

CUIDANDO DO CUIDADOR: REFLEXÕES SOBRE O APRENDIZADO DESSA HABILIDADE¹

TAKING CARE OF THE PERSON WHO TAKES CARE: REFLECTIONS ABOUT THE LEARNING OF THIS SKILL¹

CUIDANDO DEL CUIDADOR: REFLEXIONES SOBRE EL APRENDIZAJE DE ESA HABILIDAD¹

**Keyti Cristine Alves Damas²
Denize Bouttelet Munari³
Karina Machado Siqueira⁴**

RESUMO: Este artigo faz uma análise reflexiva, sob o olhar do graduando em Enfermagem, acerca da necessidade do cuidado direcionado ao cuidador, para que este possa assistir ao cliente de forma humanizada. Discorre sobre o significado do cuidar e sua aplicabilidade em Enfermagem, tanto para quem é cuidado quanto para quem cuida. Sugere que intervenções sejam feitas no processo de formação do enfermeiro, objetivando o desenvolvimento da percepção de que a atenção dispensada ao outro deve ser equivalente àquela dedicada a si mesmo.

PALAVRAS-CHAVE: Cuidado; Enfermagem; Saúde; Ensino.

ABSTRACT: This article makes a reflexive analysis under the view of the nursing's student about the needing of direct care of the person who takes care of the patient for this can assist the client in a humanized way. It's written about the meaning of care and its use in Nursing including for those who are cared and for those who takes care. It suggests that interventions must be made in the nursing graduation process. These interventions have the purpose to develop the perception that the attention dedicated to the other must be equal to the one dedicated to yourself.

KEYWORDS: Caring; Nursing; Health; Teaching.

RESUMEN: Este artículo hace un análisis de reflexión, desde el punto de vista del estudiante universitario de Enfermería, con relación de la necesidad del cuidado direcionado al cuidador, para que éste pueda asistir al cliente de forma humanizada. Se refiere sobre el significado del cuidar y su aplicabilidad en Enfermería, tanto para quien es cuidado cuanto para quien cuida. Sugiere que sean realizadas intervenciones en el proceso de preparar el enfermero, objetivando el desarrollo de la percepción de que la atención dada al otro debe ser equivalente a aquella dedicada a sí mismo.

PALABRAS CLAVE: Cuidado; Enfermería; Salud; Enseñanza.

¹ Trabalho vinculado ao Núcleo de Estudos e Pesquisa em Saúde Integral da Faculdade de Enfermagem – UFG.

² Enfermeira do Programa de Saúde da Família – PSF do município de Iporá – GO. Email: keytidamas@hotmail.com.

³ Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Professora Titular da Faculdade de Enfermagem – UFG. Pesquisadora CNPq. Email: denize@fen.ufg.br

⁴ Enfermeira. Mestranda pelo Programa de Pós Graduação – Nível Mestrado - da Faculdade de Enfermagem da Universidade Federal de Goiás. Email: karinamsiqueira@pop.com.br

INTRODUÇÃO

O trabalho em saúde impõe aos profissionais da área uma rotina carregada de alto grau de tensão que envolve toda a equipe. Inúmeras pessoas transitando e conversando, sons agudos, intermitentes e variados, queixas constantes, ansiedade, tristeza, dor, morte e longas jornadas de trabalho constituem o cotidiano da maioria desses profissionais e, em particular, a do enfermeiro. Segundo REMEN (1993, p.180):

“Um profissional de saúde é uma pessoa que sofreu profundas modificações como resultado de treinamento especializado, do conhecimento e da experiência; são pessoas diariamente expostas à dor, à doença e à morte, para quem essas experiências não são mais conceitos abstratos, mas sim, realidades comuns. De muitas maneiras, é como estar sentado na poltrona da primeira fila no teatro da vida, uma oportunidade inigualável para adquirir um profundo conhecimento e maior compreensão da natureza humana”.

