



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

LIZANDRA SUBERT SALAS

MELHORANDO A QUALIDADE DE VIDA DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS
COM DEPENDENCIA PARCIAL OU TOTAL NO PSF DR. SEBASTIÃO JOSE
RODRIGUES

SÃO PAULO
2018

LIZANDRA SUBERT SALAS

MELHORANDO A QUALIDADE DE VIDA DO CUIDADOR INFORMAL DE PESSOAS
COM DEPENDENCIA PARCIAL OU TOTAL NO PSF DR. SEBASTIÃO JOSE
RODRIGUES

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: EDIMEIA RIBEIRO ALVES VIEIRA

SÃO PAULO
2018

Introdução

No mundo de hoje, o aumento da expectativa de vida e da incidência de doenças crônicas e suas sequelas, trazem consigo o aumento importante do envelhecimento da população assim como situações derivadas das complicações e exacerbações próprias da patologia, que vão gerando dificuldades para a realização das atividades da vida diária, que finalizam em perda da dependência parcial o total, aparecendo necessidades complexas que na maioria das vezes devem ser assumidas por um familiar que geralmente não tem conhecimento prévio de como realizar o melhor cuidado da pessoa doente, e o que é ainda mais importante, de como lidar com a nova situação e manter o autocuidado para evitar o desgaste físico e emocional desencadeado pela nova situação.

Se define como cuidador aquela pessoa da família ou da comunidade que presta cuidados a outra pessoa de qualquer idade, que esteja necessitando de cuidados por estar acamada, com limitações físicas ou mentais, com ou sem remuneração. A função do cuidador é acompanhar e auxiliar a pessoa a se cuidar, fazendo por ela somente as atividades que ela não consiga fazer sozinha (BRASIL., 2008) Os cuidadores podem ser formais quando trata-se de aqueles profissionais ou responsáveis de estabelecimentos especializados, que tem sido treinados previamente sobre os cuidados do que precisa a pessoa dependente, oferecem atenção com limites no horário, geralmente recebem compensação financeira pelos seus serviços e apresentam menor comprometimento afetivo. Por outra parte, os cuidadores informais são aqueles que não tem recebido formação prévia sobre os cuidados que deve receber a pessoa dependente, provê cuidados e assistência para outros sem remuneração nem limites de horário. Este serviço costuma estar caracterizado por um elevado grau de comprometimento, amor ou filantropia que vem determinado por relações já existentes, principalmente por familiares. (Simão., 2009; PORTAL HOMECARE., 2015)

Segundo informe do 2018 da Organização Mundial da Saúde, atualmente as doenças crônicas são a primeira causa de morte em todo o mundo, representando o 71 % e junto ao envelhecimento e os acidentes constituem as principais causas de morbidade e limitações físicas gerando incapacidades . A sua vez, geram em menor ou maior prazo, algum grau de dependencia. A dependencia é definida como a "necessidade de ajuda ou assistencia para poder fazer as atividades da vida diaria". A pessoa dependente apresenta perda da autonomia física, psíquica, intelectual, sensorial ou mistas (TORRES et al, 2008) A dependencia pode ser total ou parcial mas sempre muda a dinamica da familia e a vida de quem assume este papel. A maioria dos estudos concordam em que geralmente são as mulheres quens assumem esta responsabilidade, seja voluntariamente ou não. Muitas vezes o cuidador valoriza as necessidades de quem esta a seu cargo, deixando em segundo plano as suas proprias necessidades. Com frequencia, após terem assumido a responsabilidade, eles precisam de ser alvo de orientação para poder continuar lidando com inumeros fatores, como aceitação do diagnostico, mudanças no ambiente familiar e nas relações inter-familiares com os filhos, o casal, etc, a situação economica que pode variar tanto pela diminuição da renda quanto pelo aumento dos gastos decorrentes do cuidado do familiar dependente: o tempo livre, a situação da saude e o estado de animo.

