VOLUME 8

RIAGE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE GERONTOLOGIA

A enfermagem de saúde familiar no empoderamento do idoso com doença crónica

Family health nursing in empowering elderly people with chronic disease

Joana Andrade, Manuela Cerqueira

1- Irmandade e Santa Casa da Misericórdia de Santo Tirso - (Unidade de Média Duração e Reabilitação)
2- Instituto Politécnico de Viana do Castelo - Escola Superior de Saúde;
3- Nursing UICISA: E Cluster of the Health School of the Polytechnic Institute of Viana do Castelo à Health Sciences Research Unit: Nursing UICISA: E Nursing school of Coimbra – Portugal
Corresponding author: joanandrade15@gmail.com

Informação do artigo
Recebido: 31/03/2025
Revisto: 05/05/2025
Aceite: 30/06/2025

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International

RESUMO

Introdução: Cuidar de idosos portadores de doenças crónicas exige um conhecimento efetivo do contexto intra e extrafamiliar onde estão inseridos, promovendo assim, a sua qualidade de vida. Neste sentido, é importante destacar os benefícios da intervenção do Enfermeiro de Saúde Familiar no controlo das doenças crónicas. **Métodos:** Revisão narrativa da literatura, realizada no período de 01 de fevereiro de 2025 a 10 de fevereiro de 2025. **Resultados**: Na análise narrativa da literatura, verificou-se um baixo nível de Literacia em Saúde, nas pessoas com mais de 65 anos. As barreiras geográficas impossibilitam o acesso aos Cuidados de Saúde Primários, o que interfere negativamente na adesão terapêutica. O Enfermeiro de Saúde Familiar, é visto como um guia essencial em todo o processo educativo, da pessoa e família, fornece assim, conhecimento e *empowerment* para promover respostas saudáveis às mudanças. **Discussão:** É deveras importante o acompanhamento por parte do Enfermeiro de Saúde Familiar, para a adoção de estilos saudáveis por parte da população idosa, de modo a consciencializa-los, utilizam a Educação Para a Saúde como estratégia, intervêm reduzindo os fatores stressores e centram-se nas forças do idoso. **Conclusão**: O Enfermeiro de Saúde Familiar, ao conhecer os vários desafios específicos de cada contexto, está habilitado a implementar intervenções personalizadas ao idoso com doença crónica de modo a empoderá-lo. Assim a sua qualidade de vida é melhorada, bem como de todo o seu sistema familiar.

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369

Palavras-Chave: Empoderamento; Idoso; Doença Crónica; Enfermagem Familiar.

ABSTRACT

Introduction: Caring for elderly people with chronic diseases requires effective knowledge of the intra and extra-familial context in which they are inserted, thus promoting their quality of life. In this sense, it is important to highlight the benefits of the Family Health Nurse's intervention in the control of chronic diseases. **Methods:** Narrative review of the literature, carried out from February 1, 2025 to February 10, 2025. **Results:** In the narrative analysis of the literature, a low level of Health Literacy was found in people over 65 years of age. Geographical barriers make access to Primary Care impossible, which negatively impacts therapeutic adherence. The Family Health Nurse is seen as an essential guide throughout the educational process of the person and family, thus providing knowledge and empowerment to promote healthy responses to change. **Discussion:** It is very important for the Family Health Nurse to monitor the adoption of healthy lifestyles by the elderly population, in order to raise their awareness, use Health Education as a strategy, intervene to reduce stress factors and focus on the strengths of the elderly. **Conclusion:** The Family Health Nurse, by knowing the various specific challenges of each context, is able to implement personalized interventions for elderly people with chronic diseases in order to empower them. This improves your quality of life, as well as that of your entire family system.

Keywords: Empowerment; Aged; Chronic Disease; Family Nursing

INRTODUÇÃO

Com o elevado aumento de doenças crónicas na sociedade, os serviços de saúde enfrentam um grande desafio, exigindo atenção especializada por parte dos profissionais de saúde, nomeadamente do Enfermeiro de Saúde Familiar.

Cuidar de idosos com doenças crónicas exige conhecimento de todo o contexto em que este está inserido, quer do contexto intra, quer do contexto extrafamiliar, de modo a que a sua qualidade de vida seja assegurada. Para isso, segundo Nóbrega e Figueiredo (2020), por meio do empoderamento, os enfermeiros podem fortalecer a autonomia destas pessoas, para que adotem comportamentos mais adequados e mais saudáveis.

