

CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA PAULA SOUZA
ETEC SÃO SEBASTIÃO
CURSO TÉCNICO EM ADMINISTRAÇÃO

MARIA CLARA GALEMBECK GONÇALVES
MAYCON RIBEIRO SOUSA
RAYSSA DE SOUZA PACHECO

CUIDADOS DOMICILIARES

Conectando cuidadores e familiares dos idosos no Litoral Norte de São Paulo.

ORIENTADOR: PATRICIA CARBONARI PANTOJO

SÃO SEBASTIÃO/SP

2024

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	3
1.2 Problemática no abandono dos idosos	3
2. TECNOLOGIA EM PROL DOS IDOSOS.....	4
3 A IMPORTANCIA DOS CUIDADORES NA VIDA DOS IDOSOS	5
4 CULTURA DO CUIDADO	
.....	6
4.1 Comunicação entre o idoso e o cuidador.....	7
4.2 Relação entre o cuidador e o familiar do idoso	7
5 HOMECARE - CUIDADOS DOMICILIARES	8
5.1 Funcionalidades	8
5.2 Canvas	8
6 CONCLUSÃO.....	10
REFERÊNCIAS.....	11

1 INTRODUÇÃO

Analisando as dificuldades dos idosos, que são o nosso público-alvo, percebemos que a principal problemática nesse contexto é a solidão e o isolamento social. Muitos filhos, netos e familiares abandonam os idosos de suas famílias, fazendo com que eles não se sintam bem diante da ausência de um acompanhante, o que frequentemente gera diversos problemas psicológicos, sendo a depressão o mais grave, trazendo prejuízos em várias áreas de suas vidas. No município de Ilhabela, identificamos um obstáculo ainda maior, pois não há casas de repouso onde os idosos possam passar a noite. Existe apenas um Centro de Convivência do Idoso, que funciona no período da manhã até o início da tarde.

Após esse horário, os idosos são levados de volta para suas residências, o que gera dificuldades para familiares que trabalham em período noturno. Além disso, também não é fácil encontrar cuidadores disponíveis para prestar esse serviço. Com base nessa análise, identificamos uma área que precisava ser aprimorada, despertando em nós a ideia de criar uma plataforma que melhore o contato entre os familiares dos idosos da região do Litoral Norte de São Paulo e cuidadores, bem como casas de repouso da mesma localidade.

Nosso método de pesquisa é quali-quantitativo, analisando dados, necessidades, quantidade de pessoas conforme a faixa etária que queremos atender, além das sensações e sentimentos do nosso público-alvo. Durante nossa pesquisa, observamos o grande número de idosos e o baixo nível de cuidado com eles, o que nos levou a desenvolver um trabalho baseado nas necessidades estatísticas, físicas e psicológicas desse grupo.

1.2 PROBLEMATICA NO ABANDONO DO IDOSO

Muitos idosos acabam sendo desamparados por seus familiares e, assim, desenvolvem problemas psicológicos, como a ansiedade e, de forma mais grave, a depressão. De acordo com Vitor Tumas (2021), entre as principais causas da depressão em idosos estão o abandono familiar e o sentimento de inutilidade causado pela interrupção de atividades anteriormente realizadas. Muitas pessoas acreditam que essas doenças estão relacionadas apenas à aposentadoria, mas isso é um

equivoco. Segundo Tumas, é com o avanço da idade que esses problemas começam a surgir. Ele ressalta que, embora a aposentadoria ocorra em uma fase específica da vida, os problemas de saúde, como doenças neurodegenerativas, estão mais ligados ao processo natural de envelhecimento do que ao ato de se aposentar.

