

O Papel do Cuidador Informal no contexto do Idoso com Demência

UC | Envelhecimento Patológico e Intervenção Geriátrica II
Docente | Marília Rua
Licenciatura em Gerontologia
2º Ano | 2º Semestre



ESSUA - Escola
Superior de Saúde de
Aveiro



Demências

- Demência é o termo utilizado para descrever um grupo de sintomas de doenças que causam um declínio progressivo no funcionamento da pessoa.
- Esta caracteriza-se por um declínio cognitivo, associado muitas vezes ao declínio da memória, linguagem e raciocínio, que vai afetar o desempenho nas atividades de vida diárias.



(Figueiredo, Marques & Barbosa, 2016; Associação Alzheimer Portugal, 2017)



Demências (1)

Prevalência



- Estima-se que 7.3 milhões de cidadãos europeus sofrem de demência. Todos os anos, 1,4 milhões de cidadãos europeus desenvolvem demência, o que significa que a cada 24 segundos, um novo caso é diagnosticado.
- Em Portugal, estima-se que existam cerca de 153.000 pessoas com demência, 90.000 com Doença de Alzheimer.

(Associação Alzheimer Portugal, 2017)



Demências (2)

Sintomas

Problemas Cognitivos

- Perda de memória
- Desorientação
- Dificuldades na comunicação
- Dificuldade em reconhecer objetos e pessoas

(Figueiredo, Marques & Barbosa, 2016)

Sintomas Comportamentais e Psicológicos

- Inquietação motora
- Gritar
- Agitação
- Agressão física
- Depressão
- Apatia
- Delírio
- Alucinações
- Desinibição sexual

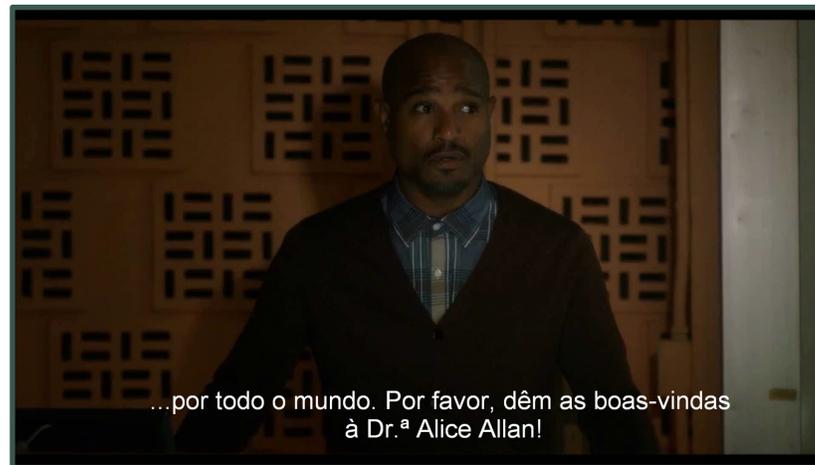


Demências (3)

Sintomas (1)



