

Condições de trabalho dos cuidadores formais de idosos em uma instituição de longa permanência para idosos: conhecer para intervir

Clicia Vieira Cunha*

**Enfermeira, Especialista em Enfermagem Clínico-Cirúrgica pela Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO), Estudo realizado como requisito para conclusão da disciplina eletiva do mestrado da Faculdade de Enfermagem UERJ: Ergonomia e o Trabalho de Enfermagem*

Resumo

Este estudo teve como objetivo analisar as condições de trabalho dos cuidadores de idosos em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), descrevendo os principais problemas observados na prática, correlacionando-os com as possíveis repercussões na saúde destes trabalhadores. Utilizou-se um estudo descritivo de abordagem qualitativa numa ILPI. A população analisada foi 53 cuidadores de idosos com algum grau de dependência. Posteriormente os dados observados foram analisados buscando embasamento bibliográfico. Ao final pode-se realizar um pré-diagnóstico da situação em questão: as atividades realizadas demandam cargas físicas, sensoriais, mentais e relacionais que acarretam aos cuidadores fadiga, estresse, dores musculares e conseqüentemente diminuição da produtividade.

Palavras-chave: cuidador, idoso, ergonomia, diagnóstico.

Abstract

Work conditions of formal caregivers of older adults in a long-stay institution: know to intervene

This study aimed at analyzing working conditions of caregivers of older adults in a Long Stay Institution for Elderly (LSIE), to describe the main problems observed during practice and to correlate with workers health problems. We used a qualitative and descriptive study in a LSIE. Fifty three caregivers of patients with some kind of dependence were analyzed. Later data were analyzed based on literature. We concluded that the activities required physical, sensorial, mental and relational demands which cause fatigue, stress, muscles aches and consequently low productivity.

Key-words: caregiver, aged, ergonomics, diagnosis.

Resumen

Condiciones de trabajo de cuidadores formales de ancianos en una institución de larga estancia: conocer para intervenir

Este estudio tuvo como objetivo analizar las condiciones de trabajo de cuidadores de ancianos en una Institución de Larga Estancia (ILE), describir los principales problemas observados en la práctica y correlacionarlos con posibles repercusiones para la salud. Se utilizó un estudio cualitativo descriptivo en una ILE. Cincuenta y tres cuidadores de pacientes afectados con algún grado de dependencia participaron del estudio. Posteriormente los datos fueron analizados con base en la literatura. Se concluyó que las actividades requieren cargas físicas, mentales y relacionales que causan fatiga, estrés, dolores musculares, y consecuentemente una reducción en la productividad.

Palabras-clave: cuidador, anciano, ergonomía, diagnóstico.

Introdução

A relação existente entre o trabalho e a saúde dos indivíduos é constatada desde a Antiguidade, e vem sendo analisada pelo campo da Saúde do Trabalhador. Inúmeros são os trabalhadores expostos a riscos e danos em decorrência de condições impróprias de trabalho.

Com o intuito de analisar melhor tal relação e estudar a adaptação do trabalho ao homem, surge a ergonomia oferecendo dados e conhecimentos sobre o homem, suas capacidades e habilidades e também sobre suas limitações físicas e psíquicas.

Neste sentido surge o interesse em analisar melhor as condições de trabalho de um grupo específico de trabalhadores que vêm ganhando campo de atuação e reconhecimento devido ao atual quadro demográfico de envelhecimento populacional: os cuidadores de idosos.

A ocupação de cuidador integra a Classificação Brasileira de Ocupações – CBO sob o código 5162, que o define como alguém que “cuida a partir dos objetivos estabelecidos por instituições especializadas ou responsáveis diretos, zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal, educação, cultura, recreação e lazer da pessoa assistida”. Esse profissional necessita manter sua integridade física e emocional para planejar maneiras de convivência e prestar uma assistência de qualidade [1].

Encontramos na sociedade vários tipos de cuidadores, porém para o estudo em questão a abordagem será voltada para aquele cuidador contratado pela família, mediante uma remuneração, que chamamos de cuidador formal.

