

**ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA  
UNIFESP - SÃO PAULO**

**IDOSO EM FOCO, CUIDADOR EM AÇÃO:  
UMA VISÃO HUMANA PARA O CUIDADOR DE IDOSOS.**

**ALUNA: NAIARA DUARTE SANTIAGO**

**ORIENTADOR: RODRIGO SEBILHANO PERENETTE**

**SÃO PAULO**

**Janeiro**

**2015**

## SUMÁRIO

<b>1. Introdução .....</b>	<b>2</b>
<b>2. Objetivos .....</b>	<b>3</b>
<b>3. Metodologia .....</b>	<b>3</b>
<b>3.1 Sujeitos envolvidos no benefício da intervenção .....</b>	<b>4</b>
<b>3.2 Cenário da intervenção .....</b>	<b>4</b>
<b>3.3 Estratégias e ações .....</b>	<b>4</b>
<b>3.4 Avaliação e Monitoramento .....</b>	<b>6</b>
<b>4. Resultados Esperados .....</b>	<b>6</b>
<b>5. Cronograma .....</b>	<b>6</b>
<b>6. Referências .....</b>	<b>7</b>

## 1. INTRODUÇÃO

O cuidador é a pessoa, da família ou da comunidade, que presta assistência à população da terceira idade,

fazendo o elo entre o idoso e a família, os serviços de saúde, a comunidade em geral e os poderes públicos constituídos. Esse profissional está capacitado também para auxiliar o idoso que apresenta ou não limitações, para realizar atividades, e tarefas da vida cotidiana. O cuidador é aquele que aplica a atenção, o pensamento, a sua energia física e emocional e principalmente a o seu amor e sua capacidade de doação no cuidado do outro. <sup>(1)</sup>

Segundo a Classificação Brasileira de Ocupações – CBO sob o código 5162, o mesmo é definido como alguém que “cuida a partir dos objetivos estabelecidos por instituições especializadas ou responsáveis diretos, zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida”. <sup>(2)</sup>

O envelhecimento populacional é uma realidade mundial que está se configurando no Brasil, com o aumento da expectativa de vida. “A população idosa brasileira evoluiu de 2,1 para 4,9, 14,6 e com estimativa de atingir 32 milhões de habitantes em 1960, 1980, 2000 e 2025, respectivamente. O Brasil tornar-se-á o sexto país com maior população idosa do mundo.” <sup>(3)</sup>

O nível de desenvolvimento socioeconômico e cultural, os avanços científicos relacionados à área da saúde e as políticas públicas vem delineando um novo perfil dos cidadãos.

Contudo, a condição de longevidade associa-se a fragilização pelo envelhecimento, tornando o idoso vulnerável às diversas situações de vida e saúde. No contexto brasileiro estima-se que 85% dos idosos apresentam pelo menos uma doença crônica, e destes pelo menos 10% com sobreposição de afecções concomitantes. Desse modo, a situação de cronicidade e longevidade atual dos brasileiros contribuem para o aumento de idosos com limitações funcionais, implicando em necessidade de cuidados constantes. <sup>(4)</sup>

“No entanto, os cuidados específicos em relação a esta população caracterizam-se ainda como precários, no que se refere à saúde pública.” <sup>(5)</sup> O cuidado é a essência da vida! Esse saber filosófico induz

a revolução da ternura ao priorizar o social sobre o individual e ao orientar o desenvolvimento para a melhoria da qualidade de vida dos humanos e de outros organismos vivos. O cuidado faz surgir o ser humano complexo, sensível, solidário, cordial, e conectado com tudo e com todos no Universo. <sup>(6)</sup>

Do nascimento até a terceira idade, o cuidado é o diferencial, tanto na qualidade como na expectativa de vida. Abrange o paciente, o cuidador e a família, em um

contexto que envolve a afetividade, condições físicas, sociais e financeiras. "Apesar disso, os cuidados prestados a idosos, em sua maioria são realizados por pessoas sem formação básica adequada(...).Tal fato tem potencial de gerar uma desqualificação no cuidado e pode provocar estagnação ou ainda haver involução do quadro clínico, o que pode acarretar sobrecarga para o cuidador".<sup>(5)</sup>

A modernidade trouxe também mudanças significativas na forma de estruturação das famílias, no número de filhos e inserção da mulher no mercado de trabalho. Aspectos significativos que enaltecem a importância do cuidador na sociedade atual.

