

Cuidar em casa

Autonomia e apoio



6

temas para entender
e participar com consciência

Organizar ajuda sem substituir a pessoa ou a equipe de saúde

ORGANIZAÇÃO

Régys Borges da Silveira

1ª EDIÇÃO · 2026

Antes de começar

Cuidar envolve tarefas, escolhas e limites reais de quem recebe e de quem oferece apoio. A proposta é preparar conversas e organizar responsabilidades, sem ensinar procedimentos clínicos.

O que você vai encontrar

- 01 A necessidade de cuidado precisa ser conversada
- 02 Apoiar não é decidir pela pessoa
- 03 Uma rotina possível tem responsáveis e limites
- 04 Quem cuida também precisa de apoio
- 05 Atendimento domiciliar tem avaliação e organização próprias
- 06 Feche o plano com retorno e pedido de ajuda

Os exemplos sem indicação de um caso real são situações didáticas. As explicações resumem regras e práticas; não substituem a consulta à fonte ou orientação para um caso pessoal.

01 A necessidade de cuidado precisa ser conversada

Uma lista familiar não substitui o plano da equipe.

Pessoa	O que deseja e precisa?
Casa	Quais condições existem?
Equipe	Que avaliação é necessária?

A orientação oficial sobre atenção domiciliar considera necessidades de saúde, condições da moradia e recursos disponíveis. Há cuidados acompanhados pela atenção básica e situações que exigem equipes específicas. A presença de um familiar disponível não define sozinha qual atendimento é adequado.

Como preparação para a conversa, anote quais tarefas estão difíceis e o que a própria pessoa deseja. Separe apoio cotidiano de procedimento que precisa de orientação profissional. Apresente também as dificuldades da casa e de quem ajuda, sem esconder limitações para tentar cumprir uma rotina impossível.

Exemplo hipotético: Depois de uma internação, a família de Célia leva à equipe dúvidas sobre o apoio de que ela precisa, em vez de copiar uma rotina recebida em mensagem.

Leve necessidades e limites concretos à equipe responsável.

[Acessar a fonte \[2\]: Atenção domiciliar — Sobre a atenção domiciliar: contexto familiar e recursos.](#)

02 Apoiar não é decidir pela pessoa

Necessidade de ajuda não elimina autonomia e privacidade.

Pessoa	Preferências e participação
Apoio	Ajuda combinada
Privacidade	Informação necessária

O Estatuto dos Direitos do Paciente protege participação nas decisões, informação compreensível e confidencialidade. Converse diretamente com quem recebe cuidado. Idade, deficiência ou dependência para uma tarefa não demonstram, por si, impossibilidade de escolher ou compreender o atendimento.

Pergunte quem a pessoa deseja incluir nas conversas e quais informações autoriza compartilhar. Quando houver representação, confirme com o serviço sua forma e seu alcance. Como organização da casa, combine apoio preservando escolhas possíveis, horários e espaços pessoais; não publique imagens ou relatos de saúde para pedir ajuda.

Exemplo hipotético: Dora precisa de ajuda para sair de casa, mas participa da conversa sobre a rotina e escolhe quem a acompanhará.

Inclua a pessoa nas decisões e confirme a autorização de compartilhamento.

[Acessar a fonte \[1\]: Direitos do paciente — Arts. 6º, 11, 12, 15 e 16.](#)

03 Uma rotina possível tem responsáveis e limites

Família não substitui orientação profissional.

Tarefa	O que é preciso fazer?
Responsável	Quem pode assumir?
Limite	Quem orienta a dificuldade?

O guia de cuidados do Ministério da Saúde trata da divisão de tarefas e do apoio a quem cuida de pessoas idosas. Esse recorte não permite aplicar técnicas clínicas indistintamente a outras pessoas. Na rotina de qualquer casa, uma proposta prática é escrever tarefa, responsável e quem procurar quando houver dificuldade.

Separe companhia, compras e organização de informações de procedimentos que exigem avaliação ou profissional habilitado. Leve à equipe prescrições e dúvidas sobre medicamentos, materiais e orientações de alta. Não altere doses nem improvise manejo de sondas, feridas ou movimentação física a partir desta cartilha.

Exemplo hipotético: Uma família divide compras e companhia, mas pede demonstração e definição profissional para uma necessidade clínica nova.

