

O cuidador de idoso: relato de experiência

Elvira Ayano Hatagami

Gisele Santana Pereira Carreiro

Jose Everton Vital de Sousa

Introdução: Os idosos atualmente correspondem à parcela da população que mais cresce em todo o mundo. Esse crescimento é resultado de uma tendência mundial à diminuição da fecundidade e mortalidade e ao aumento da expectativa de vida, cujo processo altera a vida do indivíduo, as estruturas familiares e a sociedade. É possível dizer que envelhecer é um processo individual que ocorre de modo seqüencial e fisiológico na vida de uma pessoa. Envelhecimento está associado a um bom nível de saúde, a menos que haja doença. Nesse caso o domicílio tem sido utilizado como lócus para o cuidado de pessoas portadoras de doenças crônico-degenerativas, de seqüelas de diversas doenças e agravos a saúde. A família opta pela assistência domiciliar, porque este ambiente proporciona um maior conforto e comodidade tanto para a família quanto para o idoso por minimizar o estresse de estar em um ambiente hospitalar, com horários de visitas, além de prevenir uma possível infecção decorrente da hospitalização, uma depressão por estar longe de seu lar e dos entes queridos. Dentro desse contexto, a família vê-se na necessidade da assistência integral do cuidador, onde sua ajuda é indispensável, pois a família trabalha fora, o idoso não mora com os filhos, muitas vezes reside em seu domicílio e o cuidador tem que morar lá ou fazer revezamento com outra pessoa. Com isso, observa-se a importância da valorização desse profissional, o qual dedica seu tempo para a promoção do bem-estar desse núcleo familiar. **Objetivo:** relatar a experiência vivenciada por uma cuidadora de idosos, buscando tanto a qualidade de vida dessa população idosa, quanto proporcionar conforto e segurança aos familiares, oferecendo bem estar físico, mental e espiritual através de seus cuidados e dedicação integral. **Metodologia:** Consiste em um Relato de Experiência de uma cuidadora de idosos do interior de Pernambuco, onde exerceu essa função durante 10 anos de sua vida. **Resultado:** As intervenções no atendimento domiciliar baseiam-se na interação idoso/cuidador/família para o processo de tomada de decisões sobre os cuidados a serem tomados para que os objetivos sejam alcançados, além de diminuir a sobrecarga de cuidados prestados. Esta considerada exaustiva e estressante devido à relação de dependência do idoso em que o cuidador, ao desempenhar atividades relacionadas ao bem – estar físico e psicossocial do idoso passa a ter restrições à sua própria vida, não encontrando tempo para cuidar de sua própria saúde. O

empregado por estar exposto a diferentes estressores presentes na situação de cuidador está sob risco de apresentar problemas de saúde como hipertensão arterial, depressão, irritabilidade, baixa auto-estima, distúrbios do sono, déficit de lazer entre outras. **Conclusão:** Levando em consideração o relato de experiência, vê-se o quão importante e pouco valorizada é essa função. Espera-se que aqueles que fazem uso desses serviços vejam de maneira ampla e humanizada as necessidades do cuidador, pois o bem-estar do seu idoso depende da qualidade de vida de seu cuidador.

Palavras- chave: cuidador, idoso, família.