

## **Experiência Vivida do Pós Cuidador Familiar na Reconstrução da Vida Quotidiana: Revisão Sistemática da Literatura**

Catarina Afonso<sup>1</sup>, Maria Antónia Rebelo Botelho<sup>1,2</sup> & Luísa D'Espiney<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Unidade de Investigação & Desenvolvimento em Enfermagem (ui&de). Lisboa, Portugal. catarinaines.afonso@mail.com;

<sup>2</sup>Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, Portugal

**Resumo:** A experiência de cuidar tem sido explorada na compreensão do processo ativo de cuidar, mas da trajetória do pós cuidado pouco se sabe. Os estudos revelam que cuidar influencia a saúde e o bem-estar dos cuidadores; após o falecimento do alvo de cuidados os estudos dão ênfase ao processo de luto. A natureza da experiência do pós cuidador familiar tem sido pouco explorada, nomeadamente na reconstrução da vida quotidiana.

A Revisão Sistemática da Literatura (RSL) procurou compreender a experiência vivida do pós cuidador familiar na reconstrução da vida quotidiana.

O enquadramento da pesquisa é à luz do paradigma qualitativo de desenho fenomenológico e interpretativo. O método de revisão foi de acordo com Joana Briggs Institute (JBI) Reviewers' Manual (2011). A questão de partida foi construída em formato PICO: Qual a experiência do pós cuidador (Population) na reconstrução (Intervention) da vida quotidiana (Context). Incluiu-se participantes com idade igual ou superior a 18 anos com experiência de cuidar (ter sido cuidador de pai/mãe; de marido/mulher; de filho/irmão) num período igual ou superior a 1 ano, e que tenham deixado de cuidar há mais de 1 ano. por falecimento do alvo de cuidados. Foram selecionados 5 com foco em aspetos da experiência de reconstrução da vida quotidiana de pós cuidadores.

Os estudos revistos apontam aspetos que ilustram a experiência do pós cuidador na reconstrução da vida quotidiana: a moldura do período de cuidado, o luto e o vazio de não cuidar, a desligação de si e interiorização do outro, a desligação com a vida quotidiana e bem estar no pós cuidado. Como factores facilitadores sobressaíram os profissionais de saúde (apoio estruturado, envolvendo os cuidadores no plano de cuidados), a qualidade de morte, dar sentido à experiência de cuidar, a reconstrução de identidade (restaurando o papel de cuidar), reconectar com a rede social (amigos, familiares) e o suporte financeiro e social. Como obstáculos identificam-se: os profissionais de saúde (lacunas na comunicação, serviços desarticulados, falta de apoio no pós cuidado), qualidade de morte (fim de vida associado ao sofrimento), ausência de suporte financeiro e social (identificada a necessidade de um profissional que dê apoio específico e informação no período de pós cuidado).

Esta RSL sugere que a reconstrução da vida quotidiana é reflexo da construção de uma rede de suporte do pós cuidador sendo que o apoio social e financeiro é fulcral. A vida quotidiana enquanto percurso positivo é pouco explorada.

**Palavras-chave:** pós cuidador familiar, trajetória de cuidar, experiência de reconstrução, vida quotidiana

### **Referências bibliográficas**

- Afonso, C., et al. (2015). Post Caregiver Experience in the Reconstruction of Everyday Life. *Journal of Aging & Innovation*, 4 (3). pp. 13 – 29  
Larkin, M., (2009). Life after caring: the post caring experiences of former carers. *British Journal of Social Work*, 39. pp. 1026-1042  
McCarron, B. et al (2013). Between Worlds: The Experience and Needs of Former family Carers, *Schol of Nursing Midwifery*. Dublin pp. 16-22

#### **Citação:**

Afonso, C., Botelho, M., & D'Espiney, L. (2017). Experiência Vivida do Pós Cuidador Familiar na Reconstrução da Vida Quotidiana: Revisão Sistemática da Literatura. In Ribeiro, J. & Lima, A. (eds). *Atas do II Encontro Nacional de Novos Investigadores em Saúde & II International Meeting of New Health Researchers*. Leiria: Politécnico de Leiria. p. 48