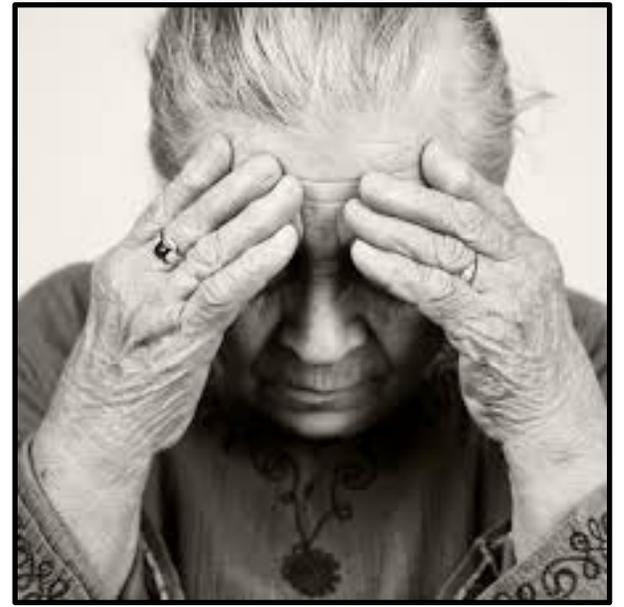
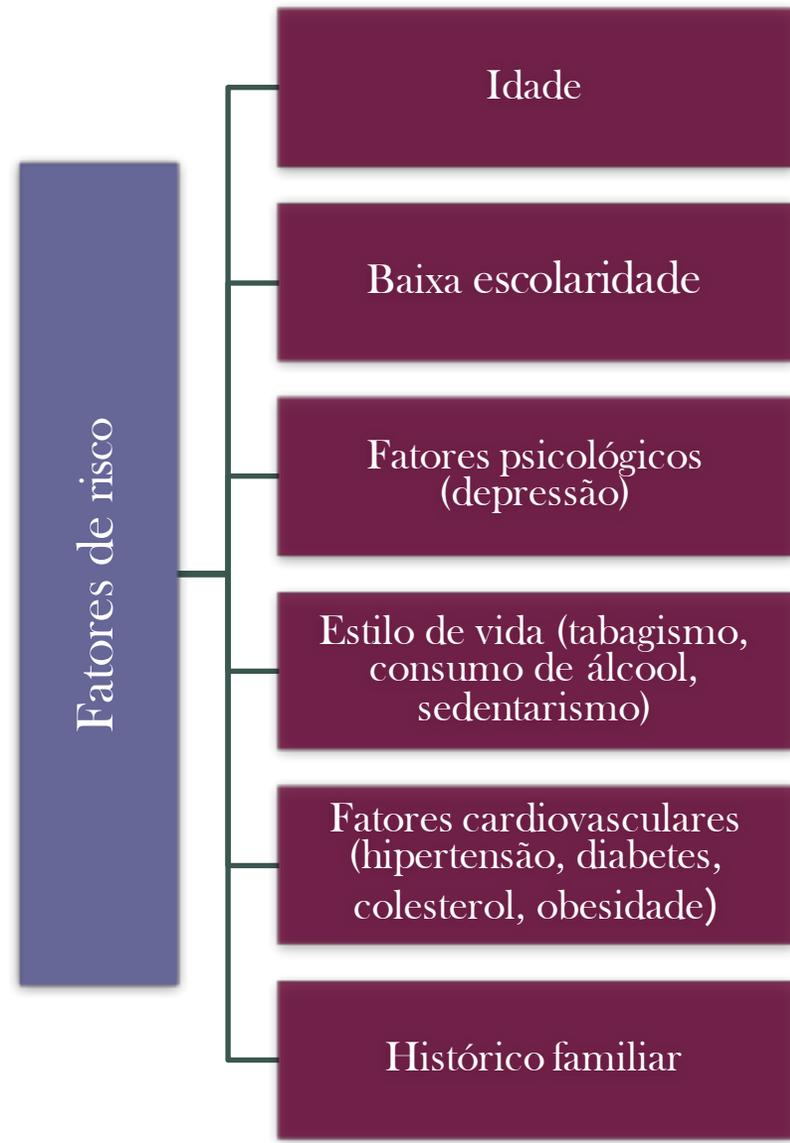
Confusão espacial (desorientação)



Perdas de memória



Demências (4)





