



### Trabalho 323

#### PROJETO DE INTERVENÇÃO: ?CUIDANDO DE QUEM CUIDA?

FARIAS,L.M.R (1); SILVA,J.B (2); SILVA, J.C (3)

(1) SES-DF; (2) ESCS; (3) ESCS

Apresentadora:

LINDALVA MATOS RIBEIRO FARIAS (lindalvafarias09@gmail.com)  
SES-DF

Introdução: Neste trabalho será relatada experiência vivenciada por um grupo de estudantes da Escola Superior de Ciência da Saúde (ESCS), neste momento estavam cursando a primeira série no eixo de Habilidades Profissionais em Enfermagem (HPE), mostrando a integração ensino/serviço/comunidade em todos os seus cenários de prática. A inserção precoce do estudante no serviço é uma prática diferenciada junto à comunidade enfatizando não apenas a doença, mas o sujeito em sua integralidade. Os estudantes desenvolvem, nos mais diversos cenários, ações e projetos educativos grifados a partir de uma visão holística. Uma das atividades é desenvolver um projeto de intervenção na comunidade visando a promoção da saúde. Durante as visitas domiciliares os estudantes perceberam a presença de um número significativo de usuários idosos e com eles alguns cuidadores informais necessitando de orientações. Nas últimas décadas, a inversão da pirâmide etária mundial vem se modificando pelo fato da melhoria da qualidade de vida da população, relacionada às condições sanitárias e de acesso a bens e serviços. Com o aumento da expectativa de vida da população e o número crescente de idosos, a tendência é que o número de pessoas que precisem atuar como cuidadores também cresça. O cuidador representa a ligação entre o ser cuidado, a família e o serviço de saúde. O papel do cuidador é o de suprir as necessidades do ser cuidado durante o período de vulnerabilidade e risco. Este atua como meio para desenvolver atividades ao cuidado, tendo em vista, desenvolver o zelo e o auto-cuidado. Consiste também na preservação da estabilidade emocional e auto-estima. O projeto tem como proposta melhorar a qualidade de vida do cuidador e do ser cuidado em sua integralidade, abordando os aspectos que acometem o envelhecimento, tais como perda da memória, diminuição do metabolismo, cuidados paliativos, perda da interação social e cuidados com a nutrição. Objetivo geral: Promover a educação e a saúde por meio da informação, orientação e instrução aos cuidadores, tendo como foco o cuidador de idoso. Objetivo geral: Promover a educação e a saúde por meio da informação, orientação e instrução aos cuidadores, tendo como foco o cuidador de idoso. Objetivos específicos: Reconhecer o cuidador como principal agente precursor para a melhoria da qualidade de vida do idoso; Promover ações que viabilizem a mecânica corporal, raciocínio, autocuidado, nutrição e regulação fisiológica; Trabalhar aspectos psicológicos e emocionais para diminuir o estresse dos envolvidos no processo de cuidar; Desenvolver habilidades técnicas e ergonômicas voltadas ao cuidador visando diminuir fatores de riscos; Reconhecer a atenção primária como um suporte ao cuidado. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo com uma abordagem quantitativa e qualitativa, tipo relato de experiência, desenvolvido por estudantes de graduação em Enfermagem como projeto de intervenção em uma comunidade. Foi realizado oficinas práticas e palestras educativas. O projeto foi realizado em Taguatinga na QNL/QNJ na Igreja Santa Terezinha, trabalhando com um grupo de cuidadores. Foi desenvolvido às terças-feiras do mês de setembro de 06/09 a 27/09 de 2011. Inicialmente foram pré-selecionados 30 cuidadores residentes no Distrito Federal, em Taguatinga Norte na área de abrangência da Unidade Básica de Saúde N° 03 (UBS), pelo Programa de Agentes Comunitário de Saúde ? PACS, por meio do cadastro existente na UBS e outros por meio da divulgação realizada na Igreja Stª.Terezinha. Foi aplicado um questionário com 15 perguntas abertas com foco no aspectos biopsicossocial de cada cuidador. Desenvolveram-se oficinas práticas abordando a prevenção pra quedas, Ergonomia, cuidados com a alimentação e manobra de Heimlich, como lidar com o estresse, higiene corporal, Alzheimer e demência, e oficina de memória. Em todos os dias foram aplicados um instrumento de avaliação ilustrativo com os termos: Satisfeito, indiferente e insatisfeito. Resultados: No primeiro dia, a recepção foi realizada pelos acadêmicos fantasiados de idosos. O encontro iniciou-se com uma introdução do que seria o curso e seus temas abordados. Consistiu em uma dinâmica de grupo realizada pelo mestre capoeira Gilvan que utilizou princípios da Capoterapia para interação do grupo. Em seguida foi realizada a oficina de ?Ergonomia e riscos para quedas?, onde utilizou- recursos audiovisuais, como fotos e



### **Trabalho 323**

vídeos com cenas do cotidiano que abordava os temas risco de quedas e postura. A palestra foi interativa e teve distribuição de planfletos educativos. No segundo dia iniciou com uma ginástica laboral para relaxamento e interação do grupo, em seguida, realizou-se a palestra "Cuidados com alimentação e Manobra de Heimlich" onde o foco foi chamar a atenção para uma alimentação saudável, e a manobra de Heimlich, que é utilizada em caso de obstrução das vias aéreas superiores. No terceiro encontro iniciamos com um alongamento laboral básico, em seguida, foi ministrada uma palestra por uma psicóloga cujo tema foi "Como lidar com o estresse?", focando a paciência, as boas atitudes e o lazer. No último encontro houve as palestras cujos temas foram "Higiene corporal" e "Alzheimer e Demência?", complementando com a "Oficina de Memória?". Os focos foram o auto-cuidado e a higienização do ser cuidado, como identificar a demência e a importância de exercícios para retardar esse processo. Finalizando com uma dinâmica de grupo para estimular a memória recente. Encerrando o curso nesse dia com feedback positivo de todas as atividades feitas. Considerações finais: O projeto foi uma experiência no exercício da cidadania, por se tratar de prática social, na qual o estudante vivencia o cotidiano de uma comunidade. Houve amadurecimento do grupo que percebeu a importância no processo de formação profissional, que visa integrar ensino, serviço e comunidades. O envelhecimento não é uma doença, apesar da degradação das funções orgânicas e as diminuições nas capacidades motoras, psicológicas e a perda gradativa das adaptações. Por esse fato, este projeto foi elaborado para a melhoria no cuidado com a pessoa idosa e com quem promove e previne a saúde, o cuidador. A influência desse profissional é de extrema importância para a melhor qualidade de vida do ser cuidado, e exige sim uma capacitação reconhecida e especializada. Referências: Azevedo JRD. Sexo na Terceira Idade. [s.d.] [acesso em 12 dez. 2010]. Disponível em: <http://www.saudevidaonline.com.br/artigo104.htm>.; Ferreira, et al. Causas e consequências de quedas em idosos, [acesso em 1 out. 2011]. Disponível em: [www.fsp.usp.br/rsp](http://www.fsp.usp.br/rsp); Campos GWS. Humanização na saúde: um projeto em defesa da vida. Rev. Interf. Comunic Saúde Educ. mar/ago 2005; 9(17): 389-406; Silva ID, Oliveira JMO. A educação em saúde como agente promotor de qualidade de vida para o idoso. Rio de Janeiro: Ciênc. saúde coletiva set./out.2009; 14(Supl.1), Veras RP. Terceira idade: Alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, 1999.