



Millenium, 2(Edição Especial Nº22)

pt

VIVÊNCIAS DOS CUIDADORES INFORMAIS NO PROCESSO DE LUTO: SCOPING REVIEW
EXPERIENCES OF INFORMAL CAREGIVERS IN THE BEREAVEMENT PROCESS: SCOPING REVIEW
VIVENCIAS DE LOS CUIDADORES INFORMALES EN EL PROCESO DE DUELO: SCOPING REVIEW

Jorge Bragança¹  <https://orcid.org/0009-0007-7237-9311>

Maria Miguel²  <https://orcid.org/0009-0003-8453-4914>

Maria Pereira³  <https://orcid.org/0009-0006-9464-4764>

Melina Amaral⁴  <https://orcid.org/0009-0004-3958-3108>

Ana Ribeiro^{1,5,6}  <https://orcid.org/0000-0001-8952-6778>

¹ Instituto Politécnico de Viseu, Viseu, Portugal

² Unidade de Saúde e Bem Estar Vivenda São Francisco, Covões, Portugal

³ Hospital da Prelada, Porto, Portugal

⁴ Clínica Valebesteiros, Viseu, Portugal

⁵ UICISA: E – Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem, Viseu, Portugal

⁶ SIGMA – Phi Xi Chapter, ESEnC, Coimbra, Portugal

Jorge Bragança – jorgebraganca5@gmail.com | Maria Miguel - mariamareias@outlook.com | Maria Pereira – pv23640@essv.ipv.pt |
Melina Amaral - melinamaral@hotmail.com | Ana Ribeiro - anaalmeidaribeiro@hotmail.com



Autor Correspondente:

Ana Ribeiro

Rua da Boavista

3500-012 – Viseu - Portugal

anaalmeidaribeiro@essv.ipv.pt

RECEBIDO: 27 de outubro de 2025

REVISTO: 25 de novembro de 2025

ACEITE: 04 de março de 2026

PUBLICADO: 20 de março de 2026

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

RESUMO

Introdução: O envelhecimento populacional e o aumento das doenças crónicas têm conduzido a um crescimento do número de cuidadores informais, que assumem um papel central na prestação de cuidados a pessoas dependentes. Esta função expõe os cuidadores a elevadas exigências emocionais, psicológicas e sociais, especialmente após o término dos cuidados, quando se inicia o processo de luto, transição marcada por vulnerabilidade, perda identitária e necessidade de reconstrução pessoal.

Objetivo: Mapear as vivências dos cuidadores informais no processo de luto após o término dos cuidados, identificando as dimensões emocionais, psicológicas e sociais que caracterizam esta transição, bem como os fatores que influenciam a sua complexidade.

Métodos: Realizou-se uma scoping review de acordo com a metodologia do JBI e reportada segundo a PRISMA-ScR checklist, com o propósito de sintetizar a evidência existente e identificar lacunas de conhecimento sobre o fenómeno em estudo.

Resultados: A análise da evidência revelou vivências marcadas por sofrimento emocional, desorganização identitária, isolamento social e variações na adaptação ao luto, influenciadas pela qualidade da relação com a pessoa cuidada, pela preparação para a morte e pela disponibilidade de apoio formal e informal no período pós-perda.

Conclusão: Os resultados evidenciam a necessidade de desenvolver intervenções de enfermagem mais sensíveis, integradas e sustentadas, que apoiem o cuidador informal enlutado, promovendo o bem-estar, a adaptação emocional e a saúde mental no pós-cuidar.

Palavras-chave: cuidadores informais; luto; vivências; apoio emocional

ABSTRACT

Introduction: Population ageing and the growing prevalence of chronic diseases have led to an increase in the number of informal caregivers, who play a pivotal role in providing care to dependent individuals. This role exposes caregivers to substantial emotional, psychological, and social demands, particularly after the cessation of caregiving, when the grieving process begins, a transition marked by vulnerability, identity loss, and the need for personal reconstruction.

Objective: To map the lived experiences of informal caregivers during the grieving process following the end of caregiving, identifying the emotional, psychological, and social dimensions that characterize this transition, as well as the factors influencing its complexity.

Methods: A scoping review was conducted in accordance with the JBI methodology and reported following the PRISMA-ScR checklist, with the aim of synthesizing the existing evidence and identifying knowledge gaps concerning the phenomenon under study.

Results: The analysis revealed experiences marked by emotional distress, identity disorganization, social isolation, and variations in grief adaptation, influenced by the quality of the relationship with the care recipient, the degree of preparedness for death, and the availability of formal and informal post-loss support.

Conclusion: The findings highlight the need to develop more sensitive, integrated, and sustainable nursing interventions to support bereaved informal caregivers, promoting well-being, emotional adjustment, and mental health after the caregiving period.

Keywords: informal caregivers; grieving process; experiences; emotional support

RESUMEN

Introducción: El envejecimiento poblacional y el aumento de las enfermedades crónicas han conducido a un incremento del número de cuidadores informales, quienes desempeñan un papel esencial en la atención a personas en situación de dependencia. Este rol expone a los cuidadores a elevadas exigencias emocionales, psicológicas y sociales, especialmente tras la finalización de los cuidados, momento en el que se inicia el proceso de duelo, una transición caracterizada por la vulnerabilidad, la pérdida de identidad y la necesidad de reconstrucción personal.

Objetivo: Cartografiar las experiencias vividas por los cuidadores informales durante el proceso de duelo posterior al término de los cuidados, identificando las dimensiones emocionales, psicológicas y sociales que definen esta transición, así como los factores que influyen en su complejidad.

Métodos: Se realizó una scoping review conforme a la metodología del JBI y reportada siguiendo la lista de verificación PRISMA-ScR, con el propósito de sintetizar la evidencia existente e identificar lagunas de conocimiento sobre el fenómeno analizado.

Resultados: El análisis de la evidencia reveló experiencias marcadas por sufrimiento emocional, desorganización identitaria, aislamiento social y variaciones en la adaptación al duelo, influenciadas por la calidad de la relación con la persona cuidada, el grado de preparación ante la muerte y la disponibilidad de apoyo formal e informal en el periodo posterior a la pérdida.

Conclusión: Los resultados ponen de manifiesto la necesidad de desarrollar intervenciones de enfermería más sensibles, integradas y sostenibles, orientadas a apoyar al cuidador informal en duelo, promoviendo su bienestar, la adaptación emocional y la salud mental en la etapa posterior al cuidado.

