

CAPACITAÇÃO DO CUIDADOR INFORMAL PARA O AUTOCUIDADO – ESTUDO MULTICÊNTRICO

Fernanda Príncipe[†]; Liliana Mota; Maribel Carvalhais; Sónia Novais; António Ferreira; Manuela Ferreira

[†]ESenfCVPOA

Introdução: A capacitação do cuidador informal para o autocuidado emerge como fulcral na atualidade, em resultado do aumento da esperança média de vida e das patologias crónicas, com impacte significativo na capacidade da pessoa para tratar do que é necessário para se manter operacional. O papel do cuidador informal assume especial relevância na gestão da doença crónica a nível instrumental e não instrumental.

Objetivos: desenvolver uma ação inovadora de desenvolvimento das competências dos cuidadores informais; Adaptar as competências a desenvolver pelo cuidador informal ao seu contexto.

Método: Investigação ação participativa, com a realização de 10 sessões de capacitação do cuidador informal para o autocuidado. As sessões de capacitação realizaram-se em contexto de laboratório de simulação em estúdio de autocuidado. A aquisição de competências foi avaliada com recurso a uma grelha de observação, assim como, foi efetuado notas de campo. O estudo foi efetuado em Portugal, Finlândia, Estónia e Latvia.

Resultados e discussão: Verificou-se um elevado envolvimento e satisfação dos cuidadores nas sessões de capacitação. A aquisição de competências instrumentais decorreu de forma fluida, o que permitiu a integração fluida e a mestria. As competências não instrumentais demonstraram-se como de mais difícil aquisição, nomeadamente a capacidade de tomada de decisão e a gestão da exaustão do cuidador.

Conclusão: A capacitação do cuidador informal deve ser efetuada ao longo de todo o seu processo de cuidar, atendendo às necessidades específicas de cada um. O desenvolvimento das competências instrumentais em laboratório de simulação em estúdio de autocuidado demonstrou-se adequado. No que se refere às competências não instrumentais, a sua gestão deve ser efetuada ao longo do tempo, atendendo sempre às suas necessidades socioculturais.

Referências bibliográficas:

- Ferreira, F. E. (2012). *A sobrecarga dos cuidados informais dos doentes de um serviço de oncologia e medicina*. Porto: Dissertação apresentada ao Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa.
- Palaganas, J. C., Maxworthy, J. C., Epps, C. A., & Mancini, M. E. (2015). *Defining Excellence in Simulation Programs*. Philadelphia: Wolters Kluwer.
- Ricarte, L. F. (2009). *Sobrecarga do cuidador informal de idosos dependentes no Concelho da Ribeira Grande*. Porto: Tese de mestrado em Ciências de Enfermagem do Instituto Ciências Biomédicas Abel Salazar.
- Rocha Júnior, P. R. (2011). Efeito da capacitação dos cuidadores informais sobre a qualidade de vida de idosos com déficit de autocuidado. *Ciência & Saúde Coletiva*, pp. 3131-38.