Nesse mesmo cenário ocorre o aprendizado da profissão do enfermeiro, onde, o aluno de graduação é apresentado à complexidade do campo de trabalho da saúde e de todas as suas vicissitudes.

As inúmeras atribuições a serem aprendidas pelo enfermeiro, somam-se as expectativas frente à liderança, humanização da assistência, competência, motivação e desenvolvimento de relações terapêuticas. Essa situação nos fez refletir sobre a importância dada ao aprendizado do cuidado com o profissional que cuida, em particular o enfermeiro, uma vez que consideramos ser fundamental estarmos bem e integrados conosco para trabalharmos satisfeitos e saudáveis.

As oportunidades de observar o funcionamento dos serviços de saúde levaram-nos a vários questionamentos sobre:

Como a equipe de enfermagem foi preparada para enfrentar, com saúde física e mental, tal rotina? Os enfermeiros e sua equipe recebem suporte para o enfrentamento dessa situação? De que maneiras estes extravasam as tensões acumuladas no ambiente de trabalho? Afinal, como atender aos clientes e se relacionar com a equipe de forma humanizada, quando a humanização não se aplica ao enfermeiro?

Frente ao exposto, tivemos como objetivo neste trabalho fazer uma discussão acerca do cuidado que o cuidador precisa ter consigo, em particular, aquele que compõe a equipe de enfermagem, bem como os aspectos mais relevantes no aprendizado dessa habilidade sob a ótica do graduando de enfermagem.

CUIDADO: CONCEITOS E SIGNIFICADO

O verbo cuidar em português denota atenção, cautela, desvelo, zelo. Assume ainda características de sinônimo de palavras como imaginar, meditar, empregar atenção ou prevenir-se. Porém representa mais que um momento de atenção. É na realidade uma atitude de preocupação, ocupação, responsabilização e envolvimento afetivo com o ser cuidado (REMEN, 1993; BOFF, 1999; WALDOW, 1998; SILVA et al., 2001).

Como uma atitude e característica primeira do ser humano, o cuidado revela a natureza humana e a maneira mais concreta de ser humano. Sem o cuidado, o homem deixa de ser humano desestrutura-se, define, perde o sentido e morre. Se ao longo da vida não fizer com cuidado tudo o que empreender, acaba por prejudicar a si mesmo e por destruir o que estiver a sua volta (BOFF, 1999).

Segundo o mesmo autor o cuidado apenas aparece quando a existência de alguém adquire significado para nós. Nesse sentido, passamos a cuidar, participar do destino do outro, de suas buscas, sofrimentos e sucessos.

O cuidado por sua própria natureza possui dois significados que se inter-relacionam, por ser uma atitude de atenção e

solicitude para com o outro, ao mesmo tempo em que representa preocupação e inquietação, pois o cuidador se sente envolvido afetivamente e ligado ao outro.

A Enfermagem moderna é por essência, desde o seu nascimento, expressa através do cuidado para a garantia do alívio do sofrimento e manutenção da dignidade em meio às experiências de saúde, doença, vida e morte. Convém lembrarmos que o cuidado humano dispensado pelo enfermeiro deve atingir, além dos clientes e seus familiares, a sua equipe de modo a garantir melhor relacionamento, interdependência, coesão e competência (WALDOW, 1998).

O ato de zelar por alguém só existe quando é sentido, vivido, experienciado. Isto envolve respeitar ao outro e a si mesmo como ser humano e também como profissional (WALDOW, 1998). Diante dessa verdade, para que a atmosfera de cuidado ocorra de forma verdadeira e acolhedora, é mister que a intenção do cuidador fique clara, ou melhor, seja demonstrada genuinamente por palavras e ações. Esta ação é repleta de sensibilidade, delicadeza, solidariedade e profissionalismo, pois, deve excluir preconceitos de qualquer ordem e utilizar a relação interpessoal como base entre seres humanos.

