado da pessoa doente consequência do desenvolvimento do papel como cuidador secundário, assim como as estratégias que são usadas para dar uma resposta adequada a essas necessidades e percepções. Uma pesquisa realizada em

14 cuidadores à distância encontrou que o fator mais estressante estava relacionado com a comunicação e o controle, incrementando a incerteza sobre a doença do seu familiar, aspecto que reduzia consideravelmente ao terem informação ou contato regular e permanente com a pessoa doente através de meios tecnológicos, considerando-se as suas necessidades psicossociais específicas secundárias ao distanciamento geográfico do seu familiar (37).

Outro estudo explorou as relações e conflitos entre cuidadores primários e cuidadores à distância. Os autores encontraram associações significativas entre as percepções de saúde que tem o cuidador à distância sobre o seu familiar e a frequência dos conflitos, prevalecendo evitar como estratégia de enfrentamento. Esses resultados sugerem que a distância pode contribuir a maiores conflitos entre os cuidadores, pela redução de oportunidades para participar em interações positivas que sobreponham os comportamentos negativos entre eles. A postura desses cuidadores pode levar a tratamento mais hostil, comparado com outros membros da família que não desempenham o papel de cuidadores (38). Neste ponto, evidencia-se a necessidade de formular pesquisas que desenvolvam intervenções eficazes que fomentem estratégias de enfrentamento mais assertivas nos cuidadores.

Relacionado com esse propósito, um estudo sobre a qualidade da informação prestada pelo cuidador à distância sobre o seu familiar, assim como a incerteza sobre a doença e a qualidade de atenção percebida por eles, encontrou relações entre a incerteza, a qualidade da informação e as limitações percebidas, sugerindo que quando os cuidadores à distância acedem a informação segura, precisa e confiável sobre o estado de saúde do seu familiar, apresentam menores problemas de comunicação, experimentando menos incerteza, consequência da sensação de controle sobre o cuidado do seu familiar (39).

Os resultados da presente pesquisa evidenciam que para o enfrentamento da incerteza se requer de informação e conhecimentos, tanto da saúde como dos cuidados que devem ser prestados à pessoa com DCNT, considerando os postulados de Mishel (40) em sua teoria.

Um estudo sobre cuidadores à distância que prestavam atenção aos seus pais idosos de forma transnacional, descreveu a presença de fatores estressantes, associados à privação do relacionamento consequência do afastamento e os sentimentos de perda do controle sobre o processo de cuidado, o que gera culpabilidade, preocu-

pação excessiva e angustia pelo imprevisível e incerto das circunstâncias. Nesses cuidadores primou a ambiguidade pela informação obtida de terceiros ou parentes que prestavam atendimento direto aos seus pais, dando lugar a dúvida respeito à veracidade e precisão da informação. Entretanto, as tecnologias da comunicação e a proximidade emocional obtida através de contato permanente com os seus pais, contribuíram a reduzir o estresse. Os fatores estressantes secundários, como tensões derivadas de conflitos familiares, de trabalho ou financeiras, não parecem contribuir sobre a percepção de carga do cuidador (41).

Na mesma linha de pesquisa, foram exploradas as experiências de afrontamento de estudantes universitários que exerciam o papel de cuidadores à distância de um familiar com câncer. Os participantes referiram que a principal estratégia era a conciliação entre estar na escola ou em casa, combatendo a dualidade de sentimentos entre expressar ou ocultar emoções como a angustia de não terem informação de primeira mão, entre querer estar perto para cuidar eles mesmos o seu familiar ou evitar essa responsabilidade para dar maior atenção e prioridade aos seus estudos (42). Esse é um estudo inovador pela população estudada, poucas ocasiões consideram-se cuidadores as pessoas jovens que estão longe fazendo a sua faculdade, especialmente em Estados Unidos e Europa.

