

QUALIDADE DE VIDA: O CUIDADOR E A PESSOA COM DEMÊNCIA

Cristiane Moro

*Mestre Gerontologia Biomédica
Especialização em Saúde Pública
Docente na FACCAT
Formação em RPG
Instrutora de Shantala*



Cuidar

- É mais que um ato... na realidade é uma *atitude* de preocupação, ocupação, responsabilização e envolvimento afetivo com o outro (ser vivo, objeto).
- Se não receber cuidado desde o nascimento até a morte, o ser humano desestrutura-se, define, perde sentido e morre.
- É saber unir competência técnico-científica com o humanismo.

(Boff, 2011)

Quem é o cuidador...

- O cuidador é aquele que assume a responsabilidade de dar suporte ou incentivar a realização das atividades da vida diária, tendo em vista a ascensão da qualidade de vida do idoso cuidado. (SENA et al, 2006)
- Dispensar cuidado a alguém que esteja doente ou dependente envolve esforço mental, físico e psicológico. (RODRIGUES; WATANABE; DERNTL, 2006 p. 494).

Porque cuidamos...

- Dom
- Zelo
- Atenção
- Afeto
- Preocupação
- Caridade
- Solidariedade
- Empatia
- Disposição em ajudar
- Pelo interesse na existência do outro
- Compartilhar experiências vividas
- Ajudar e ser ajudado
- Por ser fonte de recursos financeiros

Tipos de Cuidadores

Informal – é um membro ou pessoa próxima à família sem nenhum tipo de preparação ou formação técnica e/ou remuneração.

- obrigação moral, religiosa e cultural.
- muitas vezes é desempenhada por apenas uma pessoa, por esse não ter com quem compartilhar o seu compromisso de cuidado do idoso, sente-se então sobrecarregado.
- a organização dessa família sofre mudanças que desencadeiam conturbações, obrigando à redistribuição de papéis.
- Impacto transgeracional
- Impacto cultural

Formal - é o profissional de saúde com vínculos empregatícios ou outro tipo de remuneração.

- São responsáveis pelas ações de cuidado dividido em turnos.
- É uma pessoa que passou por profundas modificações como resultado do treinamento especializado do conhecimento e da experiência.

Fantasia do profissional da saúde: mudar as pessoas, curar doenças, evitar mortes.

Cuidar

Cuidador - o que o pcte espera

- Segurança
- Dedicção
- Atender as necessidades
- Controle emocional
- Gerenciamento do stress
- Agressividade
- Oferece seu tempo em prol do outro
- Compreender expressão facial e corporal