Para nos envolvermos dessa maneira é necessário um preparo emocional do profissional que irá, conseqüentemente, se expor e se colocar como ferramenta de trabalho. Outro aspecto fundamental nesse processo é a disponibilidade do enfermeiro para entender e lidar com a "pessoa inteira", uma vez que para isso ele se coloca diante da sua própria existência (ESPERIDIÃO & MUNARI, 2000; ESPERIDIÃO et al., 2002; SHIRATORI et al., 2003).

Vale ressaltar ainda que o processo de cuidar não deve se pautar somente na identificação dos sinais e sintomas clínicos da doença, mas nas modificações que ocorrem na estrutura dos seres humanos as quais abalam a sua totalidade (CECCATO & VAN DER SAND, 2001).

A compreensão desses aspectos é fundamental para o reconhecimento do conceito e do significado de cuidar para o

profissional de saúde, pois "a tarefa de cuidar é um dever humano. Cuidamos porque queremos ser mais felizes, plenos e para alcançarmos a felicidade é fundamental que cuidemos bem de nós mesmos e dos outros. A condição humana é tão frágil como efêmera, requer equilíbrio e constantes cuidados pessoais, sociais e ambientais" (MARTINS, 2003).

PORQUE O PROFISSIONAL PRECISA SE CUIDAR?

A história do cuidado humano e a história da Enfermagem como ciência tem uma ligação importante, no entanto, o foco da atenção sempre foi mais voltado para o cuidado do outro, o ser doente, mas nunca o cuidado ao cuidador. Quem garante ao enfermeiro, em seu trabalho, o alívio do sofrimento e manutenção da dignidade em meio às experiências de vida e de morte?

O legado de Florence Nightingale, sem dúvidas se faz presente na nossa formação, e é marcado por uma dualidade: "disciplina, autoritarismo, organização por um lado; obediência, servilismo, docilidade por outro" (WALDOW, 1998, p.54)

Percebemos que tais características possuem algo em comum. Todas elas, em maior ou menor intensidade, são cercadas pela abnegação do eu, pela renúncia dos sentimentos e da vontade própria. Parece-nos claro, ainda hoje, que diante da população em geral e de muitos colegas de profissão, tais pontos são indispensáveis na caracterização de uma boa assistência de enfermagem.

De igual forma, o processo de formação do enfermeiro foi guiado por essas características, sempre muito presentes e, acrescido da excelência pela técnica, fundamentada no modelo biológico, sem que fosse dada a mesma importância para os processos relacionais, fundamentais nos dias de hoje (ESPERIDIÃO & MUNARI, 2000).

Todavia, vale lembrar que o ser humano não foi "configurado", como uma máquina, podendo despir-se de suas vontades e necessidades. Enquanto ser humano, também refletimos sobre quão difícil é a

missão de formar enfermeiros e inserir neste contexto de formação a abordagem holística como base para as ações e a própria profissão (REMEN, 1993).

Temos clareza da importância do papel da Enfermagem, não apenas dentro de um hospital, mas em todo o sistema de saúde e, da relevância da qualidade do desempenho desse profissional. A responsabilidade atribuída ao enfermeiro e os inúmeros aspectos que dele dependem para uma boa assistência talvez nos ajudem a entender o motivo da grande valorização e preocupação da precisão técnica e seu embasamento em conhecimentos científicos.

Ocorre, porém, que o mercado hoje exige algo mais de nós. O perfil profissional do enfermeiro da atualidade requer muito além de um conjunto de conhecimentos técnico-científicos. É preciso, por exemplo, que este profissional saiba com maestria, lidar equilibradamente com a razão e a emoção, que tenha conhecimentos, habilidades e atitudes relacionais, que desenvolva competência interpessoal e capacidade de liderança, que valorize enfim, o seu desenvolvimento como pessoa para balizar o seu desenvolvimento profissional (ESPERIDIÃO & MUNARI, 2000; MOSCOVICI, 2001).

