

O cuidador e o sentimento de acolhimento em um Hospital Universitário: Um relato de Experiência

The caregiver and the feeling of support in a University Hospital: an experience report

Autores

Fernanda Oliveira Serrão. Bolsista. Universidade Federal do Pará (UFPA).

Email: fernandaoliveira.serrao@gmail.com

Elenilce Pereira de Carvalho. Nutricionista. Mestre em Saúde Sociedade e Endemias na Amazônia. Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB).

Email: epc@ufpa.br

Elisângela de Macedo Maués. Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do idoso. Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB).

Email: elismaues@yahoo.com.br

Adrielle Aguiar de Carvalho. Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde do idoso. Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB).

Email: adriellecarvalho@yahoo.com.br

Adrienne Pureza Maciel. Nutricionista Especialista em Saúde do Idoso. Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB).

Email: dri_pmaciell@hotmail.com

Pricila Ferreira de Luna. Nutricionista Especialista em Saúde do Idoso. Hospital Universitário João de Barros Barreto (HUJBB).

Email: pricilaluna@yahoo.com.br

Recebido em: 20/07/2016 **Aprovado em:** 07/04/2017

DOI: 10.12957/interag.2017.24734

Relato

Resumo

Introdução: Atualmente, cerca de 12% da população brasileira são idosos. Com o aumento do número de idosos, há, também, o aumento da prevalência das Síndromes Geriátricas, que, muitas vezes, ocasiona a necessidade de cuidados especiais. Geralmente, os responsáveis por esses cuidados são os familiares mais próximos, que, ao dedicar-se nas

Abstract

Introduction: Today, the elderly form about 12% of the Brazilian population. With the increasing number of elderly people, there is also an increase in the prevalence of Geriatric Syndromes, which often leads to a necessity of special care. Generally, those responsible for this care are the closest relatives who, when engaging in tasks with the elder-

tarefas com o idoso, frequentemente, são acometidos por sobrecargas físicas, sociais e emocionais, interferindo significativamente na sua qualidade de vida. Metodologia: Foram entrevistados 85 cuidadores de idosos. Para identificação do perfil sociodemográfico e estilo de vida do cuidador, foi utilizado um questionário semiestruturado. Com o intuito de identificar o estado nutricional do idoso, foram aferidas as seguintes medidas antropométricas: peso, altura e circunferência da cintura. Foram utilizados folders explicativos e ilustrativos a fim de orientar os cuidadores durante o cuidado e autocuidado dos idosos. Resultado: Foi possível observar a surpresa que os cuidadores esboçavam ao serem entrevistados para falarem de si, pois muitos estão acostumados a serem abordados por profissionais e estagiários a fim de obterem tão somente informações a respeito do paciente idoso. Conclusão: Há necessidade de atenção a esse grupo populacional e de proporcionar ao cuidador os conhecimentos básicos necessários para que este exerça, com qualidade de vida, o seu papel de cuidar.

ly, are often affected by physical, social and emotional overload. This overload significantly interferes with their life quality. Methodology: Eighty-five elderly caregivers were interviewed. To identify the sociodemographic profile and lifestyle of the caregiver, a semi-structured questionnaire was applied. In order to identify the nutritional status of the elderly, the following anthropometric measures were taken: weight, height and waist circumference. Explanatory and illustrative folders were used to guide caregivers during the care and self-care of the elderly. Results: It was possible to observe the surprise that the caregivers showed when they were interviewed to talk about themselves, since many are used to being approached by professionals and trainees in order to obtain information only about the elderly patient. Conclusion: There is a need for attention to this population group. Caregivers need basic knowledge so that they can fulfil their role as caregivers and live a quality life.

Palavras-chave: *Cuidador; Qualidade de vida; Idoso.*

Keywords: *Caregiver; life quality; Elder*

Área temática: *Saúde*

Linha de extensão: *Saúde humana*

Introdução

Estima-se que a população brasileira, atualmente, seja de mais de 204 milhões de habitantes; destes, 23 milhões são habitantes idosos, com mais de 60 anos de idade, sendo, portanto, 12,5% da população¹. Até 2050, este número deverá triplicar, fatos

que são relacionados ao aumento da expectativa de vida e à baixa taxa de natalidade.²

Um das consequências desse processo de envelhecimento é a limitação da capacidade que o idoso possui para realizar de forma autônoma suas atividades do dia a dia, devido à maior prevalência de doenças crônicas nessa fase de vida, como hipertensão e diabetes mellitus que, muitas vezes, ocasionam a dependência parcial ou total do idoso, necessitando este de cuidados especiais.³

