



cuidador possível. “Quando começar a cuidar de um idoso, tire todas as dúvidas com médicos e, inclusive, com os familiares dessa pessoa”, recomenda a geriatra.

Por inúmeras razões, a profissão de cuidador tem crescido cada vez mais, especialmente pela ampla carga de pessoas que, hoje, estão presentes no mercado de trabalho. “Antigamente, quando alguém ficava doente, a esposa parava de trabalhar e ficava à mercê das tarefas com os pais ou até mesmo sogros”, explica Priscilla. Hoje, porém, em alguns lares, não há como aplicar essa realidade. “É importante que um profissional bem habilitado faça com que esse idoso tenha um bom envelhecimento”, enfatiza.

Em hipótese alguma, um cuidador pode ser mal educado ou tratar o idoso como criança.

“Quando a gente infantiliza o idoso, geralmente, ele fica mais irritado, e os cuidados ficam mais difíceis, diferentemente da criança, que consegue obedecer ordens. Tratando-se de um idoso, é necessário fazer acordos”, aconselha. Aliado a isso, é de suma importância que esse indivíduo seja cercado por uma rede de apoio e afeto.

Contando, sobretudo, com o carinho dos familiares que também estejam vivendo de perto as dificuldades que é ser um suporte para outra pessoa. Essa empatia é primordial, inclusive, ao cuidador, que pode fazer com que a doença desse paciente seja menos sofrível. Ser formado, possuir cursos e ter amor no coração são as características principais para aqueles que buscam um cuidador para além da profissão.

## NÃO À VIOLÊNCIA

Segundo dados apresentados pela pesquisadora emérita da Fiocruz Cecília Minayo, durante palestra realizada em Brasília, em 2019, intitulada *Violências contra a pessoa idosa e estratégias para reduzi-las*, mais de 60% dos casos de violência contra idosos ocorrem nos lares. Esse contexto não se refere só ao Brasil, mas, sim, internacionalmente. De acordo com ela, dois terços dos agressores são filhos, que agridem mais que filhas, noras ou genros, e cônjuges — respectivamente. Os idosos, por outro lado, quase não denunciam, por medo e para protegerem os familiares.

Entre as vítimas de violência estão idosos que tiveram comportamento agressivo com a família ao longo da vida e famílias com histórico violento. Em relação aos cuidadores, inserem-se no contexto da violência aqueles que tenham sido ou continuam sendo vítimas de violência, que sofrem depressão ou outro tipo de sofrimento mental e em situação de exaustão. Apenas de janeiro a maio de 2023, o Disque 100, da Ouvidoria Nacional de Direitos Humanos, recebeu 47 mil denúncias e registrou 282 mil violações referentes às pessoas idosas.

## O QUE UM CUIDADOR PRECISA TER?

- Paciência
- Boa vontade
- Sensibilidade e carinho
- Curso de cuidador
- Buscar dicas práticas para cuidar de idoso
- Estudar a doença que o idoso de quem cuida tem
- Saber lidar com pressão
- Manter equilíbrio físico e mental
- Saber respeitar o idoso

Fonte: Priscilla Mussi, coordenadora de geriatria do Hospital Santa Lúcia, de Brasília, e do programa Cuidar+