

CUIDAR DE QUEM CUIDA: UM OLHAR SOBRE CUIDADORES DE IDOSOSLaísa Cargini¹, Milena Lais Sippert², Bruna Eduarda Fassbinder Hoffmeister³, Marines Aires⁴

¹Enfermeira Residente no Programa de Residência Multiprofissional em Sistema Público de Saúde com ênfase em Saúde da Família da Universidade Federal de Santa Maria. E-mail: pc.marcelalaisa@gmail.com; ²Discente do VIII semestre do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões URI, Câmpus Frederico Westphalen. E-mail: milenalaisippert@yahoo.com; ³Discente do VIII semestre do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões URI, Câmpus Frederico Westphalen. E-mail: a099216@uri.edu.br; ⁴Doutora em Enfermagem pelo Programa de Pós-graduação em Enfermagem, da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (PPGENF/UFRGS). Professora do Programa de Pós-graduação em Educação, da URI/FW(PPGEDU). Pós Doutora em Educação - PPGEDU/URI. E-mail: maires@uri.edu.br

Introdução: No Brasil em 2022, a população com 60 anos ou mais representava cerca de 15,8% da população. Concomitante ao envelhecimento populacional, destaca-se a transição epidemiológica, a qual apresenta um aumento das doenças crônicas não transmissíveis e a persistência das doenças agudas e infecciosas. Nesse contexto, os idosos podem apresentar o envelhecer permeado pela presença de doenças, influenciando na sua autonomia e independência, podendo resultar em limitações funcionais e conseqüentemente, em dependência para realizar as atividades de vida diária. Essas incapacidades estão associadas à demanda de cuidados domiciliares, usualmente realizados pela família ou cuidadores informais, que comumente não se encontram preparados para essa nova função. **Objetivo:** Descrever a vivência profissional acerca do cuidado aos cuidadores de idosos dependentes. **Material e Método:** Relato de experiência oriundo da vivência dos acadêmicos do curso de graduação em enfermagem durante as disciplinas de Saúde Coletiva, tendo como campo prático Estratégias de Saúde da Família da região Noroeste do Rio Grande do Sul. **Resultados e Discussão:** O cuidado aos idosos dependentes apresenta-se como um desafio, na maioria das vezes realizado por cuidadores informais como familiares, vizinhos e amigos. O processo de cuidar é permeado por impactos na saúde física, mental, emocional, financeira e social dos cuidadores. Durante a experiência acadêmica na Atenção Primária à Saúde (APS), percebeu-se que os cuidadores apresentam adoecidos, podendo observar a presença de doenças como diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica, ansiedade, depressão, além da presença de doenças osteomusculares. Diante do adoecimento no processo de cuidar, identifica-se que os cuidadores negligenciam os cuidados com a sua própria saúde devido a sobrecarga na realização dos cuidados, resultando em um autocuidado ineficaz. A sobrecarga está relacionada principalmente com o cansaço físico, a rotina intensa, a falta de apoio na prestação dos cuidados e a falta de apoio financeiro. Ademais, foi possível constatar que os cuidadores apresentam dificuldades na realização dos cuidados, principalmente relacionados à falta de conhecimento e habilidades, provocando sentimentos negativos em relação aos cuidados prestados. **Conclusão:** Diante do exposto, observa-se a importância do acompanhamento longitudinal pelas equipes da APS, a fim de ter um olhar ampliado para o idoso e seu cuidador, buscando implementar estratégias para promover e prevenir a saúde dos cuidadores, além de estimular a educação em saúde de acordo com as suas necessidades. Ainda, é necessário refletir sobre a implementação de políticas públicas de saúde para os cuidadores de idosos, tendo em vista o seu bem-estar físico, mental e social. **Contribuições para Enfermagem:** Este relato proporciona uma reflexão sobre a atuação do profissional enfermeiro frente aos cuidados com os usuários, a família e a comunidade na Atenção Primária à Saúde, com enfoque no cuidador do paciente idoso. **Descritores:** Cuidadores, Sobrecarga do Cuidador, Idoso, Enfermagem, Atenção Primária à Saúde.