

Por Lucia Palma (*)

"Busco cumprir minha missão, não só como filha, mas como filha de um mundo que pode ser mais AMÁVEL, mais ACOLHEDOR e mais AMIGÁVEL"

Há 13 anos atrás, logo após a morte do meu pai, minha mãe foi diagnosticada com Alzheimer. Ela morava em Santos, e nós os filhos em São Paulo. Perdemos o chão.

Ficamos sem rumo, sem saber o que fazer. Como amparar minha mãe e oferecer o melhor apoio possível? A primeira ideia que veio à nossa mente foi colocá-la num ambiente agradável onde tivesse cuidados específicos para o seu bem-estar.

Começou então nossa busca (eu e meus irmãos) por Instituições de Longa Permanência para Idosos. A cada visita, uma decepção, uma sensação de que não deveríamos abandonar nossa mãe. Para nós todos os espaços pareciam frios, hostis e pouco amigáveis. Nada parecia bom o suficiente. Infelizmente não fomos preparados para este momento de "cuidar dos pais". Essa inversão de papéis é assustadora e causa muita angústia aos familiares. É difícil aceitar que nossos pais, que eram nossos provedores, conselheiros, apoiadores, agora, dependem de nós.

Fizemos então a escolha de deixá-la na sua própria casa com o apoio necessário para ela não se afastar das coisas que amava, até o dia em que isso se tornasse impossível. Foram nove anos muito difíceis para nós familiares, em vários aspectos: adaptação à nova realidade, gestão de recursos humanos e financeiros, distância familiar, entre outros.

Contudo, sentíamos que havia algo mais que podíamos e devíamos fazer para o nosso bem comum: conhecer mais sobre a doença, seus aspectos e o que fazer para um convívio mais saudável. Passamos a buscar mais informação. Fizemos contato com profissionais da geriatria e gerontologia que nos esclareceram e orientaram sobre o assunto. Esse foi um dos melhores investimentos que fizemos e eu aconselho a todo familiar de idoso que se encontra nessa situação. Uma orientação profissional pode ser a chave para uma convivência saudável. Esse conhecimento ajuda a minimizar os impactos da doença na convivência familiar. Torna a convivência muito mais leve e fluida.

Atualmente, depois de nos apropriarmos do assunto e de muita experiência cuidando de nossa mãe, conseguimos entender que todas essas aflições e sensação de abandono vividas naquela época, ao pensarmos em hospedar nossa mãe em uma instituição para idosos, estavam totalmente associadas ao sentimento de culpa que carregamos durante anos devido ao estigma ligado ao conceito de "asilamento", locais sem muitos recursos onde idosos eram deixados pela família, sem nenhum tipo de apoio ou afeto.

Também observamos neste tempo em que a mamãe ficou sob os cuidados de cuidadoras, que apesar de ela estar bem cuidada, ela ficava mais isolada, solitária, sem poder prover adequadamente de exercícios, lazer, alimentação adequada e socialização já que não tínhamos como manter financeiramente uma estrutura de cuidados multidisciplinares.

Visto tudo isso, começamos a olhar as instituições de longa permanência para idosos com outros olhos. Esses espaços vêm sendo adequados e desenhados para atender a essas necessidades. O fato de que todos os cuidados dispensados e a oferta de rotinas e atividades que reforçam a independência dessas pessoas podem ser mais bem planejadas e vivenciadas nesses espaços e são parte fundamental para a promoção da qualidade de vida da mamãe e conseqüentemente da nossa.

Há cinco anos chegamos à conclusão de que o melhor caminho era levá-la para uma Instituição de Moradia para Idosos. Lá ela teria os cuidados que ela tanto merece. Então, eu e meus irmãos fomos muito cuidadosos ao escolher uma instituição para a nossa mãe. Alguns itens foram fundamentais

para a nossa tomada de decisão. O primeiro filtro foi encontrar um lugar que fosse próximo da nossa residência para que pudéssemos visitá-la com frequência e com uma mensalidade que coubesse no nosso bolso. Selecionamos algumas instituições e visitamos para conhecê-las de perto.

Na visita, coletamos as seguintes informações: a estrutura está conservada e possui ambientes claros e arejados e com aspecto de lar? A casa está adaptada para receber um idoso? Tem um jardim ou um local gostoso para que o idoso possa tomar um sol, ficar em local aberto? Qual o número de idosos residentes? Há cuidadores suficientes para a demanda? Os profissionais da instituição são gentis e atenciosos com os idosos? Existe um acompanhamento nutricional? A gente viveria neste ambiente?

Um item que consideramos muito importante é se existe um profissional dedicado ao acolhimento, ambientação e a socialização do idoso a partir da chegada na instituição até que ele se sinta adaptado? A documentação exigida por lei está registrada e aprovada pelos órgãos competentes?

Minha dica para quem está começando a busca por uma instituição, é criar uma lista de coisas que a família entende como importante, lembrando de que a vontade e o bem-estar do idoso devem ser levados em consideração. Tenha em mente que suas crenças e costumes estão cada vez mais evidentes e precisam ser respeitados. Classifique os itens como muito importante, importante e menos importante. Depois com essa lista em mãos é mais fácil encontrar um lugar com o seu perfil e ajuda muito caso a família tenha que abrir mão de algum item não tão importante.

Bom, levou um tempo até que encontrássemos um lugar que acolhesse a mamãe com o carinho, a atenção e a dignidade que ela merece. Hoje ela está em uma Instituição pequena onde percebemos que ela se sente em um Lar.

Atualmente minha família está adaptada à nova realidade. Aceitação, informação e afeto são as chaves para uma convivência mais amorosa e serena.

(*) **Lucia Palma**, 56 anos, profissional de marketing e fundadora do Portal Casas de Repouso. Vive a angústia e o prazer de conviver com a minha mãe que está hoje com 91 anos e tem doença de Alzheimer.

Fonte: Vervi, em 22.07.2022