

## Programa de Formação de Coach de Cuidadores

*Como Coaches de Cuidadores nosso foco permanece no cliente em toda a sua complexidade e não na presente manifestação de seus papéis e responsabilidades de cuidado.*

*Nossa força e valor adicionado está na nossa capacidade de compreender a complexidade e o desafio que o cuidado cria na vida do nosso cliente, sem perdê-lo de vista.*

*Nosso chamado é ajudar nossos clientes a crescer/se desenvolver além das circunstâncias do cuidado.*

### Lição 1 - Conhecendo o cuidador

Uma das primeiras coisas que se nota ao explorar a literatura profissional sobre cuidadores e prestação de cuidados é que o termo Cuidador é um termo geral para qualquer pessoa que presta cuidados a uma pessoa que precisa de ajuda extra. Isso pode significar um cuidador domiciliar, um cuidador médico, um cuidador principal ou um cuidador familiar, para citar alguns. Eles podem ser pagos ou não. Eles podem ser profissionais ou não. Eles podem ser formais ou informais. Muitos tipos diferentes de ajudantes são cuidadores e muitas vezes é necessário dizer de que tipo de cuidado se está falando. Às vezes chamamos de cuidador, gerenciar cuidados, prestador de cuidados ou tutor.

A terminologia, definições e distinções que oferecemos neste treinamento são geralmente aceitáveis e criam uma boa base para compreender a complexidade deste campo.

- **Cuidador** – qualquer pessoa, incluindo crianças e adultos, que cuida de um membro da família, parceiro ou amigo que precisa de ajuda devido à sua doença, fragilidade, deficiência, problema de saúde mental ou dependência e não consegue lidar com a situação sem o apoio de outra pessoa. Um cuidador é alguém que assume essa função por pelo menos um ano, geralmente por um período de tempo ilimitado e desconhecido. Um cuidador presta cuidados e apoio não remunerados a uma pessoa que necessita desta assistência devido a uma doença, deficiência, doença mental ou envelhecimento. Qualquer pessoa pode ser cuidadora, independentemente da idade, sexo, sexualidade, profissão ou formação cultural. Pode ser um membro da família, amigo ou vizinho. Pode nem se ver como um cuidador, mas simplesmente ajudando uma pessoa necessitada ou prestando cuidados como uma parte natural de seu relacionamento. Cada cuidador é diferente. Para alguns, tornar-se cuidador pode ser repentino; para outros, é um processo gradual.

- **Cuidador Profissional** – indivíduo que escolheu cuidar como vocação. Os cuidadores profissionais recebem formação profissional na sua área específica de prestação de cuidados e são remunerados pelos seus serviços.
- **Destinatário dos cuidados (Care receiver)** – A pessoa que recebe os cuidados. Destinatário dos comportamentos de cuidado e de prestação de cuidados.
- **Zelador** – indivíduo que cuida de lugares, objetos ou situações inanimadas (como parque, cemitério, escola).

#### **Cuidadores de configuração única:**

- Cônjuge – cuidador de seu cônjuge/companheiro com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, doença geriátrica e condição de fim de vida.
- Pais – cuidador de uma ou mais crianças com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, autismo, distúrbio genético, distúrbio de desenvolvimento, dificuldade de aprendizagem, TDAH e condição de fim de vida.
- Avós - cuidadores de um ou mais netos com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, autismo, distúrbio genético, distúrbio de desenvolvimento, dificuldade de aprendizagem, TDAH e condição de fim de vida.
- Filho adulto – cuidador de um pai com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, doença geriátrica e condição de fim de vida.
- Neto adulto – cuidador de um avô com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, doença geriátrica e situação de fim de vida.
- Irmão adulto – cuidador de um irmão e/ou irmã com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, autismo, distúrbio genético, distúrbio de desenvolvimento, doença geriátrica e condição de fim de vida.
- Amigo adulto - cuidador de uma pessoa próxima com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, doença geriátrica e condição de fim de vida.
- Cuidador familiar – cuidador de um membro da família (sem conexão especificada) com doença crônica, lesão, deficiência, doença mental, doença geriátrica, autismo, distúrbio genético, distúrbio de desenvolvimento, dificuldade de aprendizagem, TDAH e condição de fim de vida.

### **Cuidadores de configuração dupla:**

Uma pessoa que cuida de mais de uma pessoa em mais de uma configuração.