É essencial que o Enfermeiro de Saúde Familiar, utilize uma linguagem clara, forneça informações adequadas, respeite as capacidades cognitivas, crenças culturais e a situação socioeconómica do idoso. Tudo isto, vai interferir na adesão ao regime terapêutico. É de referir que a troca de informações entre o enfermeiro e o idoso com doença crónica é essencial para que sejam tomadas decisões mais assertivas, ou seja, que vão de encontro às necessidades reais da pessoa (Nóbrega & Figueiredo, 2020).

De facto, a experiência dos Enfermeiros na Saúde Familiar, bem como as suas estratégias de comunicação utilizadas, permitem identificar lacunas existentes para que sejam desenvolvidas estratégias educativas adaptadas, de modo a contribuir para a melhoria da saúde da população (Lopes et al., 2024). Assim, a Literacia em Saúde é

cada vez mais essencial para a melhoria dos indicadores de saúde. Ela é decisiva para a capacitação e Promoção da Saúde e a sua falta, conduz a graves consequências tanto individuais, quanto coletivas.

Em Portugal, idosos com baixa Literacia em Saúde encaram dificuldades no acesso e na compreensão de informações relacionadas com a saúde (Lages et al., 2024). O baixo nível de Literacia em Saúde, tem impacto na receção dos cuidados, pois os idosos precisam de compreender os rótulos dos medicamentos, seguir orientações, entre outros (Mendes et al., 2021).

Neste sentido, é importante destacar os benefícios da intervenção do Enfermeiro de Saúde Familiar no controlo das doenças crónicas, de modo a que o envelhecimento saudável não seja comprometido. Por conseguinte, colocou-se como questão de investigação: "Qual os benefícios da intervenção do Enfermeiro de Saúde Familiar no empoderamento do idoso com doença crónica?", com o objetivo de identificar os benefícios da intervenção do Enfermeiro de Saúde Familiar no empoderamento do idoso com doença crónica, com a intencionalidade de reduzir fatores indutores de stress, potenciando deste modo, o seu bem-estar.

METODOLOGIA

Efetuada uma revisão narrativa da literatura, mergulhando em diversas fontes de informação após a definição da questão de pesquisa que orientou a nossa procura e análise dos benefícios da intervenção do Enfermeiro de Saúde Familiar no empoderamento do idoso com doença crónica, considerando diferentes perspetivas. Assim, identificou-se as fontes de informação mais relevantes, como a b-on (Biblioteca do Conhecimento Online), que possibilitou uma análise dos termos mais utilizados na referida temática e quais os descritores associados.

De seguida, após identificação dos descritores (Empoderamento; Idoso; Doença Crónica; Enfermagem Familiar), foi elaborada uma segunda pesquisa na b-on, utilizando-se a seguinte equação boleana: ("Empoderamento" AND " Idoso" AND "Doença Crónica" AND "Enfermagem Familiar"). Para complementar a pesquisa, foram consultadas as bases de dados SciELO e Google Académico, de forma a responder à questão de investigação.

Procedeu-se posteriormente à triagem de títulos e resumos. Foram apenas incorporados artigos relevantes e excluindo-se os não pertinentes. Também foram analisadas as referências bibliográficas, dos estudos identificados, por forma a complementar a nossa pesquisa. Incluiu-se artigos dos últimos 5 anos, escritos em Português e Espanhol (num total foram 5 selecionados). Por último, foi realizada a sintetização dos achados relativos às Intervenções do Enfermeiro de Saúde Familiar no empoderamento do idoso com doença crónica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A apresentação, discussão e análises dos resultados será abordada em três secções, para melhor compreensão: Autocuidado, Literacia em Saúde e Capacitação das famílias.

Autocuidado

Segundo Nóbrega e Figueiredo (2020), atentam que muitos idosos com doenças crónicas precisam de cuidar de si próprios para adotar hábitos de vida saudáveis.

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369

Assim, identificar os fatores que influenciam o autocuidado, pode ajudar os enfermeiros a criar intervenções de modo que melhorarem a saúde destes, estas intervenções, são focadas na atividade física, alimentação saudável, consumo moderado de álcool, entre outros. sessões de Educação para a Saúde, bem como a realização de telefonemas individualizados, reuniões mensais para esclarecimento de dúvidas também são eficazes e eficientes.

Nóbrega e Figueiredo (2020), reforçam ainda, que as pessoas devem adotar e adquirir hábitos saudáveis, pois só assim, conseguem trabalhar o seu empoderamento, ou seja, a sua capacidade de tomar controlo da sua saúde, o apoio social e familiar é essencial.

Elementos como influência, autoestima, autoeficácia, competência e capacidade de controlo são cruciais para este empoderamento, capacitando os idosos a melhorar o seu autocuidado na gestão da doença crónica (Nóbrega & Figueiredo, 2020).

