

Universidade Federal de São Paulo/Universidade Aberta do SUS

Curso de Especialização em Saúde da Família

O impacto da formação dos cuidadores informais de idosos no
aumento da qualidade de vida desses pacientes

Aluna: Mariana Braga Falcão

Orientadora: Profa. Dra. Vera Lucia Moldes (TCC 41)

Mairinque/SP

2015

Sumário

1.	Introdução	2
2.	Objetivos	3
2.1	Objetivo geral	4
2.2	Objetivo específico	4
3.	Metodologia	4
4.	Resultados esperados	5
5.	Cronograma	6
6.	Referências	7

1. Introdução

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. As projeções indicam que, em 2050, a população idosa contabilizará 1.900 milhões de pessoas. No Brasil com uma taxa de fecundidade abaixo do nível de reposição populacional, aliada a outros fatores, tais como os avanços da tecnologia, especialmente na área da saúde, atualmente o grupo de idosos ocupa espaço de muita relevância. De acordo com os dados do Censo Demográfico 2010, realizado pelo IBGE ⁽¹⁾ no período de 1999 a 2009, o peso relativo dos idosos (60 anos ou mais de idade) no conjunto da população passou de 9,1% para 11,3%.

Segundo a portaria nº 2.528 de 19 de outubro de 2006 que aprovou a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa ⁽²⁾ essa transição demográfica repercute nos modelos de atenção à saúde pré-estabelecidos e desafia a habilidade de produzir políticas de saúde que respondam às necessidades das pessoas idosas.

No município de Mairinque - SP havia, em 2012, 4.473 pessoas com 60 anos ou mais de idade ⁽³⁾. Além do contingente de pessoas idosas soma-se o fato de que a despeito do aumento da cobertura da Estratégia de Saúde da Família (ESF) e outras melhorias no âmbito da saúde no município a chance de um indivíduo idoso ser acometido por patologias cardiovasculares, ósteoarticulares ou neurológicas degenerativas é diretamente proporcional ao avanço de sua idade.

O idoso doente ou dependente necessita de cuidado e acompanhamento regular. Observa-se que nas regiões mais vulneráveis do ponto de vista socioeconômico essa tarefa é desempenhada por pessoas sem formação técnica que são membros da família, voluntários ou recebem remuneração para a função. Esses são denominados cuidadores informais e suas tarefas envolvem o seguimento das atividades diárias do idoso, auxílio na alimentação, higiene pessoal, medicação de rotina e prevenção de quedas.

O cuidador desempenha uma função complexa que envolve não só a capacidade de manter a integridade física do outro, mas também a habilidade em se relacionar com o ambiente psicossocial no qual o idoso está inserido: “A realidade com que se depara um familiar quando tem um idoso semidependente ou dependente no seu domicílio é preocupante devido à demanda de cuidados especiais, com acentuada variação de tarefas.” ⁽⁴⁾

O indivíduo que desempenha a função de cuidador encontra-se sobrecarregado, predisposto a desenvolver transtornos de humor como Depressão e Ansiedade, fazer uso indiscriminado de psicotrópicos e tem menos tempo para administrar sua saúde. Sabe-se também que quanto mais avançado o grau de comprometimento funcional, a gravidade do déficit cognitivo e outros aspectos da comorbidade do idoso, maior é o nível de estresse entre os cuidadores ⁽⁵⁾.

Diante desse panorama demográfico, da complexidade das tarefas do cuidador e da importância dessa função na promoção da saúde do idoso, julga-se imprescindível desenvolver um projeto de intervenção em resposta a essas questões que também acometem a população assistida pela ESF Barreto Baixo, em Mairinque- SP.

O projeto envolverá atividades com o intuito de capacitar o cuidador informal favorecendo a qualidade do cuidado da população idosa.

Essa capacitação deve incluir não apenas conhecimentos específicos relacionados aos cuidados corporais, mas também preparo do ponto de vista psicológico que permita a instauração de vinculação suficientemente saudável entre o cuidador e o idoso ⁽⁶⁾.

Portanto será de extrema importância promover além de orientações técnicas em relação ao cuidado do idoso, o suporte emocional e a troca de experiências entre os cuidadores: Segundo Rocha et al ⁽⁷⁾ o conhecimento técnico-científico e a afetividade do cuidador são elementos constitutivos do cuidado, os quais influenciarão o desenvolvimento da assistência prestada à pessoa com déficit de autocuidado.

O presente projeto tem o intuito de contribuir para o envelhecimento ativo e saudável da população e de assegurar a qualidade da atenção à saúde da pessoa idosa, diretrizes da Política Nacional de Saúde da pessoa idosa, 2006 ⁽²⁾.

1. Objetivos

1.1 Geral

Ao inserir o cuidador num ambiente de amparo biopsicossocial e promoção de conhecimento espera-se evitar o adoecimento físico e mental daquele que cuida e também melhorar a qualidade do cuidado à saúde da pessoa idosa ^(5,7).

