

## CUIDADORES FAMILIARES E O CUIDADO DE SI: RECURSOS AUDIOVISUAIS COMO DISPARADORES DE REFLEXÕES

**KIMBERLY LARROQUE VELLEDA<sup>1</sup>; ALINE DAIANE LEAL DE OLIVEIRA<sup>2</sup>; JOSÉ HENRIQUE DIAS DE SOUSA<sup>3</sup>; JOSÉ RICARDO GUIMARÃES DOS SANTOS JUNIOR<sup>4</sup>; RICARDO AIRES DA SILVEIRA<sup>5</sup>; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – kimberlylarroque@yahoo.com.br*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – lileal.martins@gmail.com*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – zeedds@gmail.com*

<sup>4</sup>*Universidade Federal de Pelotas – josericardog\_jr@gmail.com*

<sup>5</sup>*Universidade Federal de Pelotas – ricardo.a.silveira@outlook.com*

<sup>6</sup>*Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com*

### 1. INTRODUÇÃO

Há alguns anos a oferta de internação domiciliar vem aumentando sua abrangência, visando atender a demanda de pacientes com doenças crônicas degenerativas (WHO, 2000; BRASIL, 2006). Como consequência da adesão a este modelo assistencial, caracterizado por manter os pacientes no conforto de seu lar; temos a responsabilização de familiares pelo cuidado, que segundo Oliveira *et al.* (2012), se dedicam integralmente ao enfermo, abdicando de atividades sociais, de lazer e trabalho. A ressignificação da vida dos cuidadores gera condições negativas, interferindo na qualidade de vida e por vezes causando prejuízos psicológicos (ANJOS; ZAGO, 2014).

O cuidado de si é considerado um mecanismo responsável por auxiliar na formação do indivíduo e fortalece-lo frente às adversidades encontradas (DAMASIO, 2007), sendo fundamental que neste processo ocorra um exercício da capacidade de voltar o olhar para si, examinando suas próprias ações e sentimentos (FOUCAULT, 2001). Compreendemos que no caso dos cuidadores familiares surgem sentimentos de abnegação para voltar-se ao paciente com dedicação praticamente exclusiva (ANJOS; ZAGO, 2014). Atentando para realidade desta população, foi desenvolvido o projeto de extensão “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado”, ofertado aos cuidadores vinculados aos programas de atenção domiciliar: Programa Melhor em Casa e Programa de Internação Domiciliar Interdisciplinar (PIDI), propiciando espaços de escuta e diálogos.

Tendo como objetivo despertar momentos de reflexão e estimular o cuidado de si, foram utilizados materiais audiovisuais durante as abordagens aos cuidadores. As imagens facilitam ao indivíduo acessar pensamentos e reconhecer representações sociais, que podem passar despercebidas em comunicações nas quais se investe apenas recursos verbais. Estes aspectos tornam imprescindível a utilização de conteúdos figurativos para atingir de forma mais intensa dimensões que contemplam valores e afetos (FILHO, 2013). Através da visualização das imagens o cuidador se depara com a concretização de suas vivências de forma figurativa, desencadeando um complexo de ideias (MOSCOVICI, 2003). O objetivo deste trabalho é observar as reflexões dos cuidadores frente às imagens apresentadas.

