



ENVELHECIMENTO E VELHICES: CAPACITANDO CUIDADORES DE IDOSOS

Gabriel Alves Saraiva¹, Emanuel Gomes de Oliveira², Flávia Thayanne Barbosa de Sousa³, Marília Henrique dos Santos⁴, Rosy Maria de Oliveira Barbosa⁵, Steffanny Bezerra Oliveira⁶, Ana Claudia Torres de Medeiros⁷, Keila Queiroz e Silva⁸

ana.claudia@professor.ufcg.edu.br e keila.queiroz@professor.ufcg.edu.br

Resumo: Diante do envelhecimento populacional e da crescente necessidade de um cuidador para auxiliar nas demandas da população idosa na execução das atividades diárias, esse projeto teve como objetivo realizar capacitação para cuidadores de idosos, com ações educativas e aulas relacionadas ao cuidado à pessoa idosa. Por meio da extensão, foi possível contribuir para a situação social, educacional e de saúde pública de 32 beneficiados, sendo eles cuidadores de idosos formais e informais, no município de Campina Grande-PB, oriundos, também, de cidades circunvizinhas.

Palavras-chaves: *Envelhecimento, Educação em Saúde, Cuidador. Saúde do idoso.*

1. Introdução

O envelhecimento da população mundial é um dos fenômenos mais relevantes do século XXI. De fato, o aumento na expectativa de vida mundial tem resultado em uma multiplicação no número de pessoas com idade acima de 60 anos. Segundo o IBGE, o Brasil acompanha essa propensão mundial e acredita-se que até 2025 os quais seja o sexto do mundo em número de idosos, com aproximadamente 30 milhões de pessoas nesta faixa etária [1; 2].

O envelhecimento é um processo que atinge todos os seres humanos desde o nascimento, sendo composto por alterações, biológicas, psicológicas, sociais e espirituais, adquiridas com o avançar da idade. Ocorrem, portanto, com envelhecimento saudável, alterações naturais, chamadas de senescência. Em contrapartida, quando o envelhecimento é acompanhado por alterações patológicas, chama-se senilidade. Portanto, algumas mudanças que podem surgir no envelhecimento são a diminuição da força muscular, o que aumenta o risco de quedas, alteração da frequência cardíaca, diminuição no número de neurônios, redução da frequência respiratória, modificações no sistema imunológico, redução da capacidade sensorial, entre outros impactos fisiológicos, além de eventuais abalos sociais e psicológicos [1].

Sendo assim, devido às alterações decorrentes do processo do envelhecimento, alguns idosos acabam tendo dificuldades para executar suas atividades de vida diária e/ou até mesmo seu autocuidado, necessitando do auxílio e cuidado de outras pessoas, sendo familiares e/ou cuidadores [1]. O cuidar, é um processo que exige mudanças e adaptações de quem o realiza, como zelo, atenção, desvelo, responsabilidade, humanidade e doação, além de outros atributos, que façam com que quem o exerce possa se prontificar em proporcionar bem-estar da pessoa que necessita de cuidado [3].

Diante disso, o Cuidador é a pessoa responsável pelos cuidados com a pessoa dependente ou doente, a fim de ajudar e facilitar suas atividades diárias, e em alguns casos, fazer pelo dependente o que este não consegue desempenhar [1]. Cunha (2021), cita como competências pessoais do cuidador, ser tolerante, paciente, observador, responsável, ter bom senso, motivação, além de uma boa apresentação pessoal. O Código Brasileiro de Ocupações (CBO) cita ainda a capacidade de acolhimento, adaptação, empatia, respeito pela privacidade do outro, ter capacidade de escuta e de buscar informações e orientações técnicas [4].