Também se configura como objetivo dessa intervenção a valorização do cuidador por meio da conscientização da Equipe de PSF e da população assistida acerca do papel fundamental do cuidador de idosos dentro do panorama demográfico atual.

1.2 Específico

O objetivo dessa intervenção é promover a capacitação técnica bem como fornecer apoio emocional aos indivíduos que desempenham a complexa função de cuidador de idosos na comunidade assistida pela ESF Barreto Baixo, no município de Mairinque-SP.

2. Metodologia

A intervenção consistirá em um programa interdisciplinar de educação e suporte ao cuidador de idoso ⁽⁷⁾ e ocorrerá na ESF do bairro Barreto Baixo em Mairinque-SP.

Os sujeitos diretos da intervenção serão os cuidadores de idosos residentes na comunidade que serão convidados a participar dos encontros por meio da busca ativa realizada pelos Agentes Comunitários de Saúde.

A segunda estratégia de divulgação das atividades ocorrerá por meio de cartazes e prospectos afixados e distribuídos, respectivamente, na unidade de saúde.

A intervenção consistirá em oito encontros, denominados Rodas de Aprendizagem, entre os cuidadores, os profissionais da ESF do bairro Barreto Baixo e a equipe multidisciplinar do Centro de Especialidades do Município de Mairinque.

Os encontros ocorrerão na sala de reuniões da unidade de ESF, com intervalos quinzenais.

Os temas abordados pelas Rodas de Aprendizagem, bem como o seu conteúdo serão elaborados de acordo com literatura específica, o que não impede que novos assuntos sejam adicionados no decorrer do processo de intervenção de acordo com as reflexões e necessidades expostas pelos cuidadores ⁽⁸⁾.

Os conteúdos dos encontros devem, portanto, dialogar com os saberes socialmente construídos pelos cuidadores em sua prática comunitária. (FREIRE, 2011) ⁽⁹⁾.

1º Encontro: “Olá, muito prazer, sou cuidador”.

A primeira Roda de Aprendizagem terá como objetivo central iniciar um processo de integração entre os cuidadores e entre os mesmos e a equipe de ESF. Os integrantes da dinâmica serão estimulados a se apresentarem, relatarem como se tornaram cuidadores bem como compartilhar sentimentos em relação aos eventos cotidianos relacionados ao cuidado do paciente idoso ⁽¹⁰⁾.

Posteriormente os cuidadores serão convidados a responder o Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal - QASCI (MARTINS, 2003) ⁽¹¹⁾. Trata-se de uma ferramenta muito versátil que se destina a avaliar a sobrecarga física, emocional e social do cuidador informal ⁽¹²⁾.

2º Encontro: “Porque envelhecemos?”.

Roda de aprendizagem na qual o médico da ESF abordará os aspectos biológicos do envelhecimento e fornecerá informações sobre prevenção e tratamento das doenças mais prevalentes nessa faixa etária.

Também serão discutidos os aspectos inerentes à saúde do cuidador e ressaltada a importância do cuidador saudável para a realização de um cuidado qualificado.

3º Encontro: “Alimentação do paciente idoso”.

Roda de aprendizagem conduzida pela nutricionista do CDEM que explicará a relação entre a nutrição e as alterações pertinentes ao processo de envelhecimento e fornecerá orientações sobre a elaboração de dietas e suplementação alimentar específica para cada faixa etária.

4º Encontro: “Desenhando o cuidado”.

Roda de aprendizagem na qual serão distribuídas folhas sulfite e solicitado que os cuidadores desenhem um idoso e escrevam uma breve história sobre o mesmo. Os trabalhos não precisarão ser identificados. Após a tarefa, os desenhos e relatos serão colocados sobre o chão para visualização de todos os integrantes e as histórias então serão lidas e comentadas.

A dinâmica tem o objetivo de fortalecer o vínculo entre os cuidadores e promover o compartilhamento de experiências e dificuldades enfrentadas pelos mesmos trazendo à tona histórias que não seriam contadas num ambiente formal, mas que numa atmosfera de informalidade e brincadeira podem emergir naturalmente ⁽⁶⁾.

5º Encontro: “Higiene pessoal e cuidados gerais”.

Roda de aprendizagem conduzida pela equipe de enfermagem da unidade de ESF com o objetivo de instruir sobre os cuidados com a higiene pessoal do paciente idoso, orientar sobre armazenamento e administração adequada de medicamentos e ensinar técnicas de assepsia e de realização de curativos simples.

6º Encontro: “Ambiente e Prevenção de quedas”

Roda de aprendizagem dirigida pela equipe de fisioterapia do CDEM na qual serão abordados os aspectos fisiátricos do envelhecimento e fornecidas instruções sobre a manutenção do ambiente doméstico para prevenção de quedas e sobre técnicas de posicionamento no leito e mudança de decúbito com o intuito de prevenir úlceras de pressão.

