

**CONTRIBUIÇÕES DA FISIOTERAPIA PARA A PROMOÇÃO
DE SAÚDE DO CUIDADOR INFORMAL**

Contributions of physiotherapy for the promotion of health of the informal caregiver

Lidiane Cristina Custódio¹; Bruno Wardil Araújo de Oliveira²; Célio Diniz Machado Neto²;
Felipe Augusto Pimenta Moraes²; Rodrigo Antônio Andrade Moura²

RESUMO

Este artigo relata a experiência do estágio supervisionado de fisioterapia em saúde coletiva do Centro Universitário de Belo Horizonte, Minas Gerais (UNI-BH), na promoção de saúde do cuidador informal. Descreve algumas ações desenvolvidas pela fisioterapia integrada ao Programa de Saúde da Família de um Centro de Saúde da região metropolitana de Belo Horizonte como suporte aos familiares cuidadores. em virtude da sobrecarga física e emocional decorrentes da atividade *do cuidar*.

Palavras-chave: Assistência a Saúde; Cuidadores; Promoção de Saúde; Fisioterapia.

ABSTRACT

This study relates the experience of the supervised physiotherapy internship program in Public Health of the University Center of Belo Horizonte, Minas Gerais (UNI-BH), in the promotion of the health of the informal caregiver. It describes some activities developed by the integrated physiotherapy program for the Family Health Program of a Health Center in the metropolitan region of Belo Horizonte as support for family caregivers in light of the physical and emotional overload stemming from the activities of *caregiver*.

Key words: Delivery of Health Care; Caregivers; Health Promotion; Physiotherapy

1 - Professora do Centro Universitário de Belo Horizonte - UNI-BH, Mestranda em Ciências da Saúde da Universidade Vale do Rio Verde – UNINCOR. Endereço: Centro Universitário de Belo Horizonte – UNI-BH, Departamento de Fisioterapia, Av. Professor Mário Werneck 1685, Belo Horizonte – Minas Gerais – Cep: 30455-610, Fone: (31) 33831869 , E-mail: lidianefisio@yahoo.com.br

2 - Graduandos do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Belo Horizonte - UNI-BH

INTRODUÇÃO

O crescimento mundial da população idosa vem ocorrendo nas últimas décadas em virtude do declínio progressivo das taxas de mortalidade e fecundidade. Entretanto, as características principais desse processo de envelhecimento experimentado pelos países do Terceiro Mundo são as transformações drásticas na estrutura etária desses países, em tempo relativamente curto, sem que as conquistas sociais tenham se processado devidamente para a maioria da população (RAMOS *et al.*, 1997).

A preocupação em relação ao impacto do envelhecimento populacional vem surgindo devido ao aumento de doenças crônicas degenerativas, o desenvolvimento de incapacidades e, com isso, a necessidade de cuidadores. Importância deve ser dada aos programas que visam à prevenção dessas doenças, à assistência à saúde dos indivíduos dependentes e, principalmente, dos cuidadores familiares.

O suporte aos cuidadores familiares tem representado um desafio para o sistema de saúde instalado no Brasil (KARSCH, 2003). Frequentemente, membros da família assumem o papel de cuidadores informais por terem uma responsabilidade culturalmente definida ou vínculo afetivo (SILVEIRA *et al.*, 2006). No presente estudo foi definido cuidador informal como o principal responsável por prover ou coordenar os recursos requeridos pelo paciente sem formação especializada para exercer a função de cuidador.

A sobrecarga do cuidar

A sobrecarga física e emocional traduzida em problemas físicos, psicológicos ou emocionais, sociais e financeiros relativo às muitas atividades desenvolvidas pelo cuidador, bem como o risco de agravamento das doenças crônicas apresentadas mesmo antes do encargo de cuidar, tem sido alvo de vários estudos (KARSCH, 2003).

