

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DA AÇÃO DESENVOLVIDA PARA A DISCIPLINA DE FISIOTERAPIA E ATENÇÃO À SAÚDE NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

RAFAEL ABREU RIBEIRO¹; HANNAH KRÜGER DOS REIS PEREIRA²; LAUREN CENTENO SCHERER³; MIKAELLA NIEVIEROWSKI MACEDO⁴; VALENTINA MEDEIROS BORGES⁵;

MAÍRA JUNKES CUNHA⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – eurafaelabreuribeiro@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – hannahkruger@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – laurenschererc@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – mikaellanievierowski@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – valentinamedeirosborges8@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – mairajunkes.cunha@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

Os cuidados prestados a parentes idosos ou com alguma patologia tem sido associado a riscos para a saúde de cuidadores, porém pouca atenção tem sido voltada a esses fatores que podem ser prejudiciais principalmente para os cuidadores informais. (BEACH et al. 2005).

A ação em saúde "Cuidando de quem cuida" foi realizada na disciplina de Fisioterapia e Atenção à Saúde na Unidade Básica de Saúde, ministrada por professoras fisioterapeutas com experiência na área, entre o período de Outubro de 2023 a Fevereiro de 2024, cujo objetivo principal da disciplina é a capacitação dos alunos a compreenderem o funcionamento das Unidades Básicas de Saúde (UBS), suas normas e organização, promover estratégias de promoção à saúde e participação no contexto da Unidade Básica (UFPEL, 2019).

A ação em questão, foi desenvolvida a fim de promover o autocuidado entre cuidadores, sendo eles profissionais ou não, além de incentivá-los a aderir em suas rotinas, algumas condutas de valorização à saúde.

A partir de uma rápida conversa com um dos agentes comunitários da UBS, foi possível identificar o perfil da população atendida, destacando suas principais características e queixas. Entre os casos mais comuns, surgiram aqueles de pessoas acamadas que precisam de ajuda de cuidadores, considerando a viabilidade na UBS.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

O presente trabalho se trata de um relato de experiência da vivência do discente em relação ao primeiro contato com uma intervenção fisioterapêutica de promoção em saúde na prática.

A ação em questão foi escolhida pelo fato da sobrecarga enfrentada pelos cuidadores estar frequentemente relacionada ao cansaço físico e mental, estresse, depressão, ansiedade, ausência de apoio social e redução da qualidade de vida; essa sobrecarga também pode ser influenciada por fatores relacionados ao paciente, como sofrimento psicológico, qualidade de vida e falta de controle sobre os sintomas (DELALIBERA et al, 2015).

Os integrantes do grupo montaram uma lista com os nomes e endereços de usuários da UBS, que eram cuidadores de outras pessoas. Em duplas foram realizadas as visitas domiciliares a fim de conversar com os cuidadores, entregar o folder confeccionado e aplicar o questionário abreviado de percepção subjetiva de qualidade de vida (WHOQOL-abreviado) que segundo KLUTHCOVSKY e KLUTHCOVSKY (2009) “fornece informações sobre aspectos pessoais e sociais, bem como medidas de incapacidade e bem-estar psicológico, incorporando o ponto de vista do paciente e focalizando a avaliação e tratamento no paciente mais do que na doença”.

Para mensurar os resultados, foram atribuídos pesos a cada um dos domínios, ou seja, os contextos da vida dos avaliados, e as notas foram, então, somadas e divididas de acordo com os pesos pré-determinados pelos pesquisadores brasileiros que desenvolveram este estudo e adaptaram o questionário criado pela Organização Mundial de Saúde Fleck e Chachamovich.