Palabras clave: cuidadores informales; duelo; experiencias; apoyo emocional

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional, aliado ao aumento da prevalência de doenças crônicas e degenerativas, tem conduzido a uma maior dependência funcional e à consequente necessidade de cuidados de longa duração. Neste cenário, os cuidadores informais assumem um papel central na prestação de cuidados continuados e não remunerados a familiares ou pessoas próximas em situação de dependência, constituindo um pilar essencial de sustentabilidade dos sistemas de saúde. Contudo, o exercício prolongado deste papel expõe os cuidadores a exigências físicas, com impacto reconhecido na sua saúde mental e qualidade de vida (Pereira Amaral et al., 2020; Sousa et al., 2021).

Apesar do reconhecimento crescente dos efeitos do cuidar informal, a fase subsequente ao término dos cuidados, particularmente após o falecimento da pessoa cuidada, permanece escassamente explorada na literatura científica. Esta transição representa um período de elevada vulnerabilidade, marcado não apenas pela perda relacional, mas também pela rutura de um papel identitário estruturante, exigindo processos complexos de adaptação pessoal, emocional e social (Worden, 2018).

A experiência de luto dos cuidadores informais distingue-se pela intensidade do vínculo estabelecido, pelo envolvimento prolongado no cuidar e pelo desgaste acumulado ao longo do processo de doença, fatores que podem amplificar o sofrimento emocional e dificultar a reorganização da vida quotidiana (Mingote et al., 2023). A ausência de suporte emocional e social adequado neste período tem sido associada a trajetórias de luto mais complexas, com repercussões relevantes no bem-estar psicológico e na adaptação à perda (Batista & Sapeta, 2023).

As estratégias de coping mobilizadas após o término dos cuidados assumem, neste enquadramento, um papel determinante na forma como o luto é experienciado e integrado. Estratégias adaptativas como o suporte social, o reenquadramento positivo e a espiritualidade têm sido associadas a processos de adaptação mais saudáveis, enquanto estratégias não adaptativas podem prolongar o sofrimento e comprometer a transição pós-cuidar (Dias & Pais-Ribeiro, 2019; Simões, Cunha & Santos, 2022; Mingote et al., 2023; Cunha, Simões, Soares & Santos, 2023).

A limitada atenção dedicada a esta fase específica do percurso do cuidador informal, traduz-se numa lacuna relevante na produção científica e nas políticas de saúde, particularmente no que respeita ao desenvolvimento de intervenções sistematizadas e sensíveis às necessidades do cuidador em luto.

Neste contexto, a presente scoping review tem como objetivo mapear a evidência disponível acerca das vivências dos cuidadores informais no processo de luto após o término da prestação de cuidados, identificando as dimensões emocionais, sociais e identitárias que caracterizam esta transição, bem como os fatores que influenciam a sua complexidade. A revisão segue as diretrizes metodológicas do JBI e é reportada em conformidade com a declaração PRISMA-ScR.

1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

A experiência do cuidar informal emerge frequentemente associada a contextos de dependência funcional prolongada, configurando uma trajetória marcada por exigências contínuas e processos sucessivos de adaptação.

A dependência funcional, enquanto condição que compromete a autonomia nas atividades da vida diária, constitui um dos principais fatores precipitantes da necessidade de cuidados informais prolongados, com implicações significativas na organização familiar e na experiência subjetiva do cuidador (Pereira Amaral et al., 2020; Mingote, 2023).

Para além da dimensão instrumental do cuidado, a prestação prolongada de cuidados informais implica uma profunda reorganização dos papéis familiares, das rotinas quotidianas e da identidade pessoal do cuidador, frequentemente acompanhada de restrição da vida social e desgaste emocional cumulativo (Sousa et al., 2021).

Todavia, a ausência de mecanismos de apoio adequados expõe o cuidador a uma sobrecarga prolongada, com repercussões físicas, psicológicas e sociais significativas (Sousa et al., 2021).

O Estatuto do Cuidador Informal (Lei n.º 100/2019; Decreto-Lei n.º 86/2024) veio reconhecer juridicamente esta figura, prevendo medidas de suporte financeiro, descanso, formação e acompanhamento psicológico. Contudo, as lacunas na implementação prática e a escassez de recursos continuam a fragilizar a resposta institucional, transferindo para a família e para a comunidade a responsabilidade principal de cuidar. (Assim, o ato de cuidar configura-se como uma transição complexa, que exige adaptações sucessivas nas esferas pessoal, familiar e laboral (Mingote, 2023).

O cuidar informal tem sido amplamente reconhecido como uma experiência ambivalente, simultaneamente gratificante e desgastante. O envolvimento prolongado na prestação de cuidados pode conduzir a alterações na identidade pessoal, à redefinição de papéis e à diminuição da rede social do cuidador. Quando a pessoa cuidada morre, o cuidador enfrenta uma dupla perda: a perda do ente querido e a perda do papel que estruturava o seu quotidiano, desencadeando um processo de luto particularmente complexo e prolongado (Worden, 2018; Morais et al, 2021; Simões, Cunha & Santos, 2022).

No domínio da psicologia do luto, este é compreendido como um processo adaptativo e multifatorial, essencial à reorganização interna e à reconstrução do sentido de vida após a perda (Rente & Cunha, 2019). Este processo manifesta-se através de reações emocionais, cognitivas, comportamentais e fisiológicas que variam em intensidade e duração, consoante as características individuais, o tipo de vínculo e as condições em que a perda ocorre (Mason, Tofthagen, & Buck, 2020; Reis, 2023).

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

Neste enquadramento conceptual, são descritas diferentes trajetórias de luto, entre as quais se destacam o luto antecipatório, o luto considerado normativo e o luto prolongado. O luto antecipatório ocorre durante a doença, quando o cuidador se prepara emocionalmente para a perda iminente; o luto normal traduz uma adaptação progressiva à ausência; e o luto prolongado, reconhecido no DSM-5-TR, caracteriza-se pela persistência de sintomas intensos e incapacitantes que comprometem o funcionamento global (APA, 2022; Chen et al., 2021).

Em cuidadores informais, o desenvolvimento de luto prolongado tem sido associado à intensidade do vínculo afetivo, à duração e exigência emocional do cuidar e à ausência de suporte psicológico no período pós-perda (Buck et al., 2021; Bragato et al., 2023). A vulnerabilidade aumenta em cuidadores com antecedentes de sofrimento psíquico, isolamento social ou condições económicas precárias (Sousa et al., 2021; Luna & Silva, 2021). A ausência de acompanhamento psicológico após a perda agrava a sensação de vazio e a dificuldade de reconstrução de significado (Batista & Sapeta, 2023).

Diversos modelos teóricos têm procurado explicar o percurso do luto. As Cinco Fases de Kübler-Ross (negação, raiva, negociação, depressão e aceitação) introduziram a compreensão sequencial do processo; Worden propôs as Tarefas do Luto; e o Modelo Dual de Processamento concebe o enlutado como alguém que oscila entre a confrontação com a perda e a restauração da normalidade (Worden, 2018; Fiore, 2021; Eisma, Lang & Strobe, 2022; Tyrrell, Harberger, & Siddiqui, 2023). Estes contributos convergem na ideia de que o luto é um processo dinâmico e não linear, modulável por fatores individuais, relacionais e contextuais.