Finalmente, um estudo comparativo sobre os mecanismos de afrontamento entre os cuidadores primários e secundários de pessoas idosas dependentes, encontrou que as estratégias cognitivo-emocionais (crenças pessoais ou religiosas), são menos eficientes para os cuidadores secundários, sendo o planejamento e a antecipação mais úteis e eficazes para os cuidadores à distância quando comparados com os cuidadores primários. Em nenhum deles, o manejo do estresse foi eficiente, principalmente o relacionado com o atendimento; entretanto, ambos cuidadores identificaram benefícios em tomar-se um tempo livre ou terem outros interesses além do papel de cuidador (43). Estes achados podem orientar o desenvolvimento de futuras pesquisas com o propósito de desenvolver estratégias de afrontamento eficazes para os cuidadores, priorizando as necessidades particulares e as diferenças próprias entre os cuidadores primários e secundários.

Suporte social do cuidador à distancia empregando tecnologias da comunicação e informação.

Esse tema apresenta-se desde dois perspectivas: a primeira, relaciona-se com ver o cuidador à distância como parte do suporte social para a família e a pessoa com DCNT; a segunda, tem a ver com a necessidade desses cuidadores poderem contar com suporte social para desenvolver o seu papel, sendo o uso das tecnologias da comunicação e a informação a estratégia maioritariamente usada (44). Em primeira instância, na China foi desenvolvido um estudo que mostrou que mais do 70% dos cuidadores primários, contavam com cuidadores secundários que forneciam apoio emocional. Esse apoio, associou-se positivamente com a angustia psicológica dos cuidadores primários, ou seja, quando o cuidador principal se sentiu respaldado, escutado, compreendido e acompanhado pelo cuidador à distância, sentia menos angustia no desenvolvimento do seu papel de cuidador (45).

Desde o segundo ponto de vista, em relação com a necessidade de suporte do cuidador à distância, um estudo avaliou os requerimentos desses cuidadores e como as soluções tecnológicas ajudaram-lhes a perceber a carga do cuidado com menores problemas. Nas entrevistas, os participantes descreveram as necessidades de fazerem chamadas de vídeo ao seu familiar para observar: o seu estado geral, o acesso à informação sobre o sono e a atividade física, troca de fotos, a disposição de recursos de saúde em linha, o monitoramento em tempo real e o resumo geral da saúde do seu familiar. Esses achados permitiram concluir que o desenvolvimento de uma página web, desenhada para a promoção da participação dos membros da família à distancia que se ocupam do cuidado de pessoas idosas, serve, tendo em consideração as tendências tecnológicas, como parte da solução da comunicação nesta população (46).

No mesmo sentido, um estudo sobre a implementação de grupos de apoio on line com o propósito de promover à saúde dos cuidadores secundários, liderado pelo pessoal de enfermagem, revelou que esses cuidadores utilizam pouco essa estratégia, devido às limitações de tempo e a falta de informação sobre esse recurso. Somado a isso, justificativas como baixa auto percepção dos cuidadores à distância sobre o seu papel, pouco sentido de pertença ao grupo de cuidadores, não se sentirem atraídos pelas diferentes medidas de apoio, assim como indiferença ao impacto potencial que têm os serviços complementários de apoio virtual. Conclui-se que é necessário reavaliar a idoneidade e o futuro dos grupos de apoio on line no contexto do cuidado à distância (47).

Outro estudo implementou as ligações de vídeo num lar para idosos com o propósito que os cuidadores à distância pudessem ter maior contato com o seu familiar internado. Pediu-se aos participantes que fizessem a ligação por vídeo pelo menos uma vez por semana durante três meses e o seu impacto avaliou-se de maneira qualitativa. Os resultados orientaram-se às dimensões afetivas e cognitivas da conversação, na que os cuidadores perceberam o benefício ao poder observar as expressões faciais dos seus familiares e comprovar o seu estado emocional e a sinceridade do interlocutor. Igualmente, foram úteis as conversações já que continham informações objetivas como a descrição de sintomas e lesões, comprovando-se que é factível que o uso de tecnologias de comunicação favoreça a inclusão dos cuidadores à distância no processo de toma de decisão e facilitar o trabalho do equipo de profissionais nesses centros assistenciais (48).

