



O CUIDADO COM O CUIDADOR DE IDOSOS – INTERVENÇÃO NO LAR DA SAGRADA FACE – PB

Hannah Carla de Jesus Bezerra. *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*
hannahcarla2@hotmail.com

Jullyany Marques da Silva. *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*
jullyany_marques@hotmail.com

Priscila Gomes de Oliveira. *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)* *priscilagoo@hotmail.com*

Renan Silva de Souza. *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*
tfcrenansilva@gmail.com

Betânia Maria de Oliveira Amorim. *Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)*
betania_maria@yahoo.com.br

RESUMO: Tendo em vista que o envelhecimento da população é uma perspectiva real, faz-se necessário, em alguns casos, que as demandas dos idosos sejam atendidas por cuidadores informais e/ou formais em saúde. O agravante disto, para tanto, é que o aumento nas demandas do cuidado contribui para a exaustão do cuidador. Sendo assim, o objetivo desse trabalho, com caráter de intervenção, pauta-se no diálogo e na escuta das principais demandas dos cuidadores formais de idosos, com intuito de promover uma ressignificação do cuidado e conhecer alternativas que possam enaltecer o bem-estar, em todas as esferas, desses profissionais. Para tanto, realizou-se um diagnóstico situacional através da entrevista semiestruturada com os cuidadores do “Lar da Sagrada Face”, localizado na cidade de Lagoa Seca, na Paraíba, além do levantamento bibliográfico na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), na base de dados eletrônica Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e do Scientific Electronic Library (SciELO), utilizando como descritores “cuidador”, “psicologia”, “idoso”, “intervenção”. Dos 80 trabalhos listados, apenas oito foram selecionados e analisados de forma qualitativa. Como critérios de refinamento foram incluídos os artigos, dissertações e teses que relacionavam o tema proposto, publicados no Brasil, disponibilizados como texto completo e excluídos os arquivos coincidentes. Os resultados revelaram que os principais elementos que influenciam para o mal-estar dos cuidadores relacionam-se a (1) ansiedade e estresse, (2) falta de formação para cuidar dos idosos, (3) sobrecarga devido as atividades e (4) falta de suporte emocional. Por fim, espera-se que este trabalho possibilite uma reflexão frente aos reais obstáculos encarados pelos cuidadores formais desta instituição e às necessidades de mudança que integrem uma rede de apoio que proporcione saldos positivos.

PALAVRAS-CHAVE: Idoso, Cuidador, Intervenção, Psicologia.

INTRODUÇÃO

Mundialmente, percebe-se um aumento na expectativa de vida. No Brasil, esse fato pode estar relacionado à melhoria da qualidade de vida das pessoas, aos avanços da ciência, assim como à melhora dos serviços de saúde prestados à população, uma vez que o acesso a



esses foi facilitado com a implantação e consolidação do Sistema Único de Saúde (SUS).

O envelhecimento da população é uma perspectiva real e necessita de reflexões, em especial, na área da saúde. Dados recentes apontam que 8,6% da população brasileira é constituída por pessoas com idade igual e superior a 60 anos, consideradas idosas conforme o Estatuto do Idoso vigente no País. Estima-se que no ano de 2050 haverá, aproximadamente, dois bilhões de idosos no mundo, sendo que a maioria estará vivendo em países em desenvolvimento, como o Brasil. Em meio a isto, percebe-se que o número de cuidadores formais tem crescido frequentemente, o que não ocorre com serviços e programas capazes de integrar informações, suporte emocional e auxílio nas principais demandas dos idosos e, especificamente, dos seus cuidadores.

A palavra cuidar vem do latim (*cogitare*) – *pensar, dar atenção, levar em consideração*, ter cuidado consigo mesmo (saúde, aparência, apresentação). Essa última definição se encontra intimamente relacionada com o fenômeno cuidar proposto pela presente intervenção, pois para cuidar de alguém, precisamos antes de tudo cuidar de nós mesmos. Segundo Boff (1999), o termo “cuidado” abrange os sindicatos de desvelo, solicitude, diligência, zelo, atenção, bons tratos para com o outro – indicando uma relação de respeito. Cuidar implica colocar-se no lugar do outro, quer na dimensão pessoal quer na social. É um modo de estar com o outro, no que se refere aos momentos especiais da vida e das relações sociais, como o nascimento, a promoção e recuperação da saúde e a própria morte.

