

PREVENÇÃO DE LESÕES MÚSCULO ESQUELÉTICOS EM CUIDADORES DE IDOSOS ATRAVÉS DA APLICAÇÃO DO ARCO DE MAGUEREZ

SUELLEN DUARTE DE OLIVEIRA MATOS¹, MARGARIDA DA SILVA NEVES DE ABREU², ANA PAULA MARQUES SOUZA³, ADRIANA LIRA RUFINO DE LUCENA⁴, MARIA JULIA GUIMARÃES SOARES OLIVEIRA⁵, SIMONE HELENA DOS SANTOS OLIVEIRA⁶

¹ *Faculdade de Enfermagem Nova Esperança. Professora Assistente. E-mail: suellenduarteom@gmail.com*

² *Escola Superior de Enfermagem do Porto. Professora Coordenadora. E-mail: mabreu@esenf.pt*

³ *Universidade Federal da Paraíba. Professora Assistente II. anapmasouza@yahoo.com.br*

⁴ *Faculdade de Enfermagem Nova Esperança. Professora. adriana.lira.rufino@hotmail.com*

⁵ *Universidade Federal da Paraíba. Professora Titular. mmjulieg@gmail.com*

⁶ *Universidade Federal da Paraíba. Professora Titular. simonehsoliveira@gmail.com*

Introdução

Nas estruturas residenciais para pessoas idosas os cuidadores são um dos profissionais responsáveis pela prevenção da lesão por pressão (LP), principalmente em idosos acamados e dependentes. Face a este cenário as práticas realizadas pelos cuidadores, tais como, como transferência do idoso para a cadeira e /ou para a cama, a mudança de decúbito e o banho no leito exigem esforço físico. Segundo Jesus e Lopes (2017) as lesões músculo-esqueléticas relacionadas com o trabalho (LMERT) constituem um importante problema para os trabalhadores de instituições de apoio a idosos, devido à exposição elevada e continuada a esforços físicos.

Matos e Araújo (2021) corroboram, referindo que prestar cuidados a uma pessoa com dependência pode ser extremamente difícil e desgastante a vários níveis, em que a sobrecarga inerente à movimentação manual do doente, poderá ocasionar má postura e conseqüentemente lesões músculo-esqueléticas (LME). Mas, estas lesões também podem ser causadas pela escassez de meios técnicos, humanos e outros fatores (Jesus & Lopes, 2017). A EU- OSHA (2021) acrescenta ainda as elevadas exigências de trabalho e pouca autonomia, a ausência de pausas ou de oportunidades para mudar de postura de trabalho, trabalhar a um ritmo acelerado e longas horas de trabalho ou turnos.

As LME são uma das doenças mais comuns relacionadas com o trabalho (Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho - EU- OSHA, 2021). Segundo esta entidade afetam milhões de trabalhadores europeus, com um custo de milhares de milhões de euros para os empregadores. As LME relacionadas com o trabalho afetam sobretudo as costas, o pescoço, os ombros e os membros superiores, mas também podem afetar os membros inferiores (EU- OSHA, 2021). Abrangem todos os danos ou perturbações das articulações ou de outros tecidos. Os problemas de saúde variam entre dores ligeiras a situações clínicas mais graves, que exigem dispensa do trabalho ou tratamento médico. Em casos crónicos, podem levar à incapacidade e à necessidade de deixar de trabalhar (EU- OSHA, 2021).

Dado que as LME continuam a ser a queixa mais frequente em termos de saúde relacionada com o trabalho na Europa, afetando trabalhadores de todas as ocupações e setores, a EU-OSHA lançou em 2020 a campanha «Locais de Trabalho Saudáveis 2020-2022», Locais de Trabalho Saudáveis: aliviar a carga. Esta campanha tem como objetivos aumentar a sensibilização para as LMERT e divulgar informação sobre a sua prevenção e gestão.

Assim, já que as LMERT estão presentes num grupo significativo de trabalhadoras de instituições de apoio a idosos (Jesus & Lopes, 2017), as ações desenvolvidas pelas cuidadoras são consideradas ações que necessitam de planeamento, habilidade técnica e organização laboral para que a tarefa do cuidar não seja um potencializador de adoecimento (Humrickhouse et al., 2018).

Objetivos

Avaliar a aplicação do Método do Arco da Problematização de Charles Magueréz na prevenção de lesões músculo esqueléticas em cuidadores de idosos.

