

## ESPIRITUALIDADE DO SER CUIDADOR

Erika Pereira Machado, Ivoni Richter Reimer

PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO STRICTO SENSU EM CIÊNCIAS DA RELIGIÃO

### Introdução

O cuidado existe desde o início da humanidade, pois era uma forma de manter a espécie por meio da preservação da vida. Na atualidade, o conceito de cuidar vai além de uma ação, sendo conceituado por Boff (1999, p. 33) como "mais que um ato: é uma atitude", ou seja, representa uma atitude de preocupação, de responsabilização e de envolvimento afetivo com o outro. Neste contexto, o cuidado é considerado por Becker (2004) como um universo de relação entre o cuidador e o ser cuidado, devendo haver a compreensão dos que participam deste processo, de como acontece no mundo, condições que permitem que as ações de cuidado se desenvolvam de forma humanizada e singular. Para que isto aconteça, faz-se necessário que o cuidador se auto conheça e compreenda seus sentimentos, as limitações e as potencialidades que estão presentes na realidade de cuidar de si. Neste sentido o cuidado de si é considerado como as ações de cuidado que o cuidador tem para consigo, para atender as necessidades físicas.

### Métodos, procedimentos e materiais

Esse caminho metodológico traduziu-se no emergir de significados e de construtos de três temas: significados de espiritualidade, espiritualidade no cuidado de si e espiritualidade no cuidado do outro. Essa experiência amplia a consciência da pessoa cuidadora, aumentando a compreensão de como é possível cuidar-se melhor.

### Resultados e discussão

O cuidado é um processo que envolve interação, sensibilidade, solidariedade e empatia para com os outros seres humanos. Este cuidado busca atender as necessidades do outro para que seja alcançado o crescimento, tanto da pessoa cuidadora quanto do ser cuidado. A fé e a esperança são elementos que promovem ou ajudam aqueles que cuidam a manter-se motivado em relação aos seus cuidados. A autonomia no cuidado de si expressa um compromisso para consigo. A consciência que a pessoa cuidadora tem acerca da necessidade de cuidar-se demonstra que a mesma precisa estar inserido em um contexto de atenção. Estas ações evidenciam que o cuidado de si se faz necessário e presente na consciência da pessoa cuidadora e que expressam a preservação da saúde do corpo, da mente e do emocional, demonstrando que o amor que cada um nutre para consigo (VIANNA e CROSSETTI, 2004). Portanto, esta condição poderá sensibilizar a pessoa cuidadora para o seu cuidado, pois a partir do seu bem-estar, as ações para com o cuidado são garantidas.

### Conclusão e referências

A espiritualidade no cuidado de si pode ser evidenciada a partir das práticas cotidianas que aconteciam por meio da oração, do contato íntimo com a natureza, assim como pela conexão com uma Força Superior num encontro que propicia tranquilidade, bem-estar e fortalecimento para a vida. O autoconhecimento promove a transformação do ser que cuida, ampliando sua consciência e reintegrando-o consigo mesmo. O cuidado holístico somente é possível quando a pessoa cuidadora está consciente de si mesma e quando o seu self está integrado e harmonioso. Portanto a medida que a pessoa cuidadora manifesta a consciência intencional ao outro, acaba adentrando no seu espaço vital, tornando-se capaz de detectar as condições do ser cuidado, da sua alma e espírito. Esta condição permite que o cuidado esteja focalizado na intencionalidade, consciência e reconstituição do ser, e não da doença.

BECKER, S. G. Cuidar de si, cuidando do outro, ampliando a consciência do eu. 2004. 150f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004. BOFF, L. Saber cuidar: ética do humano, compaixão pela terra. Petrópolis: Vozes, 1999. DEZORZI, L. W.; CROSSETTI, M. G. O. A espiritualidade no cuidado de si para profissionais de enfermagem em terapia intensiva. Rev. Latino Americana Enfermagem, 2008 março-abril; 16(2). VIANNA, A. C. A.; CROSSETTI, M. G. O movimento entre cuidar e cuidar-se em UTI: uma análise através da teoria transpessoal de Watson. Revista Gaúcha de Enfermagem, Porto Alegre, v. 25, n. 1, 2004. p. 56-69. WATSON, J. Theory of human care in action. New York: National League for Nursing Press, 1996. \_\_\_\_\_ Caring science as a sacred science. Philadelphia: Davis, 2005.

**Palavras-chave:** espiritualidade; cuidado; cuidador.

**Fomento:** CAPES/PROSUP

**Contato:** machado-erika@hotmail.com