Exemplos:

- Pessoa que cuida do cônjuge e de um ou mais filhos
- Pessoa que cuida de um pai (ou pais) idoso(s) e de um ou mais filhos (geração sanduíche)
- Pessoa que cuida de um dos pais (ou pais) e de um dos avós (ou avós)
- Pessoa que cuida de um dos pais (ou pais) e de um amigo
- Pessoa que cuida de cônjuge e irmão (ou irmãos)
- Pessoa que cuida de um irmão (ou irmãos) e de um ou mais filhos

E outras variações em muitas maneiras e formatos.

*“Existem apenas quatro tipos de pessoas no mundo: aquelas que foram cuidadoras, aquelas que atualmente são cuidadoras, aquelas que serão cuidadoras e aquelas que precisarão de cuidadores”.*

Rosalynn Carter

### **O que está envolvido?**

Os cuidadores prestam cuidados aos destinatários dos cuidados das seguintes maneiras:

- Coordenação dos cuidados prestados por cuidadores profissionais
- Supervisão de cuidadores profissionais
- Transporte
- Acompanhamento em consultas médicas
- Assistência e suporte durante consultas médicas
- Comunicação com profissionais de saúde
- Compra e/ou organização de medicamentos
- Monitoramento da condição médica e efeitos colaterais
- Monitoramento da adesão à medicação
- Administração de medicamentos e/ou cuidados médicos
- Interceder junto a fornecedores ou agências
- Interceder junto ao sistema nacional de saúde
- Interceder junto ao sistema de saúde privado
- Assistência para entrar e sair de camas ou cadeiras
- Assistência para se vestir
- Troca de fralda
- Tomar banho
- Assistência com banheiro
- Preparando refeições
- Alimentando
- Mercearia e/ou outras compras
- Gestão doméstica e trabalho doméstico
- Gerenciando finanças
- Suporte emocional
- Gerenciando problemas e questões médicas
- Manter familiares e amigos informados e atualizados

E muitas, muitas outras tarefas.

Como Coaches de cuidadores, reservamos espaço para os aspectos do cuidado relacionados ao Fazer bem como ao Ser. Embora abordar os aspectos do Ser nos convide a uma exploração profunda do coaching, abordar os aspectos relacionados Fazer requer que sejamos ambos coaches e mentores.

Ao endereçar o Fazer, reconhecemos e abordamos estes Cinco Aspectos do Cuidado relacionados ao “Fazer”:

- Cuidado Funcional – cuidar das necessidades físicas e funcionais diárias da pessoa que recebe os cuidados
- Cuidado Emocional – cuidar das necessidades emocionais da pessoa que recebe os cuidados
- Advocacia de Cuidados (Intercedendo por) - cuidar das necessidades médicas, da pessoa que recebe os cuidados, relativas ao sistema de saúde e dos profissionais de saúde
- Cuidados Administrativos - cuidando das necessidades financeiras e administrativas da pessoa que recebe os cuidados
- Cuidado Relacional – cuidar das necessidades da pessoa que recebe os cuidados com tudo o que ele/ela se relaciona.

Ao darmos lugar a esses cinco aspectos no espaço de coaching, lembramos o seguinte:

1. As pessoas não nascem para serem cuidadoras e aqueles que são chamados a cuidar de outras pessoas precisarão aprender como e quando realizar essas tarefas.
2. A vida física, financeira e emocional do cuidador é afetada.
3. A vida do cuidador centra-se no destinatário dos cuidados – pelo menos nessa parte da vida do cuidador.

Ao abordar o Ser, consideramos que os nossos clientes são naturalmente criativos, engenhosos e completos/pletos à medida que desvendamos as narrativas subjetivas do que significa ser um cuidador.

***No Man is an Island – John Donne***

*“No man is an island entire of itself;  
every man is a piece of the continent, a part of the main;  
if a clod be washed away by the sea,  
Europe is the less, as well as if a promontory were,  
as well as any manner of thy friends or of thine own were;  
any man's death diminishes me,  
because I am involved in mankind.  
And therefore, never send to know for whom  
the bell tolls; it tolls for thee.”*

***Nenhum homem é uma ilha – John Donne***

*“Nenhum homem é uma ilha inteira por si só;  
cada homem é um pedaço do continente, uma parte;  
se um pedaço de terra for levado pelo mar,  
Europa é a menor, assim como um pedaço fosse levado,  
assim como qualquer de seus amigos ou como se fossem;  
a morte de qualquer homem me diminui,  
porque estou envolvido com a humanidade.  
E portanto, nunca mande saber para quem  
os sinos dobram; isso dobra por ti.”*

Everyone is a part of the caregiving community  
Todos fazem parte da comunidade de cuidadores