

# Caso Sheyla – Medicina

## Atividade – Plano Conjunto de Manejo de Problemas

Após se apropriar dos conteúdos, elabore um plano conjunto de manejo de problemas, como se tivesse elaborado conjuntamente com Sheyla. Utilize os componentes um e dois do método clínico centrado na pessoa com as informações que tem do caso, para lhe ajudar.

### 1. Explorando a doença e a experiência da doença:

O que Sheyla mais entende como doença são suas dores crônicas, essa foi a maneira que ela encontrou para falar de seu sofrimento emocional. Em relação a sua experiência da doença:

**Sentimento:** sente-se nervosa com a dor que não melhora e tem medo de ter uma doença grave, principalmente após o agravo de seu quadro depressivo.

**Ideia:** acha que deveria ter melhorado com diclofenaco e quer fazer radiografia com objetivo de elucidação diagnóstica. Pensa também que a causa pode estar relacionada ao esforço físico que faz para cuidar da mãe.

**Função:** está sem disposição e energia para cuidar de si, tem suas atividades do dia a dia prejudicadas pelas dores e pela tristeza.

**Expectativas:** espera que Dr. Ivo lhe dê um “remedinho” que melhore tudo, espera não sentir mais dor.

### 2. Compreendendo a pessoa como um todo:

Sheyla tem 45 anos, é casada, possui três filhos, dois dos quais moram com ela na mesma casa, e a filha mora na casa ao lado com os netos. Seus pais são idosos e moram também com ela, sendo ela a responsável por cuidar deles na maior parte do tempo. Sua mãe tem Alzheimer e é acabada, precisa de Sheyla para todas as suas atividades diárias como comer, tomar banho etc. Sheyla está na fase do ciclo de vida de cuidar dos pais idosos e ajudar no cuidado dos filhos e netos, que em populações de vulnerabilidade, são ainda mais sobrepostas, principalmente por morarem sempre na mesma casa ou mesmo pátio. Sheyla não tem encontrado muito apoio familiar ou de rede social para enfrentar esse momento difícil e tem bastante dificuldade de falar sobre seu sofrimento, o que vem lhe acarretando dores físicas que aumentam sua ansiedade e sua sensação de estar doente.

Sheyla parece vir de uma cultura em que as mulheres da casa é que cuidam dos filhos e dos pais, enquanto o homem trabalha fora e sustenta financeiramente a casa. Não parece encontrar no seu casamento um apoio e uma parceria para seus momentos de dificuldade.

### 3. Plano conjunto de manejo de problemas:

Este plano deve ser realizado com a pessoa, com decisões compartilhadas e divisão de metas e papéis. Aqui vamos fazer uma atividade de simular esse plano.

	Sheyla	Médico
problemas	Dores musculares Não dorme Angústia “tudo cinza”	Dor crônica/fibromialgia Insônia e sono não reparador Tristeza Hipotireoidismo Sofrimento devido sobrecarga no cuidado de sua mãe acamada
metas	Parar de sentir dor Dormir melhor Ter disposição para se cuidar Ter mais ajuda de sua família neste momento difícil	Diminuição dos sintomas álgicos Melhora da insônia e remissão dos sintomas depressivos Tratamento do hipotireoidismo Fortalecer rede de apoio
papéis	Comparecer aos atendimentos agendados na unidade Tomar a medicação corretamente Praticar atividade física e alongamento Procurar outras atividades que lhe deem prazer, principalmente se em grupo Participar do grupos da unidade Pedir ajuda a sua família sempre que se sentir sobrecarregada e dividir mais com eles o cuidado da mãe	Tratar suas patologias com a medicação mais adequada Disponibilizar consultas ou VDs frequentes, inclusive abordando também a família sobre o estado de saúde de Sheyla Acolher seu sofrimento emocional e evitar consultas que reforcem a somatização Estar presente ao seu lado quando precisar Reforço positivo e estímulo sobre as atividades físicas e de lazer Dar-lhe esperança