Tipos de Demências

Doença de Alzheimer

- Principal causa de demência
- Doença progressiva
- Perda de memória

Demência Vascular

- Segunda maior causa de demência
- Problemas de circulação sangue-cérebro



Doença de Parkinson

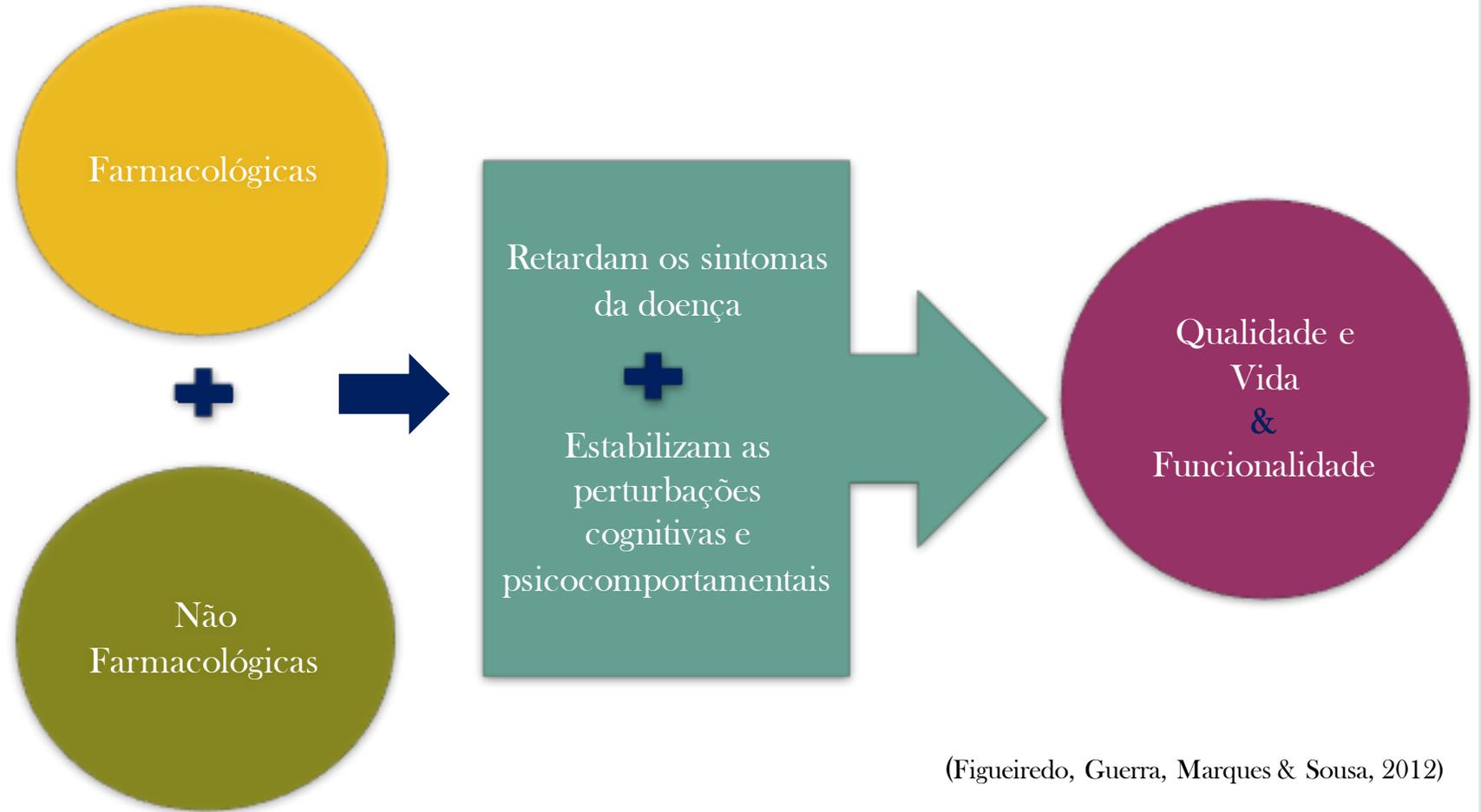
- Perturbação progressiva do sistema nervoso central

Demência Mista

- Ocorre simultaneamente a doença de alzheimer e a demência vascular



Intervenções direcionadas ao doente



(Figueiredo, Guerra, Marques & Sousa, 2012)



Intervenções direcionadas ao doente (1)

Farmacológicas



- Adaptada a cada forma de demência;
- Atentar à sintomatologia depressiva;
- Identificar e tentar eliminar fatores que podem comprometer a função cognitiva (controlo da dislipidemia, da diabetes, da hipertensão, etc);
- Gestão clínicas das comorbilidades existentes;
- Rever medicação habitual, de forma reduzir o risco de polimedicação e de interações medicamentosas;
- Efeitos secundários;
- Ganhos e prejuízos para o doente/família.

(Albuquerque, Esteves & Cerejeira, 2016)



Intervenções direcionadas ao doente (2)

Não farmacológicas



(Albuquerque *et al.*, 2016; Serqueira, 2010)



Intervenções direcionadas ao doente (3)

Não farmacológicas (1)

- Psicoterapia:
 - Estimulação cognitiva;
 - Terapia por reminiscências;
 - Musicoterapia;
 - Orientação para a realidade;
 - Terapia da validação;
- Avaliação neuropsicológica;
- Alimentação equilibrada e saudável;
- Exercício físico;
- Cuidados de enfermagem (principalmente nas fases mais avançadas da doença);
- Intervenção social e ambiental;





Estratégias em contexto de domicilio

Intervenções
direcionadas ao
doente (4)



Nunca tinha visto essas flores em roxo.



Intervenções direcionadas ao doente (5)

Estratégias em contexto de domicílio (1)



■ Mobiliário

- Evitar quedas, retirando cadeiras com rodas ou de baloiço;
- Poltrona ou cadeira deve ser mais alta do que o habitual para facilitar o levantar e o assente;
- Retirar os móveis com arestas afiadas ou encontrar formas de almofadar ou cobrir as arestas (esponja de borracha ou protetores de cantos);
- Trancar alguns armários para impedir o acesso a objetos quebráveis ou perigosos;
- Facilitar o acesso a objetos que evoquem memórias na pessoa ou que a estimulem pela atividade em si, e também pelas texturas ou cores.