Escreva o combinado e leve as tarefas inseguras à equipe de saúde.

[Acessar a fonte \[4\]: Guia de cuidados — Módulo 3: quem cuida, divisão de tarefas e busca de ajuda.](#) • [Acessar a fonte \[1\]: Direitos do paciente — Arts. 12 e 22.](#)

04 Quem cuida também precisa de apoio

Cansaço e dificuldades devem entrar na conversa sobre o cuidado.

Condição	O que ficou difícil?
Divisão	Quem pode compartilhar?
Apoio	Qual serviço pode orientar?

O guia ministerial para a pessoa idosa aborda a saúde de quem cuida e situações em que é necessário procurar ajuda. Não trate sobrecarga como falha moral. Conte à equipe se falta descanso, se há sofrimento ou se a rotina ficou inviável; isso ajuda a tornar visíveis necessidades que uma lista de tarefas esconde.

Como acordo prático, identifique alguém que possa dividir responsabilidades e combine pausas possíveis. Não prometa que um vizinho ou parente estará sempre disponível. A Unidade Básica de Saúde (UBS) pode orientar a busca de cuidado; demandas de apoio social devem ser apresentadas à rede de assistência do município.

Exemplo hipotético: Ivo relata que está sem conseguir descansar e pede à unidade orientação para si e para o cuidado da mãe.

Inclua as necessidades de quem cuida no próximo contato com a equipe.

[Acessar a fonte \[4\]: Guia de cuidados — Seções 3.11 e 3.12, pp. 128–134.](#) • [Acessar a fonte \[2\]: Atenção domiciliar — Contexto familiar e contato com a unidade de saúde.](#)

05 Atendimento domiciliar tem avaliação e organização próprias

Pedir informação não garante inclusão automática.

Pedido	Como solicitar avaliação?
Acompanhamento	Quem responde?
Retorno	Qual é o próximo contato?

O Ministério da Saúde indica a Unidade Básica de Saúde (UBS) ou a Secretaria Municipal de Saúde como caminhos para informações sobre atenção domiciliar. O Serviço de Atenção Domiciliar (SAD), no programa Melhor em Casa, articula atendimento conforme avaliação e organização da rede.

Pergunte quem pode avaliar a necessidade, como acompanhar a solicitação e qual serviço mantém o cuidado enquanto isso. Registre o próximo contato. Esta ficha de organização não autoriza familiares a executar técnicas para as quais não receberam orientação.

Exemplo hipotético: Paulo pergunta na UBS como solicitar avaliação domiciliar e qual equipe pode esclarecer as orientações recebidas na alta.

Confirme a porta de entrada e o acompanhamento na rede local.

[Acessar a fonte \[2\]: Atenção domiciliar — Atendimento domiciliar: acesso e contato com UBS ou Secretaria.](#)

06 Feche o plano com retorno e pedido de ajuda

Cuidado cotidiano, urgência e proteção de direitos têm caminhos próprios.

Rotina	Equipe e retorno combinados
Saúde urgente	192 e regulação
Proteção	100 ou 190 conforme a situação

Ao final de uma conversa com a equipe, confirme a próxima avaliação, como esclarecer dúvidas e o que fazer diante de mudança que exija atendimento imediato. Em emergência de saúde, acione o Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU), pelo 192, e siga a orientação da regulação. Não aguarde visita domiciliar agendada.

Suspeita de violência pede proteção, sem confronto para produzir prova: o Disque Direitos Humanos, 100, recebe relatos de violações; risco imediato de segurança pode exigir a Polícia Militar, 190. Guarde apenas os registros necessários. Esses canais não substituem o acompanhamento de saúde nem concedem benefício social.

Exemplo hipotético: Célia guarda contatos e próximos retornos em local acessível, com seu consentimento, separando rotina, saúde urgente e proteção.

Registre responsáveis, retorno e canais adequados antes de encerrar o plano.

[Acessar a fonte \[3\]: Serviço móvel de urgência — Descrição do serviço e orientação para ligação.](#) • [Acessar a fonte \[6\]: Proteção de direitos — O que é?; canal 100.](#) • [Acessar a fonte \[5\]: Serviços de emergência — Principais números e informações durante a ligação.](#)

Referências bibliográficas

Fontes em ordem alfabética. Os números identificam os links usados no texto. Os títulos originais e as datas de consulta constam de cada referência.