Idosos com baixos níveis de Literacia em Saúde, usam inadequadamente os serviços de saúde e por sua vez têm hábitos menos saudáveis e baixa qualidade de vida (Lages et al., 2024).

Literacia em Saúde

A Literacia em Saúde é basilar para a capacitação e para a Promoção da Saúde. Baixos níveis Literacia em Saúde podem gerar problemas significativos tanto para os idosos, quanto para a sociedade, agravando assim as desigualdades na saúde (Lages et al, 2024).

Lopes et al. (2024), referem que os idosos com mais de 65 anos, na sua maioria, têm baixos níveis de Literacia em Saúde, onde Portugal se posiciona abaixo dos outros países europeus. A baixa escolaridade implica, geralmente, menos competências em saúde e por consequência baixa Literacia em Saúde. De referir que as mulheres são mais capacitadas em relação aos homens, o que por sua vez, pode ajudá-las a tomar decisões para evitar doenças e adotar hábitos saudáveis.

Também Lages et al. (2024), referem que os idosos com doenças crónicas, são os que mais têm baixos níveis de Literacia em Saúde.

As consultas de enfermagem nos Cuidados de Saúde Primários são importantes para capacitar os idosos e as famílias a entenderem melhor a sua saúde, de acordo com o seu nível de Literacia, dando especial atenção à Promoção da Saúde e à Prevenção de Doenças (Lopes et al.,2024).

Promover a Literacia em Saúde nos idosos, capacita-os para o autocuidado e contribui para sistemas de saúde mais eficazes, de modo a que as desigualdades em saúde não progridam.

Capacitação das famílias

O papel dos enfermeiros, nomeadamente do Enfermeiro de Saúde Familiar, é fundamental para a capacitação da família, estes auxiliam os familiares com estratégias de Promoção de Saúde, para que haja assim, obtenção de ganhos em saúde. Portanto, nos Cuidados de Saúde Primários, tanto a família, tanto o idoso, bem como o profissional de saúde são corresponsáveis no processo de cuidado, de modo a contribuir para a melhoria do bem-estar do utente e família (Abrunhosa, 2023).

O Enfermeiro de Saúde Familiar, ao realizar uma avaliação familiar adequada, ao utilizar uma comunicação assertiva e clara e envolver a família para atingir os

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369

objetivos traçados, consegue que o processo de comunicação se torne mais eficiente e eficaz. A capacitação deve ser personalizada, baseada na avaliação realizada anteriormente, nas forças da família, dinâmicas internas, caracterização socioeconómica, entre outros (Abrunhosa, 2023).

Existem algumas limitações, ao adotar a revisão narrativa da literatura. Há muita informação, mas com a sistematização na recolha de dados pode ocorrer desvio na informação, mas o objetivo é apenas capturar um panorama do conhecimento científico atual sobre o tema.

CONCLUSÃO

As mudanças na Sociedade Portuguesa exigem novas respostas de saúde personalizadas e mais próximas de toda a população, devem ser focadas na prevenção da doença, promoção da saúde, manutenção e reabilitação, com a intencionalidade de atingir a qualidade de vida de acordo com a perceção de cada um.

Ao longo do ciclo de vida todos nós desenvolvemos capacidades, sendo estas influenciadas por diversos fatores, quer intrínsecos ou extrínsecos, como família, escola, crenças, entre outros. Sabe-se que, o envelhecimento e estilos de vida pouco saudáveis aumentam a prevalência de doenças crónicas, limitando a independência do idoso (Mendes et al., 2021).

A doença crónica, vai de algum modo perturbar o idoso, afetando a autonomia. A família, como parte do ambiente, desempenha um papel fundamental no apoio à adaptação contínua do idoso às mudanças impostas pela doença, promovendo a estabilidade e o bem-estar. Assim, afirma o Modelo de Sistemas de Neuman, o sistema está em interação com o ambiente e em constante mudança. Portanto, a intervenção de enfermagem, pretende interagir com a pessoa e o ambiente, de modo a reduzir o stress e fortalecer a saúde do idoso (Mendes et al., 2021).

Com o surgimento e evolução de uma doença crónica, o idoso e sua família, vivenciam um período de incertezas, enfrentam inúmeras necessidades e desafios, pelo que têm de se adaptar às dificuldades e obstáculos vivenciados. Estes, necessitam de respostas eficazes por parte dos profissionais de saúde, especialmente das equipas multidisciplinares dos Cuidados de Saúde Primários, que desempenham um papel essencial no acompanhamento e apoio contínuo, nomeadamente do Enfermeiro de Saúde Familiar, que conhece a sua família na sua totalidade e globalidade.

