

# CONSTRUÇÃO DE UMA CARTILHA EDUCATIVA PARA FAMILIARES CUIDADORES SOBRE CUIDADO DOMICILIAR AO IDOSO DEPENDENTE AMAZÔNICO

CONSTRUCTION OF AN EDUCATIONAL BOOKLET FOR FAMILY CAREGIVERS ABOUT HOME CARE FOR THE ELDERLY DEPENDENT IN THE AMAZON

CONSTRUCCIÓN DE UN FOLLETO EDUCATIVO PARA CUIDADORES FAMILIARES SOBRE EL CUIDADO EN EL HOGAR DE ANCIANOS DEPENDIENTES EN LA AMAZONÍA

Esmael Marinho da Silva<sup>1</sup> (<https://orcid.org/0000-0001-5417-5461>)

Deyvylan Araujo Reis<sup>1</sup> (<https://orcid.org/0000-0001-9314-3745>)

## Descritores

Tecnologia educativa; Cuidador familiar; Cuidados primários; Idosos dependentes

## Descriptors

Educational technology; Family caregiver; Primary care; Dependent elderly

## Descriptores

Tecnología educativa; Cuidador familiar; Atención primaria; Anciano dependiente

## Recebido

27 de Janeiro de 2021

## Aceito

28 de Abril de 2021

## Conflitos de interesse:

nada a declarar.

## Autor correspondente

Esmael Marinho da Silva

E-mail: [esmaelmarinho1998@gmail.com](mailto:esmaelmarinho1998@gmail.com)

## RESUMO

**Objetivo:** Descrever a construção de uma cartilha educativa para familiares cuidadores sobre o cuidado domiciliar ao idoso dependente no contexto Amazônico.

**Métodos:** Trata-se de um estudo metodológico, realizado no período de setembro de 2019 a agosto de 2021. A produção tecnológica seguiu quatro etapas: Levantamento bibliográfico; Construção textual da cartilha; Pesquisa e definição das imagens e *Layout* e diagramação da cartilha.

**Resultados:** A cartilha aborda os cuidados referentes às dificuldades e necessidades dos cuidadores domiciliares - higiene corporal, banho no chuveiro, banho na cama, higiene íntima, higiene da boca, troca de fraldas, prevenção de quedas, mobilização e transferência, cuidados com a alimentação, cuidados com os medicamentos, cuidados para evitar quedas, cuidados quanto ao uso de redes e cuidados quanto ao uso de remédios caseiros.

**Conclusão:** A cartilha apresenta orientações sobre as principais atividades assistenciais que o cuidador desempenha no dia a dia no cuidado à pessoa idosa dependente, sendo divididas em tópicos. A cada atividade seguem orientações necessárias ao cuidado para que o cuidador preste uma assistência mais segura e as dificuldades vivenciadas na prática sejam minimizadas.

## ABSTRACT

**Objective:** To describe the construction of an educational booklet for family caregivers about home care for dependent elderly in the Amazon context.

**Methods:** This is a methodological study, carried out from September 2019 to August 2021. Technological production followed four stages: Bibliographic survey; Textual construction of the booklet; Research and definition of images and Layout and diagramming of the booklet.

**Results:** The booklet addresses the care related to the difficulties and needs of home caregivers - body hygiene, showering, bathing in bed, intimate hygiene, mouth hygiene, changing diapers, preventing falls, mobilization and transfer, care with food, care with medications, care to prevent falls, care regarding the use of hammocks and care regarding the use of home remedies.

**Conclusion:** The booklet provides guidance on the main care activities that the caregiver performs on a daily basis in caring for the dependent elderly person, being divided into topics. Each activity follows the necessary care guidelines so that the caregiver provides safer care and the difficulties experienced in practice are minimized.

## RESUMEN

**Objetivo:** Describir la construcción de un folleto educativo para cuidadores familiares sobre el cuidado domiciliario de ancianos dependientes en el contexto amazónico.

**Métodos:** Se trata de un estudio metodológico, realizado de septiembre de 2019 a agosto de 2021. La producción tecnológica siguió cuatro etapas: Encuesta bibliográfica; Construcción textual del folleto; Investigación y definición de imágenes y Maquetación y diagramación del folleto.

**Resultados:** El folleto aborda los cuidados relacionados con las dificultades y necesidades de los cuidadores domiciliarios - higiene corporal, bañarse en la ducha, bañarse en la cama, higiene íntima, higiene bucal, cambio de pañales, prevención de caídas, movilización y traslado, cuidados con la alimentación, cuidados con medicamentos, cuidado para evitar caídas, cuidado con el uso de hamacas y cuidado con el uso de remedios caseros.

**Conclusión:** El folleto brinda orientación sobre las principales actividades de cuidado que el cuidador realiza a diario en el cuidado del anciano dependiente, dividido en temas. Cada actividad sigue las pautas de cuidado necesarias para que el cuidador brinde una atención más segura y se minimicen las dificultades experimentadas en la práctica.

<sup>1</sup>Instituto de Saúde e Biotecnologia, Universidade Federal do Amazonas, Coari, AM, Brasil.

## Como citar:

Silva EM, Reis DA. Construção de uma cartilha educativa para familiares cuidadores sobre cuidado domiciliar ao idoso dependente Amazônico. *Enferm Foco*. 2021;12(4):718-26.