2 TECNOLOGIA EM PROL DOS IDOSOS

A tecnologia tem transformado profundamente a forma como vivemos e lidamos com desafios diários, especialmente no cuidado com os idosos. Cuidar de alguém, seja um familiar ou paciente, exige muita dedicação, paciência e carinho. Pensando nisso, um site voltado para cuidadores de idosos pode ser uma ferramenta essencial para facilitar a rotina de quem se dedica a esse trabalho tão valioso. Mais do que fornecer informações técnicas, essa plataforma pode ser um espaço de apoio e acolhimento, ajudando os cuidadores a se sentirem mais confiantes e preparados para cuidar bem de quem precisa. Nos últimos anos, a tecnologia tem sido uma ponte para conectar pessoas e construir redes de apoio em diversas áreas, e a necessidade de cuidar bem dos idosos é uma das mais urgentes.

Com o envelhecimento acelerado da população, muitos cuidadores enfrentam sozinhos os desafios do dia a dia, sem acesso a orientações claras ou suporte. Criar um site para cuidadores de idosos é uma maneira de usar a tecnologia para suprir essa necessidade, oferecendo um espaço acessível onde os cuidadores possam encontrar, além de respostas para dúvidas práticas, suporte emocional e uma rede de pessoas que compreendem os desafios que enfrentam. Uma plataforma desse tipo poderia oferecer conteúdos e ferramentas úteis, como dicas sobre como lidar com problemas de saúde comuns na terceira idade, informações sobre alimentação e nutrição, orientações para prevenir quedas e até conselhos sobre cuidados básicos que ajudam a manter a saúde mental do idoso.

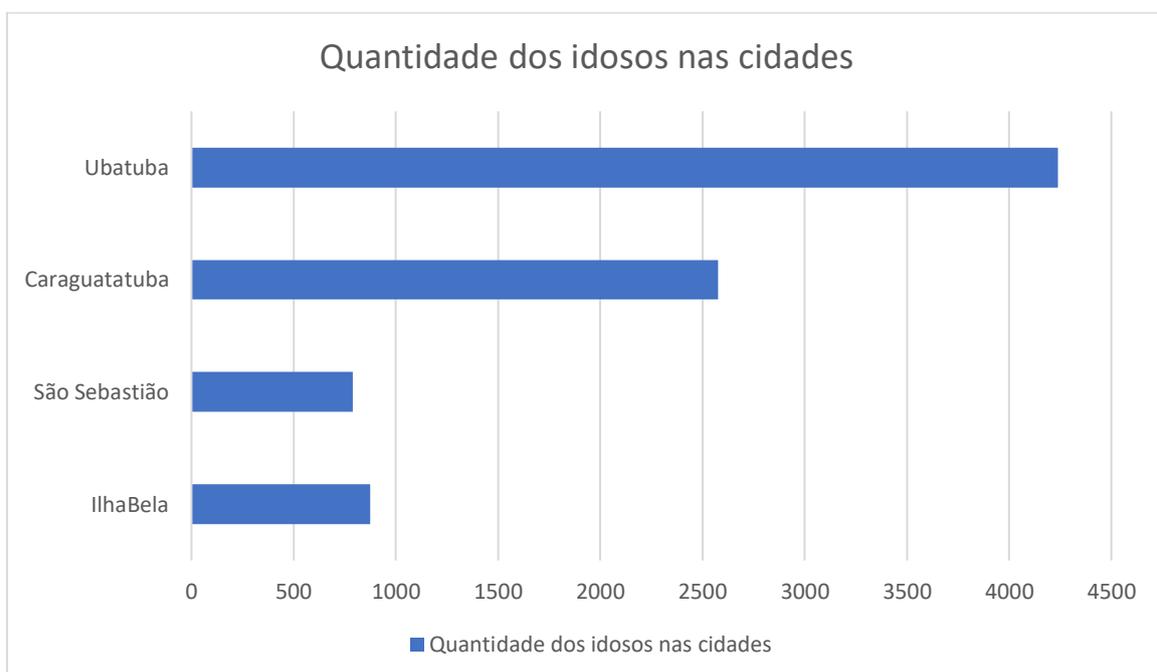
Mais importante ainda, ela poderia se tornar um ponto de encontro para quem cuida, proporcionando um espaço para a troca de experiências e desabafos. Saber que outras pessoas em situações semelhantes estão disponíveis para ouvir e oferecer apoio pode ser reconfortante e fortalecer a rede de cuidado. Afinal, quem cuida muitas

vezes precisa de um suporte que só outro cuidador entende. O estudo de José, Alessander Gonçalves (2019) enfatiza um aspecto fundamental: os idosos dependentes não precisam apenas de cuidados físicos, mas de uma abordagem integral que os reconheça como indivíduos com histórias, sentimentos e necessidades próprias.