Adaptado de: Associação Alzheimer Portugal, 2017, p.8-9



Intervenções direcionadas ao doente (6)

Estratégias em contexto de domicílio (2)

- Decoração
 - Expor fotografias, ornamentos e outras recordações que evoquem memórias.
 - As fotografias podem ser rotuladas com os nomes e tipos de relação entre as pessoas.
 - Tentar descobrir a forma como a casa da pessoa era decorada quando era mais jovem.

- Ambiente
 - Tranquilo, minimizando o ruído, os brilhos intensos
 - Manter a familiaridade com as rotinas;
 - Minimizar a confusão ao reduzir a desorganização,
 - Ajudar a pessoa com demência a concentrar-se e a descansar;

Adaptado de: Associação Alzheimer Portugal, 2017, p.8-9



Intervenções direcionadas ao doente (7)

Estratégias em contexto de domicílio (3)

■ Ao dormir

- Colocar música relaxante;
- Aquecer a cama;
- Colocar uma luz de presença para ajudar a pessoa a reconhecer onde está quando acorda durante a noite;
- Reduzir a cafeína;
- Beber chás de plantas relaxantes;

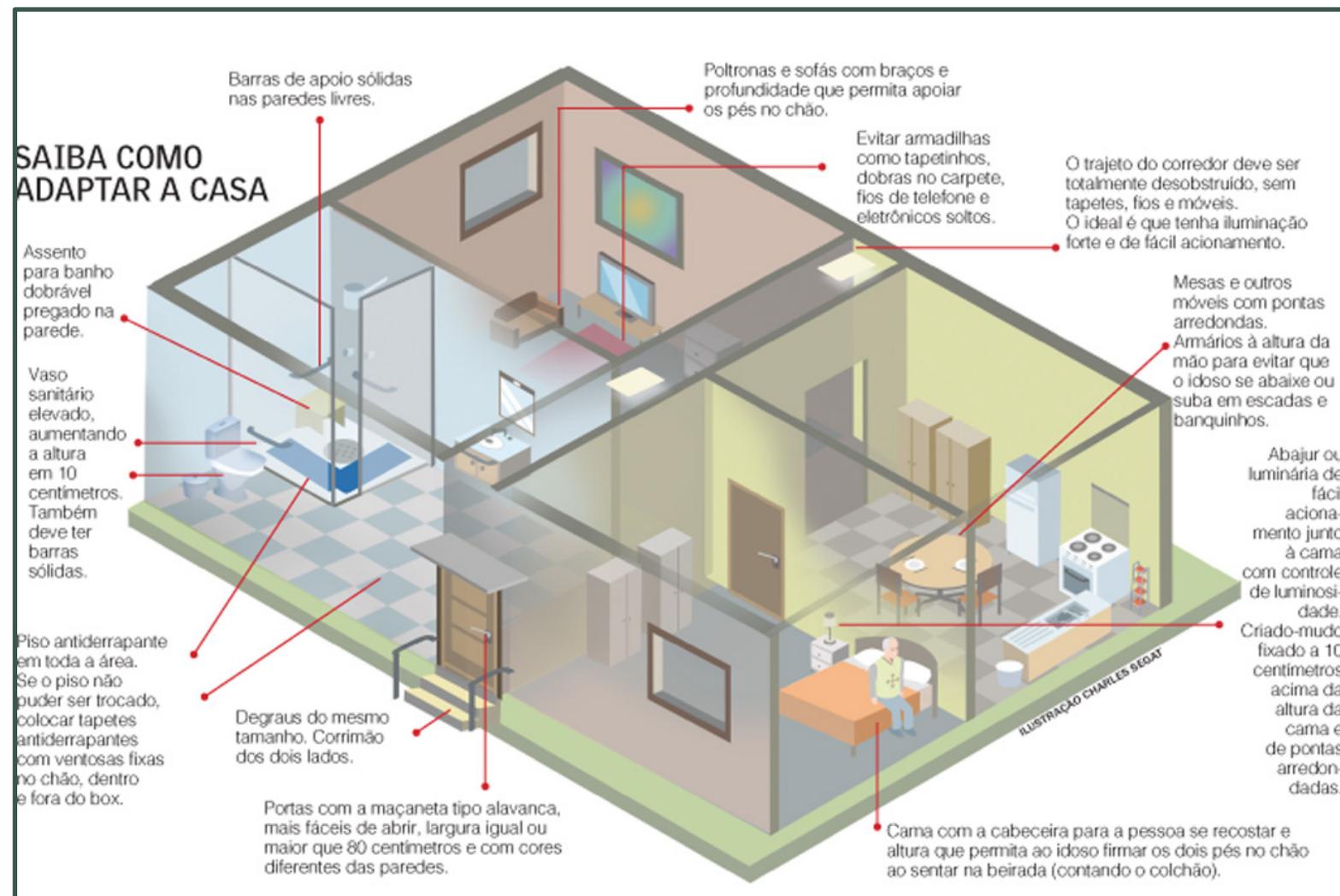


Adaptado de: Associação Alzheimer Portugal, 2017, p.8-9



Intervenções direcionadas ao doente (8)

Estratégias em contexto de domicílio (4)





O papel do cuidador informal

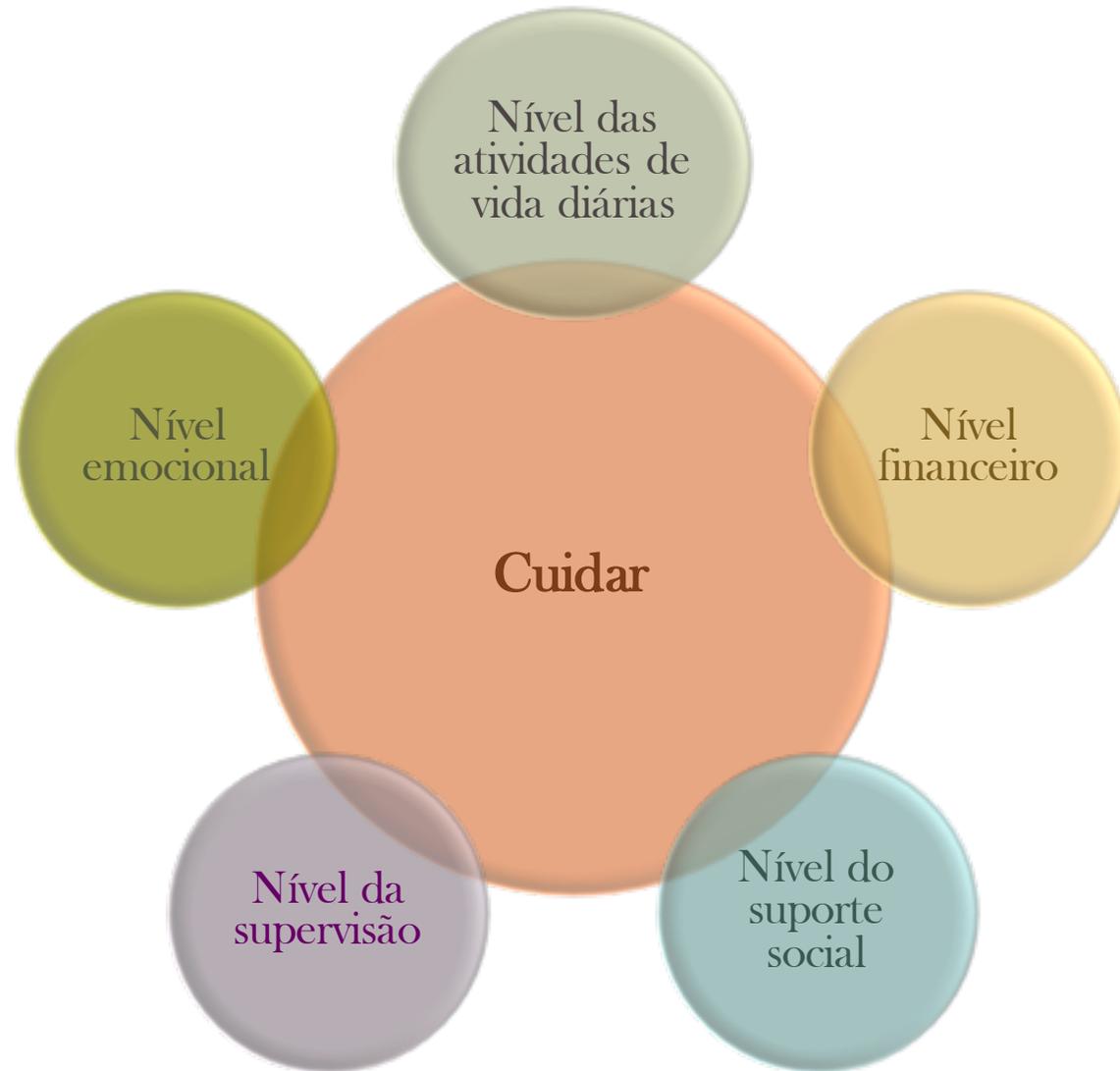


O processo de envelhecimento populacional tem sofrido gradualmente um aumento das doenças crónico-degenerativas, entre elas, destacam-se as demências, como por exemplo a DA, doença de alzheimer.

