
ALÉM DA LESÃO: CUIDADO INTEGRAL E A FORÇA DA ESPIRITUALIDADE NA REABILITAÇÃO DOMICILIAR EM IDOSOS

Um Guia para Profissionais, Cuidadores e Família

Realização: Alessandra Soares S. Santos

Pesquisa de Mestrado UFF.

A reabilitação de pessoas longevas em casa vai além dos exercícios. Ela toca na essência de quem somos e no sentido de nossa vida. Esta cartilha, baseada em pesquisa científica, oferece ferramentas para que o cuidado seja integral, ético e verdadeiramente humano, acolhendo a dimensão mais profunda do paciente: sua espiritualidade.



1. Espiritualidade: O que é e o que Não é

É comum confundir os termos. Para um cuidado integral, é vital diferenciá-los:

ESPIRITUALIDADE

Busca por sentido, propósito, esperança e conexão na vida.

É individual e universal: Traz força interior para enfrentar a doença.

Foco: O que dá significado à vida.

RELIGIOSIDADE

Prática, dogmas e rituais ligados a uma instituição ou crença específica.⁰³

É coletiva e cultural: Envolve ir a templos, rezar em grupo, seguir regras

Foco: O que direciona a fé e a adoração.

Lembrete do Cuidado: Você não precisa compartilhar a fé do paciente, mas deve acolher o sentido que ele dá à própria vida. A espiritualidade é o motor que impulsiona a resiliência e a adesão ao tratamento.



2. O Corpo que Sente e a Busca por Sentido

O envelhecimento e a doença crônica mudam o modo como o longo vivo está no mundo.

O Corpo Vivido: Para o paciente em reabilitação, o corpo não é só uma máquina com peças quebradas. Ele é a sua expressão de ser. A limitação funcional atinge a identidade: quem eu sou se eu não posso mais fazer o que fazia?

O Sentido em Meio à Crise: A espiritualidade entra como a capacidade humana de encontrar um propósito apesar ou por meio da dor e da limitação.

Pergunte-se: Como o paciente está ressignificando sua vida com a nova condição? O que ainda o motiva?

Sua Ação: Ajude o paciente a reorientar seu foco. Se a meta não pode mais ser "voltar a correr", mas pode ser "ter força para abraçar os netos" ou "ser independente para tomar um café na varanda."



3. Escuta Espiritual: Como Agir na Prática

Sua postura é a principal ferramenta. Use o Protocolo da Escuta Ética em três passos:

1. Identificar (abertura)



- **Ação Prática:** Inicie a anamnese com perguntas abertas e neutras sobre fontes de conforto e esperança. Exemplo: "Algo tem lhe dado força neste momento?"
- **Postura Ética:** NÃO force o tema religioso nem use a oportunidade para pregar. Foque apenas na busca de sentido do paciente.

2. Acolher (Reconhecimento)



- **Ação Prática:** Valide o sentimento e escute ativamente, sem julgamento. O silêncio é sua ferramenta mais forte. Use: "Entendo que isso é muito importante para o(a) senhor(a)."
- **Postura Ética:** NÃO tente "resolver" a questão espiritual. Sua função é acolher e reconhecer a busca, não fazer ele pensar como você pensa ou dar soluções prontas.

3. Integrar (Conexão)



- **Ação Prática:** Conecte a força espiritual do paciente à meta terapêutica. Use frases como: "Vamos canalizar sua fé/esperança como energia para este exercício."
- **Postura Ética:** NÃO prometa cura física. Mantenha o foco na força interior e no bem-estar existencial, não no milagre, apesar dele ser possível.

4. Cura é Reconciliação Existencial

O objetivo final na reabilitação do longevo, muitas vezes, não é a restauração completa da função, mas sim a Cura Existencial.

01

Cura Funcional

Foco: Recuperar o movimento, a força, a autonomia física.

Resultado: Andar sem bengala.

02

Cura Existencial (A Cura da Alma)

Foco: Recuperar o sentido, a paz interior, a dignidade e a aceitação.

Resultado: Aceitar a bengala e andar com dignidade e alegria.

05

Conclusão: A Cura acontece quando o paciente se reconcilia com seu novo corpo e sua nova história de vida. A espiritualidade é o que permite esta aceitação e a continuidade do propósito.



5. Sugestões de Apoio

Estas práticas podem ser sugeridas por profissionais e incentivadas por familiares para fortalecer a espiritualidade do paciente:

- **Diário do Propósito:** Incentive o paciente a escrever 3 coisas que ele conseguiu fazer no dia ou 3 coisas pelas quais ele é grato. Foco no que resta, não no que se perdeu.
- **Rotina de Contemplação:** Reserve 5 minutos antes da terapia para uma respiração tranquila, contemplando o ambiente, sem foco em metas. Apenas estar ali.
- **Memórias de Resiliência:** Peça ao paciente para contar histórias de superação do passado. Isso reforça a crença em sua própria força interior para enfrentar o desafio atual.
- **Conexão Significativa:** Organize videochamadas ou encontros presenciais com pessoas cujo convívio traz alegria ou sentido ao longo do tempo. A conexão é a melhor terapia.

Mensagem Final e Contato

Cuidado Integral: Um Caminho de Mão Dupla



Agradecemos por fazer parte desta transformação no cuidado em saúde! Ao acolher a alma do paciente, você humaniza o serviço e potencializa os resultados da reabilitação.

- Lembre-se: Você é mais do que um técnico; você é um facilitador de sentido.
- Contato para Parcerias e Treinamentos:
fisioterapiaintensiva.ale@gmail.com | 21 970304901
- Base Científica: Projeto de Mestrado: "Significado da Espiritualidade e Cura entre Pacientes Longevos no Processo de Reabilitação em Domicílio" (UFF)