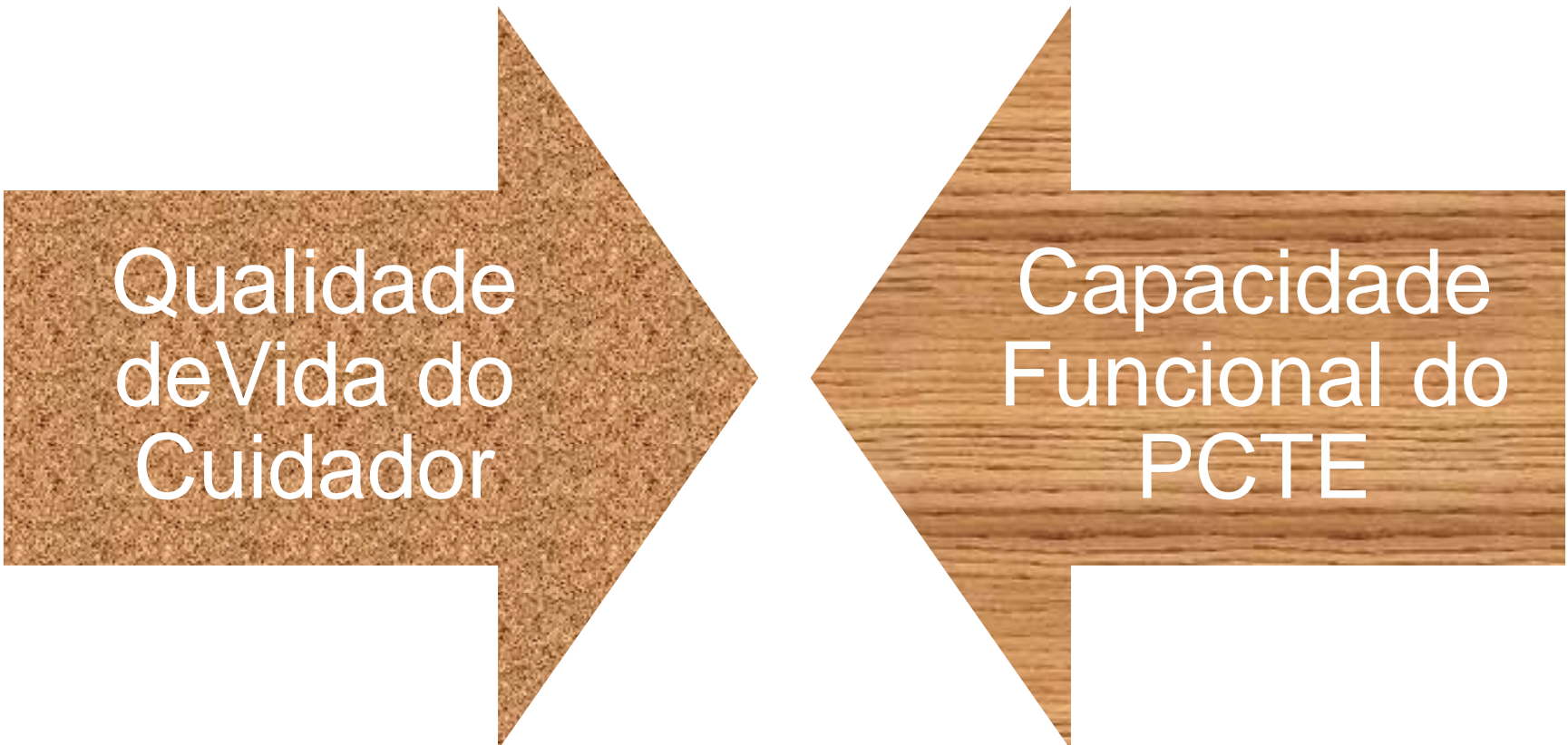
Cuidador

- Sobrecarga física
- Sobrecarga emocional
- Tensão mental /ambiguidade
- Dois empregos
- Isolamento social/familiar



Qualidade de Vida

Reflexos no Cuidado...



Qualidade
de Vida do
Cuidador

Capacidade
Funcional do
PCTE

Educação em saúde

- Capacitação do cuidador domiciliar de idosos.
- Capacitação dos cuidadores em ILPIs
- Detém a informação do quadro / rotina do idoso
- equipe multiprofissional
- Estimular a autoconfiança do cuidador, melhora o cuidado.

- *“...maior preocupação delas era em relação ao risco de complicações, levando-se a concluir que este fato se dá à falta de conhecimentos básicos e insegurança.”*

O que dificulta o cuidar

- Pouco suporte familiar, ambiente (ILPIs);
- Insatisfação do trabalho oferecido;
- Frustração;
- Apatia; não criatividade;
- Dificuldade técnica para realização da rotina;
- Muitas horas de cuidados;
- Dificuldade de relacionamento antes do processo da doença;
- Agravamento da doença;
- Futuro insensível (morte do paciente)
- Conciliar o cuidado com outras tarefas (filhos, trabalho, casa...)

Equipe de Saúde

- Mediadora – diversidade de saberes.
- Familiares entendam o processo da doença.
- O profissional deve se reconhecer como objeto de cuidado (sofre, desgasta, é ser humano).
- BOA RELAÇÃO E COMUNICAÇÃO ENTRE TODA A EQUIPE DE SAÚDE.

Dicas de saúde

- Tão importante quanto cuidar, é estar atento aos efeitos sobre esse cuidado na vida dos pacientes e na sua própria vida. (combinar: trabalho e cuidado).
- Grupos de Cuidadores (ABRAz, APARS...) - terapias em grupo
- Manifestações verbais fazem parte do curar - que trazem alegria, disposição, solidariedade (como é bom trabalhar com vc / que bom te ver... (amor universal)).
- Ter amigos, manter relacionamento amoroso, praticar atividade física, cantar,dançar, ler... Ter prazeres...ser mais feliz!

Cuidar de Pais Idosos: As 15 Melhores Formas de Manter a Sanidade Mental

- Aceite Que As Coisas Mudaram
- Leve As Coisas Com Calma
- Não Tenha Expectativas Emocionais
- Espere a Raiva Deles
- Dê-lhes Autonomia
- Peça-lhes Conselhos
- Separe a Disfunção Emocional da Disfunção Cognitiva
- Ame Os Prestadores de Cuidados
- Conte Com o Seu Marido/Mulher
- Proteja Os Seus Pontos Fracos Emocionais
- Prepare-se Para a Insanidade de Irmãos
- Cuide de Si Própria(o)
- Fale Com Amigos
- Divirta-se
- Reze ou Medite

- Para assumirmos a posição de CUIDADORES, é indispensável ESTARMOS BEM CUIDADOS, ou por nós mesmos, ou com a ajuda e participação dos que convivem conosco, ou procurando ajuda de um profissional.
- “ Não é tão simples para quem foi ensinado doar-se, cuidar do outro.” (Manual do Cuidador de Idosos/ GHC)

Ser cuidador...

- É constituir uma classe autônoma
- 16,5% são portadores de hipertensão arterial (HA) e outros problemas cardiovasculares,
- 9,5 % problemas osteomusculares,
- 6,9% diabetes mellitus (DM).
- Tais relatos são devido à dedicação prolongada ao cuidado, que não se limita aos idosos.

- Use frases curtas e simples
- Manter rotinas – hora da alimentação, hora do banho...
- Estimular independência
- Ambiente das refeições
- Cuidado com a segurança

É um processo que pode ser longo e desgastante.

A CAPACIDADE DE SE COLOCAR NO
LUGAR DO OUTRO É UMA DAS
FUNÇÕES MAIS IMPORTANTES DA
INTELIGÊNCIA. DEMONSTRA O GRAU
DE MATURIDADE DO SER HUMANO.

AUGUSTO CURY

Setembro

Mês mundial da
doença de Alzheimer



Alzheimer's Disease
International