A teoria das transições, de Afaf Meleis, oferece uma perspetiva particularmente útil para compreender o luto dos cuidadores informais enquanto fenómeno de mudança identitária. As transições são períodos de vulnerabilidade e instabilidade, nos quais o indivíduo reorganiza papéis, comportamentos e significados em resposta a novas circunstâncias de vida (Meleis, 2010). O luto enquadra-se na categoria das transições de saúde/doença, caracterizando-se pela necessidade de reconstrução pessoal após a perda de uma relação central e de um papel estruturante.

O êxito da transição depende do nível de preparação, do significado atribuído à mudança, da rede de suporte e da atuação dos profissionais que facilitam o processo de adaptação (Meleis, 2010). Nesta perspetiva, o enfermeiro assume um papel central enquanto mediador e facilitador de transições saudáveis, oferecendo suporte emocional, educação e acompanhamento individualizado. Assim, compreender as vivências do cuidador informal no luto implica reconhecer o processo não apenas como uma reação à morte, mas como uma transição complexa de saúde e identidade, onde a enfermagem pode intervir de forma determinante.

Integrar o fenómeno do cuidar e do luto à luz da teoria das transições permite, portanto, uma leitura mais abrangente e humanizada da experiência dos cuidadores informais. Esta abordagem conceptual fundamenta a presente scoping review, orientando a análise das evidências sobre as dimensões emocionais, sociais e espirituais do luto, bem como sobre os fatores que facilitam ou dificultam a adaptação a esta nova etapa da vida.

2. MÉTODOS

A presente investigação corresponde a uma scoping review, conduzida de acordo com a metodologia proposta pelo JBI (Peters et al., 2020; Aromataris et al., 2024) e reportada em conformidade com as recomendações da PRISMA-ScR (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses extension for Scoping Reviews) (Tricco et al., 2018). O protocolo foi previamente registado na plataforma Open Science Framework (OSF) (<https://osf.io/7h46q/overview>), garantindo transparência, rastreabilidade e reprodutibilidade do processo (Donato & Donato, 2019).

A opção por este delineamento justifica-se pela sua adequação ao mapeamento de conceitos, tipos de evidência e lacunas de conhecimento em fenómenos complexos e pouco explorados.

A questão de investigação foi estruturada segundo a mnemónica PCC (População, Conceito e Contexto), definindo-se como população os cuidadores informais, como conceito as vivências associadas ao processo de luto e como contexto o período subsequente ao término da prestação de cuidados.

Com base nesta estrutura, formulou-se a pergunta orientadora: *“Quais são as vivências dos cuidadores informais no processo de luto?”*

Os procedimentos metodológicos subsequentes foram desenvolvidos em conformidade com as etapas recomendadas pelo JBI para scoping reviews e descritos de acordo com a checklist PRISMA-ScR.

2.1 Critérios de elegibilidade

Foram incluídos estudos qualitativos, quantitativos ou de métodos mistos, publicados em português, inglês ou francês, com acesso integral ao texto, que incidissem em cuidadores informais adultos (≥ 18 anos). Consideraram-se elegíveis os estudos em que os participantes tivessem prestado cuidados por um período mínimo de seis meses e cuja vivência de luto foi descrita até um ano após o falecimento da pessoa cuidada.

Foram excluídos estudos centrados em cuidadores formais ou profissionais de saúde, bem como publicações de natureza teórica, editoriais ou outros trabalhos sem dados empíricos diretamente relacionados com o fenómeno em análise.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

Os critérios de elegibilidade foram definidos previamente e aplicados de forma sistemática no processo de triagem, em coerência com a questão de investigação e de acordo com as recomendações metodológicas do JBI (Aromataris et al., 2024).

2.2 Estratégia de pesquisa

A pesquisa bibliográfica foi conduzida entre outubro de 2024 e janeiro de 2025, recorrendo a bases de dados eletrónicas relevantes na área das ciências da saúde e de enfermagem: PubMed, CINAHL Complete, MedicaLatina e B-on. Estas fontes foram selecionadas pela sua abrangência, complementaridade e pertinência para a identificação de estudos sobre cuidadores informais e processos de luto.

A estratégia de pesquisa foi operacionalizada a partir da estrutura PCC previamente definida, utilizando descritores controlados MeSH e palavras-livre correspondentes, combinados através de operadores booleanos. A MedlinePlus foi utilizada exclusivamente como recurso de apoio à validação terminológica e ao controlo do vocabulário MeSH, não tendo sido considerada como fonte primária de identificação de estudos.

Foram aplicados filtros relativos ao período de publicação (últimos cinco anos), aos idiomas (português, inglês e francês) e ao acesso ao texto integral. O recorte temporal adotado visou equilibrar a abrangência do mapeamento com a atualidade da evidência, assegurando a inclusão de estudos relevantes para a compreensão contemporânea do fenómeno em análise.

Optou-se pela não inclusão da literatura cinzenta, de forma a assegurar a fiabilidade das fontes e a consistência metodológica com os objetivos da revisão, em conformidade com as recomendações do JBI (Aromataris et al., 2024).

A estratégia apresentada foi replicada e ajustada às especificidades de cada base de dados, respeitando as diferenças de vocabulário e indexação, de modo a garantir a sensibilidade, consistência e reprodutibilidade da pesquisa, em conformidade com as recomendações do JBI (Aromataris et al., 2024) (cf. Tabela 1).

Tabela 1 - Estratégia de pesquisa para a base de dados PubMed, conduzida a 20/10/2024

Pesquisa	Descritores	Registos Recuperados	Dimensão PCC
#1	(T[ti] "caregivers" OR "informal caregivers" OR "family caregivers") OR AB ("caregivers" OR "informal caregivers" OR "family caregivers") OR MH "Caregivers"	85	População
#2	(T[ti] "grief" OR "bereavement" OR "mourning") OR AB ("grief" OR "bereavement" OR "mourning") OR MH "Grief" OR MH "Bereavement"	91	Conceito
#3	(T[ti] "end of life care" OR "termination of care" OR "after caregiving ends" OR "loss of caregiving role") OR AB (...) OR MH "Terminal Care" OR "Death" OR "Life Change Events"	344	Contexto
#4	(#1 AND #2 AND #3)	74	População + Conceito + Contexto

Filtros aplicados: publicações dos últimos 3 anos (2022–2024); idiomas: português, inglês e francês; acesso ao texto integral.

