

Intervenções de Enfermagem de Reabilitação na Prevenção das Lesões Musculoesqueléticas do Cuidador

Rehabilitation Nursing Interventions in Preventing Caregiver Musculoskeletal Injuries

Revisão Scoping

Joana Santos Afonso^{1,2,3,5} & Júlio Belo Fernandes^{4,5}

1- First-year Master's Student in Rehabilitation Nursing at Escola Superior de Saúde Egas Moniz, 2829-511, Monte de Caparica, Almada. 2- Founder & CEO of Careceiver, 2855-579, Setúbal, Portugal 3- Research Fellow at NOVA Medical School (MS) & NOVA School of Business and Economics (SBE), 1169-056, Lisboa, Portugal. 4- Coordinator Professor Rehabilitation Nursing Masters at Escola Superior de Saúde Egas Moniz, 2829-511, Monte de Caparica, Almada. 5- Nursing Magazine Projetar Enfermagem, 2829-511, Monte de Caparica, Almada.

INTRODUÇÃO

O aumento da esperança média de vida da população, aliado ao aumento de doenças crónicas, tem tido um impacto significativo nos sistemas de saúde em todo o mundo. Este fenómeno tem conduzido a um aumento do número de pessoas que precisam de cuidados em casa, com os cuidadores informais desempenhando um papel crucial nesse processo. No entanto, é importante notar que a prestação de cuidados pelos cuidadores informais pode resultar em sobrecarga objetiva, com consequências adversas para a saúde psicológica e física, em concreto a prevalência de lesões musculoesqueléticas, que pode ter um impacto significativo na qualidade dos cuidados prestados à pessoa cuidada (Stefanou et al., 2022; Pereira, 2021; Kuznecovienė et. al., 2022; Powell-Cope et al. 2022; Loo et.al, 2021)

Palavras-Chave: Reabilitação | Enfermagem | Fisioterapia | Dor Musculoesquelética | Cuidador Informal

QUESTÃO DE INVESTIGAÇÃO

Quais são as intervenções do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação (Contexto) na Prevenção de Lesões Músculo-Esqueléticas (Conceito) nos Cuidadores Informais (População)?

OBJETIVO

Identificar as intervenções do Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Reabilitação (EEER) na Prevenção das Lesões Musculoesqueléticas do Cuidador Informal.

METODOLOGIA

Dois revisores independentes desenvolveram um protocolo de revisão Scoping utilizando a metodologia proposta pelo Joanna Briggs Institute (Peters et al., 2015) **BASES DE DADOS:** CINAHL Complete, MEDLINE complete e Nursing & Allied Health Collection: Comprehensive, da plataforma EBSCOhost.

EQUAÇÃO BOLEANA

(rehabilitation) AND (caregivers) AND ((patient handling OR Musculoskeletal pain))

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO:

- Estudos qualitativos e quantitativos;
- Documentos escritos em língua inglesa e portuguesa;
- Intervenções de reabilitação que previnam Lesões Musculoesqueléticas do Cuidador Informal;

CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO:

- Sem relação com o objeto de estudo;
- Repetidos nas diferentes bases de dados;
- Escritos em idiomas diferentes da língua inglesa e portuguesa;
- Indisponíveis em texto integral.

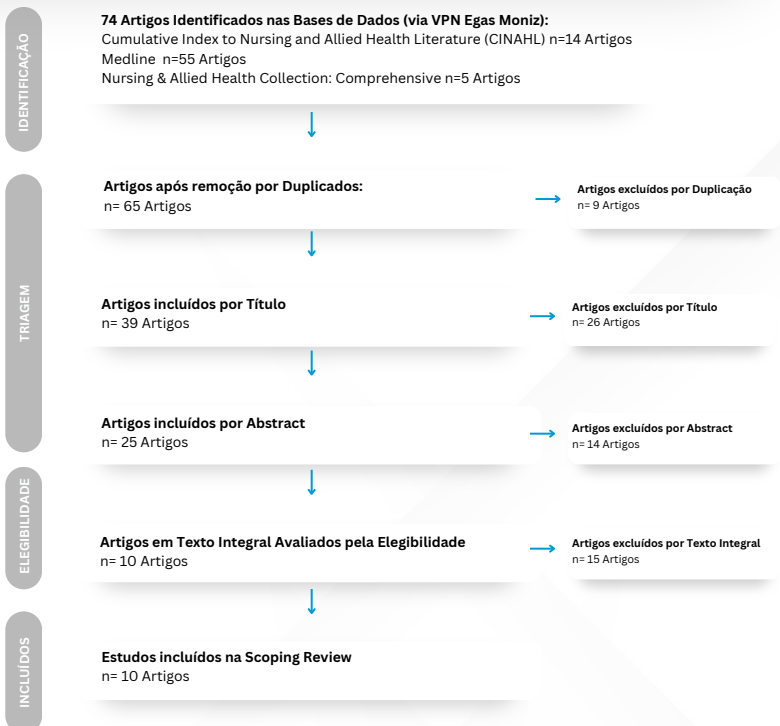


Figura 1. Fluxograma PRISMA do processo de selecção de estudos.