Cuidar de idosos não é um processo linear e, em função disto, o cuidador experimenta em um único dia os mais variados sentimentos, tanto positivos quanto negativos. Além disso, o cuidador tende a incorporar que as limitações do idoso vão evoluir, aceitando, portanto, o aumento de obrigações como sendo tarefas adicionais esperadas e naturais ao seu papel. O problema disto é que o aumento nas demandas contribui para a exaustão do cuidador. Dessa forma, tratar do cuidador é de suma importância, pois “conforme a sensação de sobrecarga aumenta, a qualidade afetiva da relação com o idoso tende a ficar cada vez menor” (DORNELLES, 2010).

A sobrecarga de trabalho é uma dificuldade referida em praticamente todos os estudos elaborados na área do cuidado formal a idosos. Os trabalhadores em Instituições de Acolhimento de Idosos referem-se constantemente à falta de tempo para desempenhar as atividades que estão encarregadas, o que repercute no atendimento ao idoso e na sua própria qualidade de vida. O cansaço, o estresse, a



preocupação, a ansiedade, o aparecimento de sintomas/doenças e as mudanças no seu cotidiano e autoestima são os principais sintomas apresentados por quem cuida constantemente de idosos (COLOMÉ et al., 2011).

Zarit (1997) afirma que os cuidadores têm maior tendência à depressão e outros sintomas psiquiátricos e podem ter mais problemas de saúde que outras pessoas com a mesma idade e que não exercem a mesma profissão. Além disso, os cuidadores participam menos de atividades sociais, tem mais problemas no trabalho e podem apresentar maior frequência em conflitos familiares. Algumas pessoas chegam a apresentar o que este autor denomina erosão do self, pela forma como submergem o papel de cuidadores.

A experiência pessoal e a visão que os profissionais de saúde têm sobre o cuidado com idosos devem ser examinadas, pois podem interferir no julgamento profissional, uma vez que muitos valores interferem nas decisões de como, onde e quando cuidar do idoso. Assim, como sugere Zarit (1997), o profissional que pretende trabalhar como cuidador deve ter entre suas habilidades e conhecimentos:

- Familiaridade com os transtornos comuns do envelhecimento e com suas possibilidades de tratamento;
- Informações sobre diagnóstico e avaliações dos transtornos do envelhecimento;
- Conhecimento sobre as disponibilidades dos serviços de saúde para o idoso doente;
- Habilidades clínicas que permitam tanto prover orientação relativa ao comportamento do idoso, como aquelas que permitam levar o cuidador a identificar sentimentos e comportamentos relativos ao idoso, compreendê-los e/ou modificá-los, de modo a resultar em melhora de sua qualidade de vida, e de sua relação com o idoso, com outros familiares e com pessoas do seu convívio. Apesar dessas constatações, algumas pessoas são capazes de enfrentar mais adequadamente as situações estressantes decorrentes do cuidado prestado.

Assim, para propor intervenções, é necessário identificar a variabilidade das respostas aos estressores, para se promover programas que possam ajudar a limitar o impacto que o cuidar pode trazer ou ajudar a identificar e aumentar fatores que possam mediar e reduzir o impacto (ZARIT, 1997).

Portanto, o objetivo da intervenção pauta-se na escuta dos agentes em questão a fim de conhecer suas principais demandas e, posteriormente, propor ações voltadas a amenizá-las,



promovendo, desta maneira, uma ressignificação do cuidado. De modo mais específico, buscase aqui (1) articular discussões em grupo a respeito do cuidar, propondo condições favoráveis em torno do cuidado de si e do outro, potencializando-as, (2) compreender a relação entre cuidador e idoso bem como entre os profissionais da instituição e (3) identificar possíveis demandas não exploradas para trabalhos a posteriori.

O trabalho realizado sobre os cuidadores de idosos é ainda pequeno em números no Brasil, porém, é de suma importância frente à estimativa de vida da população e os desafios na saúde, saneamento básico e educação que o país enfrenta que estes se tornem mais efetivos. Dessa forma, espera-se que a presente intervenção seja o ponto de partida para novas pesquisas e intervenções profundas e significativas que possibilitem melhorias tanto para os cuidadores quanto para os idosos.

METODOLOGIA

A presente intervenção realizada junto aos cuidadores de idosos visou conhecer a realidade desse setor, suas demandas, suas angústias, suas experiências, tudo o que perpassa o ato de cuidar, inclusive os sentimentos, a saúde física e mental dos mesmos a fim de fornecer escuta, momentos de compartilhamento de experiências, bem como a possibilidade de ressignificar o cuidado. Para isso, foi realizado um diagnóstico situacional através da entrevista semiestrutura com os cuidadores, contendo questões sócio-demográficas e relativas às suas práticas e percepções sobre o trabalho desempenhado.