Numa pesquisa semelhante, desenharam-se e implementaram-se diversas inovações tecnológicas para o melhoramento da comunicação entre o idosos e o seu cuidador à distância. Providenciaram-se tecnologias de assistência virtual para ligá-los, fornecendo apoio que lhes permitisse superar os empecilhos físicos, sociais, cognitivos e/ou sensoriais do seu familiar. Essa proposta foi desenvolvida porque muitos cuidadores se encontram afastados do seu familiar por razões financeiras, laborais ou pessoais. Concluiu-se que há necessidade de investigar sobre a compreensão do processo de cuidado à distância, considerando-se as implicações fisiológicas, sociais, contextuais e geográficas, que também não têm sido exploradas corretamente (49).

Por outro lado, a associação de Alzheimer de Los Angeles nos Estados Unidos, desenvolveu o programa de cuidadores à distância com 90 participantes. O programa forneceu material escrito, uma página web e um número telefônico de ajuda, gerando alta satisfação nos cuidadores usuários desses serviços. A maioria dos cuidadores à distância tinham menos probabilidades de se considerar a si mesmos como cuidadores, considerando que os cuidadores primários prestam atenção significativamente maior em relação com os cuidadores à distância, nesse quesito se fundamenta a dificuldade na identificação do seu papel. Esses cuidadores deram valor as contribuições do programa, entretanto, manifestaram que precisam de maior apoio no manejo dos desacordos do grupo familiar relacionada com o atendimento do seu familiar doente (50).

A literatura analisada coloca em evidência o escasso desenvolvimento de pesquisa abordando as características definidoras e as necessidades do cuidador à distância. Observa-se que nas pesquisas esse grupo de cuidadores é mascarado nas percepções e experiências dos cuidadores primários, negando a sua existência e colocando em dúvida o seu papel no cuidado da pessoa com DCNT, entretanto, alguns estudos demonstraram que esses cuidadores foram reconhecidos como ator no suporte social ao cuidador primário, embora ainda se dificulte a identificação do seu papel no cuidado.

A literatura não tipifica o cuidador à distância por encontrar-se afastado da pessoa que cuida, sobretudo no contexto da América Latina e especialmente na Colômbia, onde prevalecem os cuidadores primários. Por outro lado, seja pela distância geográfica ou por ser o segundo no papel de cuidador, apresentam maior estresse psicológico devido ao pouco controles e conhecimento que tem da situação de saúde do seu familiar. É preciso que isto seja considerado pelos profissionais de saúde ao momento de prestar a educação aos cuidadores.

Até o presente momento se conhece que estes cuidadores são uma fonte de apoio emocional, e financeiro para o seu familiar doente e o cuidador principal, pelo fato de assumirem outras funções que não requerem da sua presença permanente. Também lhes corresponde relevar ao cuidador primário, gestar aspectos administrativos do atendimento em saúde ou fornecer-lhe tempo de ócio à pessoa doente. No geral o que a literatura descreve sobre esses cuidadores à distância, precisa uma ampliação de sua caracterização de uma maneira contextualizada.

Essa temática requer uma maior abordagem e mesmo um reconhecimento da existência destes cuidadores com o propósito de entender as suas necessidades, seus papéis, as suas limitações e as suas potencialidades perante o cuidado das pessoas com DCNT. É importante destacar que os profissionais de saúde mais próximos a essa população geralmente são os da enfermagem, precisando prestar orientações às famílias para melhorar a identificação dos seus papéis e as suas responsabilidades dentro do cuidado e a organização que pode se dar dentro do cuidado, utilizando uma comunicação aberta e permanente entre todos, visibilizando a quem pose passar a um segundo lugar nesse labor.

Conclusões

- Embora seja limitado o conhecimento sobre o papel do cuidador à distância no cuidado de pessoas com DCNT, aceitam-se as contribuições dos artigos revisados sobre a necessidade de realizar novas pesquisas dando maior reconhecimento ao papel desse cuidador. As percepções, experiências e características do papel do cuidador à distância, demonstraram que há dificuldade neles se identificarem a si próprios como cuidadores; igualmente existe ambiguidade e incerteza sobre a informação que recebem ao respeito dos seus familiares, constituindo-se nos principais tópicos a serem aprofundados.
- Por outro lado, em relação com as estratégias de afrontamento, aprofundou-se no relacionado com a maneira de afrontar os conflitos familiares, entretanto, é uma temática presente na prática de enfermagem, porém tem sido pouco estudado, especialmente desde a percepção do cuidador secundário. Finalmente o suporte social através do uso de tecnologias de comunicação e informação, é indispensável no contexto em que os cuidadores se encontram afastados geograficamente ou têm pouco

