

## **A IMPORTANCIA DO CUIDADOR NO CUIDADO DA PESSOA IDOSA ATRAVÉS DA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL**

Ericka Ellen Cardoso da Silva Diniz; Cynthia Kelly Soares de Pontes; Jayllene Kalley de Brito

*Universidade Federal da Paraíba – UFPB. ericka\_d@hotmail.com*

### **INTRODUÇÃO:**

O envelhecimento se apresenta como um grande desafio mundial, afetando todo país independente de sua economia. Ficar velho ou envelhecer é considerado uma conquista, principalmente quando esta se apresenta de forma ativa, havendo assim, uma melhora nas condições de saúde do idoso tornando-o perceptível o seu bem estar físico, psíquico e social no decorrer de sua vida.

O processo de envelhecimento da população muitas vezes vem junto a incapacidade física de saúde do idoso tornando-o dependentes em muitos aspectos, gerando aos familiares uma preocupação as quais muitas vezes se encontram despreparados para a prática do cuidar, podendo gerar ao idoso processos deletérios a sua saúde<sup>1</sup>.

Com o aumento da expectativa de vida, é visto que o número de idosos tende a aumentar consideravelmente nos próximos anos, a partir disso, cresce a necessidade de profissionais cuidadores em busca de acompanhar e promover um envelhecimento saudável a partir de uma atenção mais aguçada quanto a melhora da qualidade de vida do idoso.

O cuidador tem um papel bastante importante que envolve vários aspectos de atenção e ação no cuidado, seja ele a partir de uma atividade física ou até mesmo na comunicação o qual se apresenta como fator importante no processo de relacionamento interpessoal: cuidador - idoso - familiares - equipe de saúde.

O envelhecimento ativo tem como objetivo aumentar a expectativa de vida e otimizar a oportunidade de uma vida saudável com participação, segurança e qualidade de vida das pessoas que estão envelhecendo ou que necessitam de cuidados, permitindo que esses idosos percebam seu potencial de saúde e bem estar ao longo de sua vida<sup>2</sup>.

As atitudes do cuidador de idosos se apresentam de forma eficaz, pois este vai ajudar na promoção da saúde com ações voltadas a melhoria da qualidade de vida do idoso com as realizações de atitudes básicas e/ou ações mais além, as quais podem envolver uma caminhada como exercício direcionados a problemas mais evidentes de saúde. A funcionalidade se apresenta como um importante meio para a manutenção da independência dos idosos mediante as atividades da vida diária, interação com o ambiente, cognição preservada e bons níveis de saúde física; promove a qualidade de vida e a vida em sociedade<sup>3</sup>.

#### **OBJETIVO:**

Foi escolhido este tema com o intuito de entender a importância de um cuidar mais intenso o que envolve ações em busca de promover e manter uma boa qualidade de vida a o idoso que precise de maiores cuidados ou não. O objetivo do trabalho é discorrer sobre a participação do cuidador no bem estar do idoso.

#### **METODOLOGIA:**

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica descritiva e exploratória, com abordagem qualitativa, onde de base de dados se deu a partir dos sites da Scielo, Bireme e Periódicos da área. Os critérios de inclusão para seleção dos estudos foram a partir de artigos publicados no período entre 2007 e 2015, com os descritores: Cuidador; Idoso; Promoção, Saúde, Envelhecimento.

#### **RESULTADOS E DISCUSSÃO:**

A partir do levantamento realizado, foram identificados em base de dados, que o cuidador tem um papel importante na promoção da saúde e qualidade de vida do idoso,

pois envolve a atenção, ação e manutenção da saúde do idoso. Alguns artigos dentro dos anos de 2007 a 2015 apresentaram que o cuidador de idosos é um elemento presente no cenário assistencial brasileiro.

Ao analisar os artigos selecionados, identificou-se que todos falavam sobre a importância do cuidador na assistência ao idoso. Foram destacados a necessidade do cuidador de idosos, em situações onde muitas vezes apresentam-se dependentes necessitando de auxílio do cuidador em suas necessidades básicas.

Mediante os artigos selecionados foram observados que os mesmos apresentam uma preocupação grandiosa quanto à assistência ao idoso. Com as alterações fisiológicas, muitos idosos, necessitam de alguém para auxiliá-los em atividades cotidianas como: se alimentar, tomar banho, caminhar e etc. O envelhecimento, quando acompanhado de limitações funcionais, exige uma atenção maior de uma equipe de saúde habilitada que vai reconhecer os distúrbios típicos de doenças garantindo assim uma melhor assistência ao idoso debilitado de forma adequada junto as ações do cuidador que vai estar diretamente ligado a essas ações no proceder de seu trabalho com o idoso<sup>5</sup>.

## **CONCLUSÕES:**

O cuidador é sem dúvida, uma profissão importante, pois tem a função principal zelar pelo bem-estar físico e emocional, além de ser responsável direto pela saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer do indivíduo a ser cuidado.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:**

1. MOREIRA, M. D; CALDAS, C. P. **A importância do cuidador no contexto da saúde do idoso.** Esc. Anna Nery vol.11 no.3 Rio de Janeiro Set. 2007. Disponível em:

<[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-81452007000300019&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-81452007000300019&script=sci_arttext)  
> acesso em : 20/08/2015.

2. MIRANDA, R. **Envelhecimento ativo garante independência para terceira-idade.** Minha vida. 2015. Disponível em: <<http://www.minhavidacom.br/bem-estar/materias/18426-envelhecimento-ativo-garante-independencia-para-terceira-idade> > acesso em : 20/08/2015.

3. RIBEIRO, L.H.M, NERI, A.L. **Exercícios físicos, força muscular e atividades de vida diária em mulheres idosas.** Campinas: Universidade Estadual de Campinas: 2012.

4. NASCIMENTO, L. C; MORAES, E. R; SILVA, J. C. et al. **Cuidador de idosos: conhecimento disponível na base de dados LILACS.** Rev. bras. enferm. vol.61 no.4 Brasília July/Aug. 2008.

5. GARBIN, C.A.; SUMIDA, D.H.; MOIMAZ, S.A.S. et. al. **O envelhecimento na perspectiva do cuidador de idosos.** Ciênc. saúde coletiva. v.15, n.6, p. 2941-2948. 2010. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=63017464032>> Acesso em: 13/07/2015.