

## Cuidador de idosos m/f

<b>Tipo de profissão</b>	Curso profissional
<b>Tipo de formação</b>	Formação em escolas técnicas profissionais de cuidados a idosos (com regulamentação a nível federal)
<b>Duração da formação</b>	3-5 anos (regime inteiro/regime parcial)
<b>Locais de aprendizagem</b>	Escola técnica profissional e centro de idosos



### ■ Que funções se exercem nesta profissão?

Os cuidadores de idosos cuidam, acompanham e aconselham as pessoas mais velhas com necessidades. Apoiam-nos na rotina diária, como com a higiene do corpo, a comer ou a vestir. Falam com eles sobre assuntos pessoais, motivam-nos na organização ativa do seu tempo livre e acompanham-nos nas idas a instituições ou consultas médicas. Sobretudo nos cuidados ambulantes, os cuidadores de idosos também trabalham com os familiares e dão-lhes instruções sobre técnicas de cuidados.

Nos tratamentos e reabilitações, os cuidadores também assumem tarefas terapêuticas e de cuidados médicos, p. ex. mudam as ligaduras, desinfetam e administram medicamentos segundo a receita médica.

### ■ Qual o local de trabalho?

Os cuidadores de idosos trabalham sobretudo

- em centros e lares de idosos
- em centros de cuidados intermédios
- nos serviços ambulantes de cuidados e apoio a idosos
- em hospitais, clínicas de tratamento e reabilitação

As suas atividades de cuidados e apoio são exercidas sobretudo nos quartos dos pacientes, em salas de grupo e convívio, salas de tratamento e sanitárias. No âmbito dos cuidados ambulatoriais, os cuidadores fazem visitas ao domicílio.

### ■ Quais são os requisitos?

- Um elevado grau de **responsabilidade e cuidado** é essencial para a atividade de cuidador/a de idosos: Os cuidadores de idosos têm de cumprir rigorosamente as instruções de tratamento para evitar quedas perigosas ou úlceras de decúbito nos pacientes. É ainda importante possuir **capacidades de socialização, uma boa perceção e boas capacidades psíquicas**, bem como uma **natureza simpática**. Os cuidadores são responsáveis não só pelos cuidados, mas também pelo apoio a pessoas idosas, tornando-se assim em importantes pessoas de contacto para eles. Mesmo sob pressão, continuam a demonstrar simpatia e sensibilidade nas suas reações. **Capacidade de decisão e capacidade de concretização** são igualmente importantes quando se trata de decidir rapidamente sobre as medidas de tratamento mais adequadas a tomar ou de levar a cabo mesmo contra resistência.
- É particularmente importante ter interesse por **Estudos Sociais e Economia**, pois nesta profissão é preciso entender as associações do sistema social e lidar com as condições económicas e de gestão básicas dos cuidados aos idosos. Os cuidadores precisam de bons **conhecimentos de Matemática**, por exemplo para calcular as prestações de cuidados. É igualmente vantajoso interessar-se por **Música e Artes**, pois quem tocar um instrumento musical ou fizer boas construções artísticas e desenhar, pode usar isso na organização dos tempos livres no lar de idosos.