Metodologia

Trata-se de um estudo exploratório descritivo pós-intervenção. A intervenção educativa foi intitulada de “Medidas Preventivas para lesão por pressão”, realizada em cinco instituições de longa permanência para idosos no município de João Pessoa, Paraíba, Brasil, no período de janeiro de 2019 a março de 2020.

Foram convidados a participar do estudo 64 cuidadores de idosos institucionalizados vinculados às instituições. O critério de inclusão no estudo foi a disponibilidade para participar das sessões educativas programadas, que implicou na perda de 12 cuidadores por estarem afastados das suas atividades laborais por férias, afastamentos prolongados ou licenças médicas no período de colheita de dados, totalizando a amostra 52 cuidadores.

Os cuidadores foram previamente distribuídos em 12 grupos (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J, L, M), de acordo com a escala de trabalho de cada instituição, ficando assim dispostas: instituição I – grupos A e B; instituição II – grupos C e D; instituição III – grupo E; instituição IV – grupo F, e instituição V – grupos G, H, I, J, L e M. Foram realizados oito encontros presenciais semanais no período diurno, de segunda a sábado, em local disponibilizado pelas instituições e que assegurava privacidade aos participantes.

A operacionalização da intervenção educativa seguiu as etapas da Metodologia Problematizada (MP) do Arco de Maguerez – Observação da realidade, Pontos-Chave, Teorização, Hipóteses de Solução e Aplicação à realidade (Berbel & Sánchez Gamboa, 2011) com a aplicação da técnica de grupo focal e observação. Este estudo foi elaborado com base na quinta etapa da metodologia problematizadora, aplicação à realidade.

As questões de investigação na intervenção educativa foram extraídas durante a aplicação do Arco de Maguerez por meio da técnica de grupo focal, da observação e do registo em diário de campo. Diferentes questões foram colocadas aos cuidadores para incentivar a participação e obter informações relevantes para o estudo, considerando a etapa do método adotado, conforme descrito a seguir:

- Quinta etapa (aplicação a realidade): “Como aplicaria a técnica para prevenção de LP?”

Para desenvolver a última etapa do arco, foi necessário realizar a observação da técnica aplicada pelos cuidadores para o posicionamento do idoso dependente e/ou acamado, a colocação dos materiais protetores nas regiões de maior risco para LP. A seguir, foi solicitado que, os mesmos, verbalizassem os locais de maior risco de LP e por fim, expressarem as contribuições da intervenção educativa.

Os grupos focais foram realizados durante todos os encontros a fim de responder às questões colocadas, de acordo com aos objetivos do estudo. A duração de cada sessão focal foi aproximadamente de 80 a 90 minutos. Enfatiza-se que os encontros foram planejados para ocorrer com duração de 60 min (uma sessão) e 120 min. (duas sessões). Porém, durante a execução da intervenção o tempo foi flexibilizado procurando atender as necessidades de cada grupo. Para tanto, foram conduzidas por uma moderadora/facilitadora, tendo a colaboração de uma observadora não participante, previamente capacitada, para auxiliar no registo das falas e expressões não verbais dos participantes.

Para melhor visualização e interação entre os cuidadores (participantes) e a moderadora/facilitadora, as cadeiras foram dispostas em formato circular. Para o registo das falas dos cuidadores utilizou-se um gravador de áudio e para registo das observações e expressões, utilizou-se o diário de campo.

As transcrições da quinta etapa resultaram em 8 páginas de texto, 52 itens de respostas e 6 páginas de texto extraído do diário de campo. A produção dos dados procurou garantir os aspetos que conferem qualidade à pesquisa qualitativa: credibilidade, transferibilidade e confirmabilidade (Godoy, 2005).

Posteriormente, às transcrições das falas no programa *Word*, os textos foram codificados segundo a numeração de participação (part_01 a part_52) e (inst_01 a inst_05), para preparação do *corpus* textual, sendo necessário realizar várias leituras e limpezas a fim de obter melhor compreensão semântica das falas. Sequencialmente, os dados foram exportados para o software de Análise Textual Interface de R pour les Analyses Multidimensionnelles de Textes et de Questionnaires (IRAMUTEQ) (Mutombo, 2013).

