

04

Helena Arco

Diretora da Escola Superior de Saúde
do Politécnico de Portalegre

Cuidar de quem Cuida a Diferença

Helena Arco

Diretora da Escola Superior de Saúde - IPP

Vivemos hoje na sociedade da inclusão, onde a *Igualdade na Diferença* é incentivada. As pessoas com necessidades especiais estão cada vez mais inseridas nos quotidianos de educação, trabalho e sociais, contudo também conhecemos os enormes desafios que muitas vezes se colocam, agravados particularmente durante a pandemia por COVID-19, onde os cuidadores, foram mais uma vez o pilar de suporte.

A breve reflexão aqui apresentada, tem como objetivo alertar para a necessidade da promoção de um suporte social eficaz aos cuidadores de pessoas com necessidades especiais.

A família foi, é, e arriscaria afirmar que sempre será, o grupo social primário que influencia e é influenciado por outras pessoas e instituições. Logo, para que se possa intervir na família de forma eficaz, será necessário aprofundar o conhecimento da sua estrutura, dinâmicas e transições que na mesma ocorrem. Só assim se poderá apoiar na diversidade de cenários e reconfigurações que a mesma possa vir a assumir, mobilizando sempre as suas forças internas (Gotlieb, 2016).

Nestas forças, estão na maioria das vezes incluídos os cuidadores familiares, suporte incontestável, mas muitas vezes esquecidos, pois o foco dos técnicos é primordialmente a pessoa dependente ou com necessidades especiais.

Durante a pandemia por COVID-19 esta situação agravou-se. Os cuidadores familiares com o fecho das escolas, diminuição do suporte por parte dos serviços de saúde e sociais, viram o seu trabalho

redobrado, sentiram-se mais isolados e com maiores níveis de stress, principalmente em famílias mais pequenas. Estudos conduzidos no último ano, revelaram impactos negativos na esfera física, psicológica com implicações significativas na qualidade de vida dos cuidadores (Muldrew, Fee & Coats, 2021; Onwumere *et al*, 2021).

Mas não só com as crianças com necessidades especiais tal se verificou, os relatos de dificuldades acrescidas em cuidadores de pessoas adultas e idosas com demências ou doença mental associada, eram já conhecidos. Também nos últimos dois anos estas foram potenciadas pelo receio de contágios o que aumentou ainda mais o volume da sobrecarga, o isolamento social e a solidão dos cuidadores (Aker *et al*, 2021; Pinho *et al*, 2021). O suporte social antes prestado de forma presencial, passou a ser efetuado online, tanto por dificuldade de acesso por parte dos serviços, como muitas vezes por preferência das próprias famílias.

As situações estudadas nos mais variados contextos e latitudes, trouxeram com a pandemia, mais uma vez à ribalta, a discussão sobre a necessidade de uma atenção acrescida por parte das entidades governamentais, do reconhecimento dos cuidadores enquanto grupo prioritário de intervenção.

Concluindo, é necessário desencadear com urgência, medidas de suporte e apoio dirigidas aos tantas vezes esquecidos cuidadores. Só assim poderão construir-se intervenções sustentadas que potenciarão o desenvolvimento e melhoria da qualidade de vida das famílias.

Aker, N.; West, E.; Davies, N.; Moore, KJ.; Sampson, EL.; Nair, P.; Kupeli, N. (2021-Sep). Challenges faced during the COVID-19 pandemic by family carers of people living with dementia towards the end of life. *BMC Health Serv Res*;21(1):996. doi: 10.1186/s12913-021-07019-6.

Gottlieb, L. (2016). *O Cuidar em Enfermagem Baseado nas Forças*. 1ª ed. Loures: Lusociência, 2016. ISBN 978-989-8075-63-5

Muldrew, D; Fee, A.; Coats, V. (2021-Dec). Impact of the COVID-19 pandemic on family carers in the community: A scoping review. *Health and Social Care in the Community*; <https://doi.org/10.1111/hsc.13677>

Onwumere, J.; Creswell, C.; Livingston, G.; Shiers, D.; Tchanturia, K.; Charman, T.; Russell, A.; Treasure, J.; Di Forti, M.; Wildman, E.; Minnis, H.; Young, A.; Davis, A.; Kuipers, E. (2021-Oct). COVID-19 and UK family carers: policy implications. *Lancet Psychiatry*;8(10):929-936. doi: 10.1016/S2215-0366(21)00206-6

Pinho, L.; Lopes, M.; Correia, T.; Sampaio, F.; Arco, H.; Mendes, A.; Marques, M.; Fonseca, C. (2021). Patient-Centered Care for Patients with Depression or Anxiety Disorder: An Integrative Review. *Journal of Personalized Medicine*; 11(8):776. <https://doi.org/10.3390/jpm11080776>

0 1

05

0 1