



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DEBORA CRISTINA OSELIERO

CURSO PARA CUIDADORES DE IDOSOS INFORMAIS, UMA AÇÃO DE EDUCAÇÃO  
PERMANENTE EM SAÚDE

SÃO PAULO  
2020

DEBORA CRISTINA OSELIERO

CURSO PARA CUIDADORES DE IDOSOS INFORMAIS, UMA AÇÃO DE EDUCAÇÃO  
PERMANENTE EM SAÚDE

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: ALINE FIORI DOS SANTOS FELTRIN

SÃO PAULO  
2020

## **Resumo**

O envelhecimento populacional é observado não apenas no Brasil, mas em todo o mundo. Grande parte dos países com essa questão, apresentam doenças crônicas e algumas limitações funcionais em seus idosos. Leva-se em consideração que grande parte dos idosos necessitam de auxílio nas tarefas banais do dia-a-dia (se vestir, tomar banho), agravando ainda mais quando se tratam de tarefas mais complexas (finanças, limpeza da casa). Na maioria dos casos um membro da família acaba desempenhando esse papel, principalmente se já mora no mesmo domicílio. Sendo assim, podemos ressaltar a importância de capacitar o cuidador de idoso, tanto para o bem do idoso quanto ao do próprio cuidador, já que sem a experiência e preparação o cuidador de idoso de primeira viagem passa por problemas de sobrecarga e estresse. Diante disso, será proposto um curso de cuidador de idoso para a população da unidade São Dimas de São Pedro/SP. A intenção desse projeto é orientar os cuidadores de idosos domiciliados nos cuidados do dia-a-dia e proporcionar trocas de experiências.

## **Palavra-chave**

Pessoa Acamada. Idoso. Cuidador.

## **PROBLEMA/SITUAÇÃO**

A área da saúde encontra novos desafios devido ao envelhecimento populacional, isso está refletido em nossa realidade.

Estudos revelam que cerca de 40% dos indivíduos com 65 anos ou mais de idade precisam de algum tipo de ajuda para realizar pelo menos uma tarefa como fazer compras, cuidar das finanças, preparar refeições e limpar a casa. Uma parcela menor (10%) requer auxílio para realizar tarefas básicas, como tomar banho, vestir-se, ir ao banheiro, alimentar-se, sentar e levantar de cadeiras e camas.

Na área de atuação da Equipe de Saúde da Família gama da Unidade São Dimas, São Pedro-SP, contamos cadastrados na data até 2019 com 554 pessoas acima de 60 anos e 36 paciente domiciliados. Dados estes coletados pelas agentes comunitárias de saúde da equipe.

Diante dessa realidade podemos ressaltar a importância do papel do cuidador desse idoso que necessita de auxílio para tarefas básicas, composto em sua maioria por cuidadores informais, sem capacitação para esse cuidado, que assume outras funções em seu ambiente familiar tornando-se sobrecarregado.

O cuidador familiar de idosos incapacitados precisa ser alvo de orientação de como proceder nas situações mais difíceis, e receber em casa periódicas visitas de profissionais, médico, pessoal de enfermagem, de fisioterapia e outras modalidades de supervisão e capacitação.

## **ESTUDO DA LITERATURA**

O Estatuto do Idoso no Brasil classifica a população idosa de acordo com a idade cronológica acima de 60 anos. Baseando-se nessa classificação notamos o aumento da representatividade dos idosos dentre a população brasileira ao longo do tempo. Em 1960, encontrava no Brasil cerca de 3 milhões, passando para 7 milhões em 1975 e, em 2008, eram 21 milhões. O número da população idosa aumentou não apenas em quantidade, mas como também em proporção em relação a população total brasileira, sendo que no período compreendido entre 1998 e 2008, a proporção de idosos aumentou de 8,8 para 11,1%. A previsão para o futuro é que a proporção continue crescendo, a estimativa para 2020 é que o número de idosos poderá exceder a 30 milhões de pessoas no país, o que representará 13,6% da população total. (DA CRUZ; CAETANO;LEITE,2010).