A dor, a dificuldade, as preocupações referentes ao ato de cuidar conduzem à busca de um significado para esse ato. Crescimento, gratidão, doação, amor, dever, reparação, obrigação, elaboração de conflitos, resgate de omissões, suprir necessidades de carinho ou de amor, missão, descobrir potencial, aprendizado, vontade de Deus, são significados referidos pelos cuidadores para o ato de *cuidar* (CATTANI *et al.*, 2004).

Promovendo a saúde do cuidador

A proposta de oferecer recursos para além das informações e esclarecimentos é de extrema importância para os cuidadores, principalmente os familiares, participantes ativos do cuidado incumbidos de suprir as demandas de indivíduos com déficit funcional de acordo com as necessidades dos pacientes no próprio domicílio.

O domicílio é visto hoje como um espaço em que pessoas portadoras de doenças crônicas e outras afecções, idosas ou não, podem viver com boa qualidade de vida, garantir sua autonomia, preservar sua identidade e dignidade, bem como manter a estabilidade da doença. Assim, a experiência de cuidar de um doente em casa tem se tornado cada vez mais frequente no cotidiano das famílias (SILVEIRA *et al.*, 2006).

É nesse contexto que, na prática assistencial, destaca-se o trabalho da fisioterapia na promoção de saúde como suporte aos familiares de pacientes com alta dependência. Esse trabalho é fruto do estágio de fisioterapia em saúde coletiva do Centro Universitário de Belo Horizonte (UNI-BH) junto às equipes do Programa de Saúde da Família, em um Centro de Saúde pertencente ao distrito sanitário Barreiro, da região metropolitana de Belo Horizonte, Minas Gerais.

Esse estágio vem sendo desenvolvido nessa unidade desde janeiro de 2005 enfatizando o trabalho de promoção de saúde do cuidador informal desde fevereiro de 2006, em virtude do aumento da demanda de visitas domiciliares para a fisioterapia. A supervisão do estágio é realizada por uma fisioterapeuta, professora da instituição de ensino presente na unidade juntamente com um grupo composto, em média, por 5 alunos do 9º período, durante 25 horas semanais.

Um importante papel de articuladora é também desempenhado pela professora supervisora do estágio, que busca, sempre que possível, integrar a fisioterapia com os profissionais de saúde da unidade (o médico, a enfermeira da equipe, os agentes comunitários de saúde) para o desenvolvimento de trabalhos interdisciplinares no centro de saúde, bem como na área de abrangência do mesmo, tais como os grupos de atividade física para hipertensos e diabéticos, palestras educativas em sala de espera, visitas domiciliares e, principalmente, a promoção de saúde do cuidador informal. Este, por sua vez, vem mostrando na prática resultados positivos no que se refere à melhora da qualidade de vida dos familiares dos pacientes dependentes.

O objetivo desse artigo é apontar a experiência do estágio supervisionado de fisioterapia em saúde coletiva na promoção de saúde do cuidador informal, auxiliando os familiares a terem um envolvimento construtivo com o parente que adoeceu, sem abdicar de sua vida pessoal contribuindo com subsídios teóricos e práticos para uma melhor compreensão do papel de cuidador e as implicações do ato de *cuidar*.

É importante ressaltar que o envolvimento dos alunos em atividades que buscam a promoção da saúde através da atuação da fisioterapia, principalmente em nível primário, contribui para a construção do perfil do profissional fisioterapeuta generalista capaz de compreender a relação da integralidade em saúde, e como fazer da sua prática uma atuação profissional direcionada para as demandas geradas pela comunidade.

O papel da fisioterapia

Fazendo-se a opção por um trabalho de construção coletiva, integrando a fisioterapia com a Equipe de Saúde da Família, as visitas domiciliares contam sempre com a presença dos agentes comunitários de saúde.

As visitas domiciliares são apontadas pelos profissionais médicos, enfermeiros, auxiliares de enfermagem e agentes comunitários de saúde que compõem as Equipes de Saúde da Família do Centro de Saúde envolvido no estudo. Posteriormente, o levantamento das prioridades é discutido e definido na reunião de equipe da fisioterapia. A determinação dos casos que merecem prioridades capacita os alunos para o gerenciamento das condições de funcionalidade de cada indivíduo ressaltando a necessidade do trabalho interdisciplinar e resguardando a autonomia profissional.