Trabalhos recentes vêm mostrando a necessidade de cuidadores formais que assumam a responsabilidade do cuidar, de formas regulamentadas, com treinamentos e conhecimentos das teorias e ações, de forma a prestar assistência de qualidade que contemple as questões sociais, culturais, religiosas e emocionais, além de cuidados invisíveis, visíveis e técnicos.<sup>(1)</sup>

Diante da escassez de profissionais qualificados e da urgente necessidade de contratação de pessoal para a resolução desse problema, o exercício da profissão deixa muito a desejar, por falta de conhecimentos elementares na área de atuação. Nessa circunstância, as famílias atendidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), podem ser beneficiadas por um trabalho de orientação técnica e psicológica realizado pela Equipe de Saúde da Família (ESF) e pelo Núcleo de Apoio à Saúde da Família – NASF. Então, como ajudá-los a proporcionar bem estar e melhor qualidade de vida para as pessoas fragilizadas, acamadas e, às vezes, com demência? O trabalho "in loco" proporciona o conhecimento da realidade para poder se fazer um atendimento mais personalizado. Este se desenvolverá observando as queixas dos pacientes, familiares e cuidadores, bem como pelo olhar da equipe sobre as relações interpessoais e as condições de saúde do usuário do SUS.

## **2. Objetivos**

### **2.1 - Geral:**

- Este projeto de intervenção tem como objetivo melhorar a qualidade de vida e a saúde dos idosos dependentes de cuidadores.

### **2.2 - Especifico:**

- Implantar curso de curta duração para os cuidadores de idosos, envolvendo uma ação coletiva da Equipe da Saúde da Família, visando humanizar o atendimento ao idoso, através de orientações práticas e teóricas utilizadas no cotidiano.

### **3. METODOLOGIA**

Palavras-chave: Idoso. Cuidador. Educação em Saúde.

#### **3.1 - Cenário da intervenção**

O curso ocorrerá no território de abrangência da Unidade Básica de Saúde Vila Jaguara, localizada na região Oeste da cidade de São Paulo, onde cerca de 20% dos usuários do SUS se encontram na faixa etária acima de 60 anos, de acordo com o SIAB (Sistema de Informação da Atenção Básica). As aulas serão realizadas em espaços sociais cedidos para a UBS (Unidade Básica de Saúde).

#### **3.2 - Sujeitos da intervenção**

O curso "IDOSO EM FOCO, CUIDADOR EM AÇÃO", será oferecido aos Cuidadores de Idosos, para orientar seu trabalho, aprimorar a prática e os conhecimentos teóricos necessários a esta ocupação.

#### **3.3 - Estratégias e ações**

A opção pela realização do curso "IDOSO EM FOCO, CUIDADOR EM AÇÃO" se fez devido à diversidade dos temas, necessidade de aliar teoria à prática e despertar a empatia do cuidador para com o idoso. Este ocorrerá em forma de trabalho coletivo, pois proporciona trocas significativas de experiências, colabora para a valorização desses profissionais e de sua auto-estima, bem como proporciona maior segurança no exercício da profissão e confiança na ESF, passando a tê-la como apoio imprescindível no cuidado do idoso.

O curso acontecerá semestralmente, com carga-horária total de 18 horas, sendo esta ministrada em 6 módulos-aula de 3 horas semanais, abrangendo conhecimentos teóricos e práticos.

O Programa será desenvolvido no período 3 meses, sendo 4 encontros em semanas consecutivas; seguida por acompanhamento in loco durante dois meses, para observação da prática e, posteriormente, complementação de estudos com mais 2 aulas semanais consecutivas, abrangendo temas de acordo com as necessidades detectadas pelos profissionais do SUS e sugestões dos cuidadores.

As aulas serão desenvolvidas utilizando diferentes recursos materiais, como equipamentos em saúde, vídeos, imagens e Xerox.

A Proposta Curricular será desenvolvida pela ESF e pelo NASF, conforme descrito no quadro a seguir:

**CURSO “IDOSO EM FOCO, CUIDADOR EM AÇÃO”  
PROPOSTA CURRICULAR**

<b>DATA</b>	<b>HORA</b>	<b>TEMAS</b>	<b>ESTRATÉGIAS DE ENSINO</b>	<b>PROFISSIONAIS</b>
04/03/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dificuldades de relações interpessoais encontradas no cotidiano.</li> <li>- Direitos e deveres dos cuidadores e dos idosos.</li> <li>- A importância da atuação e apoio da família.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrevista coletiva</li> <li>- Aula expositiva</li> <li>- Debate</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Médica</li> <li>- Psicóloga</li> <li>- Assistente social</li> </ul>
11/03/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Importância do cuidado e atenção para com o idoso.</li> <li>- Orientações para a manipulação de medicações.</li> <li>- Cuidados de higiene corporal e bucal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinâmica de Sensibilização</li> <li>- Aula expositiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Médica</li> <li>- Enfermeira</li> <li>- Dentista</li> </ul>
18/03/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alimentação na Terceira Idade.</li> <li>- Prevenção e Tratamento Alimentar de patologias comuns da 3ª idade - osteoporose, dislipidemia, hipertensão e diabetes mellitus.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aula expositiva e demonstrativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Médica</li> <li>- Nutricionista</li> <li>- Enfermeira</li> </ul>
25/03/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prevenção de Acidentes Domiciliares.</li> <li>- Formas de atuar e facilitar a mobilidade dos idosos.</li> <li>- Prevenção de lesões nos cuidadores durante as atividades diárias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aula expositiva, prática e demonstrativa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Médica</li> <li>- Fisioterapeuta</li> </ul>
06/05/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Temas Complementares.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dinâmica de Sensibilização</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESF</li> <li>- NASF</li> </ul>
13/05/15	14h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Temas Complementares.</li> <li>- Avaliação do Curso.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Questionário</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ESF</li> <li>- NASF</li> </ul>



## 6. REFERÊNCIAS

1. Mafioletti V, Loyola LR, Duarte CM. Os Destinos de Cuidar na Preparação dos Cuidadores do Idoso: ciência e saúde coletivo. Rev Saúde Publ 2006; 4 (1): 1085-92.
2. Born T, organizadora. Cuidar melhor e evitar a violência: manual do cuidador da pessoa idosa. Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos; 2008.
3. Conceição LFS. Saúde do idoso: orientações ao cuidador do idoso acamado. Rev Med Minas Gerais 2010; 20(1): 81-91.
4. Gonçalves LHT, Alvarez SM, Sena ELS, Santana LWS, Vicente FR. Perfil da Família Cuidadora de Idoso Doente/Fragilizado do contexto sociocultural de Florianópolis, SC. Texto Cont Enferm 2006 out-dez; 15(4): 570-7.
5. Scarpellini M, Loro MM, Kolankiweicz ACB, Rosanelli CLP, Gomes JS, Zeitouné RCG. A importância do cuidador de idosos na assistência ao idoso. Rev Context e Saúde 2001 jan-jun; 10(20): 85-92.
6. Resende MCF, Dias EC. Cuidadores de Idosos: um novo/velho trabalho. Physis. Rev Saúde Col 2008; 18(4): 785-800.
7. Seixas H. O Lugar Escuro: uma história de senilidade e loucura. Rio de Janeiro: Objetiva; 2007.
8. Moreira MD, Caldas CP. A Importância do Cuidador no Contexto da Saúde do Idoso. Esc Anna Nery. Rev Enferm 2007 set; 11(3): 520-5.
9. Perlini NMOG, Faro ACM. Cuidar de pessoa incapacitada por acidente vascular cerebral no domicílio: o fazer do cuidador familiar. Rev Esc Enferm USP 2005; 39(2): 154-163.
10. Pavarini SCI, Melo LC, Silva VM, Orlandi FS, Mendiondo SZ, Filizola CLA, Barham EJ. Cuidando de Idosos com Alzheimer: a vivência de cuidadores familiares. Rev Eletr Enferm 2008; 10(3): 580-590.
11. Caldeira APS, Ribeiro RCHM. O enfrentamento do cuidador do idoso com Alzheimer. Arq Ciênc Saúde 2004; 11(2): X-X.
12. Freitas ICC, Paula KCC, Soares JM, Parente ACM. Rev Bras Enferm 2008 Jul-Ago; 61(4): 508-513.
13. Martins JJ, Albuquerque GL, Nascimento ERP, Barra DCC, Souza WGA, Pacheco WNS. Necessidades de educação em saúde dos cuidadores de pessoas idosas no domicílio. Text Context Enferm 2007 Abr-Jun; 16(2): 254-262.



14. Cerqueira ATAR, Oliveira NIL. Programa de apoio a cuidadores: uma ação terapêutica e preventiva na atenção à saúde dos idosos. Psciol USP 2002; 13(1):133-150.
15. Born T, organizadora. Cuidar melhor e evitar a violência: manual do cuidador da pessoa idosa. Brasília: Secretaria Especial dos Direitos Humanos; 2008.
16. Cabral LP, Grden CRB, Zimmermann MH, Gonçalves CS, Severo E. A importância da Educação em Saúde aos cuidadores de idosos. In: Anais do 2. Congresso Internacional de Ponta Grossa. Ponta Grossa 2010; p. X-X.
17. Snyder L. Alzheimer: Quando nossa mente fala. Campinas: Papirus; 2013.