**DOI:** <https://doi.org/10.21675/2357-707X.2021.v12.n4.4491>

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é uma realidade mundial. No Brasil, o crescimento da população acima de 60 anos é decorrente de várias mudanças que ocorreram no Brasil, entre elas a diminuição da taxa de natalidade, o aumento da expectativa de vida, a implementação de programas sociais, o desenvolvimento econômico do país e outros. Com isso, a estimativa é de que o grupo de 60 anos ou mais duplicará nos últimos anos, sendo estimado um total de 29,3 milhões de pessoas idosas no ano de 2020 e 66,5 milhões em 2050. Atrelado ao aumento do número de idosos, cresce também o número de indivíduos com dependência total, com projeções de 76,8 inativos para cada cem pessoas em idade ativa em 2050.<sup>(1)</sup>

Concomitantemente ao processo de envelhecimento, é comum o desenvolvimento de doenças, principalmente as crônicas não transmissíveis, como hipertensão arterial e diabetes mellitus, sendo apontado que essas doenças estão associadas à dependência para a capacidade funcional. Além disso, com o avançar da idade, ocorre declínio das funções fisiológicas, o que compromete ainda mais a funcionalidade do indivíduo, limitando a capacidade para a realização de algumas atividades básicas, como comer, andar, tomar banho, vestir-se, entre outras o que também contribui para a prevalência de dependência nessa população.<sup>(2)</sup>

Uma pesquisa realizada com 23.815 participantes com idade igual ou superior a 60 anos identificou que 7.233 (30,1%) relataram ter dificuldades para realizar uma ou mais atividades da vida diária, com prevalência de 81,2% (n= 5.978) de idosos com limitações funcionais que necessitavam de ajuda para realizá-las. O estudo também evidenciou que a maioria desses idosos recebiam ajuda do tipo informal (81,8%); 62,0% receberam ajuda de familiar não remunerado que residia no mesmo domicílio; 35,8% de familiar não remunerado que residia em outro domicílio e 4,9% de familiares ou outra pessoa não remunerada. Observou-se, portanto, a prevalência de cuidados informais prestados por familiares no domicílio à pessoa idosa no Brasil.<sup>(3)</sup>

Diante disso, com o aumento progressivo de idosos no país, é cada vez mais comum a assistência prestada por familiares à pessoa idosa no domicílio, sendo estimado que aproximadamente 6,5 milhões sejam dependentes de cuidados e em torno de 5,7 milhões de familiares ou amigos próximos estejam prestando assistência informalmente a esses idosos no domicílio.<sup>(3)</sup> Desse modo, durante o cuidado diário prestado por cuidadores familiares aos idosos no domicílio surgem dificuldades e limitações durante a prestação dessa assistência.

Atrelado a isso, estudos têm abordado as limitações que envolvem os cuidados domiciliares prestados por cuidadores à pessoa idosa, sendo apontadas as dificuldades enfrentadas por eles no cuidado ao ente dependente. Entre elas, destacam-se: falta de apoio e de orientações para melhor desempenhar suas funções, insegurança e despreparo para realizar as atividades diárias, além de dúvidas referentes a atividades que exigem conhecimento prévio, como, por exemplo, a realização de transferência do idoso de um local para outro, quais cuidados necessários ao dar banho, trocar fraldas entre outros.<sup>(4,5)</sup>

No que tange aos desafios encontrados pelos cuidadores no desempenho da assistência à pessoa idosa dependente no domicílio, a literatura aponta a importância do desenvolvimento de estratégias que favoreçam essa assistência domiciliar realizada por cuidadores, de modo a minimizar as dificuldades enfrentadas. Entre estas estratégias, destaca-se a capacitação dos cuidadores e o fornecimento de suporte informativo por meio de ações educativas a fim de capacitá-los para um melhor desempenho no cuidado ao idoso dependente.<sup>(6-8)</sup>

Nesse contexto, um dos recursos que vêm sendo utilizados para proporcionar, agilizar e aperfeiçoar o processo de educação em saúde sobre diversas temáticas da área da saúde são as tecnologias educativas, entre estas, destaca-se a construção de cartilhas por serem materiais que facilitam o entendimento sobre determinado assunto e auxiliam no processo de construção de saberes do público-alvo ao qual o material se destina.<sup>(9)</sup>

A tecnologia educativa, tanto impressa como digital, direcionada aos cuidadores de idosos apresenta-se como uma metodologia essencial para orientar e informar os cuidadores sobre os cuidados necessários à assistência ao idoso dependente de modo a torná-la efetiva.<sup>(8)</sup> Principalmente, quando os cuidadores são limitados a fontes de informações fidedignas e de serviços que possam dar apoio e favorecer a assistência domiciliar prestada por cuidadores, como é caso dos cuidadores e idosos que residem em cidades do interior, como as do norte do país, que não apresentam suporte de serviços especializados em cuidados ao idoso dependente.

Diante disso, a construção de cartilhas educativas possibilita intervenções eficazes por meio de método simples, objetivo e claro. Oferecem informações pertinentes, que propiciam o conhecimento de acordo com a temática com foco nas necessidades de cuidado, minimizando as limitações e dificuldades vivenciadas.<sup>(10)</sup>