2.3 Seleção dos estudos

A triagem e seleção dos estudos foram realizadas de forma sistemática e independente por dois revisores, recorrendo à plataforma Covidence®, que automatizou a gestão das referências, a remoção de duplicados e o registo das decisões em cada fase. As divergências foram resolvidas por consenso, assegurando a rastreabilidade e a transparência metodológica (Donato & Donato, 2019; Cunha & Santos, 2021).

Foram inicialmente identificados 520 registos nas cinco bases de dados selecionadas. Após a remoção de 59 duplicados, permaneceram 461 estudos únicos para a triagem de títulos e resumos. Desta fase resultaram 63 artigos para leitura integral, dos quais 6 estudos cumpriram integralmente os critérios de elegibilidade e foram incluídos na síntese final. O processo de seleção é apresentado no fluxograma PRISMA-ScR (cf. Figura 1).

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

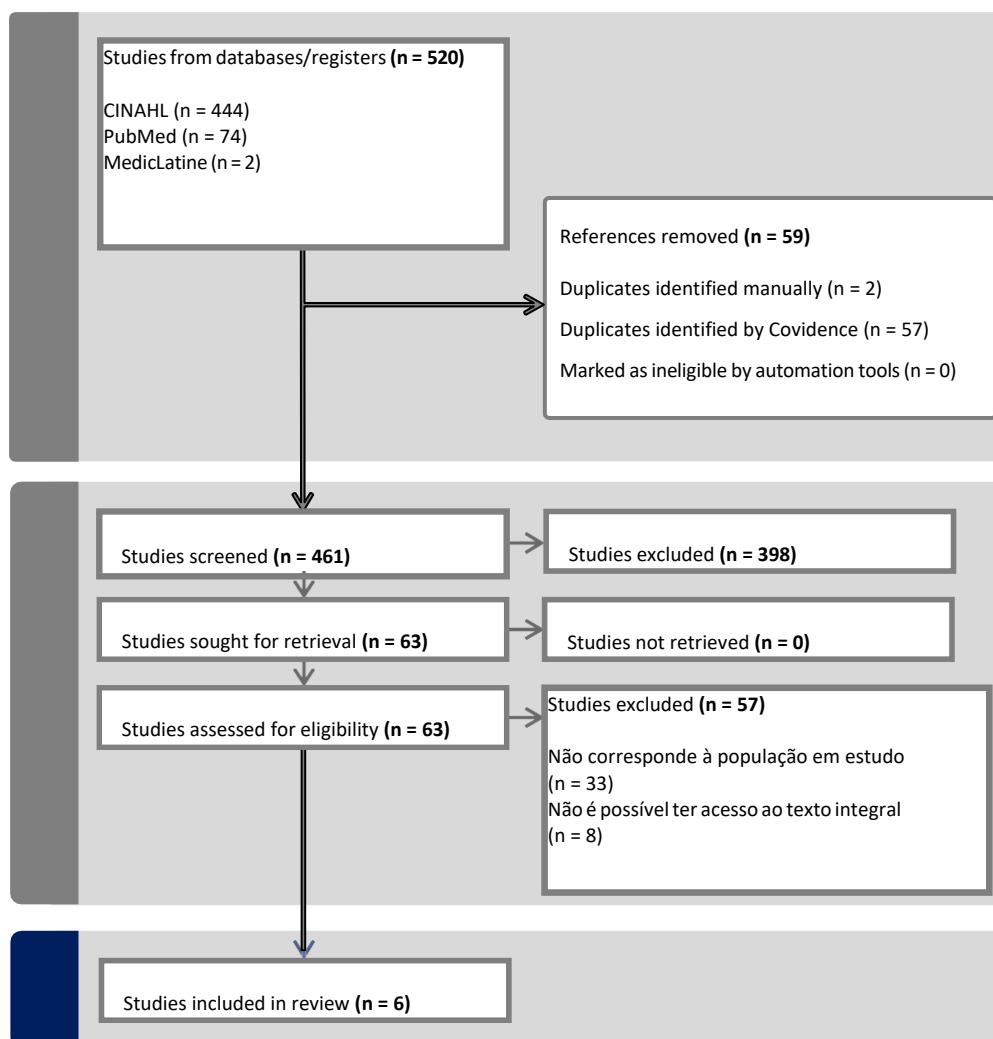


Figura 1 - Fluxograma PRISMA-ScR

2.4 Extração e análise dos dados

A extração dos dados foi realizada com base num formulário estruturado, adaptado das recomendações do JBI, assegurando uniformidade e exatidão na recolha de informação relevante.

Foram extraídos dados relativos à identificação dos estudos (autor, ano de publicação), objetivos e desenho metodológico, características da população e do contexto do cuidado, bem como aos principais resultados relacionados com as dimensões emocionais, sociais e psicológicas do luto, conclusões dos autores e implicações para a prática.

A informação recolhida foi organizada em matrizes tabulares, facilitando a comparação entre estudos e a identificação de convergências e divergências. A análise seguiu uma abordagem temática descritiva, típica das scoping reviews, permitindo a categorização dos resultados em eixos interpretativos centrais, nomeadamente: vivências emocionais e subjetivas dos cuidadores informais; impactos sociais e relacionais associados à perda; estratégias de coping e adaptação pós-perda; e lacunas na resposta institucional e profissional.

Não foi realizada avaliação crítica formal da qualidade metodológica dos estudos, em conformidade com a natureza exploratória e mapeadora das scoping reviews (Peters et al., 2020; Aromataris et al., 2024). A síntese final foi apresentada de forma narrativa e interpretativa, enfatizando padrões emergentes, lacunas de conhecimento e implicações para a prática de enfermagem e a investigação futura.

2.5 Síntese e apresentação dos resultados

Os resultados foram organizados e apresentados de forma descritiva e estruturada, recorrendo a tabelas e quadros temáticos que sintetizam as principais características metodológicas dos estudos incluído, bem como os respetivos resultados empíricos.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

Em conformidade com as recomendações do JBI para scoping reviews, a apresentação dos resultados foi diretamente articulada com a questão de investigação, permitindo mapear as dimensões emocionais, psicológicas, relacionais e espirituais que caracterizam a vivência do luto nos cuidadores informais.

A síntese narrativa teve como objetivo refletir a heterogeneidade dos contextos, populações e abordagens metodológicas identificadas, destacando padrões recorrentes, fatores moduladores da experiência de luto e lacunas na produção científica existente, que sustentam a necessidade de futuras revisões sistemáticas e de investigação empírica aprofundada.

3. RESULTADOS

Foram incluídos seis estudos (n=6) na presente scoping review, refletindo metodologias e contextos diversos que evidenciam a complexidade multidimensional do fenómeno em análise. A amostra final integra estudos qualitativos, quantitativos e métodos mistos, publicados entre 2019 e 2022, abrangendo diferentes realidades socioculturais e geográficas, nomeadamente Estados Unidos da América, Europa, China e Austrália.

