



QUEM É O CUIDADOR FAMILIAR? RELATO DE UM ENCONTRO DE CURSO EXTENSIONISTA

GRAZIELA DA SILVA SCHILLER¹; **VANESSA CHAVES DUTRA²**; **FERNANDA EISENHARDT DE MELLO³**; **STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA⁴**

¹*Universidade Federal de Pelotas – grazischiller12@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – d.chavesvanessa@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – fernandaemello@hotmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho relaciona-se ao Projeto de Extensão “Um olhar sobre o cuidador familiar: quem cuida merece ser cuidado” da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL). O projeto tem como proposta acompanhar cuidadores familiares, por meio de visitas domiciliares, com o objetivo de prestar apoio através da escuta terapêutica, orientações e incitação de reflexões acerca do papel desempenhado pelos cuidadores.

Em decorrência da Pandemia de COVID-19, no ano de 2021, o projeto supracitado encontrava-se, ainda, com as atividades presenciais suspensas. Em vista disso, para dar continuidade à prestação de apoio aos cuidadores, e para que os alunos continuassem integrados em atividades extensionistas, o projeto adotou o meio digital como aliado, realizando postagens voltadas ao cuidador.

A Extensão Universitária possui um potencial transformador das estruturas acadêmicas e sociais. Academicamente é proporcionado ao estudante uma formação mais integral, em vista da oportunidade de colocar em prática aquilo que é visto em aula, além de trabalhar um olhar mais humanizado. Desse modo, a extensão aproxima a universidade da população geral, utilizando de seus saberes em detrimento das principais vulnerabilidades e carências da sociedade (BRITO; ALVES; CRUZ, 2021).

Pensando em aproximar-se mais da população e do meio acadêmico, o Projeto ofertou, em outubro de 2021, o Minicurso "Práticas de si para o cuidador familiar". Este foi um minicurso on-line e gratuito, ofertado para o público em geral: alunos, professores, profissionais da saúde e cuidadores familiares.

Teve como objetivos propiciar discussões sobre práticas de si para cuidadores familiares; discutir os tipos de cuidadores, as funções do papel do cuidador familiar e carga horária implicada; discutir as relações estabelecidas a partir do cuidador familiar com o paciente, com a família e com a equipe de saúde; discutir sobre genograma para pensar as relações e os vínculos intrafamiliares; e apresentar os aspectos históricos do cuidado de si, e suas práticas de si possíveis na contemporaneidade.

As mídias sociais são ferramentas aliadas na troca de informações entre a comunidade acadêmica e comunidade externa, sendo uma boa alternativa encontrada para as práticas de extensão universitária em tempos de pandemia (DEVITTE; FREITAS; FERREIRA, 2021). Isso se aplicou para o projeto em questão, uma vez que utilizou-se desta ferramenta para ofertar o minicurso e outros materiais voltados ao cuidador.

Desse modo, o objetivo deste trabalho é relatar sobre o encontro relacionado ao primeiro tema abordado no Minicurso “Práticas de si para o cuidador”: “Quem é o cuidador familiar?”.

2. METODOLOGIA

Este trabalho é um relato sobre um dos encontros ofertados no Minicurso “Práticas de si para o cuidador familiar”, o qual foi realizado em outubro de 2021, de forma on-line e gratuita, através da plataforma Webconf da UFPEL. A divulgação ocorreu por meio das redes sociais do Projeto e as inscrições eram realizadas através de um formulário do Googleforms. Após, realizou-se um grupo com os inscritos no aplicativo Whatsapp para envio dos links e materiais de cada encontro.

O público alvo eram alunos, professores, profissionais da área da saúde e cuidadores familiares. O Minicurso foi ministrado por acadêmicos e enfermeiras que compõem a equipe do Projeto de Extensão, com supervisão da coordenadora do projeto, estes foram divididos em grupos. Os temas abordados foram pensados a partir das necessidades dos cuidadores e, então, divididos em cinco encontros. O primeiro encontro abordou a questão “Quem é o cuidador familiar?”.

