

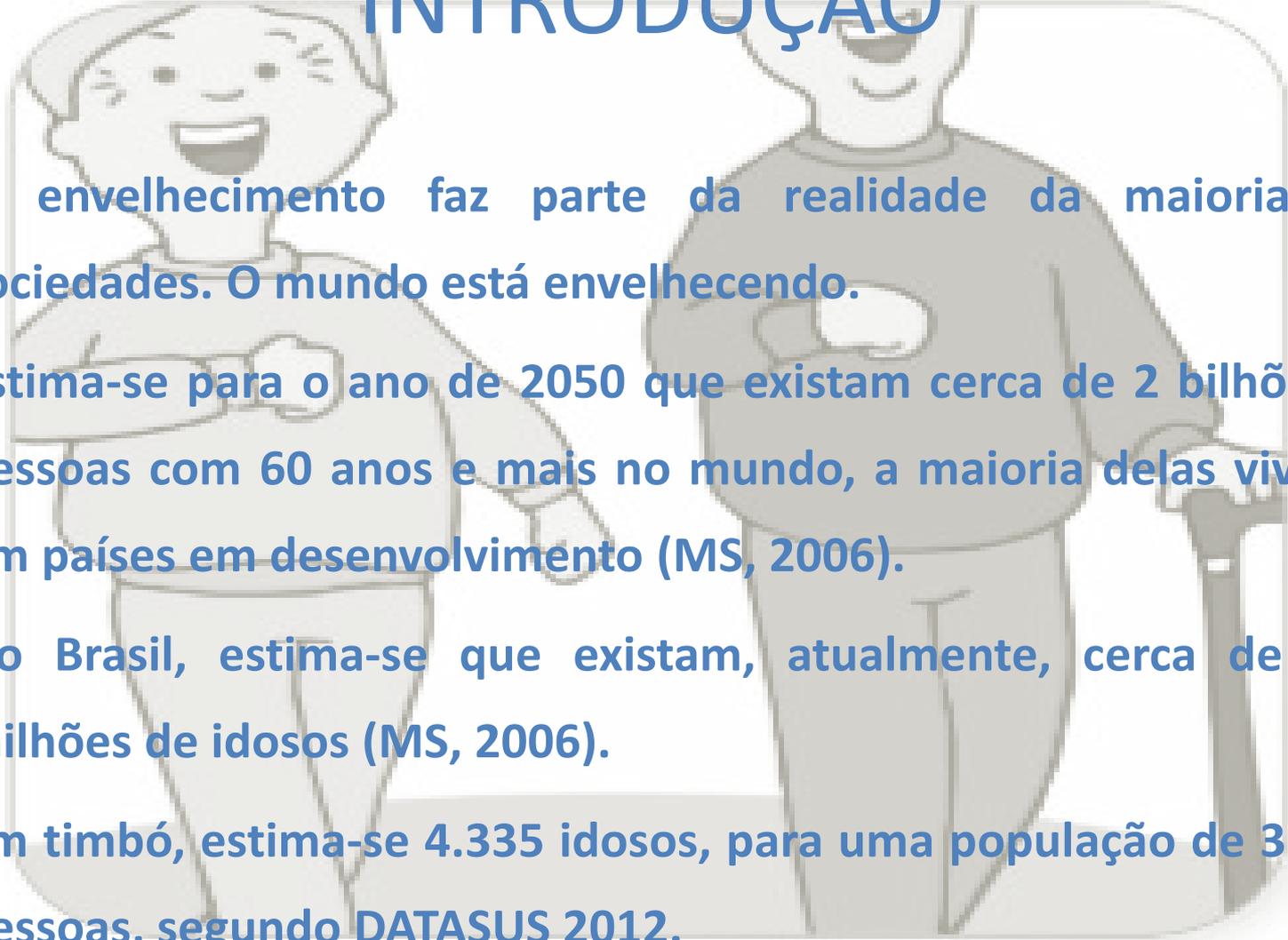


GRUPO DE ORIENTAÇÕES A CUIDADORES DE IDOSOS

FERNANDA VICENZI PAVAN
NASF TIMBÓ
2017

INTRODUÇÃO

- O envelhecimento faz parte da realidade da maioria das sociedades. O mundo está envelhecendo.
- Estima-se para o ano de 2050 que existam cerca de 2 bilhões de pessoas com 60 anos e mais no mundo, a