Nesse sentido, a criação e a disponibilização de uma cartilha educativa para o cuidador familiar de idoso dependente

no contexto amazônico será de fundamental relevância para os idosos, seus familiares e a equipe multiprofissional, levando em consideração a escassez de estudos metodológicos direcionados aos cuidadores de idosos dependentes do interior do Amazonas. Logo, esta tecnologia educativa pretende fornecer orientações aos cuidadores referentes aos principais cuidados diários prestados aos idosos dependentes, melhorar o entendimento desses cuidadores sobre os cuidados a serem desempenhados e auxiliá-los no diálogo com os profissionais de saúde nas ações domiciliares e, tendo a somar como uma ferramenta auxiliar no processo de trabalho da equipe de atenção básica, em especial do enfermeiro. Portanto, além das orientações recebidas durante as visitas domiciliares, os familiares terão acesso a um material impresso para consultar quando necessário. Com isso, esta pesquisa objetiva descrever as etapas de construção de uma cartilha educativa destinada ao cuidador familiar de idosos dependentes no contexto amazônico.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo metodológico, desenvolvido no período de setembro de 2019 a agosto de 2021, com a construção da cartilha educativa para o cuidador familiar sobre cuidados domiciliares ao idoso dependente. Esse tipo de estudo tem como estratégia de pesquisa a ênfase no desenvolvimento, na validação e na avaliação de ferramentas e métodos de pesquisa.<sup>(10)</sup> Entretanto, ressalta-se que o presente estudo se prende à descrição da primeira etapa da pesquisa centrada no processo de construção da tecnologia educativa desenvolvida a partir de quatro etapas: 1. Levantamento bibliográfico; 2. Construção textual da cartilha; 3. Pesquisa e definição das imagens e 4. *Layout* e diagramação da cartilha.

### Etapa 1- Levantamento bibliográfico

A primeira etapa da pesquisa ocorreu com o levantamento bibliográfico por meio de uma Revisão Integrativa de Literatura (RIL). Para a realização da RIL, as seguintes etapas foram delimitadas: elaboração da pergunta norteadora; busca e amostragem na literatura; coleta de dados; análise crítica dos estudos incluídos; discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa.<sup>(11)</sup> Em relação à elaboração da pergunta norteadora da revisão, os pesquisadores utilizaram a estratégia PICO, uma metodologia voltada para a pesquisa não clínica em que P corresponde a população, paciente ou problema; I, a interesse e Co, a contexto. Neste estudo, P refere-se a cuidadores de idosos, I: dificuldades e limitações vivenciadas pelos cuidadores e Co: domicílio. Dessa forma, a seguinte pergunta norteou a pesquisa:

Quais as principais dificuldades e limitações vivenciadas pelos cuidadores de idosos dependentes no domicílio? Essa estratégia possibilita definir palavras-chaves e descritores e assim localizar estudos relevantes nas bases de dados. A busca de artigos na literatura científica a respeito do conhecimento sobre o assunto para a construção da RIL foi realizada nas seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS) e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF). O levantamento dos artigos foi realizado nos meses de janeiro e fevereiro de 2020, não se estabelecendo previamente um recorte temporal para procurar pesquisas, tendo sido incluídos os estudos encontrados a partir do primeiro trabalho, no ano de 2005 até o último, no ano de 2019. Para a busca nas bases de dados, utilizou-se a terminologia em saúde consultada nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e o operador booleano AND: "Cuidadores" AND "Idoso" AND "Educação em saúde" AND "Domicílio". A amostra inicial foi de 34 artigos, sendo 23 identificados na BDENF, sete na LILACS e quatro na SCIELO. Os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção de artigos a compor a revisão integrativa foram: artigos disponíveis na íntegra, gratuitos, nos idiomas português, inglês e espanhol. Enquanto os critérios de exclusão foram: artigos duplicados e que não abordassem a temática da pesquisa. Os artigos repetidos nas bases de dados foram computados apenas uma vez para análise. Fez-se a leitura do título e do resumo de cada artigo de modo a identificar a presença de elementos que abordassem as dificuldades e limitações dos cuidadores no cuidado à pessoa idosa dependente. Em seguida, realizou-se a leitura completa dos estudos selecionados para compor a RIL, tendo sido a amostra final composta de seis artigos. A definição das informações acerca dos cuidados ao idoso dependente extraídas dos estudos foi apresentada em quadros compostos das referências selecionadas com os seguintes tópicos: título, ano, nome do periódico, quantidade e perfil dos autores, tipo de artigo, objetivos, resultados, conclusões. Tais informações foram analisadas e, após, utilizadas para embasar a construção da tecnologia educativa. A RIL permitiu identificar as principais dificuldades e limitações vivenciadas pelos cuidadores e, com isso, definir os tópicos da cartilha.

### Etapa 2- Construção textual

A segunda etapa correspondeu à construção textual da cartilha com base na síntese da RIL, e, de forma complementar, realizaram-se pesquisas em manuais, entre os quais cita-se o Guia Prático do Cuidador,<sup>(12)</sup> dissertações e

teses que abordaram orientações de cuidados domiciliares à pessoa idosa dependente, por meio de busca no *site* do catálogo de teses da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Também foram explorados manuais do Ministério da Saúde. Sendo assim, buscou-se realizar a identificação dos tópicos e a seleção dos conteúdos sobre os cuidados ao idoso dependente, a partir da leitura dos materiais selecionados. Em seguida, procedeu-se à categorização das informações identificadas como relevantes para os cuidadores familiares sobre os cuidados à pessoa idosa, as quais deram origem às temáticas apresentadas na cartilha educativa. A cartilha foi confeccionada conforme as recomendações para elaboração e eficácia de tecnologias educativas, considerando-se, durante o processo de construção do material, organização, conteúdo, linguagem clara e sucinta, atentando para a realidade do público-alvo, em relação ao nível educacional, a fim de se construir um material com informações compreensíveis, com linguagem simples e de fácil entendimento.

