

(<https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/>)



(<https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/>)

MENU

O que fazer para cuidar das pessoas idosas e evitar as violências em época de pandemia? – Artigo de Adalgisa Peixoto Ribeiro, Claudia Leite de Moraes, Edinilsa Ramos de Sousa e Karla Giacomin

Enviado por 14 de maio de 2020 (<https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/2020/05/14/o-que-fazer-para-cuidar-das-pessoas-idosas-e-evitar-as-violencias-em-epoca-de-pandemia-artigo-de-adalgisa-peixoto-ribeiro-claudia-leite-de-moraes-edinilsa-ramos-de-sousa-e-karla-giacomin/>) / por Pedro Martins (<https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/author/pedromartins/>)



O que fazer para cuidar das pessoas idosas e evitar as violências em época de pandemia?

Artigo de Adalgisa Peixoto Ribeiro; Claudia Leite de Moraes; Edinilsa Ramos de Sousa; Karla Giacomin

ESPECIAL CORONAVÍRUS



A pandemia de COVID-19 instalou uma crise sanitária, econômica e social sem precedentes em todo o mundo. Além dos sintomas clínicos e da gravidade da própria doença, a velocidade da transmissão de pessoa a pessoa e a necessidade de cuidados intensivos em nível hospitalar faz com que os serviços de saúde disponíveis não sejam suficientes na maioria dos países. Na ausência de uma vacina específica e de tratamentos comprovadamente eficazes, o isolamento social é a principal medida de saúde pública

recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e empregada nos diferentes países para o “achatamento da curva”, ou seja, a redução da velocidade de transmissão. Em tal isolamento, busca-se que toda a população, exceto os trabalhadores de serviços essenciais, permaneça em casa, indo à rua somente para acessar serviços de saúde, compra de alimentos e medicamentos, quando necessário.

A idade avançada, aliada à presença de doenças crônicas, tais como, hipertensão arterial, diabetes, asma, doença pulmonar obstrutiva crônica, neoplasias, cardiopatias, dentre outras, são importantes fatores prognósticos de quadros mais graves. Entre os idosos é comum a coexistência de doenças, o que os torna ainda mais vulneráveis aos desfechos fatais da doença. Neste contexto, o isolamento social revela-se fundamental na proteção à população idosa.

Entretanto, o isolamento também traz muitos “efeitos colaterais”, tanto para os idosos que precisam de cuidados e os recebem de seus familiares, como para os que têm cuidadores profissionais; para os que vivem com suas famílias, sozinhos, ou que residem em instituições de longa permanência. Problemas que vão desde a falta de recursos materiais até o comprometimento da saúde física e mental. O isolamento pode dificultar ainda mais o acesso a bens essenciais, como água potável e sabão, produtos de higiene pessoal e do ambiente domiciliar, alimentos, serviços de saúde e medicações de uso contínuo que podem agravar condições crônicas de saúde. Por sua vez, os problemas de saúde mental incluem aqueles decorrentes do isolamento e distanciamento de seus familiares e da rede social e de apoio que inclui amigos e conhecidos e até do medo de se contaminarem por uma doença ainda pouco conhecida e muito ameaçadora para os idosos. Além disso, diversas formas de violência doméstica, tais como, violência psicológica, física, sexual, negligência, abandono, financeira, dentre outras, podem acontecer em razão da convivência forçada e sem possibilidade de respiro nem por parte da pessoa idosa nem dos seus próximos.

A violência que atinge os idosos no ambiente familiar, frequentemente é sofrida em silêncio e encoberta pelas relações de proximidade entre a vítima e o autor da agressão. Além disso, os sentimentos de insegurança, medo de retaliações e abandono, assim como a dependência mútua entre o idoso e a família/cuidadores podem agravar ainda mais as situações. De acordo com o modelo ecológico proposto pela OMS, as violências contra a pessoa idosa decorrem de um desequilíbrio entre fatores protetores e fatores de risco sociais, comunitários, relacionais e individuais, que interagem.

No contexto da pandemia, é possível que haja um aumento das violências contra os idosos, pois vários desses fatores se exacerbam:

- No âmbito social, descortina-se o preconceito e a falta de políticas específicas para os idosos nas propostas de enfrentamento da pandemia que garantam o cuidado e os direitos fundamentais. Destaca-se aí o “etarismo” ou “idadismo” ou “ageísmo”, que é a discriminação das pessoas devido à idade, o que afeta a participação dos idosos nos espaços coletivos, as decisões nos cuidados médicos e as políticas sociais;
- Na dimensão comunitária, o isolamento social e o medo de transmissão da doença promovem uma redução importante das redes sociais de apoio familiares e comunitárias;
- No campo das relações mais próximas pode haver um aumento dos conflitos e da dependência dos cuidadores em função do estresse familiar exacerbado, da redução progressiva da funcionalidade e da diminuição da rede social de cuidado;
- No âmbito individual, a descompensação de patologias crônicas, o agravamento do déficit cognitivo, a depressão e a ansiedade podem ser fatores que os tornam ainda mais vulneráveis.