Para análise textual do *corpus*, utilizou-se a Classificação Hierárquica Descendente (CHD), que permite uma análise lexográfica do texto distribuindo por classes e frequências de evocação das palavras, de acordo com a categorização do conjunto de segmentos de textos (Camargo & Justo, 2013).

A análise interpretativa do *corpus* deu-se pela técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin, organizada a partir de um processo de categorização, classificando elementos constitutivos de um conjunto por diferenciação e, seguidamente, por reagrupamento, com critérios previamente definidos. Optou-se por adotar essa técnica, por ser aplicável aos diferentes discursos, visando obter a pré-análise, exploração do material e tratamento dos resultados e interpretação.

Para construção das categorias e subcategorias, foi necessário interpretar os dados gerados pela CHD, de acordo com as classes e os segmentos de texto, permitindo assim a ligação dos dados entre as etapas da metodologia da problematização, questionamentos, categorias e subcategorias.

Quanto aos aspectos éticos, o estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal da Paraíba – UFPB, sob parecer nº 3.034.658 e CAAE: 97913018.7.0000.5188, respeitando-se os aspectos éticos de pesquisas envolvendo seres humanos, preconizados pela Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

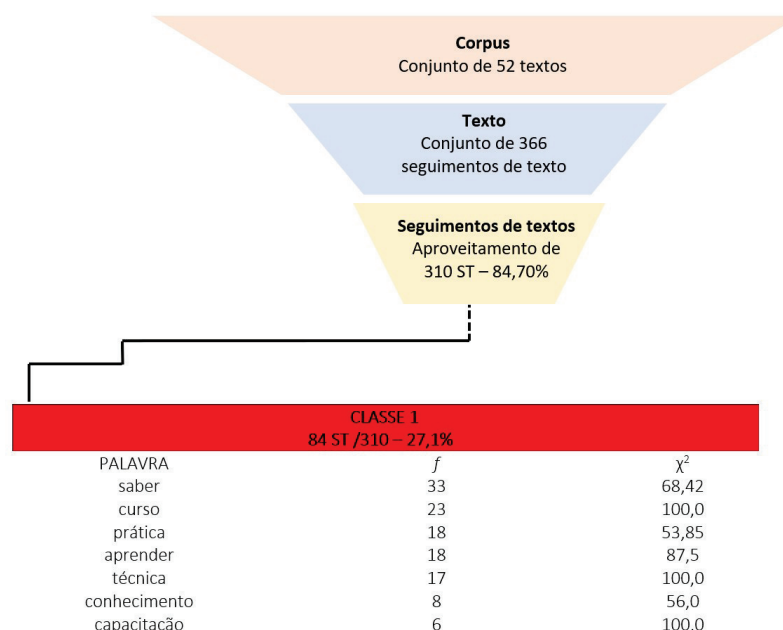
Resultados e Discussão

Dos 52 cuidadores de idosos institucionalizados, 44 (84,6%) eram do sexo feminino. Nas instituições de longa permanência para idosos pesquisadas, as mulheres destacaram-se no exercício da função de cuidadoras. Entende-se que o cuidar é inerente ao ser humano e que no contexto histórico da humanidade as mulheres são responsáveis em desempenhar este papel, seja relacionado ao cuidado materno, matrimonial, familiar e dos afazeres domésticos (Silva et al., 2016; Meira et al., 2017). Portanto, mesmo diante dos avanços na participação e envolvimento do homem no ato de cuidar de pessoas com algum nível de dependência, ainda persiste a cultura arraigada da sociedade de que o ato de cuidar está ligado ao cuidado feminino. No entanto, essa cultura implica na predominância expressiva de mulheres que atuam como cuidadora em todos os ciclos de vida.

Para melhor compreensão dos resultados, elaborou-se um dendrograma a partir do *phylograma* fornecido pelo IRAMUTEQ. O *corpus* resulta da apresentação das questões indutoras do processo que formam o objeto de análise e foi constituído de 52 conjuntos de textos, fragmentado em 366 seguimentos com aproveitamento de 310 segmentos de texto. Para apresentação das classes e lista de palavras, foram analisadas as frequências (*f*) e ocorrências geradas a partir do teste qui-quadrado (χ^2), conforme (Figura 1).

Figura 1

Dendrograma do tipo Phylograma referente à distribuição das palavras segundo a Classificação Hierárquica Descendente. João pessoa, Paraíba, Brasil, 2020.