Destaca-se ainda que, o cuidador de idosos é uma ocupação, e não uma profissão, registrada pelo CBO com número 5162-10, pois apesar de possuir regulamentações para seu exercício, não possui formação para exercer a função, estando o seu fazer ligado ao senso comum. Entretanto, essa consideração está sendo alvo de debates, considerando que o cuidado é algo primitivo da espécie humana, e que para tal ação, é necessário o comprometimento e algumas peculiaridades pelas necessidades do outro, o indivíduo que possui tais competências estaria apto para desenvolver o papel de cuidador. Além disso, hodiernamente muitos programas, cursos e aulas estão sendo oferecidos, tanto por instituições públicas, quanto privadas, voltados para a capacitação de cuidadores, com temas direcionados aos cuidados com as necessidades fisiológicas humanas,

¹ Estudante de Enfermagem, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

² Estudante de Letras, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

³ Estudante de Enfermagem, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁴ Estudante de Enfermagem, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁵ Estudante de Enfermagem, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁶ Estudante de Pedagogia, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁷ Coordenadora, Professora, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁸ Orientadora, Professora, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

medicamentos, higiene, política, dentre outros assuntos [4].

Ademais, em semelhança com a ocupação de cuidador de idosos, a Enfermagem é a ciência e profissão responsável pelos cuidados em todas as etapas da vida do ser humano. Considerando suas estratégias de promoção da saúde, prevenção de agravos e seu espaço como educador em saúde, é nesse sentido que o profissional de enfermagem promove benefícios aos cuidadores de idosos, na medida em que lança estratégias de informação e promoção da saúde com a transmissão de conhecimentos sobre o cuidar [2; 3].

É válido ressaltar que, o tripé ensino, pesquisa e extensão, enquanto processo educativo, está previsto na Constituição Brasileira de 1988 como indissociáveis para a atuação da universidade. Sendo assim, em 2001 foi instituído no contexto da graduação em enfermagem, a precisão de atividades teórico-práticas, as quais foram estabelecidas pelo Conselho Nacional de Educação e o Plano Nacional de Educação (PNE), através das Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN). Diante disso, a extensão universitária deve ocupar 10% dos créditos curriculares, com ações realizadas em áreas de eventualidade social. De fato, através desse tripé, a universidade permite que a interação com a sociedade aperfeiçoe a percepção de mundo do aluno, sobretudo no âmbito da Enfermagem, por ser uma profissão predominantemente social [5].

Dessa maneira, levando em consideração as informações apresentadas anteriormente, o projeto de extensão “Envelhecimento e Velhices: Capacitando Cuidadores de Idosos”, foi desenvolvido por parte dos extensionistas do curso de Enfermagem, Letras e Pedagogia da Universidade Federal de Campina Grande, juntamente com a Universidade Aberta à Terceira Idade, teve como objetivos realizar capacitação de cuidadores informais de idosos, residentes no município de Campina Grande-PB ou cidades circunvizinhas, por meio de aulas expositivas e uso de tecnologias de metodologias ativas, potencializando seus conhecimentos e preparando materiais de estudo. O público alvo foram no total de 32 alunos, homens e mulheres, com histórico de cuidadores de idosos, ou que queria seguir a profissão. As aulas foram realizadas nas dependências da UFCG, em salas de aulas reservadas pela UATI, e aulas práticas nos laboratórios de enfermagem do Centro de Ciências Biológicas da Saúde (CCBS).

2. Metodologia

O projeto foi realizado de maneira sistemática com base em etapas pré-estabelecidas, conforme descrição a seguir. É oportuno destacar que todas as etapas foram desenvolvidas em encontros presenciais, e que o projeto de extensão foi fruto de colaboração entre a Unidade Acadêmica de Enfermagem (UAENF) com a Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI).

1ª Etapa: Reunião de Integração entre os participantes do projeto de extensão para apresentação e diálogo dos objetivos e propostas de atividades. Nessa etapa, também serão formados as equipes e os grupos de trabalhos.

A *priori*, foi dialogado juntamente com a coordenadora do projeto quais os objetivos pretendiam ser alcançados, quais estratégias seriam utilizadas.

2ª Etapa: Organização das atividades de extensão, cujas quais – com fins de possibilitar um maior suporte teórico ao projeto – serão desenvolvidas junto com os grupos de trabalho envolvendo estudo por meio da literatura, rodas de discussão, pesquisa e produção de materiais e das aulas. Esta etapa possibilitou o entendimento das metodologias e técnicas de trabalho para o desenvolvimento das ações. Além disso, foi realizado o planejamento do cronograma e das aulas em datas específicas e quem ministrará as ações educativas.