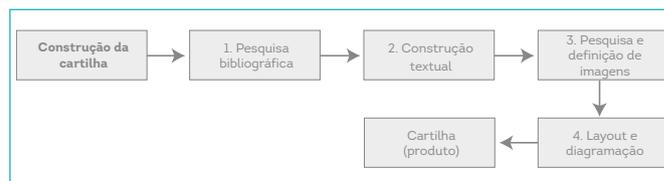
### Etapa 3- Pesquisa e definição das imagens

A terceira etapa consistiu em tornar a cartilha atrativa e dinâmica para os cuidadores domiciliares. Para tanto, buscaram-se ilustrações de imagens em *sites* de busca da internet. As imagens foram recolhidas em *sites* com direitos de autoria livre.<sup>(13)</sup> As ilustrações selecionadas foram as que complementaram a parte textual da cartilha, de modo a auxiliar no entendimento a respeito do conteúdo abordado. Como critério de seleção, adotou-se a aproximação dessas imagens à realidade encontrada por cuidadores familiares no ambiente domiciliar. Para todas as imagens e ilustrações, foi indicada a fonte de onde foram extraídas. Além disso, as ilustrações foram processadas por um *designer* especificamente para a pesquisa.

### Etapa 4- Layout e diagramação

A quarta etapa consistiu na realização de *layout* e diagramação da cartilha. Nessa etapa, o trabalho de *design* e diagramação das imagens e da cartilha de modo geral foi feito por profissional de *design* gráfico, e as ilustrações e modificações, assim que realizadas, eram submetidas aos pesquisadores para aprovação. Em seguida, procedeu-se à formatação do material, que resultou no primeiro protótipo da cartilha, que foi construída utilizando os programas: *Word 2010®* da *Microsoft®*, *Adobe Illustrator*, *Adobe Indesign*. A construção da cartilha foi realizada de forma sequencial, ou seja, todas as etapas ocorreram em uma ordem definida para facilitar a organização e promover a coerência entre as informações, proporcionando a compreensão do assunto.

Além disso, para a criação da cartilha, foram levados em consideração aspectos visuais, nível de alfabetização e cognição dos pacientes e seus cuidadores, características regionais e hábitos e costumes dos idosos e cuidadores do interior do Amazonas. A seguir, apresenta-se o fluxograma das etapas do projeto (Figura 1).



**Figura 1.** Fluxograma das etapas de construção da tecnologia educativa

Em relação aos aspectos éticos da pesquisa, ressalta-se que todos os autores consultados foram mencionados no texto e referenciados.

## RESULTADOS

A apresentação dos resultados se deu em três etapas: descrição do processo de levantamento dos dados que compõem a cartilha, construção da tecnologia propriamente dita e apresentação da tecnologia construída. Para subsidiar a construção da tecnologia educativa para o cuidador familiar, foi realizada uma revisão integrativa nas bases de dados *on-line*, selecionando artigos que respondessem à pergunta norteadora da pesquisa: Quais as principais dificuldades e necessidades vivenciadas pelos cuidadores de idosos dependentes no domicílio?

A revisão integrativa foi composta de seis artigos. Após a seleção dos artigos, foi realizada tabulação no programa *Microsoft Excel* dos principais achados identificados nos estudos para melhor análise e interpretação dos dados. As informações extraídas dos artigos estão apresentadas no quadro 1.

**Quadro 1.** Temas/Categoria identificados na pesquisa bibliográfica através da Revisão Integrativa de Literatura (RIL) que subsidiaram a construção da tecnologia educativa

Tema	Categoria
Dificuldades	Dificuldades referentes aos cuidados quanto à higiene oral e corporal do idoso dependente. Dificuldade frente aos cuidados com a alimentação. Dificuldades em relação à locomoção, principalmente de idosos acamados. Dificuldades durante o banho (cama e chuveiro). Dificuldades quanto à troca de roupa e de fralda do idoso. Dificuldades quanto aos cuidados com as medicações do idoso. Dificuldades quanto à realização de exercícios.
Necessidades	Orientações fornecidas pelos profissionais de saúde da Unidade Básica de Saúde (UBS); Conhecimento da doença do idoso; Conhecimentos gerais e, em particular, sobre o idoso. Cuidados com as medicações do idoso

Os achados identificaram as principais dificuldades e necessidades apontadas nos estudos a partir dos relatos de cuidadores familiares que embasaram os tópicos da tecnologia construída. Além dos artigos, utilizaram-se teses, dissertações e manuais que abordam os cuidados domiciliares a idosos dependentes, e as informações foram categorizadas e posteriormente utilizadas no embasamento teórico do material educativo.

Após definição da parte textual, trabalhou-se a aparência da tecnologia, a começar pela capa. A ilustração da capa da cartilha foi criada por um *designer*, com base na sugestão dos pesquisadores do estudo, que foi aprimorada pelo profissional. Para a construção da capa da cartilha, foram levadas em consideração algumas características: casa de madeira, muito prevalente no interior do Amazonas; figura feminina, representando uma cuidadora, tendo em vista que a literatura evidencia que a mulher é a principal responsável por cuidar da família; cadeira de balanço e uma idosa na frente da residência, um hábito muito comum, e o chão de terra, caracterizando a realidade do interior (Figura 2). Tais componentes têm em vista que a cartilha educativa será aplicada a cuidadores de idosos do município de Coari, localizado no interior do Amazonas.



**Figura 2.** Capa e página de sumário da cartilha educativa para cuidador familiar sobre cuidados domiciliares ao idoso dependente no contexto Amazônico

Nesse aspecto, o produto final da capa, após a criação da imagem pelo *designer*, baseada na sugestão dos pesquisadores, e ajustes solicitados, apresenta: a figura de uma idosa sentada em uma cadeira de balanço em frente a uma casa de madeira com chão de terra e a figura de uma cuidadora, cenário que caracteriza a região do interior do Amazonas, à qual a cartilha está direcionada. Logo abaixo, encontra-se o brasão da instituição de ensino superior e o da instituição de financiamento da pesquisa (Pró-Reitoria

de Inovação Tecnológica da Universidade Federal do Amazonas), que estão ligadas ao apoio do desenvolvimento e financiamento da pesquisa.

