

 <https://doi.org/10.56344/2675-4827.v7n3a2025.83>

Orientações para cuidadores de idosos acamados e domiciliados: relato de experiência

Maria Clara de Oliveira Silva¹; Ana Carolina Mendes Ribeiro¹; Ana Clara Cardoso Moraes¹; Débora Oliveira Pires¹; Ana Paula Raizaro²; Pamela Borges Nery Pavan³

INTRODUÇÃO

A partir de sessenta anos de idade, uma pessoa já é considerada idosa nas diretrizes da Organização Mundial de Saúde (OMS). Os números previstos para os próximos anos, demonstram que dois bilhões da população mundial será idosa. É possível prever, no Brasil, a distribuição etária e o tamanho da população nas próximas quatro décadas. De acordo com projeções das Nações Unidas, a população idosa aumentará de 3,1% em 1970 para 19% em 2050. A mudança na distribuição etária da população brasileira traz oportunidades e desafios que podem levar a sérios problemas sociais e econômicos se não forem equacionados adequadamente nas décadas vindouras (NASRI, 2008, p. S4).

É importante ressaltar que os cuidadores de idosos desempenham um papel essencial na qualidade de vida das pessoas da terceira idade. Assim, eles são responsáveis por oferecer apoio tanto nas atividades diárias quanto no acompanhamento da saúde, o que promove dignidade, conforto e inclusão social. Ademais, foi observado que a comunidade Simioni, da cidade de Ribeirão Preto (SP), também passa por esses desafios. Assim, levando em consideração tal problemática, o grupo de estudantes de medicina do Centro Universitário Barão de Mauá, ao realizar visitas na USF, por meio da disciplina de Extensão Universitária e das aulas práticas de Medicina de Família e Comunidade, notaram, após diálogos com os Agentes Comunitários de Saúde (ACSs), a necessidade de realizarem um projeto extensionista voltado para cuidadores de idosos acamados e domiciliados.

¹Acadêmico do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: mariaclarasilvajh@hotmail.com

²Docente do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: pamelaborges@baraodemaua.br

³Docente do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: ana.raizaro@baraodemaua.br

Além disso, tais cuidadores, essenciais nesse contexto, enfrentam riscos ergonômicos que podem afetar sua saúde, tornando-se necessário adotar medidas preventivas. A idade avançada produz modificações intensas no organismo humano, o que os tornam mais suscetíveis a doenças e lesões, sendo crucial prevenir complicações em idosos acamados e domiciliados. Outrossim, a adesão ao tratamento medicamentoso também é uma preocupação, tendo em vista a preparação da medicação e a criação de memorandos (Abreu et al., 2019). Em suma, o objetivo deste projeto extensionista foi implementar estratégias educativas por meio de vídeos informativos voltados ao público-alvo.

RESULTADOS/DISCUSSÃO

Segundo um estudo realizado com 10 cuidadoras informais portuguesas (residentes de Portugal), segundo Capelo e colaboradores. (2024), é destacada a importância do apoio domiciliário diário público acrescido, isto é, com o sustentáculo de um cuidador profissional. Neste ínterim, a qualidade de vida e os múltiplos desafios que afetam a vida dos cuidadores, como esforço físico e psicológico diário, cansaço, privação do sono, falta de lazer e tempo para autocuidado, além da carga de cuidados domésticos adicionais, gerados por familiares de idosos poderiam ser mitigados.

Concomitantemente a esse mesmo ponto de vista, é possível trazer tal perspectiva ao projeto realizado, que, nesse contexto visou, desde a sua elaboração inicial, melhorar a qualidade de vida não só dos idosos, mas também de seus cuidadores. Por esse viés, o relato apresentou orientação de cuidados básicos direcionados e dedicados aos cuidadores. Por esse viés, foi realizado um relato de experiência e, assim, os métodos utilizados para auxiliar os cuidadores de idosos acamados e domiciliados, foi a produção de vídeos práticos com o objetivo de instruir, de forma didática e eficiente, abordando os seguintes temas: mudança de decúbito, organização de medicamentos, ergonomia e adaptação de ambiente.

Por conseguinte, os resultados apontam que as informações foram captadas de forma positiva dos participantes e ressaltam que, por apresentarem conteúdo compacto, inclusivo e contextualizado, o aprendizado por parte dos visualizadores foi absorvido. Os vídeos foram disponibilizados com som, imagem e legenda. No entanto, os alunos disponibilizaram os links de acesso ao grupo por meio do celular da unidade de saúde para 12 cuidadores e familiares de idosos acamados e domiciliados. Apesar do envio, apenas três participantes acessaram efetivamente o grupo e visualizaram

os vídeos. Diante dessa baixa adesão, não foi possível obter uma amostra representativa que permitisse avaliar, com precisão, o alcance e o impacto do material produzido. Em contrapartida, o grupo se reorganizou a fim de pensar em uma solução para que os vídeos alcançassem um maior número de pessoas e, assim, os vídeos foram publicados no canal do YouTube (@Cuidadoscomoldoso) e por este meio obtivemos um alcance de 234 visualizações.

CONCLUSÃO

Conclui-se que os vídeos produzidos alcançaram um número relevante de visualizações, evidenciando certo interesse pelo conteúdo. No entanto, a adesão direta da comunidade ficou aquém do esperado, o que indica a necessidade de explorar estratégias complementares de divulgação e engajamento para futuras ações.

Conflito de interesses: Os autores não têm conflitos de interesse a divulgar.

Palavras-chave: Cuidadores de Idosos; Vídeos Educativos; Ergonomia; Cuidadores Informais.

REFERÊNCIAS

ABREU, Daiane Porto Gauterio et al. Fatores comportamentais associados à adesão medicamentosa em idosos em atendimento ambulatorial. **Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro**, [s./], v. 9, p. 1-9, 30 jul. 2019. RECOM. <http://dx.doi.org/10.19175/recom.v9i0.3025>. Disponível em: 10.19175/recom.v9i0.3025. Acesso em: 06 maio 2025.

CAPELO, Maria Regina Teixeira Ferreira; BRASIL, Christina César Praça; SILVA, Rita Maria Lemos Baptista; CAPELO, João André Ferreira; QUINTAL, António José de Olim Marote; RIBEIRO, Leonardo José Maciel; SILVA, Raimunda Magalhães; OLIVEIRA, Ellen Synthia Fernandes de. Percepções de cuidadoras informais sobre motivações, necessidades e benefícios do cuidado para o idoso dependente. **Ciência & Saúde Coletiva**, [s./], v. 29, n. 8, p. 1-9, ago. 2024. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232024298.05612024>. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05612024>. Acesso em: 06 maio 2025.

NASRI, Fabio. Demografia e epidemiologia do envelhecimento: o envelhecimento populacional no Brasil. **Einstein** (São Paulo), v. 6, supl. 1, p. S4–S6, 2008. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/46617649/envelhecimento_popu-libre.pdf. Acesso em: 6 maio 2025.