



# XXIX ENFERMAIO E VI SIEPS

Inteligência artificial, Enfermagem e saúde:  
aplicabilidades, impactos e perspectivas futuras

REALIZAÇÃO



APOIO



## ACOLHENDO QUEM ACOLHE: ORIENTAÇÕES SOBRE O AUTOCUIDADO PARA ACOMPANHANTES DE CRIANÇAS EM CUIDADOS DE SAÚDE

Dayanna Sandy Leite de França<sup>1</sup>

Ana Karla Ramalho Paixão<sup>2</sup>

Sabrina Gomes Ferreira<sup>3</sup>

Samayara Freitas Marques Silva<sup>4</sup>

Sara Sousa dos Santos<sup>5</sup>

Ana Paula Fragoso de Freitas<sup>6</sup>

EIXO 4: Enfermagem Em Saúde Mental e Saúde Coletiva

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A atividade de Educação em Saúde realizada com acompanhantes de crianças e adolescentes em tratamento buscou promover um espaço de escuta, acolhimento e orientação sobre práticas de autocuidado. O objetivo foi relatar a experiência vivenciada pelas acadêmicas de Enfermagem durante essa intervenção. **MÉTODO:** Trata-se de um relato de experiência, com abordagem qualitativa e descritiva, desenvolvido em uma instituição que acolhe crianças e adolescente acometidos com câncer e outras doenças raras e os seus respectivos familiar/cuidador. A ação ocorreu em outubro, no turno da tarde e se deu com os familiares que estavam acompanhando as crianças durante o tratamento por meio de roda de conversa, dinâmicas participativas e orientações práticas voltadas ao bem-estar. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Os resultados mostraram que muitas participantes apresentavam sinais de cansaço, sobrecarga e dificuldades para reservar momentos para si, o que reforça a importância de ações que valorizem o cuidado com quem cuida. As dinâmicas realizadas possibilitaram troca de experiências, identificação coletiva e reflexão sobre atitudes simples que podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A experiência demonstrou que intervenções desse tipo fortalecem o vínculo entre os cuidadores, estimulam o apoio mútuo e favorecem a compreensão da importância do autocuidado no cotidiano.

**Palavras-chave:** Autocuidado; Saúde Mental; Cuidadores.

1. Acadêmica de Enfermagem; Faculdade Rodolfo Teófilo
2. Mestre em Saúde Coletiva - UNIFOR e Docente na Faculdade Rodolfo Teófilo
3. Acadêmica de Enfermagem; Faculdade Rodolfo Teófilo
4. Acadêmica de Enfermagem; Faculdade Rodolfo Teófilo
5. Acadêmica de Enfermagem; Faculdade Rodolfo Teófilo
6. Doutora em Ciências Médicas -UFC; Universidade Christus.  
E-mail do autor: enf.dayannasandy@gmail.com

## INTRODUÇÃO

O processo de adoecimento de crianças e adolescentes, portadores de câncer e outras doenças raras, afetam de forma física, social e psicológica, havendo diversos prejuízos em seu desenvolvimento. O diagnóstico configura-se como uma experiência de grande impacto para a criança e sua família e repercute no cotidiano de ambos e nas atividades de trabalho do acompanhante, pois ele necessita permanecer próximo durante todo o processo (AIRES et al., 2021).

Os acompanhantes, que frequentemente são familiares, abdicam do cuidado com sua própria vida cotidiana e saúde, assumindo a função de apoio físico, emocional e logístico. A presença desses cuidados aliados ao vínculo afetivo é primordial para a adesão e continuidade do tratamento. No entanto, por ter o foco direcionado ao paciente, o cuidador negligencia o autocuidado (SILVA et al., 2023). A sobrecarga física e emocional, o estresse, a ansiedade e o cansaço são realidades comuns, o que acarreta o comprometimento da saúde do cuidador, e consequentemente o seu cuidado (BECK; LOPES; BAENA, 2007).

Nesse contexto, a Enfermagem exerce um papel importante ao direcionar ações e orientações aos cuidadores, determinando uma relação próxima e contribuindo significativamente para o aprimoramento do autocuidado. De acordo com Dorothea Orem e sua Teoria do Autocuidado, define-se o autocuidado como uma atividade aprendida pelo próprio indivíduo e orientada para um objetivo. Trata-se de uma ação realizada em situações concretas da vida, voltada para si mesmo ou para a regulação de fatores que influenciam seu desenvolvimento (OREM, 2001). A autora propõe o emprego de ações de cuidado fundamentadas em um modelo, que contribui para a promoção e fortalecimento do desenvolvimento humano.

Assim, justifica-se a importância promover atividades que contemplem esse público, frequentemente colocado em posição secundária diante das demandas do tratamento infanto-juvenil. O desenvolver dessas práticas podem ocorrer através de orientações sobre uma alimentação equilibrada, de momentos para descanso, estimular a prática de atividades que promovam relaxamento, além de preservar vínculos sociais que funcionam como rede de apoio.