Identificam-se, na segunda página da cartilha, as informações referentes à ficha técnica, como apresentação dos autores e suas respectivas titulações acadêmicas, assim como créditos técnicos (ilustrações e diagramação), instituição de apoio e a ficha técnica da cartilha. Na página subsequente, consta o sumário, seguido da apresentação e um breve conceito de cuidador familiar e, em seguida, os tópicos de cuidados ao idoso dependente.

A definição dos tópicos foi: cuidados na higiene corporal, banho no chuveiro, banho na cama, higiene íntima, higiene da boca, troca de fraldas, prevenção de quedas, mobilização e transferência, cuidados com a alimentação, cuidados com os medicamentos, cuidados para evitar quedas, cuidados quanto ao uso de redes e cuidados quanto ao uso de remédios caseiros.

Em seguida, foram descritas, de acordo com cada tópico supracitado, as principais orientações quanto aos cuidados a serem prestados pelo cuidador à pessoa idosa dependente assistida no domicílio. Todas as informações foram descritas em tópicos curtos e com uma linguagem acessível para o público em questão. Essas orientações presentes na cartilha se basearam em informações de manuais, teses, dissertações e artigos atualizados e foram selecionadas após uma leitura exaustiva e minuciosa desses materiais. As principais informações e orientações acerca desses cuidados foram categorizadas, com o intuito de sintetizar e adequar as informações com uma linguagem simples e acessível para o público de cuidadores do interior.

Durante o processo de construção da tecnologia, consideraram-se os seguintes princípios: apresentar clareza nas orientações; evitar terminologias técnicas, optando-se por linguagem clara e objetiva; disponibilizar orientações relativas às principais dificuldades que os cuidadores domiciliares apresentavam na assistência e adequar as informações à realidade regional.

Após realizada a definição dos tópicos da cartilha e a descrição das orientações ao cuidador familiar, bem como a elaboração da arte da capa da cartilha, procedeu-se à seleção de imagens e ilustrações do material por meio de pesquisas na internet em *sites* com direitos de autoria livre.

A cartilha apresenta ilustrações que buscam acompanhar e complementar a parte textual de modo a facilitar o entendimento dos cuidadores para a realização de atividades diárias e tornar o material mais atrativo e dinâmico para o público-alvo. Todas as imagens utilizadas foram referenciadas no corpo da cartilha.

O próximo passo de construção da tecnologia educativa foi a diagramação realizada pelo *designer*. O programa utilizado para a criação das imagens (capa da cartilha) foi o *Illustrador* e, para a diagramação, utilizou-se o programa *Adobe Indesign*. No *layout* do texto, foi empregada a fonte Montserrat, tamanho 12 e utilizada a cor preta para as fontes e cores claras para destacar a cartilha. Para a apresentação dos títulos dos conteúdos, foi usada a fonte 14. Além disso, constam as imagens que fazem referência ao conteúdo abordado.

A primeira versão da cartilha sobre orientação para cuidador familiar, intitulada “Cartilha educativa para o cuidador familiar de idoso dependente no contexto amazônico”, foi construída com um total de 19 páginas e se compôs de capa; elaboração, apoio e ficha técnica; sumário, página de apresentação e tópico de conceito do que é ser cuidador; funções do cuidador familiar; higiene corporal, banho no chuveiro; banho na cama; higiene íntima; higiene da boca; troca de fraldas e prevenção de assaduras; mobilização e transferência; cuidados com a alimentação; cuidados com os medicamentos; cuidados para evitar quedas; cuidados quanto ao uso de redes; cuidados quanto ao uso de remédios caseiros e referências (Figura 3).



**Figura 3.** Páginas com conteúdo da cartilha educativa para cuidador familiar sobre cuidados domiciliares ao idoso dependente no contexto Amazônico

Cada tópico apresenta orientações de cuidados a serem prestados pelo cuidador familiar à pessoa idosa dependente. Todas as informações presentes no material educativo têm como principal objetivo esclarecer e orientar, quanto aos conteúdos relevantes, o cuidador e seus familiares e gerar, desse modo, capacitação para as atividades desempenhadas no dia a dia. Buscou-se associar conteúdo rico, em informações claras e objetivas, com linguagem acessível a todos os cuidadores familiares de idosos dependentes.

## DISCUSSÃO

Tendo em vista a importância das tecnologias como ferramenta de suporte para o cuidado, no âmbito de saúde do idoso estas são indispensáveis, principalmente devido ao aumento desse segmento populacional no mundo. Um estudo buscou identificar as perspectivas das pessoas idosas com demência, dos seus cuidadores informais e dos profissionais de saúde referente ao uso de tecnologias no cuidado a pessoas idosas que vivem em casa, sendo revelado por estes a necessidade de tecnologias de maior facilidade e praticidade para o uso, confidencialidade e que favoreça o cuidado e ajude a melhorar a interação entre cuidador, idoso e profissional.<sup>(14)</sup>

Na Noruega com o aumento da população idosa o país tem dado atenção aos idosos que estão envelhecendo no domicílio através de investimento em estratégias como serviços de assistência domiciliar, em tecnologias e suporte aos cuidadores informais. Uma pesquisa realizada no país explorou o trabalho desenvolvido por enfermeiros através do suporte e cuidado à distância, usando uma câmera web e um fórum da web de tele-atendimento para cuidadores de pessoas que sofrem de acidente vascular cerebral (AVC) e demência. Esta comunicação foi caracterizada pela proximidade e também pela empatia e visando fortalecer os cuidadores e proporcionar competência e independência.<sup>(15)</sup>