Predominam estudos qualitativos com abordagens fenomenológicas, descritivas e interpretativas (E1, E3, E4), que exploram em profundidade as experiências subjetivas dos cuidadores informais durante o processo de luto. Foram também incluídos dois estudos quantitativos (E2, E5), com delineamentos transversal e longitudinal, centrados na análise de associações entre saúde mental, qualidade de vida e intensidade do luto. Integra-se uma scoping review secundária (E6), incluída pela sua pertinência temática e contributo na identificação de dimensões emergentes e lacunas de investigação previamente mapeadas.

As Tabelas 2 e 3 sintetizam, respetivamente, as principais características metodológicas e os principais resultados dos estudos incluídos, constituindo a base empírica para a análise temática subsequente.

Tabela 2 - Características principais dos estudos incluídos

#	Referência (Autor, Ano)	Objetivo do Estudo	Tipo de Estudo / Métodos	População / Amostra
E1	Supiano, K. P., Luptak, M., & Andersen, T. (2022). <i>If we knew then what we know now: The preparedness experience of pre-loss and post-loss dementia caregivers</i> . <i>Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care</i> , 18(1), 6–22.	Avaliar a experiência de preparação para o luto entre cuidadores de pessoas com demência, antes e após a perda	Estudo qualitativo, abordagem fenomenológica	106 cuidadores, familiares de pessoas com demência (EUA), pré e pós- perda
E2	Chen, C., Du, L., Wu, Q., & Jin, Y. (2021). <i>Family caregivers' perceptions about patients' dying and death quality influence their grief intensity</i> . <i>Applied Nursing Research</i> , 62, 151456.	Compreender a influência da perceção dos cuidadores sobre a qualidade do morrer e da morte na intensidade do luto	Estudo quantitativo transversal (regressão linear)	150 cuidadores na China (diversos graus de parentesco), recolha online
E3	Van Hout, H. P. J., Van der Lee, M. L., & Achterberg, W. P. (2020). <i>An exploration of spousal caregivers' well-being after the death of their partner with dementia: A qualitative study</i> . <i>Dementia</i> , 21(2), 441–455.	Explorar o bem-estar dos cuidadores conjugais após a morte do parceiro com demência	Estudo qualitativo, análise temática	14 cônjuges (idade média 72 anos, maioria mulheres), Países Baixos
E4	Buck, H. G., Arthur, K. C., Dolansky, M. A., & Wadi, A. (2021). <i>Caregivers' loss of the dyadic experience after their care partners' death</i> . <i>Qualitative Health Research</i> , 31(6), 1166–1178.	Explorar o impacto da perda da experiência diádica entre cuidador e pessoa cuidada após a morte	Estudo qualitativo (grounded theory)	14 cuidadores (predominantemente cônjuges de pessoas com insuficiência cardíaca), EUA
E5	Breen, L. J., Aoun, S. M., Rumbold, B., McNamara, B., & Howting, D. A. (2019). <i>Effect of caregiving at end of life on grief, quality of life and general health: A prospective, longitudinal, comparative study</i> . <i>Palliative Medicine</i> , 33(7), 890–898.	Avaliar os efeitos do cuidar no fim de vida no luto, qualidade de vida e saúde geral dos cuidadores	Estudo longitudinal quantitativo prospetivo	485 cuidadores australianos, maioritariamente familiares diretos; idades variadas
E6	Skantharajah, H., Chochinov, H. M., & McClement, S. E. (2022). <i>The grief and bereavement experiences of informal caregivers: A scoping review of the North American literature</i> . <i>Palliative and Supportive Care</i> , 19(2), 228–237.	Explorar experiências de luto/pesar de cuidadores informais de adultos/idosos em cuidados paliativos e fim de vida	Scoping review segundo o método de Arksey e O'Malley	29 estudos incluídos: Canadá (5/29; 17%) e EUA (24/29; 83%)

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

Tabela 3 - Contexto, Resultados e Conclusões dos estudos incluídos

#	Referência (Autor, Ano)	Contexto	Principais Resultados	Vivências dos Cuidadores no Luto	Conclusões dos Autores
E1	Supiano et al., 2022	EUA; cuidadores de pessoas com demência (pré e pós perda)	Preparação para a morte (significado, memórias positivas, resolução relacional) associou-se a luto mais adaptativo; despreparação associou-se a maior risco de luto complicado.	Cuidadores preparados relataram aceitação; despreparados evidenciaram sofrimento prolongado e maior vulnerabilidade.	Intervenções psicossociais devem ser promovidas no período pré-perda para aumentar preparação e reduzir risco de luto complicado Cuidados devem integrar crenças, valores e percepções do cuidador sobre o morrer e a mortes. Necessidade de suporte adaptado na fase pós-perda, com atenção à reconstrução identitária e ao restabelecimento de sentido
E2	Chen et al., 2021	China; cuidadores até 1 ano após a perda.	Percepções sobre qualidade do morrer/morte influenciaram intensidade do luto; variáveis familiares e sentido de dever modulam o sofrimento.	Ambivalência emocional (culpa/falha vs dever cumprido).	Recomenda-se suporte pós-perda focado na reconstrução da identidade do cuidador e na adaptação à perda da relação cuidador-pessoa cuidada. Intervenções durante o luto antecipatório e pós-perda são relevantes, sobretudo para cuidadores de alto risco.
E3	Van Hout et al., 2020	Países Baixos; cuidadores conjugais após morte do parceiro com demência.	Perda da parceria associou-se a alterações identitárias, vazio e isolamento; coping variou entre significado espiritual, rotinas e suporte social.	Vazio, perda de propósito, isolamento; reconstrução identitária como processo central.	Intervenções durante o luto antecipatório e pós-perda são relevantes, sobretudo para cuidadores de alto risco.
E4	Buck et al., 2021	EUA; cuidadores de pessoas com insuficiência cardíaca.	Perda da “experiência diádica” associou-se a quebra identitária e sofrimento emocional; o “nós” era central para o autoconceito	Luto marcado pela perda do “nós”, com sofrimento pela ausência da pessoa cuidada e desorganização do autoconceito.	Intervenções devem ser culturalmente sensíveis e adaptadas à complexidade e heterogeneidade das experiências de luto.
E5	Breen et al., 2019	Austrália; cuidadores em fim de vida.	Cuidar em fim da vida associou-se a pior saúde mental/física, maior risco de luto complicado e menor qualidade de vida em subgrupos.	Exaustão emocional, desgaste prolongado e sensação de vazio.	
E6	Skantharajah et al., 2022	Canadá e EUA; cuidadores informais em cuidados paliativos/fim de vida (síntese de 29 estudos)	Temas: mediadores do luto (características do cuidador e da doença), tipos de luto (complicado, antecipatório), e experiências singulares de pesar; gênero e carga emocional como fatores recorrentes.	Experiências diversas e intensificadas por determinantes culturais, relacionais e emocionais.	