FERNANDES et al. (2003) ao se referirem à importância do investimento no desenvolvimento pessoal do enfermeiro, sinalizam aspectos relevantes e necessários a esse processo, como por exemplo, a implantação de planos de desenvolvimento profissional e pessoal, fortalecimento das relações interpessoais no trabalho e programas específicos de promoção e prevenção da saúde física e mental dos profissionais.

MARTINS (2003) por sua vez, indica que tais providências são fundamentais para o fortalecimento dos projetos de humanização das instituições de saúde, tão em evidência nos dias de hoje. A autora alerta ainda que ao negligenciarmos esse aspecto, a humanização não passa de um projeto de melhorias estruturais dos prédios, porque não cuida daquilo que mantém a instituição que é a teia interacional,

concretizada através do conjunto de relações presentes no cotidiano dos serviços.

Na realidade, tais aspectos são relacionados às características genuinamente humanas e daí a certeza da impossibilidade em dissociá-los da nossa prática em Enfermagem.

A sociedade com a qual lidamos hoje, não é a mesma de ontem. O bombardeio de informações que chegam aos lares brasileiros, um dos frutos da globalização, tem diminuído o desconhecimento das pessoas no que se refere aos seus direitos. Hoje, até os mais humildes cidadãos têm consciência de que são merecedores de respeito e lutam pelo que querem, ainda que em muitos casos de maneira precária. Neste contexto, a Enfermagem deve ocupar o seu espaço como profissão que se preocupa com o respeito à pessoa, sua dignidade e individualidade.

Em um momento singular como este, de expansão profissional e sócio-econômica, a Enfermagem deve se preocupar, com seriedade, em ser direcionada para consolidar-se como a profissão do cuidado e cada vez mais, deve primar por cuidar de seus próprios cuidadores (COSTENARO & LACERDA, 2002).

As pessoas que cuidam, sejam elas profissionais ou familiares, acabam por sofrer um grande desgaste emocional, porém passam a idéia de que cuidam também de si mesmas (FERNANDES et al, 2003). Ocorre que cuidar e ser cuidado envolve relação de gente com gente.

Nesse sentido, precisamos e devemos nos preocupar conosco e dar lugar a nossa necessidade de gregária, de sentirmo-nos amparados por alguém. Essa é uma necessidade também do profissional que cuida. Acreditamos que uma equipe de Enfermagem que se sente zelada e valorizada por seu líder, certamente saberá devolver este cuidado, quando se fizer necessário.

Ninguém pode dar ao outro o que não tem, diz um antigo provérbio, é fato, por conseguinte, que seremos mais eficazes na nobre tarefa de cuidar se nos dispusermos a promover o bem estar do outro sem

esquecermos do nosso próprio (MARTINS, 2003).

O DESAFIO DE APRENDER A CUIDAR DE QUEM CUIDA

Para que tenhamos sucesso no processo de aprender a cuidar de quem cuida e para aprender a construir um ambiente de trabalho mais digno e feliz, consideramos necessário ter, ainda durante a graduação em Enfermagem, abordagens que nos mobilizem nessa direção.

ESPERIDIÃO (2001) mostrou através do seu estudo a importância para o fato das instituições que formam enfermeiros repensarem a questão da formação do profissional enfermeiro dentro de uma perspectiva que possibilite ao aluno o cuidado à sua pessoa como base para a estruturação de um bom profissional. Esse aspecto, atualmente abordado durante a graduação em Enfermagem na Universidade Federal de Goiás, propicia o desenvolvimento de uma visão diferenciada em direção ao cuidador, permitindo entendê-lo como um profissional que requer cuidados para cuidar com qualidade.

Durante o referido curso de graduação, principalmente na área de Saúde Mental, o aluno tem oportunidade de aprender e desenvolver habilidades que contribuem para sua autopercepção e autoconscientização. Esse enfoque permite ao graduando lidar com suas limitações e conflitos de forma mais saudável, cooperando para a formação de um profissional que conhece e respeita seus próprios valores e concepções.

