

## ÍNDICE

	Pág.
<b>1 – INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
<b>2 – ANÁLISE DO CONTEXTO</b> .....	<b>14</b>
2.1 – CARACTERIZAÇÃO DO AMBIENTE DE REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO FINAL .....	18
2.2 – CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS MATERIAIS E HUMANOS .....	21
2.3 - DESCRIÇÃO E FUNDAMENTAÇÃO DO PROCESSO DE AQUISIÇÃO DE COMPETÊNCIAS .....	22
<b>3 – ANÁLISE DA POPULAÇÃO/UTENTES</b> .....	<b>26</b>
3.1 - CARACTERIZAÇÃO GERAL DA POPULAÇÃO/UTENTES .....	26
3.2 - CUIDADOS E NECESSIDADES ESPECÍFICAS DA POPULAÇÃO-ALVO --	40
3.3 - ESTUDOS SOBRE PROGRAMAS DE INTERVENÇÃO COM A POPULAÇÃO-ALVO .....	49
3.4 - RECRUTAMENTO DA POPULAÇÃO-ALVO .....	51
<b>4 - ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE OS OBJECTIVOS</b> .....	<b>52</b>
4.1 OBJECTIVOS DA INTERVENÇÃO PROFISSIONAL .....	52
4.2 - OBJECTIVOS A ATINGIR COM A POPULAÇÃO-ALVO .....	52
<b>5 – ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE AS INTERVENÇÕES</b> .....	<b>54</b>
5.1 - FUNDAMENTAÇÃO DAS INTERVENÇÕES .....	54
5.2 METODOLOGIA .....	64
5.3 - ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE AS ESTRATÉGIAS ACCIONADAS .....	66
5.4 - RECURSOS MATERIAIS E HUMANOS ENVOLVIDOS .....	69
5.5 - CONTACTOS DESENVOLVIDOS E ENTIDADES ENVOLVIDAS .....	70
5.6 - ANÁLISE DA ESTRATÉGIA ORÇAMENTAL .....	71
5.7 - CUMPRIMENTO DO CRONOGRAMA .....	72
<b>6 - ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE O PROCESSO DE AVALIAÇÃO E CONTROLO</b> .....	<b>73</b>
6.1 - AVALIAÇÃO DOS OBJETIVOS .....	73
6.2 - AVALIAÇÃO DA IMPLEMENTAÇÃO DO PROGRAMA .....	75
6.3 - DESCRIÇÃO DOS MOMENTOS DE AVALIAÇÃO INTRODUZIDOS DE AVALIAÇÃO INTERMÉDIA E MEDIDAS CORRETIVAS INTRODUZIDAS ----	75
<b>7 - ANÁLISE REFLEXIVA SOBRE COMPETÊNCIAS MOBILIZADAS E ADQUIRIDAS</b> .....	<b>77</b>

<b>8 – CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>80</b>
<b>9 – REFERÊNCIAS</b> .....	<b>82</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>88</b>
<b>ANEXO I – CONSENTIMENTO INFORMADO</b> .....	<b>89</b>
<b>ANEXO II – CANTINHO DO CUIDADOR – APRESENTAÇÃO À EQUIPA</b> .....	<b>92</b>
<b>ANEXO III – QUESTIONÁRIO</b> .....	<b>96</b>
<b>ANEXO IV – PANFLETO DE DIVULGAÇÃO DO CANTINHO DO CUIDADOR</b> .....	<b>101</b>
<b>ANEXO V – EXPOSIÇÃO FOTOGRÁFICA – APRESENTAÇÃO E CONVITE</b> ....	<b>104</b>
<b>ANEXO VI – COMPONENTE TEÓRICA - MANUAL DO CUIDADOR</b> .....	<b>107</b>
<b>ANEXO VII – DIVULGAÇÃO CANTINHO DO CUIDADOR 2015-2016</b> .....	<b>117</b>
<b>ANEXO VIII – CRONOGRAMA</b> .....	<b>120</b>
<b>ANEXO IX - CARTA DE PEDIDO DE APOIO - MANUAL DO CUIDADOR</b> .....	<b>122</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
<b>Figura 1</b> – Mapa do Alentejo -----	14
<b>Figura 2</b> – Distrito de Évora -----	17
<b>Figura 3</b> - Concelho de Évora -----	17

