

Título : A depressão e o adoecimento dos cuidadores dos idosos: intervenção na atenção primária à saúde

Nome: Thais Gonçalves Valente

orientador: Erico Marcos de Vasconcelos

Introdução

Com o aumento da expectativa de vida houve um aumento da prevalência de doenças crônicas típicas da idade avançada, aumentando o número de idosos dependentes do cuidado de terceiros. É notável que nos últimos anos a assistência a esses pacientes tem privilegiado o cuidado domiciliar, favorecendo a permanência destes no núcleo familiar, determinando ao cuidador maior investimento de tempo e de responsabilidades. Cuidar de um familiar doente pode gerar uma grande sobrecarga emocional, física e financeira, o que afeta a qualidade de vida de quem cuida. Infelizmente, em geral a atenção domiciliar realizada pela Atenção Primária à Saúde costuma se focar apenas no idoso, muitas vezes negligenciando o cuidador, por não enxerga-lo como paciente e sim como indivíduo facilitador do atendimento. Entretanto cada vez mais torna-se notável a necessidade de um olhar mais aprofundado para o cuidador, para suas patologias orgânicas e psíquicas, que muitas vezes advêm da sobrecarga gerada pelo ato de cuidar.

A maioria dos artigos nos mostra que os cuidadores familiares estão sobrecarregados. Em alguns estudos, a sobrecarga no cuidar aparece associada a características do paciente e da sua doença; em outros, a um pior estado de saúde do cuidador, a uma maior sintomatologia psicopatológica (ansiedade, depressão, stress emocional) e também ao desenvolvimento de complicações no luto.

Rezende investigou 133 cuidadores de pacientes sem possibilidade de cura, avaliando a frequência de ansiedade e depressão: 84% relatou mudança na rotina pelo fato de cuidar; 99% relatou ansiedade e 71% depressão.

Proot analisando 13 relatos de cuidadores em cuidados paliativos encontrou vulnerabilidade extrema em cuidadores, situação que colocava em risco os cuidadores de adoecerem por fadiga severa.

A própria Organização Mundial da Saúde (OMS) já se posicionou sobre o assunto considerando inclusive o atendimento às necessidades dos cuidadores um dos principais objetivos do cuidado paliativo.

Fica claro assim que o cuidador merece ter um plano de cuidados sobre si afim de evitar seu adoecimento mediante tamanha sobrecarga psíquica, emocional, física e até mesmo financeira.

OBJETIVO

Desenvolver ações para o cuidado com os Cuidadores identificados no território da equipe azul como forma de minimizar sofrimentos e reduzir danos diversos

1. Criar grupo de cuidadores
2. Identificar possíveis novos cuidadores para se ter maior número de responsáveis.
3. Elaborar um plano de cuidados para o cuidador

MÉTODOS

local: PSF Alex Hackim

público- alvo: cuidadores de idosos da equipe Azul

participantes: equipe de médicos, enfermeiros, dentistas e agentes comunitários do PSF acima citado; profissionais do NASF;

Ações

1. Criação de grupo de cuidadores :dentro deste grupo pode haver medidas visando tanto o alívio do estresse emocional como também pode ser realizada uma capacitação direcionada aos cuidadores visando reduzir o medo e proporcionando maior segurança; Neste grupo dúvidas sobre os cuidados podem ser elucidadas
2. Busca ativa por novos cuidadores a fim de diminuir a sobrecarga concentrada sobre apenas um indivíduo. Tal Passo só deve ser tomado com a equipe se sentindo segura e com consentimento do cuidador
3. Elaboração de planos de cuidados com foco no cuidador. Ampliar o foco de atenção da equipe de saúde, que na maioria das vezes, fica apenas no indivíduo doente, elaborando um plano de cuidados direcionados ao cuidador em toda sua integralidade.

Avaliação/Monitoramento : Serão aplicados questionários para avaliar a satisfação dos cuidadores com as ações realizadas e para avaliar seu progresso físico e mental com a realização destas

RESULTADOS

É esperado como resultado um aumento da esperança, do apoio social, da capacidade do cuidador de atribuir um significado à experiência de cuidar e de se sentir confortável com as tarefas de cuidar havendo assim menores níveis de sobrecarga e adoecimento destes indivíduos.

REFERÊNCIAS

1. Rezende V, et al. Depressão e ansiedade nos cuidadores de mulheres em fase terminal de câncer de mama e ginecológico. revista brasileira de ginecologia e obstetrícia. 2005 Dez;279(12): 737-743
2. Proot I.M, et al. Vulnerability of family caregivers in terminal palliative care at home; balancing between burden and capacity. Scand J Caring Sci 2003; 17(2):113-121;
3. Severo, A.K.S. et al. A experiência de familiares no cuidado em saúde mental. Arquivos brasileiros de Psicologia. Rio de Janeiro, v.59, n.2, p.143-155, 2007. Disponível em :<http://pepsic.bvsalud.org/sciel.php?pid=S180952672007000200005&script_arttext>. Acesso em 23 nov. 2016.