(Phaneuf, M.,2010).



Prestação de Cuidados



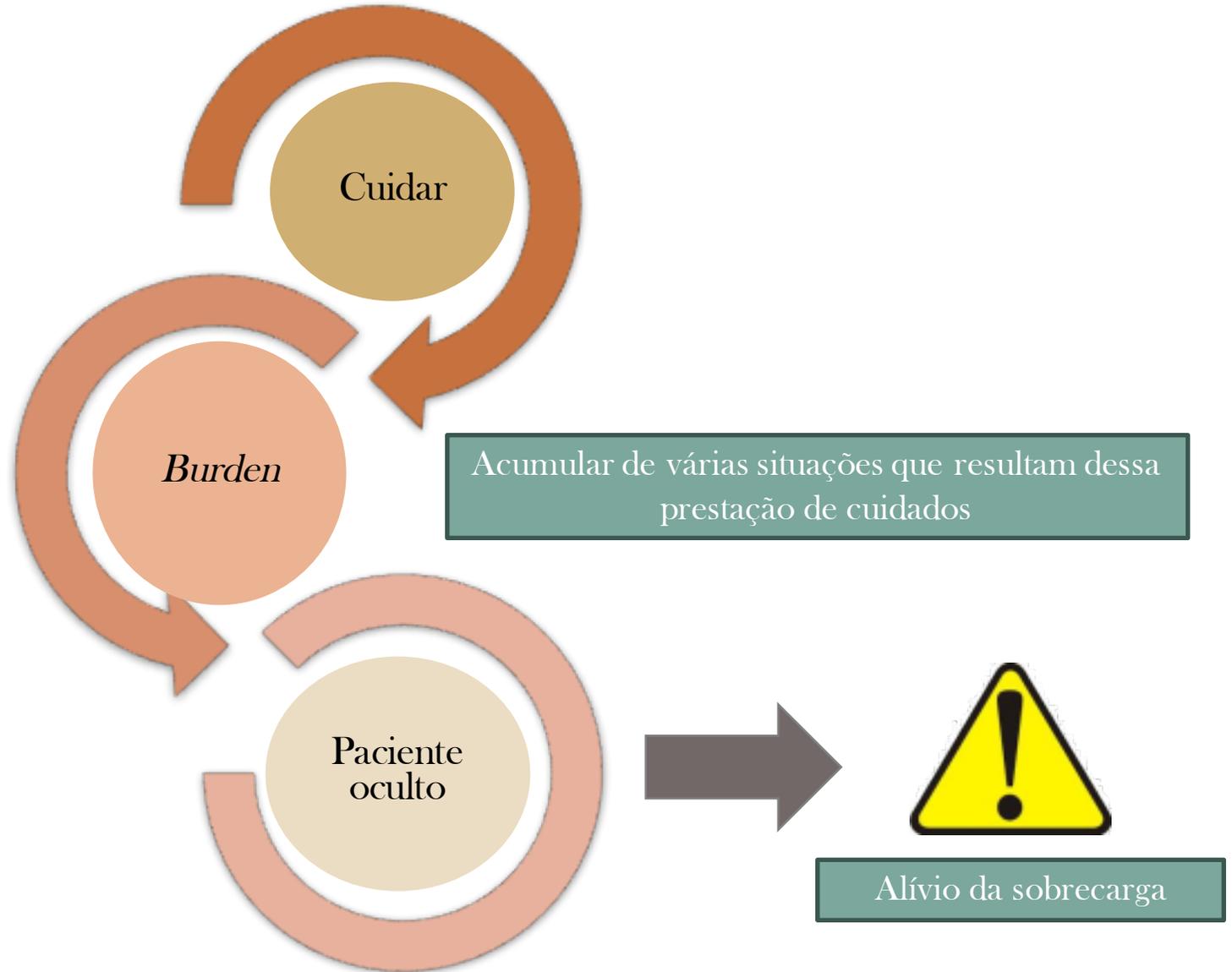


Impactos Negativos



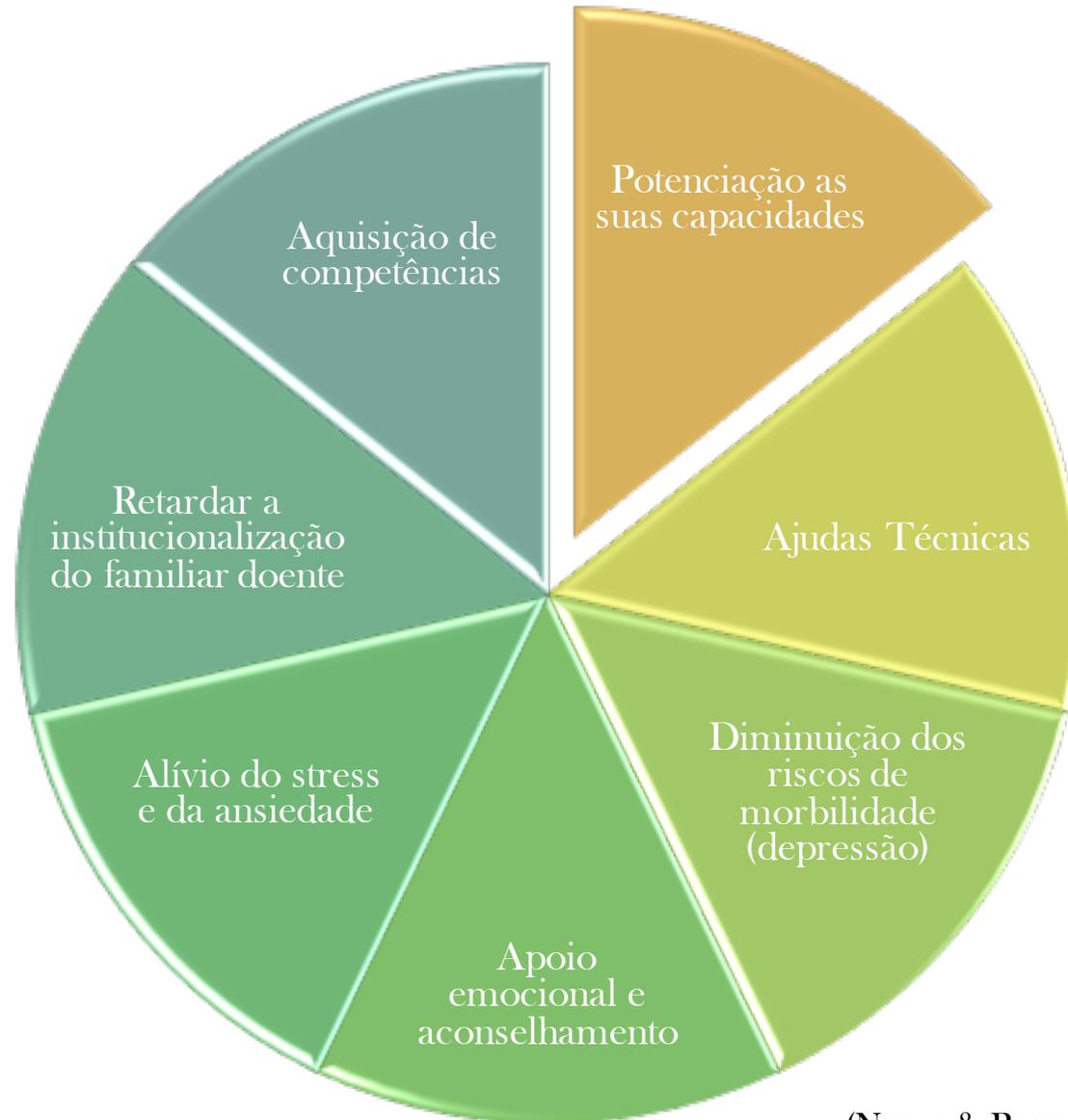


Impactos Negativos (1)





Intervenções direcionadas ao cuidador





Intervenções direcionadas ao cuidador (1)

- Apoio jurídico;
- Serviços de Alívio (Serviços de Descanso ao Cuidador – Soluções de Internamento Temporário);
- Apoio domiciliário e centro de dia;
- Apoio psicossocial:
 - Grupos de suporte e de ajuda mútua;
 - Psicoterapia;
 - Programas psicoeducativos (proFamílias-demência, proLongCare-demência).



ALZHEIMER PORTUGAL - NÚCLEO DO RIBATEJO



GRUPO DE SUPORTE
FAMILIARES E AMIGOS DE DOENTES DE ALZHEIMER

Uma oportunidade de encontro de familiares e amigos de pessoas com demência, cuidadores que vivem problemas idênticos e que, em comum, os podem analisar, tocando impressões e experiências, dando e recebendo sugestões.