Após o levantamento das prioridades, a visita domiciliar é realizada sendo constituída de uma avaliação ambiental e de uma avaliação física com ênfase na funcionalidade do paciente e do cuidador. Nesse último, considera-se, também, os aspectos emocionais, queixas osteomusculares, atividades referentes ao cuidado (banho, alimentação, transferências, administração de medicamentos), grau de parentesco com o paciente, o nível de entendimento em relação aos cuidados orientados e as expectativas com relação ao prognóstico funcional do paciente. A frequência e a regularidade das visitas posteriores são definidas considerando a avaliação e especificidade de cada caso.

A conduta fisioterapêutica é proposta após a avaliação em domicílio abrangendo, igualmente, a figura do cuidador, objetivando a prevenção ou minimização da sobrecarga e o impacto emocional negativo gerados com a tarefa do *cuidar*.

Aos cuidadores são direcionados:

- esclarecimentos sobre a patologia, prognóstico e suas implicações físicas;
- orientações quanto aos cuidados e prevenção de maiores comorbidades;
- orientações quanto ao manuseio adequado do paciente para diminuir a sobrecarga osteomuscular;
- orientações quanto aos exercícios e alongamentos de grupos musculares específicos de acordo com as atividades de cuidados realizadas, bem como medidas para alívio de algias musculares;
- possíveis adaptações ambientais no domicílio;
- incentivo e valorização do trabalho do cuidador contribuindo para uma melhor compreensão do seu papel sem abdicar de sua vida pessoal.

CONCLUSÃO

Essa prática vem fortalecendo o trabalho interdisciplinar através da integração da fisioterapia com a equipe de saúde da família na promoção da saúde físico-funcional dos cuidadores informais, aumentando, assim, o controle dos mesmos sobre a complexidade do processo saúde-doença.

Considerando que a tarefa de *cuidar*, quando realizada por familiares, é desgastante, podendo implicar em riscos para a saúde física e mental desses, esse trabalho vem apresentando resultados positivos no que se refere à minimização da sobrecarga e do impacto emocional negativo gerado pelo trabalho do cuidador, contribuindo, assim, para uma melhor qualidade de vida desses cuidadores.

Percebe-se que a atuação da fisioterapia na saúde coletiva no atendimento de uma clientela que necessita de cuidados em seu próprio domicílio vem constituindo um modelo de atenção que privilegia a promoção, a prevenção e a recuperação da saúde da população considerando os aspectos psicossociais, culturais, filosóficos, antropológicos e epidemiológicos locais. A diversidade dos grupos sociais, suas crenças, religiosidades,

hábitos e costumes relacionam-se com o processo saúde–doença e devem ser considerados, para a realização do diagnóstico da comunidade, um maior direcionamento das ações e adesão ao tratamento proposto.

A visita domiciliar tem representado uma oportunidade de utilização de técnicas fisioterapêuticas capazes de promover, desenvolver e restaurar a funcionalidade do movimento humano, relacionando as práticas de fisioterapia com as políticas de assistência à saúde dentro dos princípios do SUS.

REFERÊNCIAS

RAMOS, L. R. *et al.* Envelhecimento populacional: uma realidade brasileira. **Rev. Saúde Pública.**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 225-233, jun. 1987.

KARSCH, U. M. Idosos dependentes: famílias e cuidadores. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 861-866, maio/jun. 2003.

SILVEIRA, T. M. *et al.* Cuidando de idosos altamente dependentes na comunidade: um estudo sobre cuidadores familiares principais. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 22, n. 8, p. 1629-1638, ago. 2006.

CATTANI, R. B.; GIRARDON-PERLINI, N.M.O. Cuidar do idoso doente no domicílio na voz de cuidadores familiares. **Rev. Eletr. Enf.**, Goiânia, v. 6, n. 2, p. 254-271, maio/ago. 2004.

Submissão: outubro de 2006

Aprovação: abril de 2007