Soma-se a este cenário a sobrecarga do cuidador familiar ou profissional, muitas vezes, o único a manter o contato físico e a responsabilidade de prover os cuidados necessários ao idoso.

É importante destacar que o isolamento social e todas as suas consequências são vivenciadas pelas famílias de forma desigual, dependendo das condições socioeconômicas, do local onde vivem (mais ou menos atingidos pela doença), da estrutura dos serviços de saúde para acompanhamento das condições crônicas e também do atendimento aos já infectados pela COVID-19. Assim, visando garantir os direitos da pessoa idosa, reduzir o estresse de cuidadores e idosos e melhorar o ambiente domiciliar, algumas ações podem fazer toda a diferença. Neste sentido, recomenda-se:

Ao Poder público e Gestores da saúde:

- Reconhecimento da população idosa em situação de vulnerabilidade social e familiar (em situação de rua, sem renda, institucionalizados compulsoriamente, etc.) na criação de medidas de higiene necessárias para banhos e limpeza de mãos, roupas e utensílios;
- Garantia de segurança alimentar e de uma renda mínima que possibilite a sobrevivência de idosos, por meio dos programas sociais já existentes como BPC e aposentadorias, e com a criação de outros como Auxílios Emergenciais;
- Previsão e fiscalização de medidas que garantam o acesso prioritário dos idosos aos serviços de saúde para tratamento de suas doenças crônicas e em situações de suspeição da COVID-19;
- Fortalecimento e reorganização das visitas domiciliares aos idosos no âmbito da Estratégia de Saúde da Família;
- Ampliação e inovação na operacionalização da rede de apoio e proteção aos idosos e cuidadores que permitam o acesso não presencial e a denúncia de violação de direitos, utilizando-se de ferramentas virtuais, especialmente o telefone.

Às Instituições de longa permanência para idosos:

- Ampliação dos cuidados de higiene dos idosos e da equipe de profissionais;
- Garantia de equipamentos de proteção individual para os cuidadores de idosos e de materiais de limpeza e desinfecção de superfícies e utensílios para a instituição;
- Avaliação/monitoramento periódico dos residentes e cuidadores quanto à presença de febre, sintomas respiratórios e/ou outros sinais e sintomas da COVID-19;
- Isolamento social dos idosos com ampliação do apoio afetivo e do acolhimento em função da impossibilidade das visitas de parentes e amigos;
- Estabelecimento de novos canais com a ESF e de telemedicina para o acompanhamento das morbidades crônicas dos idosos;
- Garantia de pronto atendimento aos idosos com sintomas sugestivos da COVID-19, especialmente aqueles com dificuldade respiratória.

Aos Familiares:

- Isolamento físico não é sinônimo de isolamento social! Procurar manter o contato com os idosos da família por telefone, smartphones, correspondência escrita e outros meios de comunicação para que se sintam acolhidos e cuidados;
- Manter o apoio emocional aos idosos reforçando aspectos que os façam se sentir úteis e autônomos;
- Oferecer atenção especial aos idosos que moram sozinhos: ser solidários com os pais, avós, amigos, conhecidos e vizinhos disponibilizando ou solicitando que os mais jovens os ajudem nas atividades essenciais como compras de mercado ou farmácia, evitando que o idoso saia de casa;
- Preste atenção especial aos cuidadores. Em situações de crise, as demandas aumentam e a sobrecarga é maior para cuidadores familiares e informais. A isso se somam as dificuldades em

cuidar da própria saúde, o medo de adoecer e/ou de transmitir a doença aos idosos, de não conseguir ter acesso aos cuidados necessários e do desemprego. É preciso cuidar de quem cuida!

Aos Cuidadores profissionais:

- Exercite a paciência. A situação é difícil, mas vai passar! Pense positivo e lembre-se de outras situações difíceis pelas quais já passou e conseguiu se sair bem. Você é capaz de sair desta!
- Em momentos mais difíceis, quando achar que vai perder a paciência ou quando se sentir nervoso com o idoso, afaste-se, conte até dez, acalme-se e retorne aos cuidados um tempinho depois. Isto ajuda e muito!
- Peça ajuda a pessoas da família, caso sinta que não está dando conta. Você não é obrigado a dar conta de tudo sozinho!
- Separe um tempinho para você ver televisão, comunicar-se com seus amigos e familiares, descansar, olhar para o céu e ficar à toa. Mesmo que sejam alguns minutos, isto pode fazer a diferença.
- Saiba que você é muito importante para o idoso que você está cuidando. Você é uma referência para ele. Faça o seu melhor!

