

# VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



### PROJETO DE INTERVENÇÃO CUIDANDO DE QUEM CUIDA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Graziely Ingrid da Silva Santos<sup>1</sup>, Beatriz de Castro Magalhães<sup>2</sup>, Jéssica Romualdo Coelho Bezerra<sup>3</sup>, Lais Alves Marques<sup>4</sup>, Luana Gisele Domingos Félix<sup>5</sup>, Amanda Alcantara de Sousa<sup>6</sup>**

**Resumo:** A prevalência das doenças crônico-degenerativas, diretamente ligadas a transição demográfica e epidemiológica, vem promovendo um aumento significativo dos indivíduos dependentes de cuidados no âmbito domiciliar, cuidados estes que acabam sendo assumidos, majoritariamente, por familiares despreparados, resultando em sobrecarga e comprometimento da qualidade de vida destes indivíduos. Com base nisso, objetivou-se descrever a experiência da aplicação de um projeto de intervenção com cuidadores na microárea de abrangência de uma Unidade Básica de Saúde (UBS). Como método foi realizado um relato de experiência baseado nas vivências de uma equipe de residentes em saúde coletiva, composta por uma enfermeira, uma fisioterapeuta e uma farmacêutica. As vivências ocorreram de junho a novembro de 2023, sendo que durante esse período as residentes criaram uma ficha individual para avaliação geral do paciente alvo do cuidado, assim como foi incluído na ficha uma avaliação do grau de sobrecarga do cuidador com a escala de Zarit, do perfil individual do estilo de vida do cuidador e a formulação de um plano de autocuidado apoiado. Após o primeiro momento onde era realizada a avaliação do cuidador e definido metas no plano de autocuidado apoiado, foram realizadas visitas domiciliares em um intervalo de 7 a 15 dias, de acordo com a necessidade individual de cada caso. Os recursos utilizados também variaram de acordo com as queixas encontradas, dentre eles estavam as práticas integrativas, como ventosaterapia e aromaterapia, a realização da respiração guiada para relaxamento, orientações de alongamentos musculares e exercícios de mobilidade e fortalecimento, atividades para promover a higiene do sono e a capacitação do cuidado com orientações para evitar lesões por pressão, para reduzir a chance de queda, para facilitar as mudanças de decúbito, assim como as transferências. Através da aplicação do projeto foi possível observar, através dos relatos dos cuidadores, melhora do autocuidado, visto que os indivíduos

<sup>1</sup> Universidade Regional do Cariri, email: grazielyfisio@gmail.com

<sup>2</sup> Universidade Regional do Cariri, email: beatriz.castromagalhaes@urca.br

<sup>3</sup> Universidade Regional do Cariri, email: jessicaromualdo94@hotmail.com

<sup>4</sup> Universidade Regional do Cariri, email: laisalves.la91@gmail.com

<sup>5</sup> Estácio, email: luanagisele2010@gmail.com

<sup>6</sup> Universidade Regional do Cariri, email: allcantaramanda@gmail.com

# VIII SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

## XXVI Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 09 de dezembro de 2023

Tema: "INTERIORIZAÇÃO DA CIÊNCIA E REDUÇÃO DE ASSIMETRIAS: O PAPEL DOS PIBIC'S COMO EXPERIÊNCIA DE ARTICULAÇÃO DA PESQUISA NA GRADUAÇÃO E NA PÓS GRADUAÇÃO"



relataram melhora no sono, início a prática de atividade física, diminuição da ansiedade, impactando diretamente na redução da sobrecarga do cuidado.

**Palavras-chave:** Autocuidado. Carga de cuidar. Cuidadores.