Síntese temática das vivências dos cuidadores informais no processo de luto

A análise integrada dos seis estudos permitiu identificar um conjunto de padrões temáticos que expressam as vivências subjetivas dos cuidadores informais após o falecimento da pessoa cuidada. Os resultados evidenciam a natureza multidimensional, contextual e emocionalmente complexa do luto, envolvendo simultaneamente processos de perda, reconstrução identitária e adaptação à ausência.

A amostra dos estudos analisados foi composta predominantemente por mulheres com idades entre 21 e 85 anos, maioritariamente esposas, filhas ou netas das pessoas cuidadas. Todos os cuidadores tinham prestado cuidados durante pelo menos seis meses consecutivos, sendo o período de luto considerado até 12 meses após a perda.

A diversidade metodológica e cultural dos estudos contribuiu para uma compreensão alargada e comparativa do fenómeno, da qual emergiram quatro grandes temas interpretativos:

Reconstrução da identidade após a perda

A morte da pessoa cuidada representa o fim abrupto de um papel profundamente internalizado, frequentemente descrito como uma quebra identitária. Cuidadores conjugais (E3, E4) relataram vazio existencial, desorganização da rotina e perda de propósito, evidenciando a dificuldade de redefinir o “eu” fora do contexto do cuidar.

O fenómeno da presença simbólica contínua (E4) traduz a manutenção de uma ligação psicoemocional intensa com a pessoa falecida, prolongando o sofrimento e dificultando a reorganização emocional. Apesar disso, diversos cuidadores (E3, E6)

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

descreveram processos ativos de reconstrução pessoal, sustentados na espiritualidade, na reorganização das rotinas e na busca de novos significados e propósitos de vida.

Ambivalência emocional e natureza complexa do luto

O luto foi consistentemente descrito como um processo ambivalente, marcado pela coexistência de sentimentos de tristeza, culpa, frustração, alívio e paz, sobretudo quando o percurso de cuidar foi prolongado ou fisicamente exigente (E1, E2).

Os Estudos como E1 e E5 evidenciam que cuidadores emocionalmente preparados para a morte experienciam processos de luto mais adaptativos, com menor risco de complicações emocionais. Em contraste, cuidadores despreparados ou com vínculos intensos demonstram maior vulnerabilidade ao luto complicado, caracterizado por sofrimento prolongado, ruminação persistente e dificuldade de aceitação da perda.

Fatores mediadores do processo de luto

A análise transversal dos estudos revelou múltiplos fatores mediadores do processo de luto que influenciam a intensidade e a duração do luto:

- Preparação emocional e acesso à informação, frequentemente mediadas por profissionais de saúde, associaram-se a maior aceitação da perda e menor sofrimento pós-perda (E1, E2);
- Tipo de relação cuidador–pessoa cuidada, com cuidadores conjugais a apresentarem maior vulnerabilidade à desorganização emocional do que filhos adultos, que demonstraram maior capacidade de reorganização a médio prazo (E3, E4, E6);
- Determinantes culturais e espirituais, incluindo crenças religiosas, literacia em saúde e papéis de género influenciaram significativamente a forma como o luto foi vivenciado e expressado (E2, E6).

Estes fatores demonstram que o luto do cuidador informal é um processo relacional e contextual, condicionado por recursos simbólicos, culturais e sociais.

Estratégias de enfrentamento e suporte

Os estudos analisados destacam o papel central das estratégias de coping adaptativas na promoção de uma transição saudável após a perda. Entre as mais referidas destacam-se:

- Espiritualidade e transcendência, enquanto fontes de consolo e reconstrução de significado (E2, E3);
- Suporte formal e informal, cuja presença favorece a aceitação e reorganização da vida quotidiana, enquanto a sua ausência agrava sentimentos de solidão e prolonga o sofrimento (E1, E4, E6);
- Reorganização prática da vida, com cuidadores que retomaram atividades significativas, como o trabalho, o voluntariado ou o convívio comunitário, a reportarem maior bem-estar e sentido de continuidade (E5).

A síntese temática confirma que o luto dos cuidadores informais constitui uma experiência multifacetada e emocionalmente densa, marcada pela coexistência de perda, vínculo e resiliência. A forma como cada cuidador vivencia o luto é modulada por fatores relacionais, culturais, espirituais e pragmáticos, reforçando a necessidade de abordagens de apoio individualizadas e culturalmente sensíveis, centradas na continuidade do cuidar, mesmo após a perda.

4. DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo mapear as vivências dos cuidadores informais no processo de luto, identificando os significados, emoções e estratégias mobilizadas após o término da prestação de cuidados. Os resultados evidenciam que o luto do cuidador informal configura uma transição complexa e multidimensional, marcada não apenas pela perda da pessoa cuidada, mas também pela rutura de um papel identitário profundamente internalizado.

Esta dupla perda, afetiva e funcional, confere ao luto uma natureza simultaneamente relacional e existencial, corroborando a Teoria das Transições de Afaf Meleis (2010), segundo a qual mudanças críticas implicam reorganização de papéis, redefinição de significados e reconstrução identitária. Os achados qualitativos de Van Hout, Van der Lee e Achterberg (2020) e de Buck et al. (2021) evidenciam que a perda do vínculo diádico e a dissolução do “nós” são vivenciadas como desorganização do autoconceito, sobretudo em cuidadores conjugais, sugerindo que o fim do cuidar pode desencadear instabilidade identitária particularmente intensa.

A ambivalência emocional constitui um padrão transversal. Supiano, Luptak e Andersen (2022) descrevem que cuidadores preparados para a perda relatam maior aceitação e serenidade, enquanto aqueles que se sentem despreparados experienciam sofrimento prolongado e maior vulnerabilidade emocional. De forma convergente, Chen et al. (2021) demonstram que a percepção da qualidade do morrer e da morte influencia significativamente a intensidade do luto, sendo frequente a coexistência de sentimentos de culpa, dever cumprido e tristeza profunda. Estes resultados são consistentes com evidência nacional que descreve

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

o luto do cuidador como um processo ambivalente e oscilante, especialmente quando o cuidar foi prolongado e exigente (Simões, Cunha & Santos, 2022).

A vulnerabilidade para trajetórias de luto prolongado emerge associada à intensidade do vínculo, à sobrecarga acumulada e à ausência de preparação para a perda. O DSM-5-TR define o luto prolongado como sofrimento persistente, saudade intensa e dificuldade de aceitação com impacto funcional significativo (APA, 2022). No estudo de Buck et al. (2021), a perda da experiência diádica está intimamente associada à dificuldade de reorganização identitária, enquanto Breen et al. (2019) demonstram que cuidadores envolvidos no fim de vida apresentam piores indicadores de saúde mental e maior risco de luto complicado, sobretudo quando a experiência de cuidar foi vivida sob elevado desgaste físico e emocional.