No contexto do cuidado, a tecnologia vai além de simples ferramentas, devendo ser utilizada para melhorar a qualidade de vida, promovendo conforto, segurança e maior autonomia. Quando aplicada com empatia, a tecnologia pode se tornar uma ponte entre o cuidado físico e o afetivo, ajudando o idoso a manter sua independência, monitorando sua saúde de maneira discreta e permitindo que se conecte com seus entes queridos, mesmo à distância. Para que isso aconteça de forma eficaz, é essencial que a tecnologia seja acessível, fácil de usar e sensível às limitações e desejos dos idosos.

3 A IMPORTANCIA DOS CUIDADORES NA VIDA DOS IDOSOS

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), nas cidades do Litoral Norte de São Paulo (Ilhabela, São Sebastião, Caraguatatuba e Ubatuba), em 2022 havia cerca de 8.477 idosos, entre homens e mulheres.



Fontes: IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (2022).

Embora a depressão seja frequentemente associada aos jovens, são os idosos que lideram o ranking dos mais afetados por essa condição. Segundo a última Pesquisa Nacional de Saúde, realizada em 2019 pelo IBGE, os dados destacam a necessidade urgente de maior atenção e cuidado com os idosos, especialmente no Litoral Norte de São Paulo, devido à escassez de recursos e à falta de atenção adequada. As quatro cidades não oferecem atendimento noturno público para os idosos, nem um canal direto e acessível para o contato com cuidadores. O atendimento noturno disponível é exclusivamente particular, prejudicando aqueles que não têm condições financeiras para custear uma casa de repouso. Além disso, o contato com cuidadores e casas de repouso tem se mostrado ineficiente, dificultando a busca por profissionais que prestem esse tipo de serviço, apesar da alta demanda na região. Diante desse cenário, surgiu a ideia de desenvolver uma plataforma que facilite o encontro entre idosos e seus responsáveis com cuidadores.

Iniciamos o processo com o desenvolvimento da parte escrita do projeto, realizando pesquisas sobre as necessidades do nosso público-alvo, os serviços públicos disponíveis para idosos e a dinâmica de interação entre os necessitados e os prestadores de serviço. Foi a partir dessas pesquisas que compreendemos melhor o propósito e os objetivos da nossa plataforma, identificando formas de aprimorá-la e torná-la mais eficiente.

4 CULTURA DO CUIDADO

Todas as pessoas envolvidas no cuidado de uma pessoa idosa, sejam cuidadores profissionais ou membros da família, precisam adotar a cultura do cuidado, compreendendo que a comunicação e a empatia devem prevalecer na relação, a fim de evitar conflitos desnecessários. A cultura do cuidado é um conjunto de valores, atitudes e práticas que promovem o atendimento às necessidades físicas, emocionais e sociais das pessoas. Essa cultura pode se manifestar em diferentes contextos, como relações familiares, comunidades, ambientes de trabalho, instituições de saúde e na sociedade em geral.

