

RELEVÂNCIA DA ESCUTA TERAPÊUTICA E DA ESCALA EMOCIONAL NA SOBRECARGA DOS CUIDADORES FAMILIARES

CAMILA TRINDADE COELHO¹; FERNANDA EISENHARDT DE MELLO²; LUCAS DA SILVA DELLALIBERA³; BERLANNY CHRISTINA DE CARVALHO BEZERRA⁴; ELISANGELA COUTINHO DA SILVA⁵; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA⁶

¹ Universidade Federal de Pelotas – trielho_camilla@hotmail.com

² Universidade Federal de Pelotas – fernandaemello@hotmail.com

³ Universidade Federal de Pelotas – dellalibera_lucas@hotmail.com

⁴ Universidade Federal de Pelotas – belzinha01_@hotmail.com

⁵ Universidade Federal de Pelotas – angel_cout@hotmail.com

⁶ Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A atenção domiciliar (AD) é uma modalidade de cuidado que visa a promoção, prevenção, tratamento de doenças e reabilitação da saúde no contexto familiar (PROCÓPIO, 2019). O cuidar de um familiar no domicílio tende a gerar um estresse físico e psicológico, com sobrecarga, por ser solitário na maioria dos casos, sem auxílio dos outros familiares que geralmente se furtam das responsabilidades do cuidado (SOUZA, 2015).

O cuidado cotidiano pode levar ao estreitamento de laços afetivos, vínculos, intimidade e reciprocidade entre quem cuida e quem é cuidado. Tal cuidado favorece uma relação muito próxima, que por vezes, gera conflitos entre cuidador e a pessoa cuidada. Desta forma, essa relação pode causar sentimentos de opressão, pesar, tristeza, entre outros. Quando se trata de um familiar, o vínculo pode tornar-se maior e a relação de compaixão e solidariedade faz com que o cuidador esteja sujeito a este misto de sentimentos diante desta situação (BAPTISTA, 2012).

Ainda, destaca-se que a situação pode se tornar mais crítica, devido a apenas uma pessoa assumir o cuidado do outro (OLIVEIRA et al, 2015), o que leva a situações de desgaste físico e psicológicos, que segundo Baptista (2012) o familiar que desempenha o papel de cuidador da pessoa enferma, por vezes, poderá adoecer em decorrência desta função.

Tal fato reflete a importância e a necessidade dos familiares cuidadores receberem adequado suporte psicológico e emocional para que se sintam preparados e fortalecidos para atuar nesse processo. Esse trabalho tem como objetivo abordar a relevância da escuta terapêutica e da escala emocional na sobrecarga dos cuidadores familiares.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência sobre o uso da escala emocional e da escuta terapêutica no projeto de extensão “Um Olhar Sobre o Cuidador Familiar: Quem cuida merece ser cuidado”. Os cuidadores familiares acompanhados pelo projeto são vinculados aos serviços de atenção domiciliar, Melhor em Casa e o Programa de Internação Domiciliar Interdisciplinar (PIDI), do Hospital Escola da Universidade Federal de Pelotas/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares – (HE-UFPEL/EBSERH. A escala emocional é executada com cuidadores familiares no início e no final de cada encontro, dando-se como método avaliativo a respeito das intervenções realizadas nestes momentos e verificando se houve produção de alívio na sobrecarga emocional do cuidador. O projeto de extensão iniciou

susas atividades em junho de 2015, sendo a escala emocional aplicada a partir de 2017.

Tal escala foi elaborada pelo grupo de execução do projeto com emojis para ilustrar emoções e com a pontuação de 0 a 10, para marcar a intensidade da emoção (figura 1). Já a escuta terapêutica refere-se a uma das possíveis intervenções utilizadas e configura-se como um processo interativo de comunicação e acolhimento.



Figura 1. Escala Emocional.
Fonte: OLIVEIRA et al (2017-2019).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Observou-se que no início dos encontros os cuidadores apontaram sentirem-se tristes (intenso: 13, moderado: 7 e leve: 1), alegres (intenso: 11 e moderado: 7), doentes (moderado: 6 e leve: 2), tranquilos (intenso: 15 e moderado: 5), surpresos (intenso: 1), apaixonados (intenso: 1 e leve: 1), aflitos/preocupados (intenso: 10, moderado: 16 e leve: 2), ansiosos (intenso: 11 e moderado: 10), irritados/com raiva (intenso: 3 e moderado: 1) e quietos/pouco comunicativos (intenso: 2, moderado: 7 e leve: 1). Já ao término dos encontros, após a realização da escuta terapêutica e outras intervenções pertinentes de acordo com cada caso, eles relataram estar alegres (intenso: 13 e moderado: 7), tristes (intenso: 8 e moderado: 7), tranquilos (intenso: 15 e moderado: 7), aflitos/preocupados (intenso: 5 e moderado: 13), ansiosos (intenso: 10 e moderado: 10), surpresos (intenso: 5, moderado: 2 e leve: 1), irritados/com raiva (intenso: 1 e moderado: 1), quietos/pouco comunicativos (moderado: 6), doentes (moderado: 5 e leve: 1), apaixonados (intenso: 2) e indiferentes (moderado: 1).