O Lar da Sagrada Face é um abrigo de idosos com sede no sítio Rosa Branca, zona rural de Lagoa Seca fundado há 45 anos por Frei Matias, religioso franciscano, já falecido. É administrado pela Diocese de Campina Grande. Atualmente a instituição tem 22 funcionários para cuidar de 16 idosos, a maioria cadeirante, que contribuem com a aposentadoria ou benefício.

A fim de compreender melhor a questão do cuidar na terceira idade, desenvolveu-se um levantamento bibliográfico na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), na base de dados eletrônica Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e do Scientific Electronic Library (SciELO), utilizando como descritores “cuidador”, “psicologia”, “idoso”, “intervenção”. Dos 80 trabalhos listados, apenas oito foram selecionados e analisados de forma qualitativa. Como critérios de refinamento foram incluídos os artigos, dissertações e teses que relacionavam o tema



proposto, publicados no Brasil, disponibilizados como texto completo e excluídos os arquivos coincidentes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir do diagnóstico situacional e da análise dos oito artigos selecionados, observou-se que o cuidado com idosos é inteiramente singular e necessita de um investimento incisivo do cuidador sobre este sujeito, já que o ato de cuidar vai além da atenção e do zelo; o cuidar “representa uma atitude de ocupação, preocupação, responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro” (BOFF, 1999, p.33 *apud* SPERANDIO; SILVA, 2006, p.22).

A Classificação Brasileira de Ocupações (CBO) categoriza o cuidador em três dimensões: 5162-10 - Cuidador de idosos domiciliar; 5162-10 - Cuidador de idosos institucional e 5162-10 - Cuidador de pessoas e dependentes, que consiste em zelar pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida (CBO, 2002). Atentando-se para a necessidade de se desenvolver um cuidado efetivo ao idoso, o cuidador deve, antes de tudo, ter suportes necessários para sua conduta, que vão desde a formação profissional adequada até as condições laborais favoráveis. Nesse sentido, observa-se que os cuidadores, cotidianamente, se deparam com uma elevada demanda de atividades, o que, maiormente, traz prejuízos para a sua saúde.

Dentre os maiores agravantes para a saúde destes cuidadores estão a ansiedade e o estresse – pois o mesmo acaba fazendo ligações entre o seu próprio processo de envelhecimento e o das pessoas que recebem seus cuidados, a falta de conhecimento sobre as patologias dos idosos – o que inviabiliza o acesso ao cuidado destes de forma direta e positiva, a falta de formações e treinamentos para efetivarem as atividades com idosos acamados e, por fim, a falta de suporte emocional, seja ele formal ou informal. A partir da entrevista semiestruturada realizada com os cuidadores do Lar da Sagrada Face, tais questões levantadas a partir da pesquisa bibliográfica se evidenciaram.

Segundo P. B. H., 26 anos, técnica de enfermagem, residente do município de Lagoa Seca, seu interesse pelo cuidado aos idosos se deu através de experiência semelhante na família e pelo sentimento de retribuição e agradecimento. O seu dia a dia no trabalho consiste no cuidado físico – banho, medicação, aferimento da



pressão – e, no cuidado emocional dos pacientes através da escuta breve, visto que, muitos pacientes foram abandonados pelos familiares e, portanto, não recebem visitas, além disso, o Lar não dispõe de serviço de Psicologia.

Quanto ao relacionamento com os mesmos, P. B. H. declara ter uma boa relação, apesar de, às vezes, existirem conflitos entre os próprios idosos. Segundo a entrevistada, não são realizadas atividades com essa população e apenas dois idosos fazem fisioterapia semanalmente. Um dos impasses encontrados para o bom funcionamento da instituição foi a ausência de reuniões conjuntas com todos os cuidadores e profissionais do Lar para discutirem questões de trabalho e dos pacientes. P. B. H. declara haver falhas na comunicação que inviabilizam a troca de experiência e o feedback sobre a situação dos idosos.

Tal ineficiência do trabalho interdisciplinar acaba por prejudicar física e psiquicamente cuidadores e idosos. Por fim, ela evidencia que apesar do afeto com idosos ser agradável e libertador, muitas vezes tem-se o sentimento de exaustão e de carência de um serviço de psicologia capaz de prestar escuta. Dessa forma, a mesma busca outros meios de extravasar tais sentimentos como a religião, a música e a dança.