Com a perda da autonomia do idoso, o papel de cuidar transfere-se, geralmente, a um dos membros da família, que, muitas vezes de forma voluntária, dedica-se aos cuidados necessários para fornecer uma melhor qualidade de vida ao idoso dependente.⁴ Frequentemente, estes cuidadores são acometidos por sobrecargas físicas, sociais e emocionais, interferindo significativamente na sua qualidade de vida, por não possuírem conhecimentos prévios acerca da(s) patologia(s) que o idoso possui e devido à sobrecarga do ato de cuidar do próximo e, conseqüentemente, esquecer de si.⁵

De acordo com alguns autores, cuidar de alguém dependente requer esforço mental, físico e psicológico.⁶ Logo, o cuidador se torna propenso a ter distúrbios em sua saúde, que, para a Organização Mundial da Saúde (OMS) é o conjunto formado por bem-estar físico, mental e social. Portanto, estando um desses fatores comprometidos, compromete-se também a saúde do indivíduo.

Observando a necessidade de apoiar estes cuidadores, o projeto “Qualidade de Vida dos Cuidadores de Idosos” busca acolher os cuidadores de um hospital de ensino, referência em atendimento ao idoso, em Belém-PA, orientando-os para se adaptarem a estas mudanças ocasionadas pela dependência do idoso, estimulando suas capacidades de forma que contribua para a promoção da saúde do binômio cuidador-idoso.

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência oriundo do Projeto de Extensão intitulado “Qualidade de Vida de Cuidadores de Idosos” desenvolvido entre os meses de junho de 2015 a maio de 2016. Participaram deste estudo 85 cuidadores formais e informais de idosos internados em um hospital universitário em Belém-PA, referência em atendimento ao idoso.

Os cuidadores eram abordados ao lado dos leitos em que encontravam os idosos que acompanhavam e, após o seu consentimento, era aplicado um questionário semi-qualitativo para identificação do perfil social e estilo de vida dos cuidadores. Com o intuito de identificar o estado nutricional do cuidador foram aferidas as seguintes medidas antropométricas: peso, altura e circunferência da cintura, e posteriormente calculado o IMC. Além disso, foram coletadas informações gerais sobre os cuidados que o cuidador dispensava ao idoso.

De acordo com as características e necessidades dos cuidadores, eram feitas orientações com a utilização de folders de caráter educativo e preventivo, com o intuito de repassar conhecimentos prévios acerca das principais síndromes geriátricas e de informar os cuidadores sobre assuntos relevantes que poderiam contribuir para a prestação de cuidados com o idoso e seu autocuidado.

Participaram do desenvolvimento do projeto 6 pessoas, sendo 3 nutricionistas, 2 residentes em Saúde do Idoso e 1 acadêmica de nutrição.

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa do Hospital Universitário João de Barros Barreto, sob o parecer consubstanciado nº 1124360, Certificado de Apresentação para Apreciação Ética (CAAE): 45179515.4.0000.0017.

Perfil social e nutricional dos cuidadores de idosos

A maioria dos cuidadores pertencia ao gênero feminino (97,4%). A idade variou de 18 a 62 anos, com média de 45,43,6 anos; 37,6 % eram filhos (as) dos idosos. A maioria dos cuidadores estudou até o ensino fundamental (49,10%); 41,70% possuíam companheiro (a); 43,5% exerciam outras funções além de cuidar do idoso.

A população era predominantemente composta de cuidadores informais de idosos (96,50%). Realizar a higiene (47,4%) e vestir o idoso (42,2%) foram as principais dificuldades mencionadas pelos cuidadores. A análise do IMC permitiu identificar que 41,3% dos cuidadores possuíam sobrepeso e 36,2% estavam com obesidade. De acordo com a CC, 54,3% possuíam risco de desenvolvimento de doenças metabólicas e cardiovasculares; 95% não praticavam exercícios físicos.

Orientações desenvolvidas aos cuidadores de idosos

Foram elaborados, pelos participantes do Projeto de extensão, folders explicativos e ilustrativos sobre assuntos de grande importância que podem contribuir significativamente no cuidado com o idoso e no autocuidado. Para a elaboração desses folders foram consultados artigos em bases de dados bibliográficas e cartilhas do Ministério da Saúde. Ao final da entrevista, os folhetos eram oferecidos aos cuidadores de acordo com as dificuldades mencionadas por eles e observadas pelos entrevistadores, e, então, eram feitas as devidas explicações, além de serem sanadas as dúvidas dos cuidadores, quando houvesse. Os folders possuíam os seguintes temas:

Prevenção de acidentes domésticos: Aborda os cuidados necessários que se deve ter no banheiro, na sala, escadas, corredores, entre outros, em relação à escolha e posicionamento de móveis, por exemplo, bem como informações sobre cuidados gerais que o cuidador do idoso deve atentar-se com o objetivo de prevenir acidentes domésticos.