Desse modo, o presente estudo teve como objetivo principal relatar a experiência vivenciada por acadêmicas de Enfermagem acerca da realização de uma atividade de Educação em Saúde voltada a cuidadores de crianças e adolescentes em tratamento de saúde. Os objetivos

específicos foram reforçar a relevância do autocuidado como estratégia de proteção e fortalecimento para o acompanhante, valorizando sua saúde e sua capacidade de cuidar e incentivar as práticas de autocuidado para a redução do sofrimento, a prevenção do adoecimento e a promoção do bem-estar do acompanhante, fortalecendo não apenas o acompanhante, mas também a qualidade do cuidado prestado à criança e à família como um todo.

## **MÉTODO**

O presente estudo possui uma abordagem de pesquisa de natureza qualitativa e descritiva, do tipo relato de experiência, utilizando um delineamento transversal. A escolha da abordagem qualitativa justifica-se pela necessidade de compreender em profundidade as percepções, sentimentos e experiências subjetivas dos acompanhantes/cuidadores de pacientes. O caráter descritivo visa detalhar e registrar as características da intervenção e as reações do grupo. O delineamento transversal é empregado devido à coleta de dados e à análise serem realizadas em um momento específico da intervenção, proporcionando uma visão mais detalhada do estado emocional e das necessidades dos participantes durante as atividades propostas.

O projeto foi desenvolvido no dia 23 de outubro, às 15 horas, em uma instituição sem fins lucrativos no município de Fortaleza – CE, que acolhe crianças e adolescentes em tratamento de câncer e outras doenças de outros municípios ou estados. O público-alvo foi composto por acompanhantes de crianças e adolescentes em tratamento de câncer e outras doenças. A intervenção ocorreu por meio de uma roda de conversa com dinâmicas voltadas ao acolhimento e ao fortalecimento do vínculo entre os participantes.

Inicialmente, foi apresentada a temática da atividade e realizada uma dinâmica de quebra-gelo, na qual cada participante recebeu um balão. As acadêmicas conduziram perguntas relacionadas à prática do autocuidado; a cada resposta negativa, os participantes deveriam encher o balão, simbolizando a sobrecarga acumulada pela ausência de autocuidado. Em seguida, iniciou-se a roda de conversa, conduzida com a técnica de escuta ativa e acolhedora, garantindo espaço para a expressão e validação das experiências compartilhadas.

Durante o desenvolvimento foi orientada práticas sobre autocuidado, com foco na gestão do sono, alimentação equilibrada e estratégias de enfrentamento para lidar com emoções negativas, como a culpa e a ansiedade. E finalizado com uma dinâmica denominada “teia” com a proposta de compartilhar e demonstrar as ligações que podem propor um acolhimento e apoio.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A ação educativa foi realizada na instituição pelas acadêmicas, que foram recepcionadas pela diretora geral da instituição. Inicialmente, houve um pequeno contratempo, pois um evento estava ocorrendo no local, o que ocasionou atraso no início da atividade.

Após a liberação do espaço, realizamos o convite aos acompanhantes presentes, observando, num primeiro momento, certo desinteresse. No entanto, com o apoio da Irmã, foi possível reunir aproximadamente 25 mulheres, com idades entre 30 e 50 anos, em sua maioria mães, algumas delas acompanhando seus filhos há 3, 4 ou até 10 anos na instituição.

A atividade iniciou-se com uma conversa sobre o autocuidado e sua importância no cotidiano. Em seguida, foi proposta a dinâmica do balão, que buscou representar os efeitos da ausência de autocuidado. Cada participante recebeu um balão e, a cada resposta negativa para perguntas relacionadas a práticas de autocuidado — como “Você bebeu água hoje?”, “Tirou um tempo para si?”, “Realizou alguma prevenção este ano?” ou “Quando está chateada, conversa com alguém?” — deveria enchê-lo um pouco mais. Ao final, questionou-se o que aconteceria com o balão caso continuasse sendo inflado, e as participantes responderam que ele “iria estourar”. A partir dessa reflexão, discutiu-se sobre as consequências físicas e emocionais da negligência com o próprio bem-estar.

Na sequência, foi abordada a importância do papel das acompanhantes no processo de tratamento dos pacientes e na dinâmica familiar, enfatizando o quanto são fundamentais e merecem reconhecimento e cuidado. Posteriormente, formas práticas e acessíveis de promover o autocuidado foram apresentadas, utilizando figuras ilustrativas que representavam ações simples, como beber água, praticar atividades físicas leves ou alongamentos, manter uma alimentação equilibrada, conversar sobre sentimentos e reservar momentos para o lazer e a higiene pessoal. Foi reforçado que o autocuidado não está associado à riqueza ou luxo, mas sim a atitudes cotidianas e possíveis de serem incorporadas à rotina.