maioria delas vivendo em países em desenvolvimento (MS, 2006).
- No Brasil, estima-se que existam, atualmente, cerca de 17,6 milhões de idosos (MS, 2006).
- Em timbó, estima-se 4.335 idosos, para uma população de 37.894 pessoas, segundo DATASUS 2012.



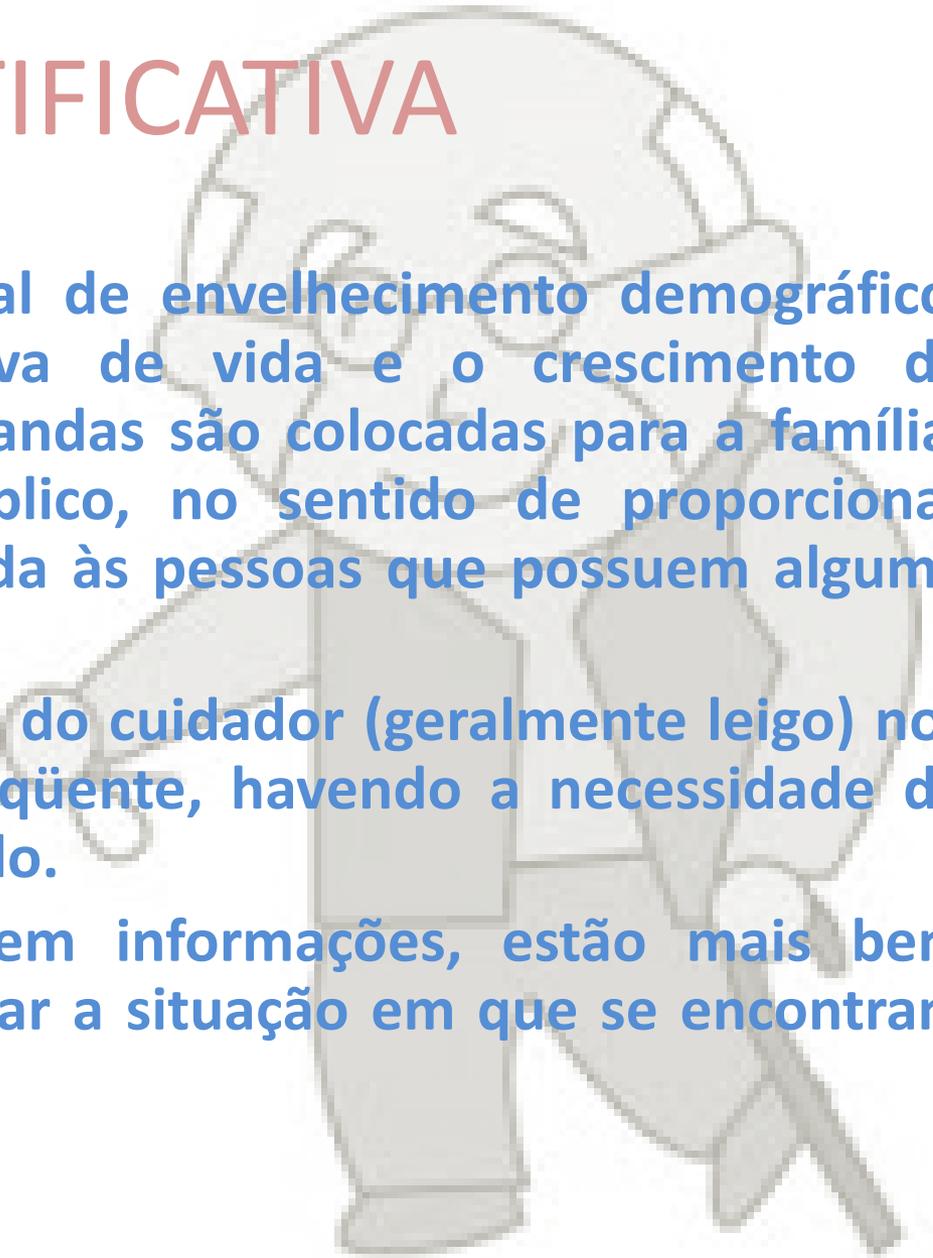
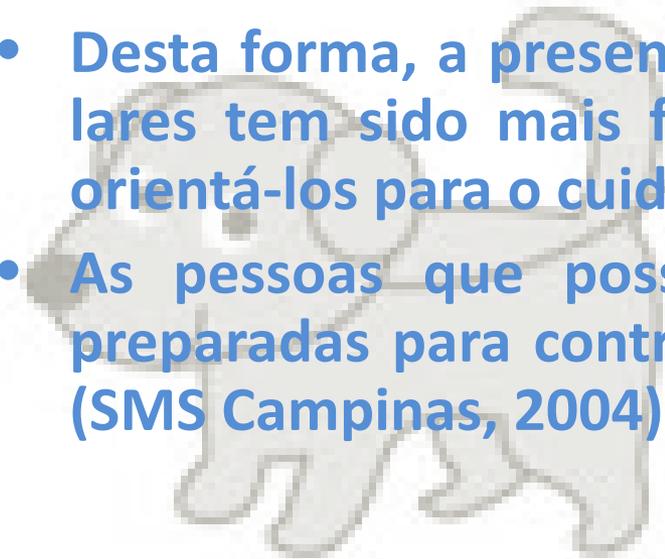