7º Encontro: “O cuidador saudável”.

A última Roda de Aprendizagem contará com a participação da psicóloga assistente do CDEM que discutirá os desafios cotidianos enfrentados pelos

participantes e o desenvolvimento de estratégias cognitivas comportamentais para que o cuidador seja capaz de realizar um cuidado qualificado sem comprometer sua autonomia, saúde física e psíquica ⁽⁷⁾.

Posteriormente os pacientes serão convidados a responder novamente o Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal – QASCI ⁽¹¹⁾.

4. Resultados esperados

Com a implantação das ações propostas espera-se melhorar a qualidade do cuidado à pessoa idosa, o que irá ocasionar o controle adequado de suas patologias crônicas e a prevenção de possíveis complicações ^(7,13).

O resultado favorável poderá ser identificado pela ESF por meio de parâmetros como: menor índice de intercorrências clínicas, melhor controle de níveis pressóricos e glicêmicos, perda de peso, menor número de quedas, maior mobilidade e autonomia desses indivíduos.

Concomitantemente, almeja-se melhorar a qualidade de vida do cuidador que, após o desenvolvimento da intervenção, compreenderá a unidade de ESF como um espaço apto para lhe proporcionar suporte educativo e emocional ⁽⁸⁾.

Espera-se encontrar resultados mais favoráveis no segundo questionário (QASCI) ⁽¹¹⁾ respondido pelos participantes. Os índices satisfatórios provavelmente irão refletir uma diminuição na sobrecarga física, social e psíquica do cuidador ⁽¹⁴⁾.

5. Cronograma

Atividades 2015	Março	Abril	Maió	Junho	Julho	Agosto	Setembro
Elaboração do Projeto	X						
Aprovação do Projeto		X					
Estudo da Literatura	X	X	X	X	X	X	X
Coleta de dados	X	X					
Intervenção: Roda de Aprendizagem		X	X	X	X		
Discussão e Análise dos Resultados					X	X	
Revisão final e digitação						X	
Entrega do trabalho							X

final								
Socialização do trabalho								X

6. Referências

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (Brasil). Síntese de indicadores sociais. Uma Análise das Condições de Vida da População Brasileira. Rio de Janeiro: Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão; 2010.
2. Ministério da Saúde (Brasil). Portaria 2.528, de 19 de outubro de 2006. Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa. Memorando nº 500/SE/CNS/2006. Brasília; 2006.
3. DATASUS (Brasil). Indicadores e Dados Básicos. Indicadores demográficos. População residente segundo município. Saúde Brasil 2012. São Paulo; 2012.
4. Conceição LFS. Saúde do Idoso: orientações ao cuidador do idoso acamado. Rev Med Minas Gerais 2010; 20 (1): 81-91.
5. Marim CM, Silva V, Taminato M, Barbosa DA. Efetividade de programas de educação e suporte na redução da sobrecarga de cuidadores de idosos com demência: revisão sistemática. Rev. Latino-Am. Enfermagem Jan/Fev 2013; vol 21(spe): 267-275.
6. Manna RE. O Imaginário Coletivo de Cuidadores de Idosos na Saúde Pública: Um Estudo Psicanalítico. São Paulo. Dissertação [Mestrado em Psicologia Clínica] - Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo; 2013.
7. Rocha Júnior PR, Corrente JE, Hattor CH, Oliveira IM, Zancheta D, Gallo CG, et al. Efeito da capacitação do cuidadores informais sobre a qualidade de vida de idosos com déficit de auto cuidado. Rev Ciência e Saúde Coletiva 2011; 16(7): 3131-3138.
8. Rios IC. Caminhos da humanização da saúde: prática e reflexão. São Paulo: Áurea Editora; 2009.
9. FREIRE, P. Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa. 43. Ed. São Paulo: Paz e Terra, 2011.
10. Santos RL, Sousa MFB, Arcoverde C, Dourado MCN. Eficácia de um grupo psicoeducacional com cuidadores de pessoas com demência. Rev Psiquiatria. 2013; 40(4): 162-4.

11. Martins T; Ribeiro JLP, Garrett C. Estudo de validação do questionário de avaliação da sobrecarga para cuidadores informais. *Psicologia, Saúde e Doenças* 2003; Vol. 4: 131-148.
12. Rodrigues MPG. Questionário de avaliação da sobrecarga do cuidador informal - Versão Reduzida. Porto. Dissertação [Mestrado em Enfermagem Comunitária] - Escola Superior de Enfermagem do Porto. Porto; 2011.
13. Cólton-Emeric CS, Whitson HE, Pavon J, Hoenig H. Functional Decline in Older Adults. *Am Fam Physician* set 2013; 88(6): 388-394.
14. Silveira TM, Caldas CP, Carneiro TF. Cuidando de idosos altamente dependentes na comunidade: um estudo sobre cuidadores familiares principais. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro ago 2006; 22 (8):1629-1638.