



CUIDAR DE QUEM CUIDA: PROPOSTA DE ATENDIMENTO DOMICILIAR PARA PREVENÇÃO DO ADOECIMENTO DE CUIDADORES DE PESSOAS IDOSAS

MARIA CRISTIANE GALVÃO MARTINS

Introdução: O envelhecimento populacional no Brasil tem ampliado o número de cuidadores de pessoas idosas, muitas vezes familiares que assumem esse papel sem preparo ou suporte. O cuidado contínuo pode gerar sobrecarga emocional, física e social, resultando em adoecimento do cuidador e comprometendo a qualidade da atenção prestada à pessoa idosa. Reconhecer o cuidador como sujeito de cuidado é essencial para garantir a integralidade da atenção à saúde. **Objetivo:** Apresentar uma proposta de atendimento domiciliar personalizado voltada à prevenção do adoecimento do cuidador de pessoa idosa, com foco em ações de escuta, orientação e fortalecimento de vínculos com a rede de apoio familiar, comunitário e intersetorial. **Metodologia:** O projeto foi idealizado e pensado pela autora deste projeto, assistente social em uma unidade especializada no cuidado à pessoa idosa, tendo como base as demandas identificadas em atendimentos individuais e em grupo com cuidadores. Será desenvolvido por profissionais da rede intersetorial e voluntários. A metodologia propõe visitas domiciliares para escuta qualificada, orientação sobre autocuidado e articulação com os serviços da rede socioassistencial. Apesar de estruturado, o projeto encontra-se temporariamente suspenso por limitações logísticas, como a ausência de veículo institucional para deslocamento da equipe. A proposta se alinha a experiências exitosas de atenção domiciliar e cuidado ao cuidador de pessoa idosa já implementadas em diferentes regiões do Brasil, como o Programa Melhor em Casa (Ministério da Saúde), o Programa Acompanhante de Idosos (São Paulo), o Projeto 'Cuidando de Quem Já Cuidou' (Fiocruz), entre outros. **Resultados:** A proposta busca reduzir os níveis de estresse e sofrimento psíquico dos cuidadores, fortalecer seus vínculos com os serviços de saúde e assistência social e, consequentemente, melhorar o cuidado oferecido à pessoa idosa no contexto domiciliar. **Conclusão:** O cuidado ao cuidador de pessoa idosa é uma estratégia necessária e urgente na atenção integral à saúde. Projetos como este, mesmo com baixo custo de implementação, ainda enfrentam barreiras estruturais. A sensibilização da gestão para a viabilização de ações como esta é fundamental para garantir o direito à saúde de quem cuida.

Palavras-chave: **CUIDADO AO CUIDADOR; ATENÇÃO DOMICILIAR; ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL; ATENÇÃO DOMICILIAR; SAÚDE MENTAL**