

CUIDANDO DE QUEM CUIDA: COMPARTILHANDO E CONSTRUINDO SABERES E JUNTO À CUIDADORES DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Descritores: Cuidadores; Relações comunidade – Instituição; Educação.

Coordenadora: Lucila Ludmila Paula Gutierrez

Equipe: Giulia Righetti Tuppini Vargas; Ana Carolina Alves Saraiva; Camila Silva Martins; Carolina Pereira Leão da Silva; Alethea Gatto Barschak.

Pessoas com deficiência (PcD) precisam de cuidado contínuo diferenciado, o que costuma ser realizado pelas próprias mães, as quais muitas vezes descuidam de sua própria saúde física e mental. Nesse contexto, uma rede de apoio torna-se essencial para vivenciar este processo. Buscando oportunizar a formação desta rede para estas cuidadoras, o Projeto de Extensão Apoiando e Educando Famílias de PcD, atua no Educandário São João Batista (instituição parceira que faz atendimento gratuito às PcD de baixa renda), em Porto Alegre, junto as mães, no momento em que estas aguardam o atendimento de seu ente cuidado. Com o objetivo de tratar sobre educação em saúde, o grupo extensionista (composto por alunas e professoras da área da saúde da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre - UFCSPA), reúne-se quinzenalmente com cerca de 15 cuidadoras que, juntamente com a instituição, sugerem os temas de interesse. Em 2019 foram abordados os temas uso de medicamentos, diabetes, hipertensão, alimentação saudável, ansiedade, prisão de ventre, entre outros, desenvolvidos na forma de rodas de conversa, jogos, dinâmicas de grupo e apresentação de peças anatômicas. Ainda, foram confeccionados materiais informativos (folderes) para a distribuição às participantes. Cada encontro tem duração de cerca de 90 minutos, suficiente para que as participantes possam realizar a atividade, visualizar e manusear o material disponível e discutir suas dúvidas. Para a avaliação do trabalho desenvolvido são aplicados questionários a cada dois meses sobre o nível de satisfação das cuidadoras em relação às ações realizadas e das alunas de graduação envolvidas no projeto. Como resultados se observam o compartilhamento e a construção de saberes conjuntos relativos à educação em saúde, ao autocuidado e a autoestima do grupo, demonstrado por relatos como “Nunca tenho tempo para me cuidar, me senti muito bem hoje”, “Vou tentar abrir um espaço no meu tempo para me cuidar”, “Vou tentar me alimentar melhor”, “Faz tempo que não vou ao médico, agora entendi a importância de fazer exames de rotina”, entre outros. Em relação à avaliação, 100% das mães e das alunas se sentem satisfeitas com o trabalho desenvolvido. As estudantes relatam que percebem que o aprendizado na

universidade é complementado com a vivência extensionista, humanizando-as, propiciando o nascimento do sentimento de responsabilidade social, incentivando-as na aprendizagem do respeito ao outro, independente de suas origens, deficiências e limitações. O projeto possibilitou que as alunas olhassem para as participantes como ser humano integral, expandindo suas visões centradas na parte técnico-científica. Concluindo, as atividades deste projeto visam multiplicar e disseminar saberes sobre saúde, buscando um momento para que o cuidador de PcD olhe para a sua saúde física e mental e prossiga com este cuidado diariamente, gerando mais qualidade de vida para si e conseqüentemente para a PcD cuidada.