tempo para desenvolver atividades de cuidado direto; portanto precisa-se indagar sobre o uso apropriado dessas inovações tecnológicas, podendo dar resposta à necessidade de contato frequente entre o cuidador e a pessoa doente.

- No geral, esse é um fenômeno apenas explorado e descrito, existindo inúmeros vazios sobre os cuidadores secundários, começando pelo o seu auto reconhecimento no desempenho do seu papel até intervenções específicas que podem ser desenvolvidas para facilitar a sua inclusão no cuidado, otimizando o apoio que pode prestar ao cuidador primário. Por isso é importante que o profissional de enfermagem promova o trabalho inter profissional para dar maior visibilidade a esses cuidadores e apoiá-los de maneira específica para fortalecer o desempenho do seu papel..

Conflito de Interesses

As autoras declaram não ter nenhum conflito de interesse.

Referências bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Las 10 principales causas de defunción. [Internet]. 2016. [consultado 15 de febrero del 2020]. Available from: <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
2. Ministerio de Salud. Análisis De Situación De Salud (ASIS) Colombia, 2017. Bogotá, Colombia; 2017.
3. Noohi E, Peyrovi H, Imani Z, Kazemi M. Perception of social support among family caregivers of vegetative patients: A qualitative study. *Conscious Cogn*. [Internet] 2016 [consultado 15 de abril del 2020]; 41:150-8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.concog.2016.02.015>
4. Barragán Becerra JA. Necesidades de cuidado de la diada cuidador-persona: expectativa de cambio en intervenciones de enfermería. *Rev Cuid*. [Internet] 2014 [consultado 15 de abril del 2020];5(2). Available from: <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v5i2.87>
5. Chaparro-Díaz L, Sánchez B, Carrillo-Gonzalez GM. Encuesta de caracterización del cuidado de la diada cuidadorfamiliar - persona con enfermedad crónica. *Rev Cienc y Cuid*. [Internet] 2015 [consultado 15 de abril del 2020];11(2):31–45. Available from: <https://doi.org/10.22463/17949831.196>
6. Xie H, Cheng C, Tao Y, Zhang J, Robert D, Jia J, et al. Quality of life in Chinese family caregivers for elderly people with chronic diseases. *Health Qual Life Outcomes* [Internet]. 2016 [consultado 21 de abril del 2020];14(1):99. Available from: <http://hqlo.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12955-016-0504-9>
7. Barreto R, Coral R, Campos M, Gallardo K, Ortiz V. Cuidadores y cuidadoras familiares de personas con enfermedad crónica en Colombia: más similitudes que diferencias. *Salud Uninorte*. [Internet] 2015 [consultado 15 de abril del 2020];31(2):255–65. Available from: <http://dx.doi.org/10.14482/sun.31.2.6988>
8. Mendoza G. Síndrome de sobrecarga en familiares encargados del cuidado de pacientes con enfermedad neurológica crónica. *Rev Soc Peru Med Interna*. [Internet] 2014 [consultado 15 de abril del 2020];27(1):12-18. Available from: <http://medicinainterna.org.pe/pdf/SPMI%202014-1%20articulo%20%20sindrome%20de%20sobrecarga.pdf>