Higiene, manipulação e administração de alimentos: Aborda a maneira correta de higienizar as mãos e os alimentos, bem como manipular os alimentos de forma a prevenir possíveis contaminações cruzadas e prejuízos à saúde tanto do manipulador quanto do consumidor. Foi abordada, também, a forma correta de administrar alimentos por sonda, além de dicas de preparações de refeições e o jeito correto de oferecê-las ao idoso de forma a evitar broncoaspirações, por exemplo.

Relaxamento: Alongamento e exercícios: Folder que sugere exercícios simples que o cuidador pode realizar no próprio ambiente hospitalar, uma vez que o sedentarismo e o cansaço físico, atrelados à falta de tempo, estão constantemente presentes na vida do cuidador de idoso. São demonstrados exercícios para o braço, tronco, mãos, pescoço e pernas.

Ergometria: Transferência do paciente: Demonstra as formas corretas de movimentar o idoso no leito: sentando-o na beira da cama; colocando-o para a cabeceira da cama; colocando-o de lado, bem como o passo a passo para transferi-lo para a cadeira de rodas, quando necessário. Não só o idoso sofre com o manejo inadequado. O cuidador, ao movimentar o idoso de forma incorreta, pode, por exemplo, sofrer sérios riscos em sua coluna, tanto a curto quanto em longo prazo, além de prejudicar suas articulações. Por isso, a necessidade de orientá-los quanto ao modo correto de realizar tais tarefas.

Higiene do idoso: oral e íntima: Demonstra como proceder ao dar banho no idoso no chuveiro e no leito, bem como os procedimentos que devem ser realizados ao escovar os dentes. Estas informações possuem significativa importância ao garantir a higiene do idoso e assim evitar possíveis complicações da doença. Importantes também, pois o cuidador possuindo as noções básicas de higiene poderá auxiliar a equipe de enfermagem e assim contribuir para um melhor cuidado ao idoso; além disso, o idoso se sentirá melhor com a presença de seu cuidador.

Inatividade e tristeza: Sugere atividades que possam contribuir proporcionando alegria e bem-estar ao idoso, como atividades ao ar livre, jogos, palavras-cruzadas, confecção de objetos, entre outros. É mencionada, também, a importância do cuidador atentar-se na escolha destas atividades, preferindo atividades que o idoso possua afinidade e/ou que o faça recordar boas lembranças.

Mudanças comportamentais: Folder onde são mencionados alguns dos motivos que levam o idoso a manifestar sinais e sintomas como agitação, irritação, agressividade e perambulação, bem como a conduta que o cuidador deve possuir nestes momentos. É destacada a importância do cuidador não confrontar o idoso e compreender que este comportamento não é culpa do idoso, e sim manifestações de que algo está lhe incomodando, necessitando de maior atenção.

Gastrite: Neste folder constam informações a respeito de como prevenir e diminuir os sintomas gerados pela gastrite por meio de uma alimentação saudável. Contém uma lista de alimentos que podem ser consumidos e os que devem ser evitados, além de sugestões de cardápio.

Diabetes: Constam informações a respeito de como prevenir e também controlar o diabetes por meio de uma alimentação saudável. Contém uma lista de alimentos que podem ser consumidos e os que devem ser evitados, além de sugestões de cardápio.

Hipertensão: Constan informações a respeito de como prevenir e também controlar a hipertensão por meio de uma alimentação saudável. Contém uma lista de alimentos que podem ser consumidos e os que devem ser evitados, além de sugestões de cardápio.

Principais dificuldades encontradas pelos cuidadores de idosos

Ao serem indagados sobre as principais dificuldades que encontravam ao realizar as tarefas com o idoso, (como vestir, alimentar, dar banho, realizar a higiene, fazer curativos, administrar medicamentos e realizar a transferência no leito), a maioria relatou possuir maiores dificuldades ao vestir (48,5%) e a realizar a higiene do idoso (39,6%).

Muitos cuidadores possuem limitações ao realizarem determinadas tarefas com os idosos que acompanham, pois algumas exigem certo grau de atenção, delicadeza e intimidade com o idoso, sendo, os cuidadores formais e/ou parentes e amigos não tão próximos os principais acometidos por essas limitações, pois o idoso, muitas vezes, não se sente à vontade com a presença de seus cuidadores para realizarem estas tarefas, o que os leva a encenarem comportamentos agressivos, dificultando assim a realização destes cuidados básicos e essenciais para a promoção da saúde do indivíduo.