O papel dos Cuidados de Saúde Primários é deveras importante, pois têm de responder às necessidades da população e contribuir para uma sociedade mais forte e dinâmica (Mendes et al., 2021).

Assim, a Enfermagem de Saúde Familiar, é um pilar e um agente de mudança, apresenta conhecimento científico para a tomada de decisão e colabora numa perspetiva sistémica, identificando as necessidades ao nível do autocuidado, apoiando o idoso e a sua família durante as suas transições.

Verifica-se que o empoderamento é visto como uma intervenção de enfermagem essencial para promover atitudes e comportamentos saudáveis, aqui destaca-se a Educação Para a Saúde. Com o empoderamento as pessoas e comunidade ganham mestria acerca de qualquer tema

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369

que lhe esteja intrínseco (Nóbrega & Figueiredo, 2020).

O idoso portador de doença crónica, ao ter consciência do seu estado de saúde, promove a sua consciencialização, permitindo assim, maior compreensão e adesão ao tratamento (Nóbrega & Figueiredo, 2020).

Segundo a Direção Geral da Saúde (2023), devem-se adotar estratégias promotoras de Literacia em Saúde interdisciplinares e multifatoriais, sendo que o Plano Estratégico definido por estes assenta em seis eixos: Boas Práticas em Literacia em Saúde, *Health Literacy Intelligence*, Comunicação, Mobilização Social, Ecossistemas Promotores de Saúde e Políticas de Saúde.

Nos Cuidados de Saúde Primários, com a Promoção da Literacia em Saúde os idosos ficam mais capacitados, bem como sua família, contribuindo assim, para o controlo da doença crónica.

Segundo o Regulamento n.º 428/2018 (2018), a Enfermagem de Saúde Familiar, aborda a família como uma unidade de cuidados, atendendo às necessidades individuais de cada membro ao longo do ciclo vital e em diferentes níveis de prevenção e desempenha um papel ativo na liderança e colaboração em processos de intervenção.

Os Enfermeiros de Saúde Familiar, devem investir na sua formação, de modo a adquirir competências técnicas, comunicacionais e relacionais. Devem saber elaborar um plano de cuidados adaptado para o idoso e sua família, baseado em evidências científicas, respeitando a sua autonomia.

REFERÊNCIAS

Abrunhosa, A. (2023). A importância do enfermeiro de saúde familiar, na capacitação das famílias. *A enfermagem e o bem-estar humano: teoria e prática*, *2*, 13-21. file:///C:/Users/PC/Downloads/a-importancia-do-enfermeiro-de-saude-familiar-na-capacitacao-das-familias%20(4).pdf;

Direção-Geral da Saúde. (2023). Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030. Plano Estratégico. Lisboa https://splsportugal.com/wp-content/uploads/2023/07/PLANO-NACIONAL-DE-LS-E-CIENCIAS-COMPORTAMENTAIS-23-30.pdf;

Lages, C., Costa, D., Graça, G., Matias, S., Pires, M., & Valido, S. (2024). A importância da Literacia em Saúde da população Idosa Portuguesa. *RIAGE-Revista Ibero-Americana de Gerontologia*, *6*, 14-25. https://www.riagejournal.com/index.php/riage/article/view/311/256;

Lopes, F., Caramelo, A. C. L. M., Monteiro, M. J. F. S. P., Rodrigues, V. M. C. P., & Soares, M. D. C. A. R. (2024). Literacia em saúde nos cuidados primários. *Motricidade*, *20*(1). https://revistas.rcaap.pt/motricidade/article/view/34006/24945;

Mendes, M. N., Rosa, M., do Carmo Figueiredo, M., & Pereira, I. C. (2021). Literacia em saúde dos idosos sobre Diabetes Mellitus: uma Scoping Review. *Revista da UI_IPSantarém*, *9*(1). https://revistas.rcaap.pt/uiips/article/view/24835/18303;

Nóbrega, T., & do Carmo Figueiredo, M. (2020). Empowerment aos Idosos com Hipertensão Arterial: Uma Scoping Review. *Revista da UI_IPSantarém*, *8*(1), 246-259. https://revistas.rcaap.pt/uiips/article/view/19896/15121;

Regulamento n.º 428/2018 - Regulamento de Competências Específicas do

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369

Enfermeiro Especialista em Enfermagem Comunitária na área de Enfermagem de Saúde Comunitária e de Saúde Pública e na área de Enfermagem de Saúde Familiar. Diário da República II série, nº135 de https://www.ordemenfermeiros.pt/media/8418/115698536.pdf

 ISSN: 2795-559 · DOI: 10.61415/riage.369