9. Kendall M, Carduff E, Lloyd A, Kimbell B, Cavers D, Buckingham S, et al. Different experiences and goals in different advanced diseases: comparing serial interviews with patients with cancer, organ failure, or frailty and their family and professional carers. *J Pain Symptom Manage*. [Internet] 2015 [consultado 21 de abril del 2020];50(2):216–24. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2015.02.017>
10. Sparla A, Flach-Vorgang S, Villalobos M, Krug K, Kamradt M, Coulibaly K, et al. Individual difficulties and resources - a qualitative analysis in patients with advanced lung cancer and their relatives. *Patient Prefer Adherence*. [Internet] 2016 [consultado 21 de abril del 2020];10:2021–9. Available from: <https://doi.org/10.2147/PPA.S110667>
11. Moreno-Cámara S, Palomino-Moral PÁ, Moral-Fernández L, Frías-Osuna A, Del-Pino-Casado R. Problemas en el proceso de adaptación a los cambios en personas cuidadoras familiares de mayores con demencia. *Gac Sanit* [Internet]. 2016 [consultado 25 de abril del 2020];30(3):201–7. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2016.02.004>
12. Douglas SL, Mazanec P, Lipson A, Leuchtag M. Distance caregiving a family member with cancer: A review of the literature on distance caregiving and recommendations for future research. *World J Clin Oncol*. [Internet] 2016 [consultado 25 de abril del 2020];7(2):214–9. Available from: <https://doi.org/10.5306/wjco.v7.i2.214>
13. Cortijo Palacios X, Ortíz Aguilar G, Cibrián Llanderal T. Comparación psicoafectiva entre cuidadores principales de pacientes psiquiátricos y con cáncer en estadios avanzados de la enfermedad. *Rev Acta Médica del Cent* [Internet]. 2019 [consultado 15 de abril del 2020];13(1):93–100. Available from: <http://www.revacta-medicacentro.sld.cu/index.php/amc/article/view/980>
14. Cagle JG, Munn JC. Long-Distance Caregiving: A Systematic Review of the Literature. *J Gerontol Soc Work*. [Internet] 2012 [consultado 25 de abril del 2020];55(8):682–707. Available from: <https://doi.org/10.1080/01634372.2012.703763>
15. Smith C. Engaging the emotional, financial, and physical ramifications of long-distance caregiving. *Home Heal Care Manag Pract*. [Internet] 2006 [consultado 25 de abril del 2020];18(6):463–466. Available from: <https://doi.org/10.1177/1084822306290347>
16. Zarit S, Femia E. Behavioral and psychosocial interventions for family caregivers. *J Soc Work Educ*. [Internet] 2008 [consultado 25 de abril del 2020];44(SUPPL. 3):49–57. Available from: <https://doi.org/10.1097/01.NAJ.0000336415.60495.34>
17. Carreño-Moreno S, Chaparro-Díaz L, Blanco-Sánchez P. Cuidador familiar del niño con cáncer: un rol en transición. *Rev Latinoam Bioética*. [Internet] 2017 [consultado 15 de abril del 2020];17(33–2):18–30. Available from: <http://dx.doi.org/10.18359/rlbi.2781>
18. Bledsoe LK, Moore SE, Collins WL. Long Distance Caregiving: An Evaluative Review of the Literature. *Ageing Int*. [Internet] 2010 [consultado 25 de abril del 2020];35(4):293–310. Available from: <https://doi.org/10.1007/s12126-010-9062-3>
19. Cagle J, Munn J. Long Distance Caregiving: A Systematic Review of the Literature. *J Gerontol Soc Work* [Internet]. 2012 [consultado 21 de abril del 2020]; 55(8): 682–707. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5653258/>
20. Bevan JL, Sparks L. Communication in the context of long-distance family caregiving: An integrated review and practical applications. *Patient Educ Couns*. [Internet] 2011 [consultado 21 de abril del 2020];85(1):26–30. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.pec.2010.08.003>
21. Zavagli V, Raccichini M, Ercolani G, Franchini L, Varani S, Pannuti R. Care for Carers: an investigation on family caregivers' needs, tasks, and experiences. *Transl Med UniSa*. [Internet] 2019 [consultado 21 de abril del 2020];19:54–9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6581485/>
22. Peters MDJ, Godfrey CM, Khalil H, McInerney P, Parker D, Soares CB. Guidance for conducting systematic scoping reviews. *Int J Evid Based Healthc*. [Internet] 2015 [consultado 21 de octubre del 2019];13(3):141–6. Available from: <http://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000050>
23. CASPe (Critical Appraisal Skills Programme Español). Instrumentos para lectura crítica - Herramientas para análisis de reportes de investigación. [Internet]. Alicante, España; 2016. p. 3–8. Available from: <http://www>