A empatia é a essência da cultura do cuidado, pois nos esforçamos para entender a dor e as necessidades dos outros (B. Brown, 2020). Isso envolve a capacidade de se colocar no lugar do outro e agir com sensibilidade. Uma cultura de cuidado reconhece e respeita a diversidade em todas as suas formas, incluindo diferenças culturais, étnicas, religiosas, de gênero e de idade. Além disso, valoriza a individualidade e promove a inclusão. Cuidar frequentemente exige esforços colaborativos. Uma cultura de cuidado incentiva a cooperação e o trabalho em equipe, reconhecendo que diferentes habilidades e perspectivas são essenciais para fornecer um atendimento abrangente. A cultura do cuidado não se limita à resposta a doenças ou dificuldades; ela enfatiza a promoção da saúde e do bem-estar. Isso inclui práticas preventivas, educação em saúde e a criação de ambientes que favoreçam estilos de vida saudáveis. Cuidar também está diretamente associado à responsabilidade social e ética. Isso significa agir de maneira ética, respeitando os direitos e a dignidade das pessoas, além de reconhecer o papel de cada indivíduo na construção de uma sociedade mais compassiva.

4.1 Comunicação entre o idoso e o cuidador

O ato de se comunicar envolve e manifesta o desejo humano de manter uma conexão com outro semelhante. Através dessa ação é possível potencializar as relações humanas em todas as outras dimensões (CARVALHO; JERONIMO; SILVA, 2020). Entre cuidadores e pacientes, a boa comunicação é fundamental para que a pessoa cuidada seja assistida da melhor forma possível. Por diversos motivos, o idoso pode perder a capacidade de falar, se expressar, de ouvir e compreender. A falta de comunicação clara pode levar ao isolamento social, impactando negativamente a saúde mental dos idosos, L. Carstensen, (2020).

4.2 Relação entre o cuidador e o familiar do idoso

Estabelecer uma comunicação aberta e honesta gera confiança e segurança nos familiares. Além disso, realizar reuniões regulares é de suma importância para discutir expectativas, preocupações e planos de cuidados, promovendo uma parceria colaborativa nos detalhes da atenção ao idoso. Em uma

entrevista com a cuidadora Tatiane, da cidade de São Sebastião, ela relatou a importância desse contato com os familiares para compreender como eles tratam o idoso e qual é o grau de importância que o idoso tem para seus entes queridos. Manter uma comunicação constante com os familiares sobre os cuidados realizados e o estado de saúde do idoso é essencial. Isso permite entender suas necessidades médicas e outras observações relevantes, garantindo um atendimento mais humanizado e eficaz.

5 HOMECARE - CUIDADOS DOMICILIARES

O site da HomeCare tem como objetivo oferecer empregabilidade e um site seguro e acessível por todo Litoral Norte para conectar esses cuidadores com os familiares dos idosos, assim facilitando o contato entre ambos com cuidado elevado e conforto de todos. Com ele pretendemos melhorar a qualidade de vida dos idosos para que eles não se sintam mais sozinhos e tenham uma boa companhia. No nosso site será possível anexar as informações pessoais dos cuidadores e dos idosos. Com isso o responsável pelos idosos poderão ver o perfil dos cuidadores e analisar os dados e ter contato diretamente com os pretendentes, trazendo confiabilidade e segura de ambas as partes.