“O ensino não é uma atividade com fins terapêuticos, mas é uma atividade de ajuda para aqueles que desejam aumentar sua capacidade adaptativa ou sua competência profissional, através da aquisição de novos conhecimentos para atuar terapêuticamente” (FUREGATO et al, 2001). A formação de um profissional mais seguro e consciente reflete no desenvolvimento de uma assistência diferenciada ao cliente. Possibilita ao cuidador desempenhar suas funções de forma cautelosa e reflexiva, evitando a transgressão de valores e convicções, e

permitindo o estabelecimento de relacionamentos interpessoais mais efetivos entre profissional e cliente.

É fundamental “o investimento no desenvolvimento da abordagem holística no processo de formação do enfermeiro, considerando a humanização do ensino uma estratégia necessária para o estabelecimento de relações humanizadas com as pessoas que este profissional assiste” (ESPERIDIÃO, 2001, p. 96). A autora salienta que as competências técnico-científicas e interpessoais são desenvolvidas e focadas apenas no atendimento ao cliente, negligenciando, em muitos casos, as necessidades pessoais do graduando. Desse modo, o grande desafio consiste em minimizar fatores como este, entendido como depressor na qualidade do processo de formação do enfermeiro.

Acreditamos que o homem não adequadamente educado fica limitado às ações e às reações impostas pela realidade que o cerca: como dependente, e não como senhor das circunstâncias (FERNANDES et al., 2003). Enquanto acadêmicos, somos seres humanos aprendendo a cuidar de seres humanos e para que realizemos esta tarefa com sucesso, precisamos, primeiramente, nos enxergar como tais.

A maior dificuldade em se desenvolver habilidades que possibilitem a formação de cuidadores mais saudáveis, reside no fato de que os cursos da área de saúde, incluindo o de Enfermagem, ainda são respaldados por conceitos e teorias vinculados a uma visão biologicista e restrita do ser humano. Apesar das discussões acerca da importância de uma mudança de paradigma no ensino na área de saúde entendemos que as instituições formadoras necessitam aprimorar suas metodologias de ensino relacionadas ao cuidado, incluindo nesse contexto preocupações com a saúde do cuidador.

Considerando que o ambiente de formação acadêmica, em muitos casos, é o mesmo da atuação profissional, podemos aproveitar esta riqueza de contato com pessoas e suas experiências para conhecer e estudar também nosso comportamento e o reflexo de nossas atitudes nos

relacionamentos interpessoais. Se em nossa grade curricular houver maior espaço e ênfase no estudo do autoconhecimento e dos processos relacionais, teremos nesta ação, além da formação de uma base ao processo de humanização, grande fonte de desenvolvimento profissional e pessoal.

Diante disso, consideramos necessário que os graduandos em Enfermagem sejam incentivados e orientados a se perceberem como peça importante para o bom funcionamento de nosso Sistema de Saúde, e que para tanto, o cuidado e a atenção dispensados ao outro devem ser equivalentes ao cuidado que os alunos devem ter com eles mesmos. Dotados deste saber, seremos capazes de valorizar e promover nossa saúde e bem-estar e, além disso, desempenharemos um trabalho que responda satisfatoriamente às necessidades dos que procuram por nosso cuidado.

É possível solucionar problemas como estes, de origem histórica e econômica, que afetam um país continental como o Brasil? É possível mudar a realidade e a mentalidade de tantos profissionais? Tais dúvidas pairam em nossas mentes, porém, cremos no potencial para gerar mudanças presentes no educar.