redcaspe.org/herramientas/instrumentos

24. Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio M. Metodología de la investigación. 6th edición. México: McGraw-Hill; 2014.
25. Harrigan MP, Koerin BB. Long distance caregiving: personal realities and practice implications. Reflections. [Internet] 2007 [consultado 21 de abril del 2020];13(2):5–16. Available from: <https://reflections-narratives-of-professional-helping.org/index.php/Reflections/article/view/988/806>
26. Roff LL, Martin SS, Jennings LK, Parker MW, Harmon DK. Long distance parental caregivers' experiences with siblings: A qualitative study. Qual Soc Work. [Internet] 2007 [consultado 21 de abril del 2020];6(3):315–34. Available from: <https://doi.org/10.1177/1473325007080404>
27. Fernández MB, Herrera MS. Distrés en hijas adultas que brindan apoyo a sus padres mayores. Psykhe [Internet]. 2016 [consultado 15 de abril del 2020];25(1):1–14. Available from: <http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/view/710>
28. Zegers B. Hijos adultos mayores al cuidado de sus padres, un fenómeno reciente. Rev Médica Clínica Las Condes [Internet]. 2012 [consultado 15 de abril del 2020];23(1):77–83. Available from: <https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0716864012702766>
29. Edwards M. Distance caregivers of people with Alzheimer's disease and related dementia: A phenomenological study. Br J Occup Ther. [Internet] 2014 [consultado 21 de abril del 2020];77(4):174–80. Available from:
30. Mazanec P. Distance caregiving a parent with cancer. Semin Oncol Nurs [Internet]. 2012 [consultado 25 de abril del 2020];28(4):271–8. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.soncn.2012.09.010>
31. Kodwo-Nyamezea Y, Nguyen P V. Immigrants and long-distance elder care: An exploratory study. Ageing Int. [Internet] 2008 [consultado 25 de abril del 2020];32(4):279–97. Available from: <https://doi.org/10.1007/s12126-008-9013-4>
32. Toribio-Díaz ME, Medrano-Martínez V, Moltó-Jordá JM, Beltrán-Blasco I. Red de cuidadores informales de los pacientes con demencia en la provincia de Alicante, descripción de sus características. Neurología [Internet]. 2013 [consultado 15 de abril del 2020];28(2):95–102. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.nrl.2012.03.010>
33. Flores M, Fuentes H, González G, Meza I, Cervantes G, Valle M. Main characteristics of the informal primary caregiver of hospitalized older adults. Nure Inv. [Internet] 2017 [consultado 21 de abril del 2020];14(88):1–16. Available from: <https://doi.org/10.1007/BF03324556>
34. Torres-Avendaño B, Agudelo-Cifuentes MC, Pulgarin-Torres ÁM, Berbesi-Fernández DY. Factores asociados a la sobrecarga en el cuidador primario. Medellín, 2017. Univ y Salud. [Internet] 2018 [consultado 15 de abril del 2020];20(3):261. Available from: <http://dx.doi.org/10.22267/rus.182003.130>
35. Borghi A, Castro V, Marcon S, Carreira L. Sobrecarga de familiares cuidadores de ancianos con la Enfermedad de Alzheimer: un estudio comparativo. Rev Latino-Am Enferm [Internet]. 2013 [consultado 15 de abril del 2020];21(4):8. Available from: www.eerp.usp.br/rlae
36. Palomino L, Avilés GP, Loyola B, Alberto L, Palomino GL, González A, et al. Perfil del cuidador: sobrecarga y apoyo familiar e institucional del cuidador primario en el primer nivel de atención. Rev Espec Médico-Quirúrgicas. [Internet] 2008 [consultado 15 de abril del 2020];13(4):159–66. Available from: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=473/47326420003>
37. Mazanec P, Daly B, Ferrell B, Prince-Paul M. Lack of communication and control: experiences of distance caregivers of parents with advanced cancer. Oncol Nurs Forum. [Internet] 2011 [consultado 21 de abril del 2020];38(3):307–13. Available from: <https://doi.org/10.1188/11.ONF.307-313>
38. Bevan JL, Vreeburg SK, Verdugo S, Sparks L. Interpersonal conflict and health perceptions in long-distance caregiving relationships. J Health Commun. [Internet] 2012 [consultado 21 de abril del 2020];17(7):747–61. Available from: <https://doi.org/10.1080/10810730.2011.650829>
39. Bevan JL, Jupin AM, Sparks L. Information quality, uncertainty, and quality of care in long-distance caregiving. Commun Res Reports. [Internet] 2011 [consultado 25 de abril del 2020];28(2):190–5. Available from: <https://doi.org/10.1080/08824096.2011.566105>