A seguir, apresentamos os temas das aulas que foram trabalhados para capacitar as pessoas beneficiadas do projeto: Introdução ao projeto: o Cuidado e o cuidador; O Cuidado e o cuidador; Processo de envelhecimento; Políticas públicas e o idoso; Agravos comuns ao idoso – doença de Parkinson e Demências; Transtornos ansiosos na pessoa idosa; Medicamentos e uso racional de medicação; Osteoporose e síndrome da fragilidade na pessoa idosa; Higiene e cuidados com pele; Prevenção de acidentes domésticos; Promoção de Hábitos Saudáveis; Espiritualidade e Morte e processo de morrer; Sexualidade na pessoa idosa; Intergeracionalidade; Corpos e idade da vida; Cuidados gerais à pessoa idosa: Sinais vitais, mudança de decúbito e cuidados com sonda e aula prática com idosos da UATI.

Os encontros com aulas expositivas e dialogadas ocorreram nas dependências da UFCG, em espaços organizados pela UATI, onde eram ministradas aulas didáticas sobre os temas, com aulas usando recursos de slides, vídeos, dinâmicas, exercícios em sala e complementares. Buscou-se tirar dúvidas e incentivar o diálogo entre os alunos e os extensionistas, trocar experiências e muito aprendizado. As aulas foram ministradas pelos extensionistas, e algumas por convidados, que eram chamados para trabalhar temas específicos, como professores, alunos do curso de enfermagem, enfermeiros, assistentes sociais, especialistas, entre outros. Nas aulas práticas, buscou-se ministrar as ações nos laboratórios do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde (CCBS), ensinando os alunos sobre os cuidados práticos gerais à pessoa idosa, conforme as normas da universidade, usando todo o aparato de segurança pessoal para laboratório. Em outra prática, os alunos tiveram oportunidade de aplicar seus conhecimentos aos alunos do curso da UATI, realizando medida da pressão arterial, Índice de massa corporal (IMC) e orientações para hábitos saudáveis.



Figura 1 – Aula sobre Processo de envelhecimento.



Figura 2 – Registro da turma na última aula



Figura 3 – Aula prática no laboratório sobre cuidados com a pessoa idosa.



Figura 4 – Aula sobre Corpos e Idade, com Professora Keila Queiroz.

3. Resultados e Discussão

No início da extensão, foram abertas 40 vagas, e totalmente preenchidas, para público-alvo, voltado às pessoas com interesse em serem capacitadas em relação aos cuidados à pessoa idosa. Dentre os alunos matriculados, boa parte já havia trabalhado como cuidador formal, mas todos já foram cuidadores informais de familiares em algum momento da vida.

Eram ao todo 2 homens (5%) e as demais eram mulheres (95%), e no final, com desistentes, permaneceram 32 alunos.

Na organização do projeto, era composto por 8 alunos matriculados da UFCG, extensionistas, sendo 4 alunos do curso de Enfermagem, 1 aluno do curso de Letras e 1 aluna do curso de Pedagogia, no qual os dois últimos eram representantes da UATI. Os extensionistas foram orientados pela coordenadora do projeto. Os extensionistas foram aqueles que ministravam a maioria das aulas para os alunos beneficiados da extensão.

Com o intuito de contribuir para o processo de ensino e aprendizagem dos alunos, foram implementadas atividades escritas semanais, complementares ao material didático produzido. As tarefas, com avaliação no valor de 0 a 10, abordavam os conteúdos ministrados em cada aula, e a soma das notas resultou em uma média final. Em síntese, todos os alunos conseguiram alcançar a nota esperada, e nenhuma atividade foi deixada de ser entregue, demonstrando uma valorização e esforço por parte deles em aprender.

Por fim, todos os objetivos foram atingidos, demonstrando a qualidade das aulas prestadas, tendo em base estudos científicos e materiais didáticos fornecidos pelos extensionistas, no qual a todo momento foi explanado que o curso de capacitação foi somático para eles, e que os assuntos eram de extrema importância e dados de maneira inteligível. Destarte, foram feitas no total de 17 ações/aulas durante o período de execução do projeto, totalizando 40 horas.

Para a avaliação do projeto, levou-se em consideração a avaliação dos alunos (público-alvo) do referido projeto de extensão, através de fichas com

escrita e a escuta da opinião dos próprios alunos nas aulas. Nessa ficha, os alunos puderam comentar sobre o a opinião do projeto e o que poderia melhorar. Os colaboradores da UATI que estavam envolvidos nas atividades realizadas na instituição, também deram seu feedback, expressando sua gratidão pela parceria.