O processo de envelhecimento populacional deve-se a queda das taxas de fecundidade e natalidade atreladas à queda da mortalidade geral e da mortalidade infantil, com o consequente aumento da expectativa de vida. Apesar do envelhecimento populacional ser observado não apenas no Brasil, mas em âmbito mundial, no Brasil está ocorrendo de modo acelerado e radical comparando-se em demais países do Primeiro Mundo, em que essa alteração da faixa etária populacional vem acontecendo há mais tempo. Fato este que ocorre pois tais países iniciaram sua diminuição na taxa de fecundidade ainda no século XIX e outros nunca nem ao menos chegaram a ter níveis de fecundidades tão altos quanto o Brasil, convivendo desde sempre com uma população menos jovem. A estimativa é que o Brasil ocupe a sexta colocação entre os países com maior número de idosos até 2020(DA CRUZ; CAETANO;LEITE,2010).

O envelhecimento populacional em ritmo tão acelerado traz desafios para a saúde pública brasileira. Anualmente são adicionados 650 mil idosos à população brasileira, sendo que grande parte destes apresentam doenças crônicas e algumas limitações funcionais. Ou seja, trazem consigo um número elevado de enfermidades crônicas, complexas e onerosas, no qual as doenças podem ser múltiplas e perdurar por anos, demandando cuidados de saúde constantes (CARVALHO; GARCIA, 2003).

Visando o aumento dessa população e suas peculiaridades, deve-se priorizar medidas e programas que viabilizem os princípios de integralidade e equidade. Para garantir a saúde do idoso de forma holística, o ideal é que o mesmo seja mantido na família e na sociedade de forma ativa e construtiva, preservando ao máximo sua independência e garantindo melhor qualidade de vida nos anos adicionais adquiridos com o aumento da longevidade. (DA CRUZ; CAETANO;LEITE,2010).

Para ilustrar o desafio que é o cuidado ao idoso, podemos usar como exemplo o fato que cerca de 40% dos indivíduos com 65 anos ou mais de idade precisam de algum tipo de ajuda para realizar pelo menos uma tarefa como fazer compras, cuidar das finanças, preparar refeições e limpar a casa. Isso torna-se ainda mais acentuado quando levamos em conta que 10% necessita de auxílio para realizar tarefas básicas, como tomar banho, vestir-se, ir ao banheiro, alimentar-se, sentar e levantar de cadeiras e camas (KARSCH,2003).

Diante dessa realidade existe alguém que encontra-se responsável para auxiliar o idoso em suas atividades diárias. Esse papel normalmente é desempenhado pelos seus familiares que residem em mesmo domicílio, sendo mais comum que o sexo feminino assuma esse papel,

mulheres, que, geralmente, residem no mesmo domicílio e se tornam as cuidadoras de seus maridos, pais e até mesmo filhos. A visibilidade social desta personagem, porém, ainda é muito restrita, sobretudo nos países em que o envelhecimento da população vem acontecendo há poucas décadas (KARSCH,2003).

Notamos em casos assim a importância também da orientação desse cuidador através da visita de profissionais da área da saúde, principalmente nos casos em que um cônjuge menos lesado assume os cuidados do outro, que foi acometido por uma súbita e grave doença incapacitante. Em situações como essas é comum que ocorra alteração da estrutura familiar devendo atentar-se para mudanças sociais e econômicas que essa dependência súbita levou (KARSCH,2003).

Apesar das dificuldades encontradas no cuidado com idoso, pesquisas mostram que segundo a vontade da maioria de seus cuidadores seria, se pudessem, manter o paciente em casa até o final da vida, frente a possibilidade da internação do mesmo em asilos, casa de repouso e similares (KARSCH,2003).

De maneira geral, podemos definir como

“Cuidador a pessoa, membro ou não da família, que, com ou sem remuneração, cuida do idoso doente ou dependente no exercício de suas atividades diárias, tais como alimentação, higiene pessoal, medicação de rotina, acompanhamento aos serviços de saúde e demais serviços requeridos do cotidiano - como a ida a bancos ou farmácias - , excluídas as técnicas ou procedimentos identificados com profissões legalmente estabelecidas, particularmente na área da enfermagem.” KARSCH, 2003.