Fonte: elaborado pela pesquisadora com dados obtidos a partir da análise CHD com o uso do IRAMUTEQ. Para descrição e análise das classes seguiu-se a etapa da intervenção educativa proposta pelo método do Arco de Maguerez (aplicação à realidade), a fim de elucidar de forma mais efetiva a estratégia educacional incorporada na intervenção educativa dos cuidadores de idosos institucionalizados para o manejo de medidas para prevenção de LP.

Para elaboração da categoria temática, analisaram-se as palavras que despontaram 1 classe gerada pelo IRAMUTEQ. Entretanto, foi necessário interpretar os discursos dos cuidadores de idosos institucionalizados em conjunto com as palavras de maior ocorrência na etapa da intervenção educativa. Em sequência, seguiu-se a categorização dos dados através da associação da metodologia problematizadora e questionamento realizado na sessão focal.

A quinta etapa do método, aplicação à realidade, corresponde a composição da classe 1 composta pelas palavras aprender, capacitação, lesão, técnica, saber, curso, conhecimento e prática, que repercutiram na organização de uma categoria nominada **autocuidado do cuidador para prevenção de LME**.

As reflexões dos cuidadores que confluíram para organização da categoria **autocuidado do cuidador para prevenção de LME** foram:

“a técnica correta para a gente colocar o idoso na cama, na cadeira e sentado”.

part_02 *inst_01

“Nem sabia que tinha técnica para isso, vai ajudar a diminuir as dores nas costas”.

part_07 *inst_01

[...]também vou saber melhorar a minha postura porque do jeito que a senhora passou, senti uma diminuição do peso nas costas e no punho.”

part_17 *inst_02

A quinta e última etapa do Método do Arco de Maguerez, aplicação à realidade, resultou na lista de palavras que compuseram a classe 1, com representação de 27,1%. Nesta etapa os cuidadores deverão colocar em prática o conhecimento apreendido em todas as etapas anteriores. Engloba um processo de ação-reflexão-ação no sentido de proporcionar criticidade diante da tomada de decisão e de serem capazes de julgar os elementos necessários para colocar em prática o que foi aprendido. As práticas realizadas pelos cuidadores como transferência do idoso da cama para a cadeira e vice-versa, mudança de decúbito, troca de fraldas e banho no leito exigem esforço físico. Estas são consideradas ações que necessitam de planejamento, habilidade técnica e organização laboral para que a tarefa do cuidar não seja um potencializador de adoecimento para quem cuida. Neste contexto, o adoecimento destes trabalhadores no tocante a dor musculoesquelética está relacionada à ausência de técnicas corretas durante o cuidado do idoso dependente e acamado, que favoreçam a prevenção de agravos à saúde do trabalhador.

Os relatos evidenciam a necessidade de implementar treinos que contribuam para a qualificação dos cuidados prestados pelos cuidadores de idosos e para o seu autocuidado. Enfatiza-se também, a importância do conhecimento sobre ergonomia, pois ao referirem alívio das dores nas regiões das costas e punhos, percebem a necessidade do saber e da aplicabilidade de técnicas adequadas que melhorem a postura ao transferir ou mobilizar o paciente. Estudo desenvolvido com 43 trabalhadores que cuidam de idosos, demonstrou que 62,7% dos cuidadores apresentaram queixas relacionadas com as dores osteomusculares nos últimos 30 dias, sendo as dores prevalentes na região lombar, cervical, ombros e joelhos (Alencar et al., 2010).

Diante disso, para fortalecer a autoconfiança e o desempenho dos trabalhos em equipe é importante implementar estratégias educativas que colaborem para realidade desses profissionais. Percebe-se nos discursos dos cuidadores a valorização do saber agregado, a satisfação e gratidão pela oportunidade em participar de momentos de troca de experiências ou conhecimentos alicerçados, pelo respeito ao saber de cada um, pela participação ativa de todos, pela importância dada a reconstrução do saber e a realização de cursos de atualização e de formação específica para o refinamento e qualificação da prática.

Os cuidadores declararam ainda a necessidade de apoio de cada um em dar continuidade às atividades do outro no cotidiano do trabalho que exige esforço físico. Para minimizar essa sobrecarga de trabalho,

estes precisam saber comunicar-se, fazer uso de uma escuta qualificada entre si, ser flexível e desenvolver a capacidade de improviso quando necessário, além de um senso coletivo de confiança entre os envolvidos (Klarare et al., 2013).