A partir disso, entender as principais necessidades da pessoa em cuidado e orientar da melhor forma sobre como os cuidadores devem se posicionar para realizar mudanças de decúbitos, dar banhos, alimentação e também sobre troca de curativos. Além disso, incentivar o autocuidado como práticas de atividade de lazer, exames de rotina para ter um melhor controle de sua saúde. O folder tem como intuito, reforçar as orientações que foram fornecidas a esses cuidadores. As visitas domiciliares foram realizadas em Fevereiro de 2024, semanalmente durante todo o mês e após isso, os panfletos ficaram disponíveis na recepção da UBS para que futuros cuidadores pudessem ter acesso ao material educativo confeccionado pelo grupo.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os pontos positivos da ação implementada contam com o desenvolvimento da capacidade de comunicação com pacientes, habilidade de manejo de complicações em saúde e orientação de busca de serviço de saúde e de educação em saúde por meio da produção do material educativo e busca ativa de pacientes dentro do perfil alvo da ação. Já a dificuldade no seguimento da ação por intercorrências com a família, tempo diminuído no ambiente da UBS e dificuldade de locomoção e participação dos cuidadores em ações de saúde devido à saúde debilitada dos pacientes, foram algumas barreiras durante a ação. Contudo, diante de uma visão geral, a ação foi implementada com a necessidade de algumas adaptações conforme a realidade observada, mas ainda assim positiva pois foi possível intervir na saúde de uma das moradoras da região que não recebia o suporte adequado da UBS.

Resultados acerca da qualidade de vida pelo questionário WHOQOL-Abreviado

Cuidadores	A	B	C	D	E	F
Qualidade de vida	3	3	3	5	4	4
Satisfação com a saúde	2	2	2	5	5	4
Domínio físico	2,4	2,8	2	4,2	4,2	3
Domínio psicológico	2,6	2,6	3,2	4	4,5	3,5
Relações sociais	4	3,3	4,3	3,3	3,3	4
Meio ambiente	2,5	2,8	3,4	4,2	4,5	3,3

O questionário em questão tem como método de avaliação os domínios de qualidade de vida; satisfação com a saúde; domínio físico; domínio psicológico; relações sociais e meio ambiente, tendo como pontuação do 1 ao 5, sendo 1 - muito insatisfeito/ruim/nada/nunca, e 5 - muito satisfeito/muito bom/completamente/sempre. E os resultados obtidos foram (3,66) para qualidade de vida; (3,33) para satisfação com a saúde; (3,1) para domínio físico; (3,4) para domínio psicológico; (3,7) para relações sociais e (3,45) para meio ambiente.

Com base nos resultados obtidos, fica evidente, o score reduzido no teste aplicado, evidenciando a baixa percepção de qualidade de vida dos cuidadores avaliados e reforçando a magnitude e urgência na aplicação deste projeto, e, mesmo que a ação tenha tido um curto tempo de duração e não tenha sido possível implementar algum protocolo de melhora para esses domínios, pôde-se observar a importância da ação desenvolvida, e, espera-se que uma continuação possa ser desenvolvida em outras disciplinas do curso de Fisioterapia voltadas à atenção primária à saúde.

Considerando as políticas de saúde, é considerável salientar a necessidade de transformar os procedimentos na prestação de serviços, integrar conhecimentos e otimizar o uso dos recursos, promovendo a participação social; o Sistema Único de Saúde (SUS) demanda uma abordagem mais abrangente, onde ações de saúde são planejadas e organizadas de acordo com a carência da população, evitando intervenções isoladas, portanto, é preciso reorganizar os serviços de saúde para prevenir doenças e promover a saúde da população como um todo, tanto coletivamente como de modo individual (COSTA et al, 2012).

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEACH, S. R. et al. Risk factors for potentially harmful informal caregiver behavior. **Journal of the American Geriatrics Society**, v. 53, n. 2, p. 255–261, 2005.

COSTA, M. C. G. DA et al. As ações do serviço de saúde voltadas para o âmbito individual e pouco coletivo. *Revista brasileira de educação médica*, v. 36, n. 1 suppl 1, p. 57–63, 2012.

DELALIBERA, M. et al. Sobrecarga no cuidar e suas repercussões nos cuidadores de pacientes em fim de vida: revisão sistemática da literatura. **Ciência & saúde coletiva**, v. 20, n. 9, p. 2731–2747, 2015.

FLECK, M. P. et al. Application of the Portuguese version of the abbreviated instrument of quality life WHOQOL-bref. *Revista de saúde pública*, v. 34, n. 2, p. 178–183, 2000.

KLUTHCOVSKY, A. C. G. C.; KLUTHCOVSKY, F. A. O WHOQOL-bref, um instrumento para avaliar qualidade de vida: uma revisão sistemática. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 31, n. 3 suppl, 2009.