Alguns autores revelam que 78% dos cuidadores possui algum tipo de doença, sendo a maioria

de ordem osteomuscular. Outros alertam sobre o risco do *caregiver stress*, o estresse do cuidador, e a possibilidade de adoecimento do mesmo, com a sobrecarga exposta. O tempo de cuidado e o grau de dependência são fatores determinantes para a ocorrência dessas patologias aos cuidadores [2].

Desta forma, este estudo pretende realizar o levantamento dos problemas observados na prática destes cuidadores, com o objetivo de contribuir posteriormente para o despertar do interesse sobre a temática. Pretende-se posteriormente sensibilizar as instituições quanto à necessidade e importância em conhecer as dificuldades encontradas na execução do trabalho destes profissionais e sobre a necessidade de proporcionar meios para realização das tarefas com menor grau de risco e danos possíveis para a saúde destes trabalhadores.

Objetivo geral

Analisar as condições de trabalho dos cuidadores de idosos em uma ILPI.

Objetivos específicos

Descrever os principais problemas observados na prática dos cuidadores de idosos;

Correlacionar os problemas observados com possíveis repercussões na saúde destes trabalhadores.

Justificativa

Este assunto é tema de grande relevância nos dias atuais, já que o mundo se depara com um quadro de envelhecimento populacional. Como consequência nos deparamos com a necessidade

iminente de pessoas capacitadas para o cuidar desta clientela. Precisamos parar e refletir sobre as condições de trabalho oferecidas para este profissional para que consiga realizar suas tarefas com o melhor rendimento e qualidade de vida para si próprio e para o idoso a quem se dispõe a cuidar.

Nesta perspectiva, o interesse em realizar este estudo surge a partir do momento em que, como responsável por um setor que cuida de idosos dependentes, observa-se na prática dos cuidadores destes situações que podem interferir de alguma maneira no bem-estar destes trabalhadores. Situações estas, muitas vezes, verbalizadas em momentos de interação e orientação entre mim e estes cuidadores.

Assim, diante dessa experiência profissional com idosos, e o interesse em contribuir de alguma maneira com estes profissionais, surgiu este estudo com o objetivo de identificar e descrever estas supostas limitações. Da mesma maneira, através deste pré-diagnóstico tentar buscar meios para amenizar tais dificuldades e assim atingir uma assistência de qualidade e a satisfação do trabalhador.

Material e métodos

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa realizado numa Instituição de Longa Permanência para Idosos com experiência de 27 anos no trabalho com a clientela gerontológica. A população analisada foi 53 cuidadores, entre a faixa etária de 23 a 70 anos. Desta população, 10 trabalham com idosos de leve dependência, 10 com idosos de moderada dependência e 33 com idosos com total dependência. Foi adotada a técnica de observação assistemática, assim como busca documental no cadastro de cuidadores da Instituição. Posteriormente foram descritos os fatos observados e sua correlação com os possíveis danos à saúde gerados por estes, embasando sua fundamentação em referências bibliográficas.

Resultados e discussão

A tarefa de cuidar de alguém geralmente se soma às outras atividades do dia-a-dia. O cuidador fica sobrecarregado, pois muitas vezes assume sozinho a responsabilidade pelos cuidados, soma-se a isso, ainda, o peso emocional da doença que incapacita e traz sofrimento a uma pessoa querida. Diante dessa situação é comum o cuidador passar por cansaço físico, depressão, abandono do trabalho,

alterações na vida conjugal e familiar. A tensão e o cansaço sentidos pelo cuidador são prejudiciais não só a ele, mas também à família e à própria pessoa cuidada.

Neste contexto, percebe-se a importância da ergonomia que analisa o relacionamento entre o homem e seu trabalho com o objetivo de melhorar o desempenho produtivo e reduzir as consequências nocivas sobre o trabalhador [3].

De acordo com Federighi é muito importante considerar que os fatores e as características que incidem num ambiente de trabalho podem interferir para que a atividade desempenhada provoque maior ou menor intensidade de desgaste ao trabalhador em função das cargas exigidas [4].

Ainda de acordo com o autor acima, as cargas podem ser físicas quando exigem atividade muscular desenvolvida; sensoriais quando exigem atenção e observação envolvendo os órgãos sensoriais; mentais quando exigem concentração e resolução requerendo habilidade de raciocínio e pensamento; e cargas relacionais quando envolve a capacidade de se relacionar com os outros, superiores ou pares [4].