Conhecendo o perfil do cuidador no Brasil, estudos sugerem que os cuidadores apresentam sobrecarga de moderada a grave, relacionando-se com o grau de dependência das atividades diárias do idoso. O equilíbrio entre seu pessoal e social pode ser alterado no estresse diário. Uma doença prolongada de um familiar acarreta além de um estresse uma carga a mais de preocupação. Sendo um cuidador informal, você está sempre sujeito a uma situação de grande responsabilidade e estresse. Problemas imediatos graves onde o cuidador informal não possui os mecanismos corretos para o auxílio do enfermo geram grandes seguimentos negativos, como medo, culpa e ansiedade. Quando este estado de mal-estar e tensão se prolongam, e existe uma dificuldade para lidar com isso de uma maneira saudável, a tendência é gerar uma sobrecarga ao cuidador. (PEREIRA, 2013)

"O processo de cuidar de um familiar idoso e/ou dependente é contínuo e quase sempre irreversível, comportando cinco situações de crise: consciência da degeneração, imprevisibilidade, limitações de tempo, relação afetiva entre cuidador e sujeito alvo dos cuidados e a falta de alternativas de escolha." (PEREIRA, 2013)

## **AÇÕES**

Diante da problemática levantada e a realidade mapeada, é proposto um curso de cuidador de idoso para a população da Unidade São Dimas, São Pedro-SP. Inicialmente o curso conta com doze (12) encontros, em que serão discutidos os temas: 1- apresentação, direitos legais e cuidados do cuidador e qualidade de vida, 2- Higiene: Como auxiliar no banho e banho de leito, 3- Higiene bucal, 4- Alimentação: dietas e cuidados com sonda, 5- Auxiliando caminhar, exercícios físicos e respiratórios, 6- adaptações ambientais, 7- estímulos e comunicação, 8- cuidados com sonda vesical de demora e ostomias, 9- Auxílio com medicação, 10- Mudando posição em cama e cuidados com escaras, 11- emergências, 12- reconhecendo o fim e óbito.

O curso será baseado no Guia Prático do Cuidador, Ministério da Saúde, 2008, de onde foram retirados os temas a fim de contemplar todo o necessário para o cuidado ao idoso e ao próprio cuidador de maneira holística, levando em consideração que deve-se ser orientado sobre os cuidados em si com o enfermo mas também as mudanças estruturais enfrentadas pelas famílias que se encontram nessa situação. Para ministrar os temas serão convidados profissionais da área da saúde do município de acordo com o tema abordado e suas especialidades.

O curso contará com certificado para possível reinserção do cuidador no mercado de trabalho, que muitas vezes se vê obrigado a deixar seu emprego para assumir em tempo integral o papel de cuidador.

O convite aos cuidadores assistidos pela Unidade será feito através da busca ativa pelas agentes comunitárias de saúde, sendo que muitos já são conhecidos pela Equipe e possuem vínculo com as mesmas.

## **RESULTADOS ESPERADOS**

A intenção desse projeto é auxiliar cuidadores de idosos domiciliados orientando-os sobre os cuidados com esses pacientes, proporcionar trocas de experiências e também estreitar o vínculo dos mesmo com as Equipes de Saúde da Família presentes na Unidade, trazendo também apoio para os mesmo que muitas vezes encontram-se sobrecarregados em com piora da qualidade de vida após terem assumido esse papel, ressaltando a importância também do cuidado com o cuidador.



## REFERÊNCIAS

- ♦ MOTTA, Luciana Branco da; AGUIAR, Adriana Cavalcanti de. Novas competências profissionais em saúde e o envelhecimento populacional brasileiro: integralidade, interdisciplinaridade e intersetorialidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 12, p. 363-372, 2007.
- ♦ CARVALHO, José Alberto Magno de; GARCIA, Ricardo Alexandrino. O envelhecimento da população brasileira: um enfoque demográfico. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 19, n. 3, p. 725-733, 2003..
- ♦ Lei 8.842, de 4 de janeiro de 1994. Dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**1996; 5 jan.
- ♦ DA CRUZ, Danielle Teles; CAETANO, Vanusa Caiafa; LEITE, Isabel Cristina Gonçalves. Envelhecimento populacional e bases legais da atenção à saúde do idoso. 2010.
- ♦ KARSCH, Ursula M. Idosos dependentes: famílias e cuidadores. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 19, n. 3, p. 861-866, 2003.
- ♦ Gordilho A, Nascimento JS, Silvestre J, Ramos LR, Freire MPA, Espíndola N, et al. Desafios a serem enfrentados no terceiro milênio pelo setor saúde na atenção integral ao idoso. Rio de Janeiro (RJ): UnATI/UERJ; 2000.
- ♦ PEREIRA, Roberta Amorim et al. Sobrecarga dos cuidadores de idosos com acidente vascular cerebral. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 47, n. 1, p. 185-192, 2013.
- ♦ HORI, Alice Ayako; NASCIMENTO, Andréia de Fátima. O Projeto Terapêutico Singular e as práticas de saúde mental nos Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) em Guarulhos (SP), Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 3561-3571, 2014.