



O que é ser cuidador e o que se faz?

“Acima de tudo sou marido/mulher, e em segundo lugar o seu cuidador. O mais importante é o que faço, porque é o que conta mais”.

Cuidar de pessoas com a doença de Parkinson: O que os cuidadores precisam saber

- A palavra ‘cuidador’ emprega-se para designar qualquer pessoa que toma conta ou apoia alguém que esteja doente, idoso ou incapacitado. Na maior parte dos casos essa pessoa é um parente, amigo ou vizinho.
- Existem pessoas que não gostam de ser chamadas cuidadores e preferem ser vistos como simplesmente esposo, companheiro, filho ou filha ou outro parente. Contudo, a palavra para alguns é útil e muitos profissionais utilizam esse termo. Ajuda a separar a tarefa prática de cuidar da relação com a pessoa que necessita dos cuidados.
- Quando uma pessoa é diagnosticada com DP precisa muita vezes de apoio emocional e encorajamento da parte das pessoas mais próximas, constituindo este apoio um primeiro aspecto do “cuidar”. À medida que a doença progride, tornam-se necessários, cada vez mais e com maior intensidade de conselhos práticos, e apoio directo, atingindo por vezes o limite da fadiga dos “cuidadores”.
- As pessoas aceitam ser cuidadores por uma variedade de razões. Tudo depende da evolução da doença e o nível de independência do doente.

Esta informação foi preparada por membros profissionais e laicos do Projecto Infopark

Últma actualização : 07/02/04



This study is funded by the European Commission under the Fifth Framework Quality of Life Programme, Contract Number QLK6 2000-00303

- Quando se acaba por ajudar, persistindo algum ressentimento, podem resultar sentimentos de culpa e frustração, e ninguém colhe benefícios.
- É fundamental que os cuidadores saibam, desde o início, o seu papel, e façam uma avaliação da sua disponibilidade, ou seja, do que estão dispostos a fazer e a não fazer. Desta forma, estudam-se as alternativas a considerar, quando e se, se verifique a impossibilidade de manter o nível de cuidados necessários. Cuidar sozinho não é sempre a melhor solução, nem para o cuidador, nem para o doente.
- Cuidar de alguém pode ser muito gratificante. Mas, também pode ser física e emocionalmente exigente, afectando a vida profissional, familiar e os tempos livres. Para manter o seu próprio estado de saúde, o cuidador precisa por vezes de pedir ajuda suplementar, e intervalar com descanso, afastado do trabalho de cuidar.
- Ser cuidador não quer dizer ser responsável por tudo. É importante que o doente seja encorajado a fazer o máximo possível por ele próprio. Isto contribuirá para manter o seu independência e dignidade.

MAIS INFORMAÇÕES

A Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson (APDPK) Bairro da Liberdade, lote 13, loja 20, Campolide Telefone é: 213 850 042 e o fax é o mesmo número terminado em 1. Possui uma linha SOS: 93 899 32 22 que funciona apenas para aconselhamento não médico

Livros úteis incluem:

Doença de Parkinson: Manual Prático por Alice Levi e Joaquim Ferreira, 2003, Lidel editores. ISBN: 972-757-282-0

Caring for the Parkinson's patient: a practical guide' by Thomas Hutton, Ray Lynne Dippel and Nathan Slewett (editors), published in Prometheus Books; 2nd edition 1999 ISBN: 1573926841

Sites no internet incluem:

National Parkinson Foundation: Caregivers Forum

<http://www.parkinsonscare.com>

Caregiver survival resources

<http://www.caregiver911.com>



This study is funded by the European Commission under the Fifth Framework Quality of Life Programme, Contract Number QLK6 2000-00303