Ao término de cada encontro, os participantes recebiam um formulário a fim de avaliar e refletir sobre o tema abordado. Após o encerramento do curso, as respostas destes formulários foram exportadas para serem lidas e analisadas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No total o curso obteve 74 inscritos, destes 42 eram acadêmicos; 23 profissionais da saúde e 5 cuidadores familiares; 72 eram mulheres e apenas dois eram homens.

Em resposta à pergunta norteadora do primeiro encontro, a portaria 2.029 de 2011 no SUS define o cuidador como a pessoa com ou sem vínculo familiar, capacitada para auxiliar o paciente em suas necessidades e atividades da vida cotidiana. O cuidador familiar é aquele que assume a responsabilidade do cuidado de uma pessoa que fica acometida por um agravo crônico, com dependência parcial ou total. Geralmente, o cuidador informal é o familiar mais próximo, o qual presta todos os cuidados no processo saúde e doença do paciente (BRASIL, 2011; RIBEIRO et al., 2017).

Foi pertinente destacar neste primeiro dia de encontro, a figura da mulher no cuidado, visto que as mesmas são maioria entre os cuidadores. A figura feminina é vista na função de fornecer atenção, cuidado e executar tarefas domésticas através de uma imposição cultural, o que é lhe ensinado desde a infância. As cuidadoras assumem a responsabilidade do cuidado, pois compreendem como função destinadas para si no momento em que um membro da família adoece (MELLO, 2020).

Foi apresentado, também, a classificação dos tipos de cuidadores. Os quais podem ser do tipo primário/principal, ou seja, aquele que assume totalmente a responsabilidade do cuidado; secundário, que dá suporte para o cuidador principal; e os terciários, que são coadjuvantes e não têm responsabilidade pelo cuidado, geralmente realizam tarefas específicas como fazer compras (FERRÉ-GRAU, 2011).

As funções destinadas aos cuidadores também foi assunto do primeiro encontro. Muitas são as tarefas destinadas ao cuidador relacionadas ao cuidado corporal como alimentação e higiene; as tarefas organizacionais, relacionadas ao

ambiente e às relações interpessoais do familiar acometido; e também as tarefas administrativas relacionadas consultas, renda e transporte, por exemplo (DIAS, 2020).

Após informar os participantes sobre quem é o cuidador, quais os tipos e suas funções, entramos em um assunto pertinente, a carga horária dos cuidadores. A carga horária de cuidado está muito relacionada à sobrecarga. Devido à alta demanda de cuidados que um cuidador deve prestar, é difícil definir quantas horas por dia ele disponibiliza para a função. Estudos apontam que varia de acordo com a demanda e limitações do paciente, podendo ser de 4 a 5 horas diárias, ou até mesmo 24 horas diárias (MAGNO, 2021).

Em vista disso, o cuidador sofre com muitas implicações, as quais foram levantadas neste primeiro encontro também. As diversas atividades realizadas durante a tarefa de cuidar, implica em danos psicológicos, físicos e sociais.

A sobrecarga gerada pode ser tanto física, causada pelo esforço físico e o excesso de cuidado, juntamente com a falta de conhecimento técnico e habilidade, quanto emocional. Influenciada pela saúde mental, a qual pode estar afetada pelas diversas exigências que a pessoa cuidada possui. O que quase não se fala é sobre a sobrecarga social, aquela que ocorre pela redução do tempo para o cuidador realizar suas atividades cotidianas e de lazer (MENDES, 2019).

Após este momento para pensar sobre a sobrecarga e as implicações ao cuidador, foi exposto aos ouvintes um lado positivo da tarefa de cuidar, os aprendizados adquiridos. A atividade de cuidar torna-se um aprendizado contínuo, pois as necessidades emergentes do processo de cuidar serão compreendidas somente durante o enfrentamento diário. Além disso, os cuidadores podem desenvolver a sensação de dever cumprido, de que está ajudando o seu familiar estimado (GARCIA et al., 2011).

Para finalizar, realizamos um momento informativo, destinado principalmente para os cuidadores ouvintes, em relação aos benefícios sociais existentes em nosso país, a quem são destinados e como proceder para requerer tal benefício.

Em relação à avaliação dos participantes sobre este encontro, 29 avaliaram como “muito bom” e sete como “bom”. Os sentimentos descritos pelos participantes foram de compaixão, satisfação, conhecimento, interesse, curiosidade e melhor visão sobre o assunto.