O documento avaliativo, demonstrou que a maioria dos beneficiados evidenciou que o projeto foi muito bom e somou muito em relação à capacitação teórica e prática sobre os cuidados à pessoa idosa. Todos escreveram que o projeto atingiu os objetivos propostos. A maioria avaliou o projeto como ótimo e excelente, e que recomendou para outras pessoas participarem também em outra oferta.

Como contribuição para a vida, a maioria descreveu que o projeto ajudou muito educando e orientando para melhorar a forma de cuidado com a família e profissionalmente como cuidador. Na questão sobre o que poderia melhorar, boa parte não mencionou melhorias, e outra boa parte sugeriu um número maior de aulas práticas e estágios.

Para a avaliação dos extensionistas consideraram-se os seguintes critérios: compromisso, interesse, participação, habilidades, iniciativas, pontualidade e assiduidade, vinculados ao relatório mensal.

Outrossim, conforme disposto em edital o projeto foi acompanhado pela Assessoria de Extensão do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde e pela Coordenação Geral de Extensão da Universidade Federal de Campina Grande, em sintonia com a coordenação do projeto “Envelhecimento e velhices: capacitando cuidadores de idosos”.

Dessa forma, entende-se que o curso foi fulcral para auxiliar na capacitação do cuidador de idoso, por meio de aulas e ações educativas voltadas ao cuidado, com embasamento teórico-científico, e com aulas expositivas, dialogadas e práticas, com metodologias ativas e um olhar humanitário.

4. Conclusões

O projeto foi bem recebido pelo público beneficiado, pois todos os que ali estavam sentiam-se impelidos na construção do próprio conhecimento, que sempre esteve alicerçado pelo saber teórico e prático baseado em evidências. Bem como primou-se pelo melhor aproveitamento dos encontros realizados semanalmente. Todo encontro com os participantes teve como objetivo aumentar o repertório dos atributos sobre o cuidar da pessoa idosa nas mais diferentes situações, tendo em vista os percalços que podem ocorrer com a pessoa idosa durante essa fase da vida. Podemos considerar com tranquilidade que a UFCG, por meio deste projeto de extensão, foi veículo importante para que o conhecimento científico atravessasse os muros da academia e chegasse aqueles que, desejosos pelo conhecimento, o obtiveram com qualidade e primando pela excelência. A finalização deste projeto, por tanto, não cessará a disseminação do conhecimento proposto por ele, pois os agentes que agora apoiados por conhecimento adquirido são também sujeitos de saber, e

que também vão poder exercer e ser melhores como cuidadores de idosos. Visto isso, o projeto conseguiu alcançar seu principal objetivo, que foi o de formar os cuidadores de idosos, preparando-os para acompanhar na vida diária o idoso que estão assistindo.

5. Referências

[1] Teixeira, Káthia Braga da Silva; Istoe, Rosalee Santos Crespo. “Violência contra a pessoa idosa”: A importância dos cuidados e identificação da violência pelos profissionais de enfermagem. In: Congresso Fluminense de Pós-Graduação-**CONPG**. 2020

[2] Perim, Laura *et al.* Atuação do enfermeiro no envelhecimento saudável: uma perspectiva ecossistêmica. **Conjecturas**, v. 22, n. 14, p. 196-207, 2022.

[3] Silva, Leticia Kelly Costa *et al.* Estratégias de enfermagem para minimizar o estresse dos cuidadores de idosos: revisão integrativa. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 51269-51279, 2021.

[4] Cunha, Clícia Vieira. O Cotidiano dos Cuidadores de Idosos e a Enfermagem em uma Instituição de Longa Permanência. **Editores Appris**, 2021.

[5] Rosa, Yasmin Lorenz da *et al.* Percepções de acadêmicos e equipe de enfermagem sobre o projeto de extensão: “Caminhando pelo hospital”. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 44, p. e20220125, 2023.

Agradecimentos

À Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI), pelo suporte e a colaboração nas atividades com o público-alvo, pela estrutura e todo o apoio fornecido durante o período de execução do projeto e a todos os colaboradores. Ademais, à UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.