INTRODUÇÃO

- DESAFIO na atenção à pessoa idosa = conseguir contribuir para que, apesar das progressivas limitações que possam ocorrer, elas possam redescobrir possibilidades de viver sua própria vida com a máxima qualidade possível.
- Essa possibilidade aumenta na medida em que a sociedade considera o contexto familiar e social e consegue reconhecer as potencialidades e o valor das pessoas idosas.
- É possível a criação de ambientes físicos, sociais e ATITUDINAIS que possibilitem melhorar a saúde das pessoas com incapacidades tendo como uma das metas ampliar a participação social dessas pessoas (Lollar & Crews, 2002).

JUSTIFICATIVA

- Diante da situação atual de envelhecimento demográfico, aumento da expectativa de vida e o crescimento da violência, algumas demandas são colocadas para a família, sociedade e poder público, no sentido de proporcionar melhor qualidade de vida às pessoas que possuem alguma incapacidade.
- Desta forma, a presença do cuidador (geralmente leigo) nos lares tem sido mais freqüente, havendo a necessidade de orientá-los para o cuidado.
- As pessoas que possuem informações, estão mais bem preparadas para controlar a situação em que se encontram (SMS Campinas, 2004).



JUSTIFICATIVA

- Necessidade percebida pelos fisioterapeutas do NASF em 2011, durante visitas domiciliares;
- Práticas dos cuidadores: fazer pelo outro, desmotivando o protagonismo; limitação do idoso ao leito; falta de paciência; falta de cuidados consigo mesmo,...



OBJETIVOS

- Orientar comunidade em geral (já cuidadores ou não) e Agentes Comunitários de Saúde do município práticas provedoras de saúde na atenção à pessoa idosa;
- Sensibilizar os cuidadores para o cuidado integral e de qualidade;
- Facilitar a inserção/reinserção social de idosos com limitações funcionais;
- Diminuir a dependência; aumentar a autonomia dos idosos;
- Esclarecer, de modo simples, os pontos mais comuns do cuidado no domicílio; estimular o envolvimento da família, da equipe de saúde e da comunidade nos cuidados;
- Promover melhor qualidade de vida do cuidador e da pessoa cuidada.

