



## APLICAÇÃO DO DASS-21 E INTERVENÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM UMA CUIDADORA EM GUARAPUAVA-PR

CAMILA GONSALVES; THATYANA DE FATIMA DOBRYCHTOP

**Introdução:** As diversas tarefas atribuídas ao cuidador somam-se à falta de apoio, ao grau de dependência do paciente, à cronicidade da situação incapacitante, ao agravamento do estado de saúde, podendo, em muitos casos, levar o cuidador ao isolamento social, redução ou extinção de atividades de lazer, comprometimento da atividade profissional, e falta de tempo para o autocuidado. **Objetivo:** Avaliar a eficácia do atendimento domiciliar multiprofissional, de nutrição e educação física, no manejo da ansiedade, depressão e estresse do cuidador. **Materiais e métodos:** A partir de um atendimento domiciliar da equipe de residência multiprofissional de uma Unidade Básica de Saúde de Guarapuava - PR, a cuidadora de um paciente com autismo severo, apresentou queixas sobre sua saúde física e mental. Diante disso foi iniciada intervenções dos profissionais de nutrição e educação física. Foi aplicado um questionário em domicílio no intervalo de dois meses como pré e pós intervenção. O questionário aplicado foi o DASS - 21 (Depression, Anxiety and Stress Scale) - Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse, com 21 questões que avaliam o grau de alterações psíquicas (MARTINS *et al*, 2019). **Resultados:** Na pré intervenção a pontuação de ansiedade foi de 18 pontos, depressão 22 pontos e estresse 12 pontos, classificando como ansiedade severa, depressão severa e estresse normal. Durante o período de 2 meses foram realizadas intervenções com treinos domiciliares de 3 vezes na semana com profissional da educação física e acompanhamento nutricional semanal com plano alimentar e metas semanais. Após as intervenções foi aplicado novamente o questionário e obteve-se a pontuação de ansiedade 12 pontos, depressão 6 pontos e estresse 16 pontos, classificando como ansiedade moderada, depressão normal e estresse leve. **Conclusão:** Após a intervenção foi perceptível a diminuição de sintomas de depressão e ansiedade, pois essa cuidadora precisava de autocuidado e orientações sobre saúde, que devido à jornada intensa de cuidados com o paciente, muitas vezes deixava de lado a sua saúde. A equipe multiprofissional neste contexto confirma a importância do cuidado da saúde de forma integral, destacando o atendimento compartilhado dos profissionais de Educação Física e Nutrição.

Palavras-chave: **SOBRECARGA DO CUIDADOR; VULNERABILIDADE SOCIAL; ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE; MANEJO DA OBESIDADE; SAÚDE MENTAL**