Levando em consideração tais apontamentos, observou-se na clientela e no ambiente analisado alguns fatores importantes que podem interferir no bem-estar destes trabalhadores. Num primeiro momento foi detectada a prevalência de 50 cuidadores do sexo feminino. Observa-se neste cenário trabalhadores que trazem consigo uma gama de atribuições, as quais lhes impõe uma sobrecarga no seu dia-dia. Cuidadores que tentam conciliar sua jornada de trabalho após cumprirem uma rotina de compromissos domésticos.

De acordo com Silva, na nossa sociedade é usual afirmar que cuidar de casa, de filhos ou de idosos é função da mulher, porque ela é destinada por natureza, para a vida doméstica, para ser mãe e cuidar da família. Assim são atribuídas às mulheres funções que são vistas pelo senso comum como funções femininas. O cuidar do outro configura como mais uma das tarefas naturais da mulher [5]. A mulher primeiro cuida dos filhos, depois do marido e posteriormente dos velhos e doentes [6]. Ou seja, executa uma tripla jornada de trabalho.

Publicação recente do Jornal o Globo demonstra que, segundo levantamento realizado pela Organização Internacional do Trabalho (OIT) “entre o conjunto das mulheres brasileiras inseridas no mercado de trabalho, uma expressiva proporção de 90,7% também realizava afazeres

domésticos, enquanto que entre os homens tal proporção era significativamente inferior: 49,7%. Essas trabalhadoras, além da sua jornada semanal de 36 horas, em média, no mercado de trabalho, dedicavam cerca de 22 horas semanais aos afazeres domésticos, ao passo em que entre os homens tal dedicação era de 9,5 horas semanais, ou seja, 12,5 horas a menos” [7]. Além disso, “ a incorporação das mulheres ao mercado de trabalho vem ocorrendo de forma expressiva sem que tenha ocorrido uma nova pactuação em relação à responsabilidade pelo trabalho de reprodução social, que continua sendo assumida, exclusiva ou principalmente, pelas mulheres” [7].

As mulheres em relação aos homens não apresentam diferenças quanto à capacidade intelectual, porém são significativamente diferentes em suas funções fisiológicas, capacidade vascular, forças musculares e dimensões antropométricas. Diversos estudos comprovam que as atividades físicas pesadas executadas pelas mulheres desorganizam o seu ciclo menstrual [3]. Vemos aí uma outra situação que impõe a mulher a sobrecarga física.

Relacionada à idade preponderante entre os cuidadores pode-se considerar que o processo de envelhecimento inicia-se por volta dos 30 a 40 anos, mas acelera-se a partir dos 50 anos apresentando uma degradação progressiva da função cardiovascular, flexibilidade das articulações, dos órgãos dos sentidos e da função cerebral. No exercer das funções de cuidador todos estes sistemas são colocados à prova no desempenho do trabalho, muitas vezes sendo exigidos além das capacidades funcionais do trabalhador [3].

Na população analisada encontramos apenas 1 cuidadora na faixa etária de 20-29 anos, 7 com idades entre 30-39 anos, 8 na faixa de 40-49 anos, 16 entre 50-59 anos e 17 na faixa etária de 60-69 anos. Observamos ainda 1 cuidadora de 70 anos. Reforça-se então a questão da sobrecarga física numa população já comprometida pelas co-morbidades impostas pela idade avançada. Outro fator observado é a jornada de trabalho de alguns cuidadores: 24 x 24 horas ou até mesmo 48 x 48 horas. Tal jornada pode ser entendida como exaustiva. Com o passar das horas, observa-se uma redução no desempenho destes trabalhadores. Do ponto de vista ergonômico as jornadas superiores a 8 ou 9 horas diárias de trabalho são improdutivas [3].

Sabe-se, contudo, que o trabalho contínuo pode resultar em um estado de fadiga, conceitu-

ado como efeito de um trabalho continuado que provoca uma redução reversível da capacidade do organismo e uma degradação qualitativa desse trabalho. Este estado posteriormente pode reverter-se em doença [3].