No Brasil, o aumento da população idosa também é uma realidade e frente a este acelerado processo de transição cresce a prevalência de doenças e a condição de dependência em idosos que vivem no domicílio. Um estudo de revisão sistemática identificou altas prevalência de incapacidade funcional em idosos brasileiros, com prevalência média igual a 42,8% (±21,0) entre as mulheres e 39,6% (±26,2) entre os homens.<sup>(16)</sup> Diante desses achados, observa-se que a prevalência de idosos dependentes no país é alta e vem crescendo, logo, os idosos precisam contar com a ajuda de outra pessoa para auxiliá-los em suas necessidades básicas, o cuidador familiar, porém cuidar de um ente dependente é complexo e desafiante e o cuidador precisa ser bem orientado pelos profissionais de saúde para melhor desempenhar essa função. Sendo assim, a cartilha poderá contribuir de forma complementar a essas orientações realizadas pela equipe.

Vale salientar que esta cartilha não tem o propósito de substituir as orientações realizadas por profissionais durante as visitas domiciliares, mas deve ser utilizada como uma ferramenta auxiliar e ajudar nesse processo, podendo ser empregada pelos profissionais de saúde durante as atividades de educação em saúde direcionadas ao cuidador familiar e ser distribuída para este, a fim de que possa

consultar sempre que necessário. Ressalta-se que a cartilha é um mecanismo de informação simples e de fácil entendimento, que permite reforçar o conhecimento das orientações já fornecidas pelos profissionais de saúde.<sup>(17)</sup>

Uma pesquisa revelou, com base nas falas das cuidadoras, as diversas dificuldades encontradas no cuidado prestado à pessoa idosa no ambiente domiciliar, principalmente relacionadas aos cuidados práticos, destacando a necessidade de receber educação e orientação quanto a estas práticas, e a importância do desenvolvimento de Tecnologias Educativas (TE) como mecanismo de levar orientação e informação sobre os cuidados com o idoso, revelam ainda a importância de se ter uma TE, seja impressa ou digital, como algo mais dinâmico e com maior praticidade de uso, que contribuisse com seus afazeres cotidianos no cuidado ofertado à pessoa idosa.<sup>(8)</sup>

Nesse aspecto, um estudo de revisão identificou que os cuidadores necessitam de informações fidedignas e atualizadas e precisam ser preparados pelos profissionais de saúde para as demandas de cuidados, destacando que os cuidadores recorrem a fontes não confiáveis para obter informações. Logo, obter conhecimento e aprender a fazer as atividades de cuidado ao idoso dependente é uma das necessidades prioritárias do cuidador familiar segundo a literatura.<sup>(18)</sup>

Nessa contextualização, a cartilha vem contribuir com os cuidadores, ofertando orientações sobre os cuidados necessários à assistência ao idoso dependente no contexto domiciliar. Tal ferramenta é ainda mais útil frente ao cenário de poucos serviços e meios de se obter acesso a informações fidedignas destinadas a orientar e capacitar os cuidadores como é a realidade daqueles que residem no interior do Amazonas, o que ratifica a importância do referido estudo. Tendo em vista essas necessidades, torna-se crucial o desenvolvimento de tecnologias educativas baseadas em informações científicas para qualificar os cuidados ofertados aos idosos.

O desenvolvimento dessa tecnologia converge com o que propõe o Manual do Cuidador da Pessoa Idosa,<sup>(12)</sup> uma vez que contribui com a multiplicação de informações aos cuidadores referente às orientações adequadas quanto aos cuidados oferecidos à pessoa idosa. E corrobora com as conclusões de um estudo que avaliou as evidências científicas acerca das TE na promoção da saúde do idoso sobre a necessidade de desenvolver estratégias para integrar as TE de caráter inovadoras na assistência e em políticas públicas de saúde.<sup>(19)</sup>

Atualmente as TE vêm sendo bastante utilizadas como campo de pesquisa na enfermagem. Estudos metodológicos

realizados no Brasil que contemplam a utilização de cartilhas e manuais educativos, voltados para a prática de enfermagem e promoção de educação em saúde, destacam a importância do desenvolvimento de estudos nessa linha de pesquisa.<sup>(9,20-22)</sup> No caso dos cuidadores de idosos dependentes a construção de materiais educativos é primordial para favorecer o cuidado prestado no domicílio.

A literatura evidencia que os familiares cuidadores de idosos dependentes desenvolvem inúmeras atividades, sendo responsáveis por zelar pelo idoso e auxiliar nas suas atividades diárias de forma contínua. Entre os cuidados prestados estão: alimentação, higiene corporal e oral, locomoção e movimentação, mudança de decúbito, preparo e administração de medicamentos, segurança e suporte emocional, entre outras atribuições.<sup>(23-25)</sup> Porém algumas dessas atividades são complexas e exigem preparo do cuidador para melhor desempenhá-las. Sendo assim, a referida cartilha vem a contribuir para orientar os cuidadores na realização destas atividades. A referida cartilha foi construída embasada na literatura científica por levantamento bibliográfico, o que estar de acordo com outros estudos metodológicos que também utilizaram esse método para embasar seu conteúdo e dar maior credibilidade ao material produzido.<sup>(22,26,27)</sup>

O foco da cartilha foram as peculiaridades dos cuidadores e idosos do interior do Amazonas, e a linguagem usada foi adaptada para o público em questão. Abordou tópicos de orientações para algumas práticas que os idosos e cuidadores dessa região costumam realizar, tais como dormir em redes e consumir remédios caseiros. Nesse sentido, há orientação quanto a essas práticas peculiares. Uma pesquisa aponta a importância de estudos metodológicos conformarem a tecnologia de acordo com o contexto no qual ela será utilizada para que o seu uso possa ser viável.<sup>(28)</sup>