Desse modo, alguns cuidadores familiares apresentaram modificações quanto sua avaliação emocional quando comparados o início e o final do

encontro. A respeito disso, destacam-se os casos em que houve uma melhora após a intervenção como a alegria que se tornou a emoção mencionada com maior frequência entre os cuidadores familiares nos encerramentos; e a tristeza que mesmo mantendo sua frequência teve um caso de diminuição de sua intensidade. Ressalta-se que ao final do encontro a percepção de doente, terceira emoção mais frequente no início, não tornou a ser relatada. Com relação à tranquilidade não foram identificadas modificações.

Para os cuidadores familiares é comum a exaustão psicológica, ansiedade, depressão, estresse, privação de sono, redução da qualidade de vida, sentimento de impotência, desamparo e dificuldades financeiras decorrentes da desistência ou perda de emprego para poderem assumir o cuidado do outro (SOUZA, 2015). Tais privações causa isolamento social devido abdicação dos seus afazeres pela demanda de cuidados com o doente (LACERDA, 2017). A maior parte dos cuidadores está dedicada exclusivamente para o paciente, porque são sozinhos para o cuidado e uma minoria consegue manter o trabalho, o que ajuda a desopilar, se distrair, sendo o trabalho formal uma válvula de escape. O projeto traz a escuta terapêutica como uma ferramenta de intervenção, a qual proporciona uma troca de experiências e suporte emocional aos cuidadores..

4. CONCLUSÕES

Os dados correlatos observados entre a aplicação da escala emocional no primeiro momento, a realização da escuta terapêutica e a reaplicação da referida escala demonstram que esta possibilita avaliar a sobrecarga que o cuidador se encontra a partir das emoções demonstradas, bem como a efetividade do método no alívio desta condição na maioria dos casos. Sendo assim, as intervenções realizadas no projeto “Um Olhar sobre o cuidador familiar, quem cuida merece ser cuidado” fundamentais para atenuar a sobrecarga que enfrentam, os quais, na maioria das vezes não possuem outras formas de alívio.

Deste modo, esses dispositivos fazem a diferença no dia a dia dos cuidadores, fazendo reflexões e mudando a dinâmica dos cuidados oferecidos por eles, permitindo uma maior percepção acerca do seu valor, melhorando sua autoestima e qualidade de vida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAPTISTA, B.O.; BEUTER, M.; GIRARDON-PERLINI, N.M.O.; BRONDANI, C.M.; BUDÓ, M.L.D.; SANTOS, N.O. A sobrecarga do familiar cuidador no âmbito domiciliar: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 33, n. 1, p. 147-56, 2012.

LACERDA, M.S, CIRELLI M.A, BARROS A.L.B.L, LOPES J.L. Anxiety, stress and depression in family members of patients with heart failure. **Rev Esc Enferm USP**. 2017;51:e03211. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2016018903211>.

OLIVEIRA S.G. et al. Enunciados sobre la atención domiciliaria en el panorama mundial: revisión narrativa. **Enfermería global**, v.14, n.3, p.375-389, 2015a.

OLIVEIRA, S. G; MUNIZ, R. M.; KRUSE; M. H. L; GARCIA, R. P.; TRISTÃO, F. S.; ARRIEIRA, I. C. O. et al. **Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado** [Projeto de Extensão]. Pelotas: Universidade Federal de Pelotas; Pró-Reitoria de Extensão e Cultura; Faculdade de Enfermagem, 2017-2019.

PROCÓPIO, L.C.R.; SEIXAS, C.T.; AVELLAR, R.S.; SILVA, K.L.; SANTOS, M.L.M. A atenção domiciliar no âmbito do sistema único de saúde: desafios e potencialidades. **Saúde em debate**, v. 43, n. 121, p. 592-604, 2019.

SOUZA, L.R.; HANUS, J.S.; DELA LIBERA, L.B.; SILVA, V.M.; MANGILLI, E.M.; SIMÕES, P.W.; CERETTA, L.B.; TUON, L. Sobrecarga no cuidado, estresse e impacto na qualidade de vida de cuidadores domiciliares assistidos na atenção básica. **Cadernos de Saúde Coletiva**, v. 23, n. 2, p. 140-149, 2015.