Estudo teórico-empírico elaborado para aplicação do modelo de Adaptação de Roy, permitiu nortear o desenvolvimento de um ensaio clínico controlado realizado com cuidadores informais, demonstrou resultados positivos frente a minimização da tensão do papel desempenhado e satisfação laboral, condição que irá refletir na saúde do idoso e do cuidador (Diaz & Cruz, 2018). Outro estudo, cujo método foi desenvolver um ensaio clínico randomizado na Alexandria (Egito), com 120 cuidadores informais, objetivou desenvolver um programa de intervenção com estratégias psicossociais de múltiplos componentes para cuidadores informais, que demonstrou uma eficácia na melhoria das habilidades práticas, a gestão da carga de cuidados, enriqueceu o conhecimento, reestruturou o trabalho em equipe refletindo-se na qualidade do serviço (Shata et al., 2017).

Acredita-se que intervenções educativas dirigidas para cuidadores de idosos institucionalizados são extremamente necessárias uma vez que, a proposta busca transformar o saber através das relações dialógicas entre educando/educador contribuindo assim para a formação profissional e, conseqüentemente, a elevação do padrão das atividades prestadas pelos cuidadores nos serviços. Para tanto, a utilização do arco de Maguerez para o público-alvo deste estudo, propiciou o resgate dos saberes específicos da formação do cuidador frente as ações preditivas para LP.

Conclusões

A intervenção educativa permitiu o reconhecimento do senso crítico e reflexivo dos cuidadores diante dos efeitos nas condições para **autocuidado do cuidador para prevenção de LME**. Permitindo assim, o aprimoramento do saber, potencialização da qualificação da assistência e repercussão para o autocuidado.

O método do Arco de Maguerez favoreceu a participação, integração, partilha de saberes, despertou o desejo de novos cursos aos participantes para que possam desenvolver habilidades técnicas que lhes permita mobilizar os saberes que já possuem em diferentes dimensões na perspectiva do cuidado e autocuidado. Reitera-se a importância de estabelecer parcerias entre as instituições de ensino e as ILPIs para fomentar curso de capacitação para cuidadores vislumbrando atender as necessidades do idoso e do cuidador.

Palavras-Chave: Cuidadores; Instituição de longa permanência para idosos; Lesão por pressão

Keywords: Caregivers; Homes for the aged; Pressure ulcer

Agradecimento

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES). Código do Financiamento 001

Referências Bibliográficas

- Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (2021). *Lesões musculoesqueléticas*. <https://osha.europa.eu/pt/themes/musculoskeletal-disorders>
- Agência Europeia para a Segurança e Saúde no Trabalho (2020). *Healthy workplaces lighten the load 2020-22*. <https://healthy-workplaces.eu/en/tools-and-publications/publications>
- Alencar, M. d. C. B. d., Schultze, V. M., & Souza, S. D. d. (2010). Distúrbios osteomusculares e o trabalho dos que cuidam de idosos institucionalizados. *Fisioterapia em Movimento*, 23(1), 63–72. <https://doi.org/10.1590/s0103-51502010000100006>
- Bardin L. (2016). *Análise de Conteúdo*. Lisboa: Edições 70.
- Berbel, N. A. N., & Sánchez Gamboa, S. A. (2011). A metodologia da problematização com o Arco de Maguerez: Uma perspectiva teórica e epistemológica. *Filosofia e Educação*, 3(2), 264–287. <https://doi.org/10.20396/rfe.v3i2.8635462>
- Camargo, B. V., & Justo, A. M. (2013). IRAMUTEQ: Um software gratuito para análise de dados textuais. *Temas em Psicologia*, 21(2), 513–518. <https://doi.org/10.9788/tp2013.2-16>
- Diaz, L. J. R., & Cruz, D. d. A. L. M. d. (2018). Modelo de adaptação em um ensaio clínico controlado com cuidadores familiares de pessoas com doenças crônicas. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 26(4). <https://doi.org/10.1590/0104-070720170000970017>
- Godoy, A. S. (2005). Refletindo sobre critérios de qualidade da pesquisa qualitativa. *Revista Eletrônica de Gestão Organizacional*, 3(2), 81-9. <https://periodicos.ufpe.br/revistas/gestaoorg/article/view/21573>