Despertou-se o olhar dos participante para a pessoa que cuida. Alguns participantes relataram que não tinham conhecimento de certas questões, como os tipos de cuidadores existentes, os seus afazeres, adaptação e/ou organização do ambiente.

Os participantes também citaram sentimentos de respeito, consciência e compaixão para com o ser cuidador, além de perceberem a importância de direcionar a atenção aos cuidadores, visto que torna-se comum normalizar a posição em que se encontram. Os participantes que são cuidadores expressaram que o encontro foi enriquecedor e que lhes chamou à atenção para os problemas que enfrentam diariamente.

4. CONCLUSÕES

O Minicurso em questão foi uma alternativa eficaz encontrada pelo Projeto de Extensão para estreitar os laços entre universidade e comunidade durante a pandemia de COVID-19, oportunizando que o público alvo adquirisse conhecimento sobre a temática do cuidador familiar.



O primeiro encontro proporcionou reflexões pertinentes sobre o cuidador familiar, quem ele é, quais suas funções, sobrecarga, implicações, aprendizados e benefícios sociais.

A avaliação dos participantes em relação ao primeiro encontro foi positiva e instigou a curiosidade e interesse dos mesmos para a temática. Os cuidadores que participaram como ouvinte tiveram seu pensamento despertado para si.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria MS/GM nº 2.527 de 27 de outubro de 2011 (Revogado pela PRT GM/MS nº 963 de 27.05.2013)**. Redefine a atenção domiciliar no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília, 2011.

RIBEIRO, B.F.; OLIVEIRA, S.G.; TRISTÃO, F.S.; SANTOS-JUNIOR, J.R.G.; FARIA, T.A. Práticas de si de cuidadores familiares na atenção domiciliar. **Revista Cuidarte**, v.8, n.3, p.1809-1825, 2017.

MELLO, F.E. **Intervenções utilizadas em cuidadores de adultos com doenças crônicas em atenção domiciliar: estudo bibliométrico e revisão integrativa**. 2020. 105f. TCC (Graduação) - Bacharel em Enfermagem, Faculdade de Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2020.

DIAS, L.V. **Modos de constituição de sujeitos cuidadores familiares de pessoa com câncer em cuidados paliativos no domicílio [Dissertação]**. Pelotas: Universidade Federal de Pelotas, Faculdade de Enfermagem, Programa de Pós-graduação em Enfermagem; 2020.

FERRÉ-GRAU, C.; RODERO-SÁNCHEZ, V.; CID-BUERA, D.; VIVES-RELATS, C.; APARICIO-CASALS, M.R. **Guía de Cuidados de Enfermería: Cuidar al Cuidador en Atención Primaria**. Tarragona: Publidisa, 2011.

MAGNO, D.C.; SILVA, D.A.; MARCOLAN, J.F. Sintomatologia depressiva em cuidadores familiares de idosos com Alzheimer ou outra demência. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 5, 2021.

MENDES, P.N.; FIGUEIREDO, M.L.F.; SANTOS, A.M.R.; FERNANDES, M.A.; FONSECA, R.S.B. Sobrecargas física, emocional e social dos cuidadores informais de idosos. **Acta paulista de enfermagem**, v.32, n.1, p.87-94, 2019.

GARCIA, R.P. et al. Cotidiano e aprendizado de cuidadores familiares de doentes crônicos. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v. 10, n. 4, p. 690-696, 2011.

BRITO, H.N.R.; ALVES, E.D.; CRUZ, E.R.; CARNEIRO, S.V.; BEZERRA, M.H.O; CARVALHO, M.M.B. et al. Extensão universitária e ensino em saúde: impactos na formação discente e na comunidade. **Brazilian Journal of Development**, v.7, n.3, p.29895-29918, 2021.

DEVITTE, W.R.; FREITAS, P.O.D.; FERREIRA, G.M.; MARTINI, A.P.D.S.; FUNGUETTO, C.I. Alternativas para a prática de extensão universitária em tempos de pandemia. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 2, n. 3, p. 95, 2021.