

## **UM OLHAR PARA O CUIDADOR DOMICILIAR NO CONTEXTO DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

Clébyson José de Araújo Silva<sup>1\*</sup>, Gabrielle Justiniana Fontes Rocha<sup>1</sup>, Hugo Guilherme da Câmara Dantas<sup>2</sup>, Sywldson Marllon de Santana Moura<sup>3</sup>, “Ricardo Henrique Vieira de Melo”<sup>4</sup>, “Antônio Medeiros Júnior”<sup>5</sup>

1. Estudante de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN)

2. Estudante de Enfermagem da UFRN

3. Estudante de Odontologia da UFRN

4. Pesquisador do Programa de Educação Permanente em Saúde da Família (PEPSUS) da UFRN

5. Professor do Departamento de Saúde Coletiva da UFRN

### **Resumo**

Trata-se de um relato de experiência de integração de ensino-serviço-comunidade, o qual foi realizado no ano de 2019, no bairro de Nossa Senhora de Nazaré, em Natal/RN. Os objetivos foram: conhecer o perfil dos cuidadores domiciliares vinculados à Unidade de Saúde da Família; e avaliar o nível de sobrecarga de atividades desses indivíduos. O método aplicado foi a Aprendizagem Baseada em Projetos. Foram utilizados, inicialmente, um formulário para a caracterização do perfil desse público e, posteriormente, a escala de Zarit para avaliar a sobrecarga deste. Observou-se que a maioria foram mulheres, idosas, pardas, desempregadas, com o ensino médio, sedentárias e com morbidades. Grande parte apresentou níveis moderados a elevados de sobrecarga funcional. Intervenções com base nas carências reais dos cuidadores apresentam maior possibilidade de sucesso na diminuição da sobrecarga e no fomento da qualidade de vida. Ademais, as atividades contribuíram com ações formativas para esse coletivo.

**Palavras-chave:** Cuidadores; Vulnerabilidade Social; Saúde da Família.

### **Introdução**

A longevidade humana é um fenômeno mundial que aumenta o quantitativo de pessoas idosas. A expectativa é de que o número de idosos alcance um bilhão em menos de 10 anos, duplicando até 2050. No Brasil, o Censo Demográfico do IBGE, de 2010, evidenciou uma representação de 10,8% da população, o que correspondia a 20,6 milhões de pessoas, projetando, para 2025, que 32 milhões de pessoas tenham 60 anos ou mais (BOLDSTEIN; LIMA; BARROS, 2014).

Embora o envelhecimento seja considerado um fenômeno natural e processual, relacionando-se com o contexto histórico do sujeito que envelhece e da sociedade no qual este está inserido, ocorre, durante esse processo, um conjunto de mudanças de ordens morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas, que ocasionam a perda progressiva da capacidade de adaptação do indivíduo ao meio em que vive (CORDEIRO et al, 2014; RODRIGUES; BRÊTAS, 2015).

Nesse cenário, o papel do cuidador domiciliar é determinante, pois este dedica seu tempo e sua energia às necessidades de pessoas em estado de incapacidade e/ou acamadas, carentes de atenção. Essas pessoas, ao assumirem a responsabilidade de cuidar, experimentam restrições em suas vidas, podendo enfrentar situações de desgaste, o que ocasiona afastamento de relacionamentos afetivos e profissionais e também levar à sobrecarga (MONTEIRO et al, 2015).

Na Atenção Primária à Saúde (APS), as discussões sobre essa temática são muito relevantes, pois os cuidadores domiciliares estão sujeitos a condições de vulnerabilidade que precisam ser alvo de intervenção dos profissionais de saúde. Nesse sentido, através de uma necessidade local, evidenciada pelo Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) e pelas equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF) do bairro Nossa Senhora de Nazaré, em Natal/RN, os discentes da disciplina Programa de Orientação Tutorial para o Trabalho Integrado em Saúde (POTI) atuaram seguindo os pressupostos da aprendizagem baseada em projetos desenvolvidos na comunidade.

Sendo assim, os objetivos dessa intervenção foram: conhecer o perfil dos cuidadores domiciliares vinculados à Unidade de Saúde da Família do bairro Nossa Senhora de Nazaré, Nata/RN; e avaliar o nível de sobrecarga de atividades desses indivíduos.