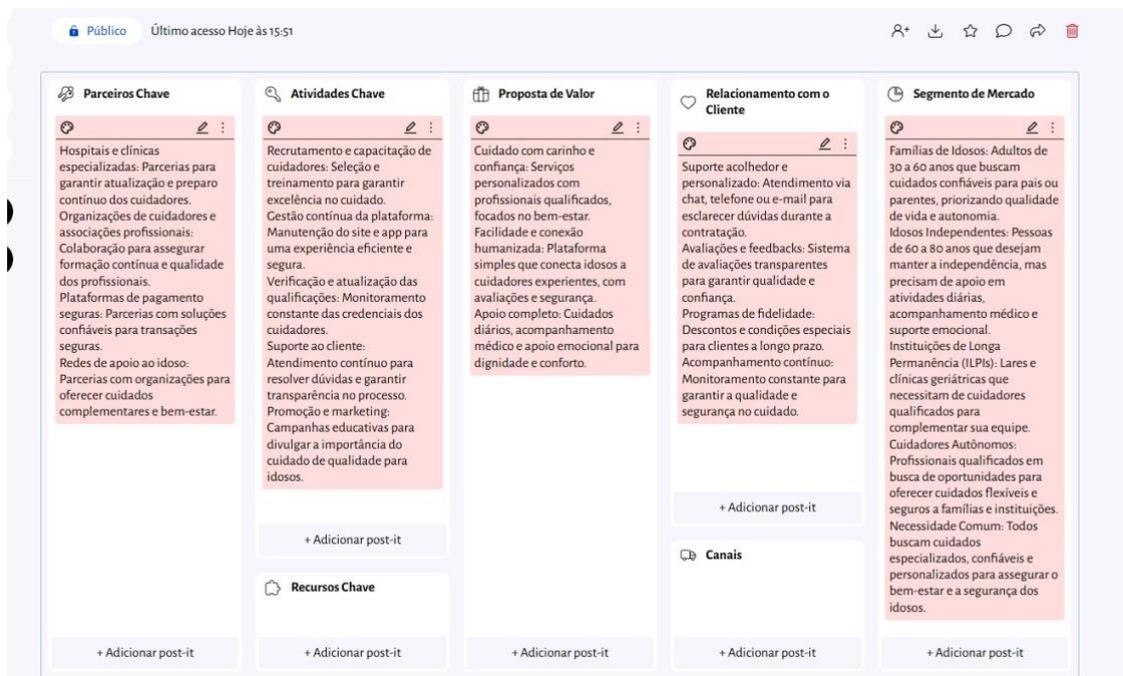
5.1 Funcionalidades

Na tela inicial teremos algumas informações sobre o HomeCare. Indo no canto superior direito teremos um menu onde os cuidadores e os familiares podem se cadastrar e visualizar o perfil de ambos cadastrados. No perfil dos cuidadores eles poderão anexar suas informações como habilidades, experiências e certificados. E no perfil dos idosos colocaram necessidades e cuidados necessários que eles precisam. Disponibilizariam os calendários e horários disponíveis para cuidador de tal idoso.

5.2 Canvas

Para o desenvolvimento desse trabalho utilizamos o Canvas Sebrae para começarmos a estruturar o nosso modelo de negócios e para nos ajudar a organizar as ideias. Ele obtém oito blocos que são: proposta de valor, segmentos de mercado,

canais, recurso chave, atividades chave, estrutura de custos, fontes de renda, parceiros chave, relação com o cliente.



Fonte: Maria Clara, Maycon e Rayssa.

Proposta de valor: Site que possibilita um contato direto entre cuidadores e familiares de idosos, fazendo com que eles se conheçam e criem uma confiabilidade um no outro.

Segmento de mercado: Nosso segmento inclui famílias de idosos, idosos de 60+ e cuidadores profissionais que procuram empregabilidade e cuidados personalizados e confiáveis.

Canais: Além do site utilizaremos plataformas também como e-mail, número de telefone e entre outros para a fácil comunicação. E no próprio site terá informações sobre o site.

Recurso chave: Os recursos seriam sempre as atualizações do site, cuidadores especializados e competentes, assim facilitando com que os familiares escolham os cuidadores adequados.

Atividade chave: As atividades seriam a recrutamento e capacitação dos cuidadores ideias, a gestão contínua do site para as manutenções e suporte para os familiares para que eles sempre resolver dúvidas.

Fontes de renda: Nossa fonte de renda será as inscrições no site que serão as assinaturas e manutenções do site.

Parceiros chave: Nosso parceiros seriam os hospitais e clínicas para garantir pessoas confiáveis e redes de apoio aos idosos para garantir bons cuidados e bem estar.

Relacionamento com o cliente: Teremos suporte acolhedor e personalizado para cada idoso, avaliações feedbacks os cuidadores e dos familiares.