Em contrapartida, fatores protetores foram igualmente identificados. Van Hout et al. (2020) sublinham o papel da espiritualidade e da reorganização das rotinas como mecanismos de reconstrução de sentido, enquanto Chen et al. (2021) evidenciam a influência das crenças culturais e do significado atribuído à morte na adaptação emocional. A literatura nacional reforça que estratégias de coping centradas na tarefa e na reorganização prática do quotidiano se associam a melhores indicadores de adaptação, enquanto estratégias predominantemente emocionais podem prolongar o sofrimento (Cunha, Simões, Soares & Santos, 2023; Mingote et al., 2023). Importa ainda considerar que a presença simbólica contínua da pessoa falecida, descrita por Buck et al. (2021), pode inicialmente funcionar como mecanismo regulador, mas exige progressiva reintegração identitária para evitar cristalização do sofrimento.

A scoping review conduzida por Skantharajah, Chochinov e McClement (2022) reforça que as experiências de luto dos cuidadores informais são mediadas por múltiplos determinantes, incluindo características do cuidador, natureza da doença, género e contexto cultural. Esta heterogeneidade sugere que intervenções padronizadas podem ser insuficientes, sendo necessária uma abordagem individualizada e culturalmente sensível.

À luz da Teoria das Transições (Meleis, 2010), o luto do cuidador informal deve ser entendido como um processo adaptativo que pode ser facilitado por intervenções oportunas. Os enfermeiros, pela sua proximidade ao percurso de cuidar, encontram-se numa posição privilegiada para apoiar a preparação para a perda, validar a experiência subjetiva e promover estratégias de coping adaptativas. A comunicação empática, a educação para o luto e a referência atempada para apoio especializado podem mitigar o risco de isolamento e sofrimento prolongado.

Apesar dos avanços legislativos consagrados no Estatuto do Cuidador Informal (Lei n.º 100/2019; Decreto-Lei n.º 86/2024), os resultados sugerem que as respostas institucionais permanecem predominantemente centradas no período ativo de cuidado, negligenciando o acompanhamento estruturado após a perda. Esta descontinuidade pode contribuir para a invisibilidade das necessidades psicossociais dos cuidadores enlutados, reforçando a necessidade de políticas públicas que integrem o luto como dimensão da continuidade assistencial.

Algumas limitações devem ser consideradas. A delimitação temporal adotada e a restrição linguística podem ter condicionado a abrangência do mapeamento, assim como a não inclusão de literatura cinzenta. Acresce a heterogeneidade metodológica e o número reduzido de estudos incluídos (n = 6), o que limita generalizações. Todavia, estas limitações refletem simultaneamente a escassez de produção científica sistematizada sobre o luto em cuidadores informais, reforçando a necessidade de investigação futura com maior diversidade geográfica e metodológica.

CONCLUSÃO

A evidência mapeada demonstra que o luto do cuidador informal constitui uma experiência relacional e identitária de elevada complexidade, que ultrapassa a dimensão emocional da perda e envolve processos profundos de reorganização pessoal e social. A rutura do papel de cuidar emerge como elemento central desta transição, particularmente em contextos de forte vínculo afetivo e elevada sobrecarga prévia.

Os resultados reforçam que a adaptação ao luto é modulada por fatores como a preparação para a perda, o suporte emocional estruturado, a espiritualidade e a capacidade de reconstrução de significado. Estes elementos sublinham a necessidade de intervenções sensíveis à singularidade do percurso do cuidador, ajustadas ao contexto cultural e ao tipo de relação estabelecida com a pessoa cuidada.

À luz da Teoria das Transições, torna-se evidente que o acompanhamento do cuidador não deve cessar com o falecimento, mas integrar-se numa lógica de continuidade assistencial. A Enfermagem assume, neste âmbito, um papel estratégico na facilitação de transições saudáveis, através de práticas centradas na pessoa, na validação da experiência subjetiva e na promoção de estratégias adaptativas.

A consolidação de respostas estruturadas dirigidas ao cuidador enlutado constitui, assim, um desafio ético e clínico, exigindo articulação entre prática assistencial, políticas públicas e investigação futura orientada para modelos de intervenção sustentados na evidência.

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem o apoio da Unidade de Investigação em Ciências da Saúde: Enfermagem (UICISA: E), acolhida pela Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnfC) e financiada pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT).

DECLARAÇÃO SOBRE O USO DE TECNOLOGIAS DE IA NA REDAÇÃO DO MANUSCRITO

Durante a preparação deste trabalho, os autores utilizaram inteligência artificial com o objetivo de melhorar a clareza linguística, reforçar a coerência científica e apoiar a formatação conforme os padrões académicos. Após a utilização desta ferramenta, os autores procederam à revisão e edição integral do conteúdo, assumindo total responsabilidade pelo seu teor.