Houve a preocupação de evitar termos técnicos no conteúdo da cartilha e de adotar uma linguagem simples e clara para facilitar o entendimento do que está sendo apresentado. Materiais educativos precisam ser de fácil leitura e entendimento e coerentes com o público-alvo. Além disso, as TE precisam ter informações corretas, sendo recorrente a solicitação de ajustes da linguagem dos materiais quando passam por processo de validação.<sup>(29)</sup>

Para tornar a cartilha atrativa, dinâmica e melhorar o entendimento do que está sendo abordado, foram utilizadas imagens que complementassem a parte textual do material, facilitando a interpretação e compreensão da mensagem de texto. Isso possibilita ao cuidador ler as orientações e compará-las com a figura ao lado. Pesquisas salientam que as imagens devem ser usadas como método

para chamar a atenção do leitor e torná-lo interessado a ler o material, além de servir para complementar e reforçar o conteúdo abordado.<sup>(17)</sup> A cartilha foi construída com uma linguagem clara e objetiva de acordo com o que propõe a literatura, direcionada aos cuidadores de idosos dependentes no contexto domiciliar. Visa auxiliar nos cuidados prestados ao idoso dependente nos seus afazeres diários, faz abordagem aos cuidados básicos.

As limitações deste estudo se prendem ao fato de o material educativo se direcionar a cuidadores de idosos do Amazonas. Entretanto, por ser um material desenvolvido por meio de achados obtidos em revisão de literatura, poderá ser útil para os cuidadores das demais regiões com ajustes.

A cartilha construída, depois de validada, o que compreende a próxima etapa desta pesquisa, poderá contribuir com a disseminação de orientações sobre os cuidados que o cuidador precisar ter na assistência diária prestada à pessoa idosa no domicílio. Pode ainda ser utilizada por enfermeiros e outros profissionais da área de saúde em intervenções educativas durante as visitas domiciliares, repercutindo, desse modo, na melhoria da qualidade da assistência prestada à pessoa idosa dependente no domicílio, além de favorecer a assistência prestada aos idosos dependentes no interior do Amazonas, onde há carências de instituições que prestem apoio aos idosos e seus cuidadores.

## CONCLUSÃO

A cartilha apresenta orientações sobre as principais atividades assistenciais que o cuidador desempenha no dia a dia no cuidado à pessoa idosa dependente. Divide-se em tópicos e cada atividade segue com os cuidados que o cuidador familiar precisa ter para garantir uma assistência mais segura e minimizar as dificuldades vivenciadas na prática diária do mesmo, assegurando a saúde e bem-estar dos idosos que já se encontram fragilizados. Todas essas informações da cartilha se baseiam em pesquisas científicas, adaptadas para uma linguagem simples, compreensível e acessível ao público de cuidadores familiares,

acompanhada de ilustrações de modo a tornar a tecnologia mais dinâmica e atrativa. A cartilha, uma vez produzida e validada, poderá ser entregue aos cuidadores do município de Coari, cadastrados nas Unidades Básicas de Saúde do município. Isso possibilitará a consulta ao material sempre que preciso, a fim de auxiliá-los em sua assistência prestada ao idoso dependente, sendo um material complementar que irá contribuir para as orientações realizadas pela equipe de saúde no domicílio. Pode também ser utilizado pelos profissionais no processo de educação em saúde dos cuidadores durante as visitas domiciliares referente aos cuidados ao idoso dependente. Portanto, a realização deste estudo, nesse primeiro momento, envolvendo a construção da cartilha educativa para o cuidador familiar sobre os cuidados ao idoso dependente no domicílio amazônico, permitiu uma pesquisa minuciosa na literatura a respeito da temática e a realização de reflexões e discussões a respeito do tema. Faz-se necessária a validação da cartilha desenvolvida, tendo em vista as contribuições deste processo para melhorar a qualidade do material.

## AGRADECIMENTOS

Ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação (PIBIT) da Universidade Federal do Amazonas.

## CONTRIBUIÇÕES

(Informar a contribuição de cada autor, segundo critérios do *International Committee of Medical Journal Editors (ICMJE)* que recomenda as seguintes contribuições: a) concepção e/ou desenho do estudo; b) coleta, análise e interpretação dos dados; c) redação e/ou revisão crítica do manuscrito; d) aprovação da versão final a ser publicada). Esmael Marinho da Silva: (a) concepção e/ou desenho do estudo; (b) coleta, análise e interpretação dos dados; (c) redação e/ou revisão crítica do manuscrito. Deyvylan Araujo Reis: (a) concepção e/ou desenho do estudo; (c) revisão crítica do manuscrito; (d) aprovação da versão final a ser publicada.

## REFERÊNCIAS

1. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Relações entre as alterações históricas na dinâmica demográfica brasileira e os impactos decorrentes [Internet]. Rio de Janeiro (RJ): IBGE; 2016 [citado 2020 Dez 21]. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98579.pdf>
2. Mota TA, Alves MB, Silva VA, Oliveira FA, Brito PM, Silva RS. Factors associated with the functional capacity of elderly individuals with hypertension and/or diabetes mellitus. *Esc Anna Nery*. 2020;24(1):e20190089.
3. Costa MF, Peixoto SV, Malta DC, Szwarcwald CL, Mambrini JV. Cuidado informal e remunerado aos idosos no Brasil. *Rev Saúde Pública*. 2017;51(Supl 1):6s.
4. Couto AM, Caldas CP, Castro EA. Cuidado domiciliar a idosos dependentes de cuidadores familiares com sobrecarga e desconforto emocional. *J Res: Fundam Care on line*. 2019;11(4):944-50.
5. Jesus IT, Orlandi AA, Zazzetta MS. Sobrecarga, perfil e cuidado: cuidadores de idosos em vulnerabilidade social. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2018;21(2):199-209.