40. Mishel MH. Theories of uncertainty in illness. In: Smith MJ, Patricia R. Liehr PDA, editors. Middle range theory for nursing. 3rd ed. New York: Springer Publishing Company; 2014. p. 53–86.
41. Amin I, Ingman S. Eldercare in the transnational setting: Insights from bangladeshi transnational families in the United States. *J Cross Cult Gerontol*. [Internet] 2014 [consultado 25 de abril del 2020];29(3):315–28. Available from: <https://doi.org/10.1007/s10823-014-9236-7>
42. Basinger ED, Wehrman EC, Delaney AL, McAninch KG. A grounded theory of students' long-distance coping with a family member's cancer. *Qual Health Res*. [Internet] 2015 [consultado 25 de abril del 2020];25(8):1085–98. Available from: <https://doi.org/10.1177/1049732315576710>
43. Barbosa A, Figueiredo D, Sousa L, Demain S. Coping with the caregiving role: Differences between primary and secondary caregivers of dependent elderly people. *Aging Ment Heal*. [Internet] 2011 [consultado 21 de abril del 2020];15(4):490–9. Available from: <https://doi.org/10.1080/13607863.2010.543660>
44. Cárdenas-Corredor DC, Melenge-Díaz B, Pinilla J, Carrillo-González GM, Chaparro-Díaz L. Social Support Through the Use of ICT for Caregivers of the Chronically Ill: State of the Art. *Aquichan*. [Internet] 2010 [consultado 15 de abril del 2020];10(3):204–13. Available from: <https://doi.org/10.5294/aqui.2010.10.3.2>
45. Lou VWQ, Kwan CW, Chong MLA, Chi I. Associations between secondary caregivers' supportive behavior and psychological distress of primary spousal caregivers of cognitively intact and impaired elders. *Gerontologist*. [Internet] 2015 [consultado 21 de abril del 2020];55(4):584–94. Available from: <https://doi.org/10.1093/geront/gnt156>
46. Williamson SS, Gorman PN, Jimison HB. A mobile/web app for long distance caregivers of older adults: functional requirements and design implications from a user centered design process. *AMIA Annu Symp Proc*. [Internet] 2014 [consultado 21 de abril del 2020];2014:1960–9. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4419890/>
47. Fischer T, Jobst M. On the suitability and potential of nursing care discussion forums as a health promotion measure for long-distance caregiving relatives: evidence from Upper Austria. *Healthcare*. [Internet] 2019 [consultado 21 de abril del 2020];7(4):139. Available from: <https://doi.org/10.3390/healthcare7040139>
48. Demiris G, Parker Oliver DR, Hensel B, Dickey G, Rantz M, Skubic M. Use of videophones for distant caregiving: An enriching experience for families and residents in long-term care. *J Gerontol Nurs*. [Internet] 2008 [consultado 21 de abril del 2020];34(7):50–5. Available from: <https://doi.org/10.3928/00989134-20080701-02>
49. Benefield LE, Beck C. Reducing the distance in distance-caregiving by technology innovation. *Clin Interv Aging*. [Internet] 2007 [consultado 21 de abril del 2020];2(2):267–72. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2684505/>
50. Watari K, Wetherell JL, Gatz M, Delaney J, Ladd C, Cherry D. Long Distance Caregivers. *Clin Gerontol* [Internet]. 2006 [consultado 21 de abril del 2020];29(4):61–77. Available from: http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1300/J018v29n04_05