- [1] BRASIL. **Lei nº 15.378, de 6 de abril de 2026**. Brasília, DF: Presidência da República, 2026. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2026/lei/l15378.htm. Acesso em: 23 out. 2026.
- [2] BRASIL. Ministério da Saúde. **Atenção domiciliar**. BRASIL. Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/dahu/atencao-domiciliar>. Acesso em: 23 out. 2026.
- [3] BRASIL. Ministério da Saúde. **SAMU 192**. BRASIL. Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/samu-192>. Acesso em: 23 out. 2026.
- [4] BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Gestão do Cuidado Integral. **Guia de cuidados para a pessoa idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2023. 1ª edição. 164 p. ISBN 978-65-5993-455-3. Módulo 3; não extrapolar técnicas ao cuidado de outras idades. Disponível em: https://biblioteca.cofen.gov.br/wp-content/uploads/2024/01/guia_cuidados_pessoa_idosa.pdf. Acesso em: 23 out. 2026.
- [5] BRASIL. Ministério das Comunicações. **Emergência: você sabe para quem ligar quando precisa de ajuda?** Brasília, DF: BRASIL. Ministério das Comunicações, 2026. Publicado em 11 set. 2026. Competências e informações para a ligação. Disponível em: https://www.gov.br/mcom/pt-br/noticias/noticias_alt/2026/setembro/emergencia-voce-sabe-para-quem-ligar-quando-precisa-de-ajuda. Acesso em: 23 out. 2026.
- [6] BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. **Denunciar violação de direitos humanos**. Brasília, DF: BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, [s.d.]. Ficha do serviço; canal 100, público e acompanhamento. Última modificação: 15 dez. 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/servicos/denunciar-violacao-de-direitos-humanos>. Acesso em: 23 out. 2026.

Sobre esta cartilha

Para conferir antes de compartilhar

- 1 QUEM ESTÁ ENVOLVIDO?**
Identifique as pessoas, instituições e responsabilidades de cada situação. Um exemplo não descreve todos os integrantes de um grupo nem permite generalizar uma conduta.
- 2 QUE TIPO DE REGISTRO É ESSE?**
Uma lei estabelece regras; uma pesquisa apresenta resultados e limites; uma notícia relata um acontecimento. Exemplos hipotéticos ajudam a explicar uma ideia, mas não comprovam fatos reais.
- 3 QUAL É A AVALIAÇÃO?**
Diferencie o que a fonte documenta da explicação ou recomendação desta cartilha. Confira o contexto, a data e os limites do documento antes de tirar conclusões ou compartilhar.

Sobre a pesquisa e as interpretações

Esta cartilha é um material educativo baseado em pesquisa documental e fontes identificadas. Explicações e orientações de leitura não substituem os documentos citados nem uma análise de cada caso. O objetivo é ajudar o leitor a conferir informações e participar com consciência.

O que esta seleção permite concluir

Não ensina manejo de sondas, feridas, doses, contenção ou transferência física. Necessidades e acesso domiciliar dependem de avaliação da equipe e da rede local. Exemplos fictícios. Conferência documental pelo agente em 23/10/2026, sem revisão profissional independente. Não substitui atendimento nem análise individual. Regras, fluxos e serviços podem mudar; confirme os canais oficiais.

Recorte editorial: 23 de outubro de 2026. Normas, serviços e conhecimentos podem mudar. Confira a fonte indicada antes de aplicar uma orientação.

Organização: Régys Borges da Silveira

1ª edição · Revisão editorial: 23 de outubro de 2026.

Produção com apoio de inteligência artificial (IA). Ilustrações geradas por IA, sem valor documental. Edição distribuída em formato digital; consulte as fontes pelos links do texto e das referências.

Distribuição gratuita, sem cadastro. Materiais de terceiros mantêm suas condições de uso.

[Conheça os demais volumes da coleção](#)

CONTINUE A EXPLORAR

A leitura continua

Conheça os livros de Régys Borges da Silveira e encontre sua próxima leitura.

Explore os livros →

livros.regys.com.br



Lendo no papel?

Aponte a câmera do celular para o QR code. No PDF, toque no botão ou no endereço acima.

Este convite registra apenas a cartilha de origem e uma contagem agregada de acessos, sem identificar você.