O diretor da instituição, R. D. M. J., residente do município de Lagoa Seca, foi gerente administrativo e missionário da Igreja Católica atuando hoje, exclusivamente, na direção do lar, declarou que o cuidado com idosos deve ser feito em conjunto e requer dois aspectos principais: o humano e o profissional. Segundo ele, sua relação com os idosos se dá de maneira humanitária e amigável e a relação com os cuidadores é pautada pelo profissionalismo e o respeito. Em sua concepção, o principal problema enfrentado pelos profissionais é a relação do idoso com seus familiares, visto que, a maioria sofre a dor do abandono de seus entes que não realizam visitas e, portanto, deixam-vos a mercê da instituição.

Ao entrevistar o cuidador e o diretor constataram-se contradições no discurso quanto à realização de reuniões para a partilha de experiências e conhecimentos. Segundo o diretor, as reuniões acontecem uma vez por mês com o objetivo de compartilhar atividades e saberes sobre a situação dos pacientes. Segundo o cuidador entrevistado as reuniões não acontecem, o que se configura uma lacuna no cuidado ao idoso, visto que não há um feedback e um planejamento estruturado para lidar com cada indivíduo.



CONCLUSÃO

Sabendo que modificações ainda necessitam ser realizadas para que a prática do cuidado continue se desenvolvendo em sua totalidade, de forma positiva, realizou-se a dinâmica intitulada “Árvore das Possibilidades”, que permitiu a cada cuidador escrever a alternativa que considera viável para a efetivação da ideia inicial, justificando-a. Além disto, essa atividade foi pensada com intuito de fomentar as ideias de futuros interventores nesse local, que pode ser tratada como uma alternativa de reflexão sobre o que precisa ser executado.

Todo o processo de intervenção baseou-se na busca e no cuidado de compreender a necessidade dos profissionais que ali estavam. É evidente que o processo com o idoso é algo singular como já foi mostrado acima e como identificamos na literatura e que, atualmente, diversos cursos estão sendo oferecido para os profissionais de enfermagem e outras áreas do cuidado na busca por uma excelência no cuidado ao idoso, porém o campo ainda é carente.

Uma problemática que encontramos foi que a instituição não conseguiu reunir todos os profissionais para participar do nosso encontro, pois alguns profissionais encontravam-se em férias e outros estavam de folga ou fora do turno. A participação de todos os profissionais em eventos extras é inviável, visto que os mesmos aproveitam o tempo livre para o descanso, tal esse que deve ser respeitado.

Dentre todas as impossibilidades, o presente trabalho se mostrou importante para mostrar que, cada vez mais, se faz urgente e necessário o cuidado com estes profissionais, já que na maior parte do discurso analisado percebeu-se que o sujeito não possui um acolhimento, seja ele físico ou emocional.

Denota-se também a distância do serviço de psicologia a locais mais afastados dos grandes centros e, por isto, acaba não possuindo capilaridade suficiente que abarque estes espaços. Cabe ressaltar que fomos o primeiro grupo de estudantes de psicologia a comparecer e intervir neste abrigo. Mediante a tal fato, evidencia-se que ações como esta devem ser reforçadas e conduzidas, por exemplo, pelas universidades. O grupo pensou em diversos projetos, a posteriori, no intuito de continuar colaborando para o funcionamento do local.

Por fim, é cada vez mais necessário pensar no cuidado do cuidador, pois estar bem, comprometido e engajado com o seu trabalho reverbera boas práticas e um bom convívio com os sujeitos que, por ventura, lhe atribuem laços familiares.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOFF L. Saber cuidar: **ética do humano, compaixão pela terra**. Petrópolis: Vozes; 1999.

BRASIL. **Portaria nº 397, de 09 de outubro de 2002**. Disponível em: (<http://www.ocupacoes.com.br>, acesso em 10-10-2006).

DORNELLES, A. R. A. **Uma intervenção psicoeducativa com cuidadores de idosos com demência** / Andréia Rosana Andrade Dornelles.-- São Carlos : UFSCar, 2010.133 f.

SPERANDIO, B. F. D.; SILVA, S. A. **Práticas Psicossociais em Saúde com Cuidadores de Idosos**: uma possibilidade de intervenção engajada junto ao SUS. Vitória, p. 1-60, 2006.

ZARIT, S. H. **Interventions with family caregivers**. In S. H. Zarit & B. G. Knight (Eds.). A guide to Psychotherapy and Aging (pp. 139-159). Washington, DC: American Psychological Association, 1997.

