



## ATENÇÃO MULTIDISCIPLINAR REMOTA A CUIDADORES IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Heloísa Bezerra Sales Queiroz <sup>1</sup>  
Maria Eduarda Bezerra Sales Queiroz <sup>2</sup>  
Larissa Pereira Costa <sup>3</sup>  
Elidianne Layanne Medeiros de Araújo <sup>4</sup>  
Suellen Marinho Andrade <sup>5</sup>

### RESUMO

As dificuldades encontradas nas atividades do cuidar no cotidiano requerem exigência física e emocional por parte do cuidador, que aliado a sua necessidade de conciliá-las com outras tarefas e vulnerabilidade social, são capazes de gerar uma enorme sobrecarga. Destarte, objetivou-se relatar a vivência dos extensionistas na condução de um projeto de apoio ao cuidador idoso, com enfoque para os desafios e estratégias adotadas no período pandêmico. Trata-se de um relato de experiência da atuação de uma equipe multidisciplinar na condução do projeto de extensão universitária intitulado “É Tempo de Cuidar”, da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), direcionado a cuidadores, que se encontravam sobrecarregados. Para tal, desenvolveu-se atividades de promoção à saúde e estratégias para o enfrentamento das consequências mentais e físicas do período de isolamento social, com condução no formato virtual, durante a pandemia da COVID-19, em 2020. As atividades foram desenvolvidas tanto de forma síncrona, durante encontros semanais, como de forma assíncrona, pelo envio de materiais trabalhando a educação em saúde. A fim de possibilitar a continuação da extensão para o formato remoto, a equipe precisou planejar estratégias que proporcionassem a manutenção da aderência dos cuidadores às atividades propostas, buscando personalizar a atenção oferecida a cada indivíduo. Assim, por meio do acompanhamento oferecido pela equipe, os extensionistas conseguiram criar um vínculo afetivo favorável ao manejo das atividades, produzindo materiais ricos durante a vigência do projeto, tais como cartilhas de autocuidado, vídeos com instruções de exercícios terapêuticos, educação nutricional, estimulação cognitiva, higiene do sono, e controle da ansiedade, além de portfólio virtual das memórias dos cuidadores. Dessa maneira, conclui-se que a experiência no projeto foi capaz de proporcionar apoio ao bem-estar aos cuidadores, e possibilitou a capacidade dos extensionistas de agirem como educadores em saúde, com olhar mais humanizado e criativo para lidar com as dificuldades impostas pela pandemia.

**Palavras-chave:** Cuidador, Envelhecimento, Extensão, Educação em Saúde, Isolamento Social,

<sup>1</sup> Graduanda pelo Curso de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, mariaheloisapb11@hotmail.com;

<sup>2</sup> Graduanda pelo Curso de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, maria.bsqueirozz@gmail.com;

<sup>3</sup> Graduanda do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, costaplarissa29@gmail.com;

<sup>4</sup> Doutoranda do Programa de Pós-graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, elidiannemedeiros@gmail.com;

<sup>5</sup> Professora orientadora: Doutora, Docente permanente do Programa de Pós-graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, suellenandrade@gmail.com.