6 CONCLUSÃO

Tendo o intuito de gerar empregabilidade e visibilidade ao trabalho dos cuidadores, e confiança e segurança aos familiares dos idosos, desenvolvemos este site para nossa região, amenizando as dificuldades e falta de visibilidade nesse nicho. Sabemos que a tecnologia tem crescido e obtido um lugar prevaletido nos dias atuais, tendo o seu lado positivo e negativo. Para muitos, a tecnologia é conhecida como o problema da geração, mas essa geração tem trago muitas oportunidades em conjunto com toda a evolução tecnológica. Não fomos diferentes ao olhar para tecnologia como nossa aliada para desenvolvermos um bom trabalho para nossa região, que movimentasse uma área que não é conhecida, geralmente não é bem vista ou valorizada, e com isso, enxergamos e estamos disponíveis a fazer muitos enxergarem que, se bem utilizada, a tecnologia tem o seu lado bom e valioso para inúmeras áreas. Este trabalho ainda não foi inserido e executado para que obtenhamos resultados, lucros, etc. Porém, esperamos que todo o nosso público alvo passe a ser bem atendido, que os familiares deem mais valor ao trabalho dos cuidadores e que os cuidadores tenham mais visibilidade e oportunidades dentro daquilo que são especializados.

REFERÊNCIAS

CARVALHO, Mayara; JERONIMO, Lucas; SILVA, Elaine Cristina. Comunicação Não-Violenta: diálogos e reflexões. Belo Horizonte, MG: Instituto Pazes, 2020.

GONÇALVES, José. Contratação de serviços de cuidadores de idosos a partir de plataforma on-line: uma análise sob a ótica de diferentes atores institucionais. 2019. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/214620>. Acesso em: 19 out. 2024.

IBGE. Caraguatatuba – Panorama. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sp/caraguatatuba/panorama>. Acesso em: 28 ago. 2024, às 17:49.

IBGE. Ilhabela – Panorama. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sp/ilhabela/panorama>. Acesso em: 28 ago. 2024, às 17:48.

IBGE. São Sebastião – Panorama. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/al/sao-sebastiao/panorama>. Acesso em: 28 ago. 2024, às 17:47.

IBGE. Ubatuba – Panorama. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/sp/ubatuba/panorama>. Acesso em: 28 ago. 2024, às 17:47.

PESQUISA DO IBGE APONTA QUE IDOSOS SÃO OS MAIS AFETADOS PELA DEPRESSÃO. Jornal da USP, 2021. Disponível em: <https://jornal.usp.br/atualidades/pesquisa-do-ibge-aponta-que-idosos-sao-os-mais-afetados-pela-depressao>. Acesso em: 29 ago. 2024, às 16:23.

SOUTO, Juliana Dutra; DOMINGOS, Emanuele Barros; CALVACANTE, Karla Pinheiro. O IMPACTO DO ISOLAMENTO SOCIAL NA SAÚDE MENTAL DE IDOSOS DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19 NO BRASIL: REVISÃO DE LITERATURA. In: Conexão Unifametro 2023 – Fortaleza – CE, 2023. Disponível em: <https://doity.com.br/anais/conexaounifametro2023/trabalho/323329>. Acesso em: 23 out. 2024, às 16:22.

TERÇA DA SERRA. Como resolver os conflitos entre cuidador e idoso. Disponível em: <https://www.tercadaserra.com.br/como-resolver-os-conflitos-entre-cuidador-e-idoso/#:~:text=Soluc%C3%A7%C3%A3o%3A%20Estabele%C3%A7a%20uma%20comunica%C3%A7%C3%A3o%20aberta,e%20desejos%20da%20pessoa%20idosa.> Acesso em: 29 out. 2024, às 21:28.

VOLLENZ. A boa comunicação entre cuidador e idoso. Disponível em: <https://www.vollenz.com/a-boa-comunicacao-entre-cuidador-e-idoso/#:~:text=Use%20frases%20curtas%20e%20objetivas,no%20meio%20de%20sua%20fala.> Acesso em: 29 out. 2024, às 21:58.