DESENVOLVIMENTO



- Início no segundo semestre de 2011;
- 2 grupos de orientações por ano desde 2012 até hoje;
- 6 encontros de 3 horas com intervalo;
- Até 20 pessoas por grupo;
- Profissionais da SMS de Timbó e Corpo de Bombeiros (após sugestões dos participantes);
- **Temas e Profissionais:**
- Bombeiros: Primeiros socorros.
- Médico geriatra: alterações fisiológicas e patológicas no envelhecimento, prevenção e qualidade de vida.
- Enfermeiro: Higiene corporal; vestimenta; prevenção e cuidado de úlceras de pressão; prevenção e cuidado de assaduras; cuidados com ostomia.



DESENVOLVIMENTO

- Dentista: cuidados com a boca (doenças bucais, cárie, sangramento de gengivas, feridas, cuidados com a prótese).
- Nutricionista: alimentação saudável; orientação alimentar para aliviar sintomas como náuseas e vômitos, dificuldade para engolir, intestino preso; alimentação por sonda.
- Farmacêutico: Cuidados com a medicação, Separação de medicamentos e material curativo; Sugestões de organização; plano de medicação diária.
- Assistente Social: Serviços disponíveis e direitos do cuidador e da pessoa cuidada; Maus tratos (o que o cuidador pode fazer em situações de maus tratos).



DESENVOLVIMENTO

- Fisioterapeuta: Acomodando a pessoa na cama (deitada de costas, de lado, de bruços); Mudanças de decúbito; Transferências (da cama para cadeira de rodas,...); Auxiliando a pessoa cuidada a caminhar; Adaptações ambientais.
- Fonoaudiólogo: Aspectos da deglutição; fala; mastigação.
- Psicólogo : Cuidados psicológicos entre cuidado e cuidador; dificuldade de comunicação após um derrame e ou decorrente de demência; como enfrentar a dificuldade memória, dicas para ajudá-los; reconhecer o fim; cuidando do cuidador.
- Educador físico: Importância da atividade física regular; orientações de exercícios para o cuidador.



DESENVOLVIMENTO

- Divulgação: Murais nas UBS; incentivo das equipes de saúde; Convites em padarias, supermercados; rádio da cidade.
- Inscrição: Mudanças ao longo do processo, devido expectativas dos participantes!
- Local: Sala de reuniões Policlínica de Timbó
- Roda de conversa
- Uso de multimídia, vídeos curtos, folders desenvolvidos pela SMS, materiais que possibilitem uma experiência de uma pessoa idosa.