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Conceptualização, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.; tratamento de dados, J.B., M.M., M.P. e M.A.; análise formal, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.; investigação, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.; metodologia, J.B., M.M., M.P., A.M. e A.R.; administração do projeto, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.; recursos, J.B., M.M., M.P. e M.A.; programas, J.B., M.M., M.P. e M.A.; supervisão, A.R., validação, A.R., visualização, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.; redação – preparação do rascunho original, J.B., M.M., M.P. e M.A.; redação – revisão e edição, J.B., M.M., M.P., M.A. e A.R.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores declaram não existir conflito de interesses.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychiatric Association (APA). (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). American Psychiatric Publishing.
- Aromataris, E., Lockwood, C., Porritt, K., Pilla, B., & Jordan, Z. (Eds.). (2024). *Manual JBI para síntese de evidências*. JBI. <https://doi.org/10.46658/JBIMES-24-01>
- Assembleia da República. (2019). Lei n.º 100/2019, de 6 de setembro. *Diário da República*, 1.ª série, n.º 171. <https://data.dre.pt/eli/lei/100/2019/09/06/p/dre/pt/html>
- Batista, S., & Sapeta, P. (2023). Processo de cuidados entre cuidador informal e doente com necessidades paliativas no domicílio: Metassíntese. *Revista De Enfermagem Referência*, 6(2), 1–10. <https://doi.org/10.12707/RVI22074>
- Bragato, A., Garcia, L., Camargo, F., Paula, F., Malaquias, B., Elias, H., & Santos, A. (2023). Avós cuidadores de netos: Análise do perfil e intensidade dos cuidados. *Ciência & Educação*. <https://doi.org/10.1590/ce.v28i0.79812>
- Breen, L. J., Aoun, S. M., & O'Connor, M. (2019). The effect of caregiving on bereavement outcome: study protocol for a longitudinal, prospective study. *BMC Palliative Care*, 14, 6. <https://doi.org/10.1177/0269216319880766>
- Buck, H. G., Lyons, K., Barrison, P., Cairns, P., Mason, T., Tofthagen, C., & Kip, K. (2021). Caregivers' loss of the dyadic experience after their care partners' death. *Western Journal of Nursing Research*, 44(2), 133–140. <https://doi.org/10.1177/0193945921990426>
- Chen, C., Du, L., Wu, Q., & Jin, Y. (2021). Family caregivers' perceptions about patients' dying and death quality influence their grief intensity. *Applied Nursing Research*, 62, 151456. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2021.151456>
- Cunha, M., & Santos, E. (2021). *Revisão sistemática da literatura com meta-análise*. Edições Esgotadas.
- Cunha, M., Simões, G., Soares, J., & Santos, E. (2023). Coping e processo de luto em familiares e pessoas significativas de vítimas mortais de COVID-19. *Revista de Enfermagem Referência*, 6(2), e22063. <https://doi.org/10.12707/RVI22063>
- Dias, E. N., & Pais-Ribeiro, J. L. (2019). O modelo de coping de Folkman e Lazarus: Aspectos históricos e conceptuais. *Psicologia e Saúde*, 11(2), 55–66. <https://doi.org/10.20435/pssa.v11i2.642>
- Donato, H., & Donato, M. (2019). Stages for undertaking a systematic review. *Acta Médica Portuguesa*, 32(3), 227–235. <https://doi.org/10.20344/amp.11923>
- Eisma, M. C., de Lang, T. A., & Stroebe, M. S. (2022). Restoration-oriented stressors of bereavement. *Anxiety, Stress, and Coping*, 35(3), 339–353. <https://doi.org/10.1080/10615806.2021.1957849>
- Fiore J. (2021). A systematic review of the Dual Process Model of Coping With Bereavement (1999-2016). *Omega*, 84(2), 414–458. <https://doi.org/10.1177/0030222819893139>

DOI: <https://doi.org/10.29352/mill0222e.43821>

- Luna, I. J., & Silva, M. A. (2021). Interseccionalidades e a promoção da saúde nos grupos reflexivos e de apoio ao luto. *Revista Debates Insubmissos*, 4(14), 199–222. <https://doi.org/10.32359/debin2021.v4.n14.p199-217>
- Mason, T. M., Tofthagen, C. S., & Buck, H. G. (2020). Complicated grief: Risk Factors, Protective Factors, and Interventions. *Journal of Social Work in End-of-Life & Palliative Care*, 16(2), 151–174. <https://doi.org/10.1080/15524256.2020.1745726>
- Meleis, A. I. (2010). *Transitions theory: Middle-range and situation-specific theories in nursing research and practice*. Springer Publishing Company.
- Mingote, A., Monteiro, C., Moura, M., & Vaz, D. C. (2023). Estratégias de coping de cuidadores informais de idosos dependentes. *Egitania Ciencia*, 32, 91-107. <https://doi.org/10.46691/es.vi.101>
- Morais, J. O., Gonçalves, F. T. D., Silva, K. G. S., Melo, K. C., Medeiros, S. B. M., Silva, E.B. d., Oliveira, C. S., Simone Neves Queiroz de, F., Coêlho, L. P. I., Pedro Henrique Medeiros de, A., Silva, A. L. e., Fernando Magno Freitas de, A., Silva, L. A. S., Elis Regina Macedo de, S., & Costa, T. T. (2021). No trem da vida, o meu vagão se chama luto: Aconselhamento psicológico em sujeitos enlutados. *Research Society and Development*, 10(6), e50710615915. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15915>
- Pereira Amaral, M. O., Marques de Matos, N. A., Veiga, N. J., & Marques Pereira de Matos, D. S. (2020). Problemas experienciados pelo cuidador informal de pessoa idosa em situação de dependência. *Arquivos de Ciências da Saúde*, 27(1), 37–45. <https://doi.org/10.17696/2318-3691.27.1.2020.1710>
- Peters, M., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A., & Khalil, H. (2020). Scoping reviews. In E. Aromataris & Z. Munn (Eds.), *JBI manual for evidence synthesis*. JBI. <https://synthesismanual.jbi.global>
- PORDATA. (2025). *Indicadores demográficos: Índice de envelhecimento e índice de dependência de idosos*. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://shre.ink/ArIZ>
- Reis, A. (2023). *Luto e sofrimento: Perspetivas contemporâneas sobre perda e significado*. Quarteto.
- Rente, J., & Cunha, M. (2019). Vivências do luto dos familiares em contexto paliativo. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(3e), 117–125. <https://doi.org/10.29352/mill0203e.10.00221>
- Simões, G., Cunha, M., & Santos, E. (2022). Processo de luto em familiares e pessoas significativas de vítimas de SARS-CoV-2. *Servir*, 2(2), e27314. <https://doi.org/10.48492/servir0202.27314>
- Skantharajah, N., Barrie, C., Baxter, S., Carolina Borja, M., Butters, A., Dudgeon, D., Haque, A., Mahmood, I., Mirhosseini, M., Mirza, R. M., Ankita, A., Thrower, C., Vadeboncoeur, C., Wan, A., & Klinger, C. A. (2022). The grief and bereavement experiences of informal caregivers: A scoping review of the North American literature. *Journal of Palliative Care*, 37(2), 242–258. <https://doi.org/10.1177/08258597211052269>
- Sousa, C., Gonçalves, G., Braz, N., & Sousa, A. C. (2021). Cuidadores informais: Dificuldades e receios no ato de cuidar. *Psique*, 17(2), 54-71. <https://doi.org/10.26619/2183-4806.xvii.2.1>
- Supiano, K. P., Luptak, M., Andersen, T., Beynon, C., Iacob, E., & Wong, B. (2022). If we knew then what we know now: The preparedness experience of pre-loss and post-loss dementia caregivers. *Death studies*, 46(2), 369–380. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1731014>
- Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., Lewin, S., ... Straus, S. E. (2018). PRISMA Extension for Scoping Reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Annals of Internal Medicine*, 169(7), 467–473. <https://doi.org/10.7326/M18-0850>
- Tyrrell, P., Harberger, S., & Siddiqui, W. (2023). *Kubler-Ross stages of dying and subsequent models of grief*. StatPearls Publishing.
- Van Hout, E., Peters, S., Jansen, L., Rober, P., & van den Akker, M. (2020). An exploration of spousal caregivers' well-being after the death of their partners who were older cancer patients: A phenomenological approach. *European Journal of Oncology Nursing*, 47, 101779. <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2020.101779>
- Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.