### **Metodologia**

Trata-se de um relato de experiência de integração de ensino-serviço-comunidade, o qual foi realizado no período do segundo semestre letivo do ano de 2019. O método aplicado utilizou princípios pedagógicos da

escola crítica e da tecnologia da aprendizagem baseada em projetos tutoriais desenvolvidos no território sob a responsabilidade da Unidade Saúde da Família (BENDER, 2014). Para tanto, vinculado ao papel dos orientadores (tutores, preceptores e as equipes de saúde), como facilitadores do processo ensino-aprendizagem, e dos estudantes, como sujeitos ativos do referido processo.

A Unidade de Saúde da Família do bairro Nossa Senhora de Nazaré foi o cenário de prática, a qual consta com dezesseis microáreas adscritas a três equipes de ESF. O cenário de ensino, por sua vez, foi a disciplina POTI, que compõe o elenco de ações desenvolvidas nos cursos da área da saúde, na Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), sendo de caráter curricular obrigatório para os que integram atualmente a equipe mínima da ESF, enfermagem, medicina e odontologia, e atividade complementar para os demais cursos. O POTI tem a intenção de desenvolver o pensamento coletivo, crítico e reflexivo dos estudantes, preceptores e tutores, através de evidências que retratam a realidade social vivenciada na relação entre educação, trabalho e saúde (MEDEIROS JÚNIOR; LIBERALINO; COSTA, 2011).

A princípio, no íterim de preparação dos estudantes, ocorreu uma oficina para a sensibilização sobre a temática e planejamento das ações, a qual envolveu os trabalhadores e profissionais de saúde da ESF e do NASF-AB, sobretudo os Agentes Comunitários de Saúde (ACS) e os alunos do POTI. Nessa ocasião, ocorreram dinâmicas em torno do contexto diário dos cuidadores domiciliares, bem como a discussão de casos reais selecionados em função da estratificação de risco e vulnerabilidade. Após a problematização, foi elaborado um formulário para o conhecimento do perfil dos cuidadores; e escolhida a versão adaptada da Escala de Sobrecarga do Cuidador proposta por Zarit e validada para a língua portuguesa por Sequeira (2010), que foi utilizada, após calibração e simulação de uso. Um espaço amostral de dezesseis cuidadores foi eleito para visita domiciliar compartilhada entre alunos e ACS. Em todo o processo, foram necessários cinco encontros para a realização de todas as etapas da intervenção.

## Resultados e Discussão

A princípio, a escala de Zarit foi criada para avaliar os sentimentos negativos dos cuidadores de pacientes com demência, mas, atualmente, ela tem sido utilizada para avaliar cuidadores de pessoas com diversos diagnósticos. Considera-se, enquanto cuidador informal, a pessoa – familiar ou amiga - não remunerada, que seja a principal responsável pela assistência e cuidados prestados à pessoa dependente (BARROSO; SANTOS; SILVA, 2017).

Observou-se o perfil socioeconômico dos cuidadores domiciliares – de modo similar ao estudo de Galera et al (2011) - os quais, majoritariamente, foram: mulheres; acima de 60 anos; autodeclarados pardos; desempregados; com o ensino médio completo ou incompleto; e com algum problema de saúde. Outrossim, a principal relação parental era de filhos que cuidavam de seus pais e, além disso, nenhum deles possuíam alguma prática de atividade física. Grande parte dos cuidadores apresentou níveis moderados a elevados de sobrecarga funcional.

Nesse sentido, é inquestionável que a diminuição da atividade física contribui para o aparecimento de algumas doenças crônicas que podem aumentar a incapacidade funcional que, por sua vez, gera efeitos negativos de ordem emocional e mental nos cuidadores domiciliares. Lobo et al (2014) confirmaram a correlação positiva entre o nível de dependência, a capacidade física e funcional e o incremento ou déficit de qualidade de vida.

Em função do exposto, é fundamental analisar a posição de fragilidade na qual essas pessoas se encontram, visto que o papel do cuidador, muitas vezes, se torna demasiadamente exaustivo por causa da incipiente assistência familiar e de saúde direcionada para esses indivíduos. As medidas de sobrecarga são úteis para orientar as políticas públicas e a prática profissional, contribuindo para a compreensão do sofrimento presente nesta experiência e as formas de enfrentamento adotadas pelas famílias (GALERA et al, 2011; YAMASHITA, 2013).

Sobre a ocorrência de morbidades, dos 67% de cuidadores que apresentaram alguma doença, apenas 58% deles realizavam acompanhamento médico. Com isso, torna-se fundamental o estímulo à capacidade de resiliência das pessoas para responderem de forma positiva às demandas concretas do dia a dia, apesar das complicações que enfrentam ao longo de suas vidas. Conforme Flores et al (2011), investir nesse aspecto pode representar uma possibilidade valiosa para trabalhar a promoção da saúde mediante o desenvolvimento das potencialidades dos cuidadores e minimizar as expectativas de continuidade de problemas, potencializando a capacidade de superação de situações adversas.