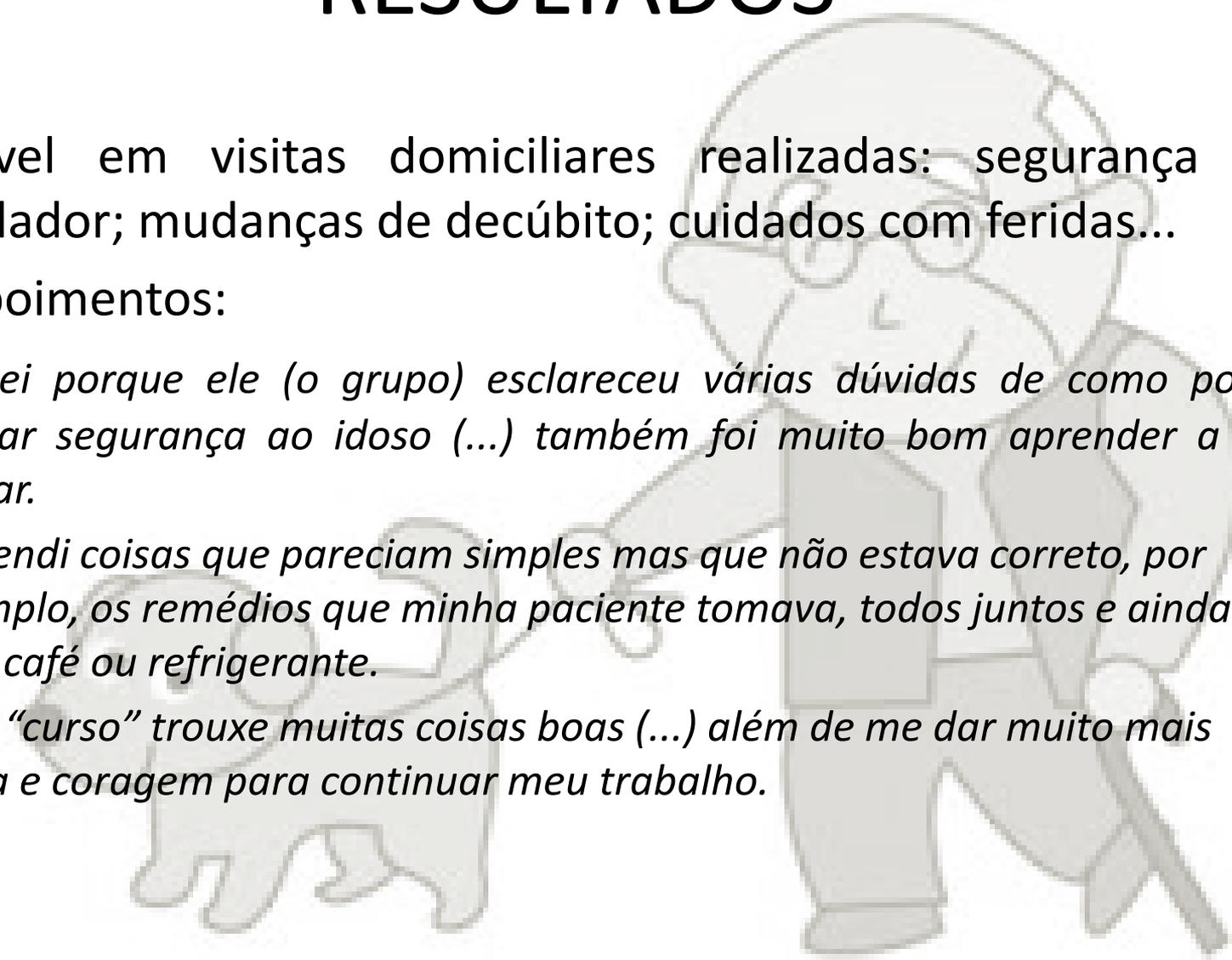
RESULTADOS

- Visível em visitas domiciliares realizadas: segurança do cuidador; mudanças de decúbito; cuidados com feridas...
- Depoimentos:

Gostei porque ele (o grupo) esclareceu várias dúvidas de como poder passar segurança ao idoso (...) também foi muito bom aprender a me cuidar.

Aprendi coisas que pareciam simples mas que não estava correto, por exemplo, os remédios que minha paciente tomava, todos juntos e ainda com café ou refrigerante.

Esse “curso” trouxe muitas coisas boas (...) além de me dar muito mais força e coragem para continuar meu trabalho.