Discussões e estudos, acerca do significado do cuidado, necessitam ser trabalhados durante o processo de formação do enfermeiro, para que se compreenda o cuidar como um processo que “possui uma dimensão essencial e complexa tanto na experiência de quem cuida quanto de quem recebe o cuidado, ou até mesmo de quem ensina a cuidar e de quem está aprendendo a cuidar” (ESPIRITO SANTO et al., 2000, p. 27). É importante que este caminho seja dado como opção aos graduandos de Enfermagem para que estes cresçam não somente como profissionais, mas como pessoas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOFF, L. *Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1999.

CECCATO, S. R. ; VAN DER SAND, I. C. P. O cuidado humano como princípio da assistência de enfermagem à parturiente e seus familiares. *Rev. Eletr. Enf.* [online], Goiânia, v.3, n.1, 2001. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista> [capturado em 16 set. 2003].

COSTENARO, R.G.S.; LACERDA, M. R. *Quem cuida de quem cuida? Quem cuida do cuidador?* Santa Maria; Centro Universitário Franciscano, 2002.

ESPERIDIÃO, E.; MUNARI, D.B. Repensando a formação do enfermeiro e investindo na pessoa: algumas contribuições da abordagem gestáltica. *Rev. Bras. Enf.*, v. 53, n. 3 p. 339 – 340, 2000.

ESPERIDIÃO, E. *Holismo só na teoria: a trama dos sentidos do acadêmico de enfermagem sobre sua formação*. Ribeirão Preto. 2001. 106 p. Dissertação [Mestrado] – Escola de Enfermagem de Rib. Preto / Universidade de São Paulo.

ESPERIDIÃO, E.; MUNARI, D.B.; STACCIARINI, J. M. R. Desenvolvendo pessoas: estratégias didáticas facilitadoras para o autoconhecimento na formação do enfermeiro. *Rev. Lat-Am., Enf.* v. 10, n. 4, p. 516 – 522, 2002.

ESPIRITO SANTO, F. H. ; ESCUDEIRO, C.L.; CHAGAS FILHO, G.A.S. O tom do cuidado de enfermagem para alunos de graduação. *Rev. Bras. Enf.*, v. 53, n. 1, p. 23 – 29, 2000.

FERNANDES, M.V.; BATISTA, A. S; LEITE, M. A. N *Endomarketing: uma possibilidade nos serviços de saúde*. [on line] Disponível em: <http://www.ccs.uel.br/espacoparasaude/v3n2/doc/endomarketing>. [capturado em 16 set. 2003].

FUREGATO, A. R. F. ; SCATENA, M. C. M.; HESPANHOLO, G. C.; RONCOLATO, L. T. - O ensino do relacionamento interpessoal enfermeiro–paciente: avaliação dos alunos. *Rev. Eletr. Enf.* [online], v.3, n.1, 2001. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista>. [capturado em 16 set. 2003].

MARTINS, M. C. F. N. *Humanização da assistência e formação do profissional de saúde*. [on line] Disponível em:

http://www.polbr.med.br/arquivo/arquivo0503_1.htm [capturado em 16 set. 2003].

MOSCOVICI, F. *A organização por trás do espelho: reflexos e reflexões*. Rio de Janeiro: José Olympio Editora, 2001.

SHIRATORI K, FIGUEIREDO, NMA, PORTO, F, SILVA, CSI, TEIXEIRA, MS. O sentido de ser humano: uma base reflexiva para o cuidado de enfermagem. *Rev. Enf. UERJ*, v. 11, n. 2, p. 212-216, 2003.

SILVA, L. F.; DAMASCENO, M. M. C.; CARVALHO, C.M.L.; SOUZA, P.D. Cuidado

de Enfermagem: o sentido para enfermeiros e pacientes. *Rev. Bras. Enf.*, v. 54, n. 4, p. 535 - 536, 2001.

REMEN, R. N. *O paciente como ser humano*. Trad. de Denise Bolanho. São Paulo, Summus, 1993.

WALDOW, V.R. *Cuidado Humano: o resgate necessário*. Porto Alegre, Sagra. 1998.

Texto original recebido em 03/02/2004

Publicação aprovada em 30/04/2004