## Conclusões

Considerando o papel social das equipes de saúde, estudantes, usuários, familiares e cuidadores, para o cuidado das pessoas com problemas físicos ou psiquiátricos, foi evidenciado a importância de investimento em estudos longitudinais para uma melhor compreensão sobre as reais condições de vida e as necessidades diversas desses cuidadores analisados, adotando instrumentos previamente validados para uma melhor condução, aumentando, desta forma, a confiabilidade de seus resultados.

Portanto, na posse de achados mais confiáveis, projetos interventivos mais eficazes serão elaborados pelos profissionais das unidades da ESF, com a finalidade de capacitar os cuidadores em relação aos cuidados (manuseio, transferências, etc.) com as pessoas acamadas e ou outros enfermos domiciliados, bem como em relação à importância de partilhar com os outros familiares o papel de cuidador para que a saúde de todos os

indivíduos dentro da residência familiar seja mantida, evitando, desse modo, problemas secundários advindos da sobrecarga na função de cuidador.

Além disso, entende-se que, as intervenções baseadas nas carências reais (concretas) podem apresentar maior possibilidade de sucesso na diminuição da sobrecarga e na melhoria da qualidade de vida dos cuidadores informais brasileiros. Diante dos resultados obtidos, consideramos também que a versão adaptada da Escala de Zarit, embora necessite ser testada em outros grupos de cuidadores, poderá ser usada por profissionais da área de saúde no contexto da APS para proposição de ações interventivas no processo de cuidado ao cuidador. Além disso, integrar os discentes dos cursos da saúde a essa discussão estimula a formação de sujeitos mais reflexivos, tolerantes e ativos frente aos problemas que estes, como futuros profissionais e estudantes, enfrentam no contexto da saúde coletiva na sociedade.

### Referências bibliográficas

BARROSO, Sabrina Martins; SANTOS, Luísa Parreira e SILVA, Luciana Francielle. Instrumentos de avaliação da sobrecarga em cuidadores informais: uma revisão integrativa. **Aval. psicol.** V. 16, n. 4, p. 498-504, 2017.

BENDER, Willian. **Aprendizagem baseada em projetos**: educação diferenciada para o século XXI. Editora Penso: Porto Alegre. 2014.

BODSTEIN, Airton; LIMA, Valéria Vanda Azevedo de; BARROS, Angela Maria Abreu de. A vulnerabilidade do idoso em situações de desastres: necessidade de uma política de resiliência eficaz. **Ambient. soc.**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 157-174, 2014.

CORDEIRO, Juliana et al. Efeitos da atividade física na memória declarativa, capacidade funcional e qualidade de vida em idosos. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 541-552, 2014.

FLORES, Gisela Cataldi et al. A dádiva do cuidado: estudo qualitativo sobre o cuidado intergeracional com o idoso. **Ciênc. cuid. saúde**; v. 10, v. 3, pg. 533-540, 2011.

GALERA, Sueli Aparecida Frari et al. Pesquisas com famílias de portadores de transtorno mental. **Rev. bras. enferm.** v. 64, n. 4, p. 774-778. 2011.

LOBO, Alexandrina de Jesus Serra; SANTOS, Luísa; GOMES, Sônia. Nível de dependência e qualidade de vida da população idosa. **Rev Bras Enferm.** V. 67, n. 6, p. 913-9, 2014.

MEDEIROS JUNIOR, Antônio; LIBERALINO, Francisca Nazaré; COSTA, Nilma Dias Leão. **Caminhos da tutoria e aprendizagem em Saúde e Cidadania**. Natal: EDUFRN, 2011.

RODRIGUES, Marcia Renata; BRETAS, Ana Cristina Passarella. O envelhecimento no trabalho na perspectiva de trabalhadores da área de enfermagem. **Trab. educ. saúde**, Rio de Janeiro. v.13, n.2, p.343-360, 2015.

SEQUEIRA, Carlos Alberto da Cruz. Adaptação e validação da Escala de Sobrecarga do Cuidador de Zarit. **Rev. Referência.** v. 12, n. 2, p. 16-9, 2010.

YAMASHITA, Cintia Hitomi et al. Associação entre o apoio social e o perfil de cuidadores familiares de pacientes com incapacidades e dependência. **Rev. esc. enferm. USP.** v. 47, n. 6, p. 1359-1366, 2013.