O cuidador de um idoso dependente ainda se depara com a necessidade de mobilização constante do idoso, quer seja, para locomoção, troca de fraldas, banho, alimentação. Isso demanda força física e postura adequada para evitar o estresse muscular, dores e lesões. No contexto observado, notamos constantes queixas relacionadas principalmente a dores na coluna, membros superiores e inferiores. Lida aponta dois tipos de reações corporais relacionadas ao manuseio de cargas: Primeiro, quando o aumento de peso provoca sobrecarga fisiológica nos músculos da coluna e dos membros inferiores e em segundo, quando o contato entre carga e o corpo pode provocar estresse postural. Os dois podendo, no entanto, provocar desconforto, fadiga e dores [3].

Outra situação observada com grande prevalência é o estresse demonstrado pelos cuidadores frente às constantes cobranças da Instituição e familiares. Como trabalhadores, enfrentam a necessidade em cumprir regras e são constantemente avaliados no desempenho de suas funções. Necessitam de constante atenção em relação ao idoso a ser cuidado. Enfrentam constantes pressões emocionais, que se acentuam frente ao agravamento ou morte do idoso cuidado.

Observa-se na fala e expressões de alguns cuidadores o medo, a tristeza, a ansiedade no lidar com alguns idosos, pois muitos se sentem integrantes da própria família criando um vínculo emocional muito grande. Tal envolvimento e as inúmeras cobranças geram neste trabalhador um estresse evidenciado por irritabilidade e constantes queixas por parte dos cuidadores. O estado de estresse prolongado passa a influir no desempenho do trabalho, reduzindo a produtividade e a qualidade, podendo aumentar os riscos de acidentes, absenteísmos e rotatividade dos trabalhadores [8].

Com base nestes achados pretende-se num segundo momento implementar medidas que possibilitem minimizar tais prejuízos causados ao trabalhador. Realizar uma análise mais bem elaborada desta realidade, categorizar as atividades desenvolvidas pelos cuidadores norteando as modificações necessárias para uma ampla adequação das condições de trabalho [9].

Conclusão

Através desta observação e embasamento bibliográfico, pode-se realizar um pré-diagnóstico da situação em questão: as atividades realizadas demandam cargas físicas, cognitivas, mentais e sociais que acarretam aos cuidadores fadiga, estresse, dores osteomusculares e conseqüentemente diminuição da produtividade, absenteísmo, alta rotatividade.

Novos estudos devem ser realizados no sentido de implementar medidas preventivas, a fim de minimizar esses agravos decorrentes do trabalho.

Referências

1. Brasil, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Guia prático do cuidador. Brasília: Ministério da Saúde; 2008.
2. Eishima RS, Neto MLA, Landim PC. Cuidado com o cuidador! Uma análise da tarefa. Revista Brasileira de Ergonomia 2010;5(2).
3. Iida I. Ergonomia: projeto e produção. 2ª ed. São Paulo: Blucher; 2005.
4. Federigh WJP. Ergonomia. In: Carvalho GM. Enfermagem do Trabalho. São Paulo: EPU; 2001. p. 97-119.
5. Silva IF. As relações de poder no cotidiano de mulheres cuidadoras. In: Karsch UMS. Envelhecimento com dependência: revelando cuidadores. São Paulo: EDUC, 1998. p. 147-70.
6. Wanderley, MB. Publicização do papel do cuidador domiciliar. São Paulo: IEE/PUC-SP, Brasília, Secretaria de Assistência Social - MPAS: 1998.
7. OIT. Contando jornada doméstica, mulher trabalha mais do que homem. [citado 2012 Jan 12]. Disponível em URL: <http://g1.globo.com/concursos-e-emprego/noticia/2012/07/contando-jornada-domestica-mulher-trabalha-mais-do-que-homem-diz-oit.html>.
8. Ribeiro MCS. Enfermagem e trabalho: fundamentos para a atenção à saúde dos trabalhadores. 2ª ed. São Paulo: Martinari; 2012.
9. Dionísio FN, Bortolotti PA, Aleixo AA, Peleti DC, Walsh IAP, Silva JL, et al. Avaliação de características ergonômicas, capacidade para o trabalho e desconforto músculo-esquelético na central de distribuição de materiais de um hospital de clínicas no estado de MG. Revista Brasileira de Ergonomia 2010;6(1):117-25.

Assine já! Enfermagem BRASIL



Tel: (11) 3361-5595 | assinaturas@atlanticaeditora.com.br