Reações observadas durante as entrevistas com os cuidadores de idosos

Ao serem abordados, ao lado dos leitos em que se encontravam os idosos que acompanhavam, foi possível observar a surpresa que os cuidadores esboçavam ao serem entrevistados para falarem de si, pois muitos estão acostumados a serem abordados por profissionais e estagiários a fim de obterem tão somente informações a respeito do paciente idoso. Ao serem feitas algumas perguntas, muitas vezes, os cuidadores confundiam-se, respondendo a respeito do idoso e não de si, resultado da prática não habitual de profissionais da saúde acerca da atenção com o cuidador.

Foi possível identificar, também, a necessidade de assistência que esses cuidadores possuem, uma vez que é escasso o conhecimento sobre as Síndromes Geriátricas e as consequências que ela pode causar tanto na vida do idoso quanto do próprio cuidador, pois este, não possuindo conhecimentos prévios acerca destas síndromes, dificilmente saberá como agir em determinadas situações, dificultando o tratamento e a boa convivência com o idoso. Por exemplo, se o cuidador não possui a capacidade de reconhecer os motivos que levam o idoso a passar por momentos de agitação e irritação, bem como a forma correta que o idoso deve ser movimentado no leito, consequentemente haverá prejuízos na qualidade de vida de ambos os atores, pois, na primeira situação, o cuidador não sabendo as atitudes corretas que devem ser tomadas, poderá intensificar o comportamento agressivo do idoso, o que poderá causar, ainda, recusa ao tratamento.

Já na segunda situação, ao realizar a transferência do idoso no leito de forma inadequada, o cuidador, além de machucar o idoso, poderá sofrer danos em suas articulações, situação que, em longo prazo, poderá influenciar não só a sua vida pessoal, como também a qualidade da prestação de cuidados que este dispensará ao idoso.

Observou-se, portanto, a carência de atenção voltada para esses cuidadores, pois era um dos poucos momentos do dia em que possuíam a oportunidade de conversar com alguém. Sentindo-se acolhidos pelo hospital, os cuidadores entendem sua importância no ato de cuidar do próximo, melhorando assim não só a qualidade de vida do idoso, como a sua também.

Considerações finais

As dificuldades encontradas ao cuidar de um idoso dependente são desafios que o cuidador, diariamente, necessita vencer. Por isso, a assistência profissional e humanizada a estes cuidadores devem ser oferecidas para que os mesmos sintam-se acolhidos e entendam a importância de seu papel na sociedade. Ressalta-se que, não só de apoio material e econômico carecem esses cuidadores, mas também de apoio emocional e de informações.

Conflito de interesse

Os autores declaram não haver nenhum conflito de interesse.

Agradecimentos:

Pro-Reitoria de Extensão Universitária da UFPA- Proex, pela bolsa concedida à acadêmica de Nutrição.

Contribuições dos Autores

Relato de experiência realizado em conjunto.

Referências

- 1- SORDI, J. Número de idosos quase triplicará no Brasil até 2050, afirma OMS. Disponível em: <<http://zh.clicrbs.com.br/rs/vida-e-estilo/vida/noticia/2015/09/numero-de-idosos-quase-triplicara-no-brasil-ate-2050-afirma-oms-4859566.html>>. Acesso em 28 de abril de 2017.
- 2- OMS. Organização Mundial da Saúde. Resumo: Relatório Mundial de Saúde e Envelhecimento. 2015. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/186468/6/WHO_FWC_ALC_15.01_por.pdf?ua=1> . Acesso em: 8 de abril de 2016
- 3- BUENO, J. M. et al . Avaliação nutricional e prevalência de doenças crônicas não transmissíveis em idosos pertencentes a um programa assistencial. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro, v. 13, n. 4, p. 1237-1246, Ago. 2008.
- 4- NERI A.L., SOMMERHALDER, C. As várias faces do cuidado e do bem-estar do cuidador. In: Neri AL, (Org). Cuidar de idosos no contexto da família: questões psicológicas e sociais. Campinas: Alínea; 2002, p. 9-63.
- 5- PAULA J. A de, ROQUE F.P., ARAUJO F.S. Qualidade de vida em cuidadores de idosos portadores de demência de Alzheimer. Jornal Brasileiro de Psiquiatria. 2008; 57(4): 283-287.

6- RODRIGUES, S. L. A.; WATANABE, H. A. W.; DERNTL, A. M.. A saúde de idosos que cuidam de idosos. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 40, n. 4, p. 493-500, Dec. 2006.