O interesse em estudar o impacto do cuidado de longo prazo nos cuidadores e nas redes de

apoio informais é bastante recente na maioria dos países. Os estudos pioneiros sobre cuidados informais apareceram em países anglo-saxônicos e focalizaram o impacto do cuidado na unidade familiar em geral, incluindo, além disso, outros problemas (TORRES et al 2008)

Na área de abrangência do PSF Dr. Sebastião José Rodrigues existe um número importante de pessoas cadastradas com algum tipo de dependência total ou parcial, a maioria das quais são cuidadas por um familiar próximo. Durante as visitas domiciliares destes pacientes e nas consultas médicas, muitos de seus cuidadores relataram problemas de saúde, que ao questionar mais ao fundo e aplicar testes revelaram alterações do seu estado físico e emocional que foram piorando ao longo do tempo muitas vezes por baixa percepção, descuido ou "falta de tempo suficiente".

No dia a dia muitas vezes as necessidades do cuidador não são percebidas pelos profissionais de saúde até mesmo pelos familiares. O presente estudo visa reconhecer precocemente sinais de sobrecarga do cuidador e intervir positivamente no seu estado de saúde melhorando sua qualidade de vida.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

- ♦ Implementar um programa de intervenção nos cuidadores informais de pessoas com dependência parcial ou total e os profissionais da saúde para detectar precocemente sinais de sobrecarga e evitar suas consequências

Objetivos Específicos:

- ♦ Criar espaço e ações educativas com os cuidadores informais.
- ♦ Treinar aos profissionais de saúde mais próximos aos cuidadores para detecção e reconhecimento de sinais de sobrecarga
- ♦ Desenvolver ações para elevar a qualidade de vida dos cuidadores informais.

Método

Local: PSF DR. Sebastião Jose Rodrigues e domicílios dos pacientes dependentes

Público Alvo: Cuidadores informais dos pacientes com dependência parcial ou total. Agentes comunitários de saúde.

Participantes: Profissionais da ESF com foco nos médicos, enfermeiras. Profissionais do NASF.

Para realizar o projeto primeiramente se realizara o estudo socio-demografico procurando atingir a maior quantidade de cuidadores informais dos pacientes com dependência parcial ou total na área de abrangência. Posteriormente realizar uma sondagem, com prévio consentimento, através de Questionário de Avaliação da Sobrecarga do Cuidador Informal. Após se implementara um programa de ações educativas através de palestras, seminários e criação de grupos de apoio em dependência dos resultados iniciais do questionário, e o acompanhamento médico ou psicológico nos casos que precisarem.

Em relação aos agentes comunitários de saúde, sera realizado treinamento sobre como aplicar testes simples e identificação objetiva/ subjetiva de sinais de sobrecarga do cuidador assim como dar orientação quanto a realização de ações coletivas e individuais para melhorar a qualidade de vida tanto do paciente dependente quanto do cuidador.

Avaliação e Monitoramento do Projeto: para avaliar a satisfação dos cuidadores participantes do projeto, se realizara pesquisas através de questionários simples para avaliar aspectos do aprendizado quanto a seu autocuidado e sua satisfação com os aspectos tratados. Em relação aos agentes comunitários de saúde será aplicado um questionário estruturado com questões sobre avaliação do processo como um todo. O monitoramento sera realizado ao longo do projeto.

Resultados Esperados

Com a realização deste projeto, espera-se melhorar a qualidade de vida dos cuidadores informais, o que representaria menor taxa de adoecimento e melhoras no cuidado dos pacientes dependentes.

Referências

Brasil. Ministerio da Saude. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saude. Guia pratico do cuidador. / Minsterio da saude. Secretaria de Gestão e da Educação na Saude.- Brasília: Ministerio da Saude 2008

Portalthomecare.com.br/cuidador-formal-e- informal. 2015 (em linha)

Simão Patricia Alesxandra. Quaidade de vida dos cuidadores informais de idosos dependentes no contexto domiciliario. 2009. Lisboa

WWW.PAHO.ORG Novas estatisticas mundiais de saude 2018.

Torres Egea Ma del Pilar. Ballesteros Pérez Esperanza, Sánchez Castillo Pablo David. Programas e Intervenciones de Apoyo a cuidadores informales en España. Gerokomo, Barcelona v.19 n.1 pag. 9-15 marzo 2008