Aos Idosos

- Este período de pandemia e isolamento social não é fácil para ninguém, mas lembre-se que o(a) senhor(a) já passou por outras dificuldades na vida e que sempre as superou.
- Procure relaxar, fazer coisas que gosta, como ver televisão, ouvir música, fazer palavras-cruzadas, ligar para amigos ou familiares, ler um jornal ou um livro, ou escrever, entre outras.
- Fale mais com seus familiares e amigos ao telefone. Procure assuntos comuns e de interesse mútuo. Lembre-se de coisas da sua história, são tantas... Evite falar só sobre a pandemia de COVID-19.
- Sempre que possível, tome sol, movimente-se e faça algum tipo de exercício para manter a sua mobilidade. O exercício é bom para tudo e os alongamentos nesse período são também fonte de prazer e de saúde.
- Alimente-se bem e tome bastante líquido, mesmo que não sinta fome ou sede.
- Tome seus remédios regularmente e procure os serviços de saúde, caso necessite.
- Você não está sozinho! Caso se sinta desprotegido ou ameaçado por alguém da sua família ou por quem cuida de você, procure ajuda. Telefone para alguém em que você confie, seja um familiar, algum amigo, seu médico ou vizinho.
- Caso não consiga o contato com ninguém, pegue o telefone e disque 100 e conte o que está acontecendo. Após o seu telefonema, uma rede de proteção se formará e você será protegido. Não tenha medo!

À Vizinhança:

- Muitas vezes, o idoso não denuncia as violências sofridas por não entender que aquela situação é uma violência, por medo, impossibilidade física, dependência do cuidador, por não saber como fazer isto ou por qualquer outro motivo. Acionando a rede de proteção, você pode fazer a diferença e interromper a violência!
- Em casos de suspeita de violência contra uma pessoa idosa na sua vizinhança, procure ajuda: pegue o telefone e disque 100 ou chame alguém de confiança. Se presenciar alguma situação de violência contra idosos, Disque 190. Denuncie e proteja!

A pandemia da Covid-19 expôs as vísceras da sociedade brasileira, mostrou as fragilidades em termos de coesão do tecido social, mas também as potencialidades de exercer a solidariedade ao outro. Os jovens e adultos que morrerem pela Covid-19 não terão a chance de envelhecer, e muito velhos interromperão precocemente suas vidas. Que essa crise se transforme em uma oportunidade de aprendizagem, que sirva para lembrar que o direito a envelhecer com dignidade exige políticas públicas acessíveis e efetivas ao longo de toda a vida.

** Adalgisa Peixoto Ribeiro é docente da Faculdade de Medicina/UFMG; Claudia Leite de Moraes é docente do Instituto de Medicina Social da Uerj; Edinilsa Ramos de Sousa é pesquisadora do Centro Latino-Americano de Estudos de Violência e Saúde Jorge Careli (CLAVES/Fiocruz), e Karla Giacomini é médica geriatra da Prefeitura de Belo Horizonte.*

Comments

2 comments

2 Comments

Sort by **Oldest**



Add a comment...



Cleonice Silva de Deus

Parabéns pelo texto muito produtivo.obrigada

Like · Reply · 5d



Corina Mendes

Parabéns, pelo artigo.

Like · Reply · 1d

[Facebook Comments Plugin](#)

CATEGORIES [Notícias \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/category/noticias/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/category/noticias/)

TAGS [Adalgisa Peixoto Ribeiro \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/adalgisa-peixoto-ribeiro/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/adalgisa-peixoto-ribeiro/), [Claudia Leite de Moraes \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/claudia-leite-de-moraes/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/claudia-leite-de-moraes/), [coronavírus \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/coronavirus/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/coronavirus/), [Covid-19 \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/covid-19/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/covid-19/), [Edinilsa Ramos de Sousa \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/edinilsa-ramos-de-sousa/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/edinilsa-ramos-de-sousa/), [Karla Giacomini \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/karla-giacomin/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/karla-giacomin/), [saúde do idoso \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/saude-do-idoso/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/saude-do-idoso/), [violência contra o idoso \(https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/violencia-contr-o-idoso/\)](https://www.abrasco.org.br/site/gtviolenciaesaude/tag/violencia-contr-o-idoso/)

[PREVIOUS POST](#)

[NEXT POST](#)