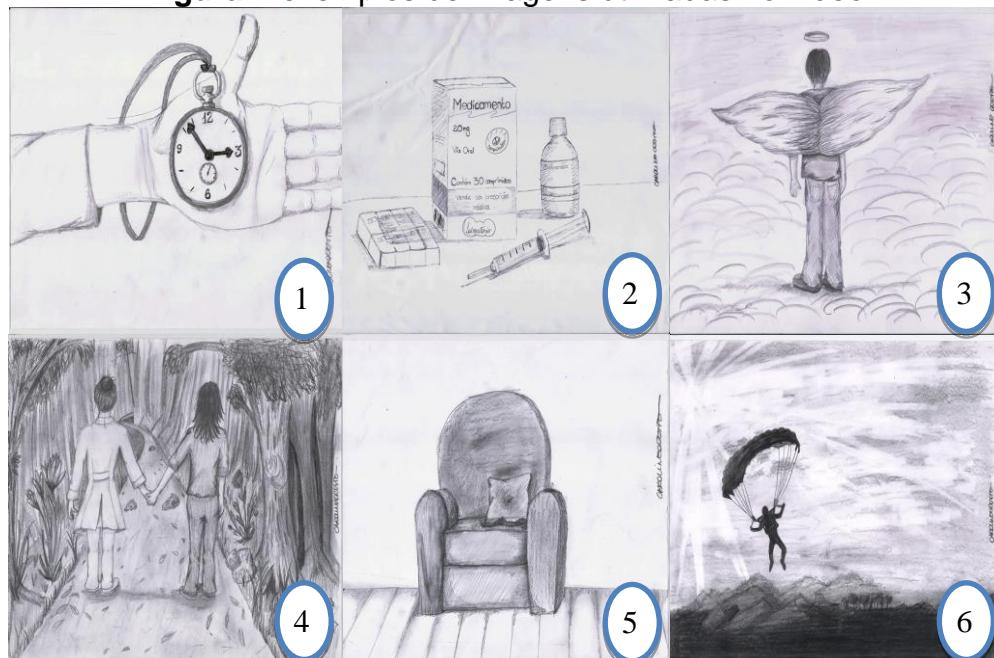
## 2. METODOLOGIA

O projeto de extensão “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado” é executado durante quatro visitas que ocorrem em frequência semanal desde junho de 2015. No primeiro contato, são coletados dados sócio-demográficos e elaborados genograma e ecomapa, iniciando a aproximação e o vínculo com o indivíduo acompanhado. No segundo encontro, os extensionistas apresentam um vídeo com desenhos elaborados por uma acadêmica participante do projeto, remetendo a rotina vivenciada por cuidadores, espera-se que após o vídeo o cuidador mencione os pensamentos despertados pelas figuras, abordando seus desafios e dificuldades. Na terceira visita, questiona-se sobre as reflexões geradas no encontro anterior, além de investigar as formas de alívio realizadas pelos cuidadores em situações de estresse. Por fim, os acadêmicos desenvolvem alguma intervenção baseada nas necessidades observadas ao longo do acompanhamento. Os dados discutidos no seguinte trabalho são referentes ao segundo encontro no qual são utilizados os recursos audiovisuais.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades do projeto tiveram início em junho de 2015, até o momento foram concluídos o acompanhamento de 41 cuidadores. O vídeo exibido no decorrer das visitas, foi anteriormente apresentado para as equipes dos programas de atenção domiciliar vinculados ao projeto de extensão. Os profissionais avaliaram que as imagens “falam por si só” e que apesar de sua simplicidade, teriam muito significado para os cuidadores. Entre os cuidadores as interpretações acerca das figuras foram diversas, no entanto algumas chamaram mais atenção e geraram comentários semelhantes.

**Figura 1:** exemplos de imagens utilizadas no vídeo



A figura 1 gerou reflexões sobre a falta de tempo para realização de atividades de lazer e autocuidado, além da preocupação com horários de

medicações e procedimentos, que também foi salientada na figura 2 que traz os remédios. A terceira figura despertou medo da morte, desejo por liberdade e fez alguns cuidadores pensarem nos profissionais da equipe de atenção domiciliar; porém a reflexão predominante foi de cuidadores que se identificaram com a figura, pois acreditam ter o dever de atuar como “anjos” para os pacientes, porém se consideram com defeitos e fragilidades, demonstrando um sentimento de culpa por não se avaliarem cumprindo de forma eficaz um papel de protetor.

A imagem 4 despertou sentimentos positivos, os cuidadores pensaram em união, entre eles e os pacientes e/ou equipe de saúde. No entanto a figura de número 5 gerou desconforto por representar o lugar dos pacientes, fazendo os cuidadores demonstrarem receio ao pensar no momento em que o familiar não estará mais presente, deixando o ambiente vazio. Por fim, a imagem do salto de paraquedas, foi utilizada para realizar analogias com a descoberta do diagnóstico do paciente e o início das atividades do cuidado, os cuidadores relataram sentimentos como: “fiquei sem chão”, “é um voo cego”, “caí de paraquedas”.

Utilizar recursos audiovisuais como instrumento para auxiliar durante a comunicação permite aprofundar em questões vivenciadas pelas pessoas abordadas (VALE, 2014), despertando reflexões e questionamentos (LISBOA; PIRES, 2010). No caso dos cuidadores, essa ferramenta instiga pensamentos sobre as atribuições e emoções relacionadas ao cuidado com o familiar doente, rotina que muitas vezes é reproduzida sem espaço para descanso, gerando sentimentos negativos (ANJOS; ZAGO, 2014) que devem ser considerados e discutidos.

#### 4. CONCLUSÕES

Durante a execução do projeto, as imagens utilizadas permitiram que algumas situações fossem mencionadas, pois as mesmas retratam demandas do dia a dia, muitas vezes omitidas pelos cuidadores por receio de demonstrarem incomodo com seu papel. Neste sentido, as conversas estabelecidas são direcionadas com o objetivo de estimular a auto-reflexão, para que os cuidadores compreendam a importância de “cuidar de si” para poder cuidar do próximo. Além disso, as atividades auxiliam na busca de soluções para situações problema, evitando que os cuidadores cheguem a quadros de esgotamento emocional e propiciando um espaço de escuta e acolhimento.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANJOS, A. C. Y. dos; ZAGO, M. M. F. Ressignificação da vida do cuidador do paciente idoso com câncer. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v.67, n.5, p.752-8, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.529, de 19 de outubro de 2006. Institui a Internação Domiciliar no Âmbito do SUS. Diário Oficial da República Federativa do Brasil. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

DAMASIO, C. R. H. Michel Foucault e o cuidado de si. **Revista Espaço Acadêmico**, v.6, n.73, 2007. Disponível em: <<http://www.espacoacademico.com.br/073/73damasio.htm>>. Acesso em: 14 jul. 2016.

FILHO, A. L. de M. Importância das imagens na metodologia de pesquisa em psicologia social. **Psicologia & Sociedade**, v.25, n.2, p.263-271, 2013.

FOUCAULT, M. A hermenêutica do sujeito. 2001.

LISBOA, M.; PIRES, G. L. Reflexões sobre a imagem e a fotografia: possibilidades na pesquisa e no ensino da educação física. **Motrivivência**, Florianópolis, v.22, n.34, p.72-86, 2010.

MOSCOVICI, S. Representações sociais: investigações em psicologia social. Petrópolis: Vozes, 2003.

OLIVEIRA, S. G. et al. Dinâmica de organização dos cuidadores familiares do paciente terminal em internação domiciliar. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v.10, n.4, p.674-81, 2012.

VALE, A. F. C. Etnografia, sexualidade e imagem: reflexões sobre o uso do vídeo na pesquisa antropológica. In: Encontro Anual da ANPOCS, 2014. **Anais do 38º Encontro Anual da ANPOCS**. São Paulo: Associação Nacional de Pós-Graduação e Pesquisa em Ciências Sociais, 2014. p.1-23.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Home-based Long-term Care: Report of a WHO Study Group**. Who study group on home-based long-term care, 2000.