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Gráfico 1</b> – Densidade Populacional no Alentejo -----	15
<b>Gráfico 2</b> – Índice de Envelhecimento Populacional no Alentejo -----	16
<b>Gráfico 3</b> – Género dos cuidadores informais – Cantinho -----	31
<b>Gráfico 4</b> – Género dos cuidadores informais – ECCI -----	31
<b>Gráfico 5</b> – Idades dos cuidadores informais – Cantinho -----	32
<b>Gráfico 6</b> – Idades dos cuidadores informais – ECCI -----	32
<b>Gráfico 7</b> – Estado civil dos cuidadores informais – Cantinho -----	33
<b>Gráfico 8</b> – Estado civil dos cuidadores informais – ECCI -----	33
<b>Gráfico 9</b> – Habilitações literárias dos cuidadores informais – Cantinho -----	34
<b>Gráfico 10</b> - Habilitações literárias dos cuidadores informais – ECCI -----	34
<b>Gráfico 11</b> – Agregado familiar dos cuidadores informais – Cantinho -----	35
<b>Gráfico 12</b> - Agregado familiar dos cuidadores informais – ECCI -----	35
<b>Gráfico 13</b> – Grau de parentesco dos utentes a quem prestam cuidados – Cantinho ---	36
<b>Gráfico 14</b> - Grau de parentesco dos utentes a quem prestam cuidados – ECCI -----	36
<b>Gráfico 15</b> – Tempo como cuidador informal – Cantinho -----	37
<b>Gráfico 16</b> - Tempo como cuidador informal – ECCI -----	37
<b>Gráfico 17</b> – Coabitação com familiar a quem presta cuidados – Cantinho -----	38
<b>Gráfico 18</b> – Coabitação com familiar a quem presta cuidados – ECCI -----	38
<b>Gráfico 19</b> – Apoio da família dos cuidadores informais – Cantinho -----	39
<b>Gráfico 20</b> – Apoio da família dos cuidadores informais – ECCI -----	39
<b>Gráfico 21</b> - Implicações na saúde física e mental dos cuidadores informais – Cantinho- -----	43

<b>Gráfico 22</b> – Implicações na saúde física e mental dos cuidadores informais – ECCI	-44
<b>Gráfico 23</b> – Faltas ao trabalho – Cantinho	-----45
<b>Gráfico 24</b> – Faltas ao trabalho – ECCI	-----45
<b>Gráfico 25</b> – Interferência na vida familiar e social – Cantinho	-----46
<b>Gráfico 26</b> – Interferência na vida familiar e social – ECCI	-----46

## ÍNDICE DE TABELAS

<b>Tabela 1</b> – Habitantes Concelho Évora	-----18
<b>Tabela 2</b> – Indicadores Demográficos de Envelhecimento	-----18
<b>Tabela 3</b> - Competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública	-----24
<b>Tabela 4</b> - Competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública (continuação)	-----25
<b>Tabela 5</b> - Competências específicas do Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária e de Saúde Pública (continuação)	-----25

## **LISTA DE SIGLAS E ACRÓNIMOS**

- ACES** – Agrupamento de Centros de Saúde
- CME** – Câmara Municipal de Évora
- CSP** – Cuidados de Saúde Primários
- DGS** – Direcção Geral de Saúde
- DSMP** – Departamento de Saúde Mental e Psiquiatria
- ECCI** – Equipa de Cuidados Continuados Integrados
- ESESJD** – Escola Superior de Enfermagem São João de Deus de Évora
- HESE** – Hospital Espírito Santo de Évora
- INE** – Instituto Nacional de Estatística
- OE** – Ordem dos Enfermeiros
- OMS** – Organização Mundial de Saúde
- ONU** – Organização das Nações Unidas
- UCC**- Unidade de Cuidados na Comunidade
- UCSP**- Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados
- URAP**- Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados
- USF**- Unidade de Saúde Familiar
- USP**-Unidade de Saúde Pública

## **RESUMO**

### **Cuidar dos que cuidam – Uma abordagem às necessidades dos cuidadores informais**

**CONTEXTO:** As repercussões associadas ao cuidar de uma pessoa dependente têm vindo a assumir importância crescente atendendo ao envelhecimento demográfico da população e ao aumento de doenças crónicas. Projecto implementado numa UCC, integrando um projeto já existente. Foi realizado um diagnóstico de situação, identificadas as necessidades e planeado e implementado o plano anual de actividades. Paralelamente, desenvolveu-se um manual para o cuidador informal. **OBJETIVO:** identificação das necessidades dos cuidadores informais. **METODOLOGIA:** do planeamento em saúde e como instrumentos de recolha de dados foram aplicados questionários, construídos para o efeito. **RESULTADOS:** As actividades planeadas e desenvolvidas são resultantes de um diagnóstico de situação inicial e visam o *empowerment* do cuidador informal. **CONCLUSÕES:** Importância da identificação das necessidades dos cuidadores informais como estratégia facilitadora na promoção da própria saúde e na saúde do familiar a quem prestam cuidados.

**PALAVRAS-CHAVE:** Cuidadores Informais; Manual; Necessidades

## **ABSTRACT**

### **Taking care of those who care – An approach to informal caregivers needs**

**BACKGROUND:** Repercussions associated with caring for a dependent person have been assuming increasing importance in view of the aging population and the increasing prevalence of chronic diseases. This project was implemented in one UCC, integrating an existing project. It was conducted a situation diagnosis of the target population, identified needs and planned and implemented the annual plan of activities. Simultaneously, was developed a guide for the informal caregiver. **OBJECTIVE:** identify the needs of informal caregivers. **METHODS:** health planning methodology. As data collection tools questionnaires were constructed. **RESULTS:** The planned and developed activities are the result of a diagnosis of the initial situation and aimed at the empowerment of the informal caregiver, taking into account the identified needs. **CONCLUSIONS:** Importance of the identification of the informal caregivers needs as a facilitator strategy in their own health promotion and the family member who they provide care.

**KEYWORDS:** Informal Caregivers; Guide; Needs