

## RESUMO

GOMES, Nildete Pereira. Eficácia de uma tecnologia educativa na redução de sintomas musculoesqueléticos em cuidadores domiciliares de pessoas idosas: estudo piloto de ensaio clínico randomizado. 166f. 2022. Tese (Doutorado em Enfermagem e Saúde) – Escola de Enfermagem, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2022.

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Larissa Chaves Pedreira

**Coorientador:** Prof. Dr. Mansueto Gomes Neto

Testar a eficácia de uma tecnologia educativa na redução de sintomas musculoesqueléticos apresentados por cuidadores domiciliares de pessoas idosas. Piloto de ensaio clínico randomizado, uni-cego. Os participantes foram cuidadores de idosos cadastrados em um centro de referência ao atendimento à população idosa em Salvador, Bahia. A randomização ocorreu com 45 participantes, alocando 23 no grupo controle e 22 no grupo intervenção. A coleta foi realizada entre setembro e dezembro de 2021, remotamente. Inicialmente, aplicou-se o questionário sociodemográfico e de saúde, questionário nórdico de sintoma osteomuscular e escala visual analógica. A intervenção ocorreu em três etapas: envio e treinamento do manual educativo para orientação acerca do autocuidado; envio e treinamento do vídeo com orientações posturais durante a realização do cuidado ao idoso; acompanhamento duas vezes por semana durante dois meses, por mensagens de texto ou ligação conforme preferência do cuidador, a fim de fortalecer o aprendizado, sanar dúvidas e lembrá-los para a realização diária dos cuidados contidos no manual. Para o grupo controle não foi oferecida intervenção. Após 15 dias da finalização da intervenção foram reaplicados o questionário nórdico de sintoma osteomuscular, considerando apenas a pergunta referente aos sete dias, e escala visual analógica. O desfecho primário é a redução de sintomas musculoesqueléticos apresentados pelos cuidadores. As análises foram realizadas por protocolo do ensaio clínico, utilizando o software livre JAMOVI. Foram utilizadas estatísticas descritivas, os testes t de Student, Qui-quadrado ou exato de Fisher e intervalos de confiança a 95%. Dos cuidadores participantes do grupo intervenção, nos últimos sete dias, 91,66% apresentaram redução da dor em coluna cervical e joelho, havendo diferença estatisticamente significativa ( $p=0.030$ ). Em relação a intensidade da dor no quadril, 75,0% do grupo intervenção não apresentaram dor ou apresentaram dor leve, diferença estatisticamente significativa ( $p= 0.025$ ). Conclusão: A tecnologia educativa em saúde utilizada no domicílio permitiu a redução de sintomas musculoesqueléticos apresentados nos segmentos corporais cervical, joelho e quadril do grupo intervenção. O estudo fortalece a necessidade de ações voltadas para promoção da saúde de cuidadores de idosos, destacando que profissionais de saúde devem estar aptos a atender de maneira integral o idoso e seu cuidador por meio dessas ações, visando não somente garantir que o cuidado ao idoso seja realizado com segurança, mas também incentivando o autocuidado do cuidador. Sugere-se a realização de outros estudos para a translação do conhecimento por meio de intervenções educativas para garantir qualidade à saúde física de quem cuida.

**Palavras-chaves:** Autocuidado; Cuidadores; Ensaio Clínico; Idoso; Sistema Musculoesquelético.