RESULTADOS

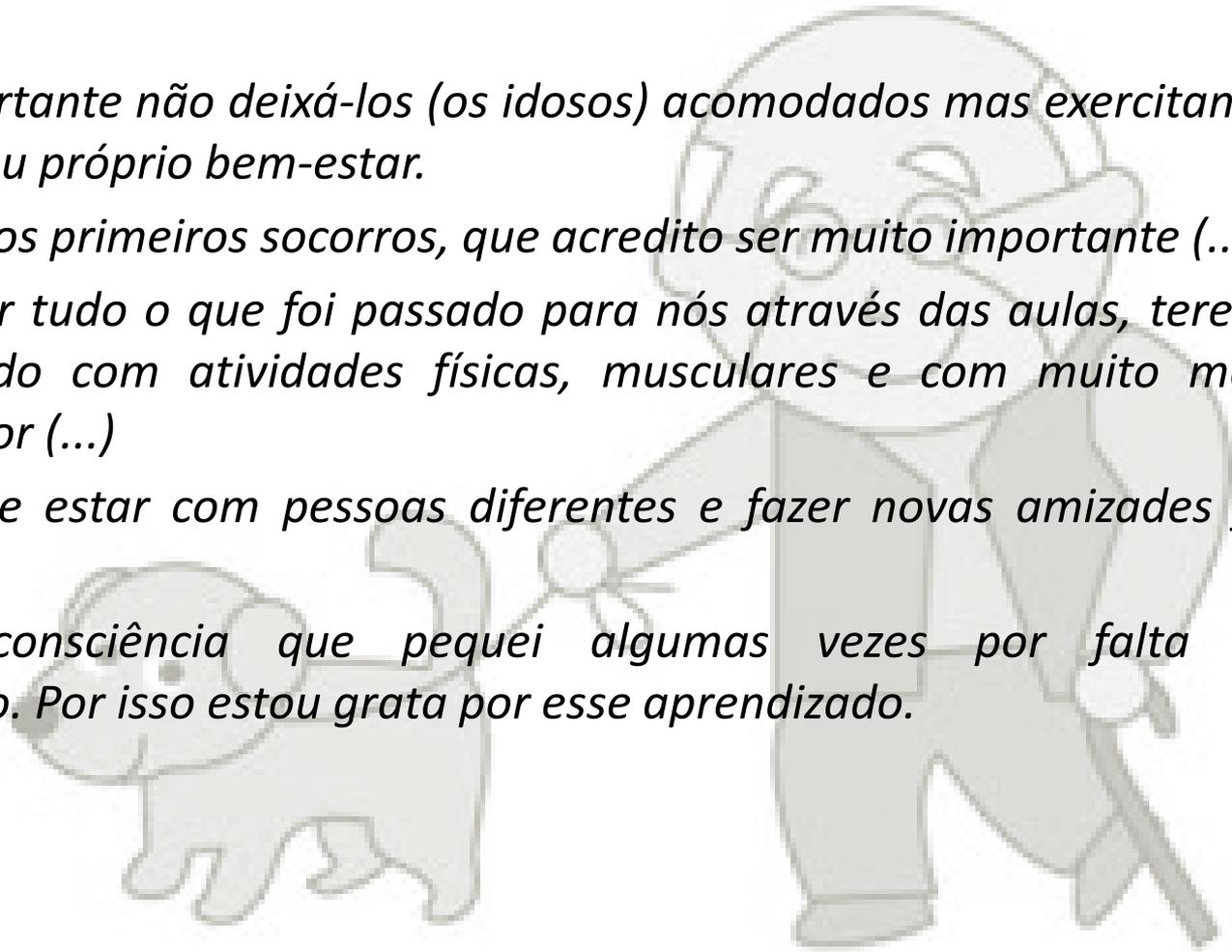
Como é importante não deixá-los (os idosos) acomodados mas exercitando eles para o seu próprio bem-estar.

(...) só faltou os primeiros socorros, que acredito ser muito importante (...)

Se eu praticar tudo o que foi passado para nós através das aulas, terei o dia preenchido com atividades físicas, musculares e com muito mais carinho e amor (...)

(...) O fato de estar com pessoas diferentes e fazer novas amizades foi muito bom.

(...) tenho consciência que pequei algumas vezes por falta de conhecimento. Por isso estou grata por esse aprendizado.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BELTRÃO K. I., CAMARANO A A, KANSO S. **Dinâmica populacional brasileira na virada do século XX**. Rio de Janeiro: IPEA, ago. 2004 .
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso** / Ministério da Saúde. –1. ed., 2ª reimpr. –Brasília:Ministério da Saúde, 2003.
- PREFEITURA MUNICIPAL DE CAMPINAS. **Manual para Cuidadores Informais de Idosos**: guia prático., 2004.
- BRASIL. **Guia Prático do Cuidador**/ Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde.- Brasília: Ministério da Saúde, 2008.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. O envelhecimento da População Brasileira: um enfoque demográfico. **Cad Saúde Pública**, v.19,n.3, p. 725-733, 2003.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília : Ministério da Saúde, 2006.