6. Camacho AC, Capetini AC, Guimarães AO, Santos AC, Silva AP, Andrade GN. Interactive educational technology on care for elderly people with dementia. *Rev Enferm UFPE on line*. 2019;13(1):249-54.
7. Anjos KF, Boery RN, Santo VC, Boery EN, Rosa DO. Characteristics of the elderly and their family caregivers. *Rev Enferm UFPE on line*. 2017;11(3):1146-55.
8. Cardoso RS, Sá SP, Domingos AM, Sabóia VM, Maia TN, Padilha JM, et al. Educational technology: a facilitating instrument for the elderly care. *Rev Bras Enferm*. 2018;71(2):786-92.
9. Varella AI, Rosa LM, Radünz V, Salum NC, Souza AI. Cartilha educativa para pacientes em cuidados paliativos e seus familiares: estratégias de construção. *Rev Enferm UFPE on line*. 2017;11(7):2955-62.
10. Costa GL, Andrade ES, Guilherme FJ, Ferreira RK. A criação de uma cartilha educativa para estimular a adesão ao tratamento do portador de diabetes mellitus tipo 2. *Rev Rede Cuid Saúde*. 2014;8(2):1-4.
11. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Integrative review: what is it? How to do it? *Einstein (São Paulo)*. 2010;8(1):102-6.
12. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Guia prático do cuidador [internet]. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2008 [citado 2021 Jan 10]. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_pratico\\_cuidador.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_cuidador.pdf)
13. Shopify. Banco de imagens grátis: imagens de alta resolução para uso comercial. [cited 2021 Jun 01]. Available from: <https://pt.shopify.com/burst>
14. Boekel LC, Wouters EJ, Grimberg BM, Boumans J, Meer NJ, Luijckx KG. Perspectieven van stakeholders over het gebruik van technologie in de zorg voor thuiswonende ouderen met dementie. Een systematische literatuurstudie. *Tijdschr Gerontol Geriatr*. 2020;51(3).
15. Solli H, Hvalvik S. Nurses striving to provide caregiver with excellent support and care at a distance: a qualitative study. *BMC Health Serv Res*. 2019;19(893):2-12.
16. Campos AC, Almeida MH, Campos GV, Bogutchi TF. Prevalência de incapacidade funcional por gênero em idosos brasileiros: uma revisão sistemática com metanálise. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2016;19(3):545-59.
17. Souza S, Teixeira KR, Vasconcelos TB, Macena RH, Bastos VP. Desenvolvimento e validação de cartilha educativa sobre atividades físicas para pacientes com insuficiência cardíaca: relato de experiência. *Rev Saúde (Sta Maria)*. 2019;45(1).
18. Fernandes CS, Angelo M. Family caregivers: what do they need? an integrative review. *Rev Esc Enferm USP*. 2016;50(4):672-8.
19. Lima AM, Piagge CS, Silva AI, Robazzi ML, Mélo CB, Vasconcelos SC. Tecnologias educacionais na promoção da saúde do idoso. *Enferm Foco*. 2020;11(4):87-94.
20. Rocha EM, Paes RA, Sthal GM, Souza A. Cuidados Paliativos: Cartilha educativa para cuidadores de pacientes oncológicos. *Clin Biomed Res*. 2019;39(1):40-57.
21. Carvalho KM, Figueiredo ML, Galindo NM, Sá GG. Construção e validação de cartilha para idoso acerca da higiene do sono. *Rev Bras Enferm*. 2019;72(2):223-30.
22. Nascimento JW, Silva EC, Ferreira Junior ML, Jesus SB. Construção e validação de um manual de detecção do pé diabético para atenção primária. *Enferm Foco*. 2019;10(6):85-91.
23. Kobayasi DY, Rodrigues RA, Fhon JR, Silva LM, Souza AC, Chayamiti EM. Sobrecarga, rede de apoio social e estresse emocional do cuidador do idoso. *Av Enferm*. 2019;37(2):140-8.
24. Sousa JI, Silva BT, Rosa BM, Garcia EO, Roque TS. Sobrecarga de trabalho em familiares de idosos em cuidados paliativos. *Res Soc Dev*. 2020;9(4):e146943001.
25. Coppetti LC, Girardon-Perlini NM, Andolhe R, Dalmolin A. Produção científica da enfermagem sobre o cuidado familiar de idosos dependentes no domicílio. *ABCS Health Sci*. 2019;44(1):58-66.
26. Lima AC, Bezerra KC, Sousa DM, Rocha JF, Oriá MO. Construção e Validação de cartilha para prevenção da transmissão vertical do HIV. *Acta Paul Enferm*. 2017;30(2):181-9.
27. Borges CC, Sousa AR, Meira IF, Salbego C, Santos AR, Lobo BH, et al. Tecnologia cuidativo-educacional para apoio aos homens no enfrentamento à pandemia do coronavirus. *Enferm Foco*. 2020;11(2):152-9.
28. Galindo Neto NM, Caetano JA, Barros LM, Silva TM, Vasconcelos EM. First aid in schools: construction and validation of an educational booklet for teachers. *Acta Paul Enferm*. 2017;30(1):87-93.
29. Ximenes MA, Fontenele NA, Bastos IB, Macêdo TS, Galindo Neto NM, Caetano JA, et al. Construction and validation of educational booklet content for fall prevention in hospitals. *Acta Paul Enferm*. 2019;32(4):433-41.