DISCUSSÃO DE RESULTADOS

IMPLEMENTAÇÃO DE GUIDELINES/POLÍTICAS/PROGRAMAS DE SAÚDE PÚBLICA QUE INCLUAM PLANOS DE REABILITAÇÃO DE EXERCÍCIOS E HIGIENE POSTURAL

A posição privilegiada do enfermeiro de reabilitação, em constante contacto direto com a população, quer seja em meio institucional ou domiciliário, cria as condições necessárias para apostar na implementação de medidas de promoção da literacia em saúde, no âmbito da correta mobilização/posicionamento das pessoas cuidadas, inter-relacionando todas as variáveis a favor de posturas naturais, ergonómicas e energeticamente eficientes e não muscularmente contraproducentes (Smith et al., 2023; AminiPay, et al., 2021; Gokcin et al., 2021; Kitagawa, et al., 2020; Owlia, et al. 2020; Nobakht, et.al., 2020; Vatwani, et al., 2017; Piccenna, et al., 2017; Suzuki, et al., 2016; Ariza-Vega, et al., 2019).

CRIAÇÃO DE PLANOS DE FORMAÇÃO E CAPACITAÇÃO DIGITAL

A formação digital, permite ao cuidador informal ter acesso a informação sobre postura e mobilização dos seus familiares com doenças crónicas e dependência. Plataformas online e redes sociais permitem acesso fácil e atualizado a informação de qualidade, sem a necessidade de deslocação ou gastos extras. A intervenção baseada na web promove a comunicação contínua com enfermeiro de reabilitação e garante a monitorização efetiva, melhorando a qualidade dos cuidados e prevenção de lesões musculoesqueléticas (Smith et al., 2023; Gokcin et al., 2021; Owlia, et al. 2020; Nobakht, et.al., 2020).

PRESCRIÇÃO PERSONALIZADA DE PRODUTOS DE APOIO

Através da prescrição personalizada de produtos de apoio, como próteses, órteses ou outros dispositivos de apoio, os enfermeiros podem fornecer aos cuidadores informais os recursos necessários para cuidar das pessoas que precisam de assistência de forma mais eficiente e segura. Além disso, a adaptação e modificação do ambiente doméstico, juntamente com a prescrição de equipamentos ergonómicos adequados, podem ajudar a melhorar o desempenho dos cuidadores (AminiPay, et al., 2021; Suzuki, et al., 2016; Ariza-Vega, et al., 2019).

PROMOÇÃO DE INTERVENÇÕES DE FOLLOW-UP

As intervenções de follow-up do enfermeiro de reabilitação podem ser uma excelente forma de prevenir lesões musculoesqueléticas e promover a saúde e bem-estar dos cuidadores. O acompanhamento dos cuidadores após o início dos cuidados é fundamental para a identificação precoce de problemas de saúde relacionados com os cuidados prestados (Smith et al., 2023; Gokcin et al., 2021).

CONCLUSÃO

A criação de programas de saúde pública diversificados que incluam planos de reabilitação de exercícios e higiene postural trarão benefícios significativos à qualidade de vida dos cuidadores informais e das pessoas sob seus cuidados. A literatura incentiva os enfermeiros de reabilitação a desempenhar um papel crucial na promoção de medidas de literacia em saúde, na prescrição de produtos de apoio personalizados, na adaptação do ambiente domiciliário, no acompanhamento contínuo de modo a prevenir lesões musculoesqueléticas e a promover o bem-estar dos cuidadores.

Para além disso é sugerido que formação digital funcione um complemento valioso que pode proporcionar informações atualizadas e acessíveis aos cuidadores informais, além de promover a comunicação contínua com os enfermeiros de reabilitação permitindo o despiste de riscos ou complicações e a parametrização rigorosa essencial a uma vigilância eficiente.

BIBLIOGRAFIA

SCAN ME