Para o encerramento, realizamos a dinâmica da teia, em que cada participante foi convidado a compartilhar suas percepções sobre a ação e a importância do autocuidado. Utilizando uma fita que simboliza uma “teia”, a atividade foi conduzida de forma que cada mulher pudesse expressar-se e ouvir as demais, culminando na formação simbólica de uma “conexão” de apoio e união. Esse momento promoveu reflexões sobre a necessidade de solidariedade e apoio mútuo, reconhecendo que todas enfrentam desafios semelhantes e que a força coletiva é essencial diante das demandas do cuidado. Além de favorecer a compreensão sobre a ação e sobre o autocuidado, a dinâmica criou um ambiente acolhedor, no qual os

participantes se sentiram à vontade para compartilhar sentimentos, vivências e histórias de vida. Algumas se emocionaram ao relatar experiências significativas de suas trajetórias, o que mostrou como esse espaço possibilitou a expressão sincera das emoções e fortaleceu os vínculos entre o grupo. Ao final da ação, foram entregues folders informativos sobre o tema e lembrancinhas simbólicas, como forma de agradecimento pela participação e incentivo à continuidade das práticas de autocuidado.

A sobrecarga elevada relatada pelas participantes na roda de conversa também se apresenta na literatura. Segundo Ribeiro, et al., (2021), o adoecimento infantil promove uma reestruturação no modo de vida familiar e uma elevada demanda emocional ao seu cuidador. Esse impacto repercute na qualidade de vida onde, o elevado acúmulo de responsabilidade desencadeia a redução do autocuidado. Com isso, as intervenções que estimulam vínculo, apoio mútuo e partilha contribuem para o enfrentamento dos desafios, que favorecem relatos de alívio emocional e maior compreensão sobre a importância do autocuidado (Nascimento et al., 2024).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A realização da atividade de Educação em Saúde permitiu a compreensão das participantes sobre a importância do autocuidado diante da elevada carga emocional na qual estão inseridas. O trabalho da reflexão sobre o olhar para si e a necessidade de se expressar trabalho na roda de conversa incentivou os compartilhamentos de sentimentos e apoio mútuo.

No âmbito acadêmico, a experiência extensionista contribui para a formação dos estudantes de enfermagem, pois proporciona o contato com práticas humanizadas e alinhadas à realidade social.

Portanto o desenvolvimento do projeto atingiu seu papel acolhendo quem acolhe e reforça a importância do cuidado da Enfermagem para esse público e de atividades recorrentes.

## **REFERÊNCIAS**

AIRES, B. C. *et al.* Convivência com o câncer pediátrico: o impacto psicossocial nos familiares cuidadores. **Jornal do Núcleo Temático (JNT)**, 2021. Disponível em: <https://revistas.faculdefacit.edu.br/index.php/JNT/article/view/858>. Acesso em: 15 out. 2025.

BECK, A. R.; LOPES, M. H. B. M.; BAENA, C. P. Cuidadores de crianças com câncer: aspectos da vida familiar e implicações para a saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**,

Brasília, v. 60, n. 6, p. 670-676, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/qjNdVZsLSDKSVZXdV8KvZLg/?format=html&lang=pt>. Acesso em: 15 out. 2025.

RIBEIRO, M. S. Câncer infantil: qualidade de vida do cuidador. **Contemporânea – Revista de Ética e Filosofia Política**, v. 4, n. 4, p. e3866, 2024. DOI: <https://doi.org/10.56083/RCV4N4-012>. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/3866>. Acesso em: 02 nov. 2025.

SOUZA, D. G. *et al.* Teorias de enfermagem: relevância para a prática profissional na atualidade. Campo Grande: Editora Inovar, 2021. 56 p. ISBN 978-65-80476-74-9. DOI: <https://doi.org/10.36926/editorainovar-978-65-80476-74-9>. Acesso em: 20 out. 2025.

PAULA, D. P. S.; SILVA, G. R. C.; ANDRADE, J. M. O.; PARAISO, A. F. Câncer infanto-juvenil do âmbito familiar: percepções e experiências frente ao diagnóstico. **Revista Cuidarte**, 2019. Disponível em: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/570>. Acesso em: 20 out. 2025.

QUEIRÓS, P. J. P.; VIDINHA, T. S.; OREM FILHO, A. J. de A. Autocuidado: o contributo teórico de Orem para a disciplina e profissão de Enfermagem. **Revista de Enfermagem Referência**, Coimbra, v. IV, n. 3, p. 157-164, dez. 2014. DOI: <https://doi.org/10.12707/RIV14081>. Acesso em: 15 out. 2025.