Núcleo do Ribatejo da Alzheimer Portugal
R. Dom Gonçalo da Silveira Nº31 -A
2080-114 Almeirim

Última quinta-feira de cada mês
Às 18:00h

Inscrição por e-mail para grupo.ribatejo@alzheimerportugal.org
ou por telefone para 213 000 063

Núcleo do Ribatejo da Alzheimer Portugal
R. Dom Gonçalo da Silveira Nº31 -A
2080-114 Almeirim
Tel: 213 000 063
grupo.ribatejo@alzheimerportugal.org

(Alzheimer Portugal, 2017; Figueiredo *et al.*, 2012)



Intervenções direcionadas ao cuidador (1)

10

ESTRATÉGIAS PARA OS CUIDADORES DE FAMILIARES COM DEMÊNCIA

1. DEVO CUIDAR DE MIM
2. DEVO ESTRUTURAR O MEU DIA
3. DEVO VIVER UM DIA DE CADA VEZ
4. DEVO DEIXAR QUE OS OUTROS ME AJUDEM
5. DEVO MANTER O SENTIDO DE HUMOR
6. DEVO LEMBRAR-ME DE QUE OS COMPORTAMENTOS E EMOÇÕES DE MEU FAMILIAR SÃO DISTORCIDOS PELA DOENÇA
7. DEVO DESFRUTAR DAQUILO QUE O MEU FAMILIAR AINDA CONSEGUE FAZER
8. DEVO MANTER UMA REDE SOCIAL DE SUPORTE
9. DEVO LEMBRAR-ME DE QUE ESTOU A FAZER O MELHOR POSSÍVEL
10. DEVO COLOCAR LIMITES PARA NÃO COMPROMETER A AUTONOMIA DO MEU FAMILIAR

Saiba mais em:

PSICOALENTEJO.WORDPRESS.COM

PsicoAlentejo



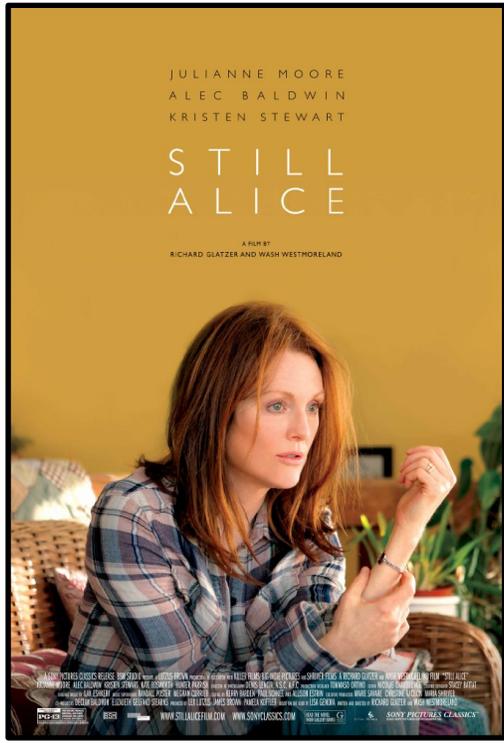


Filmes

Sugestões



Away From Her
(2006)



Still Alice
(2014)



Sites e Associações

Sugestões (1)



<http://alzheimerportugal.org/pt/>



<http://www.app.com.pt/>



<http://www.cuidarmelhor.org/>

Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson



<http://www.parkinson.pt/?lop=conteudo&op=496e05e1aca0a9c4655800e8a7b9ea28>



Informação de interesse

Sugestões (2)



Alzheimer e Outras Demências Sessões Práticas e Informativas para cuidadores e familiares

6 Fev
18h - 19h

Como lidar com as alterações cognitivas e comportamentais?

6 Mar
18h - 19h

O que fazer quando a comunicação falha?

3 Abr
18h - 19h

Alterações motoras e dor. Como gerir?

8 Mai
18h - 19h

É possível promover a autonomia nas tarefas do dia-a-dia?

5 Jun
18h - 19h

É possível planear a fase seguinte?

com o apoio de:



Rua Prof. Delfim Santos, n.º 9-C 1600-610 Lisboa (Telheiras)
Preço por Sessão: 10€. Sujeito a inscrição prévia.
Possibilidade de inscrição em apenas uma ou mais do que uma sessão.
21 750 6010 / info@neuroser.pt



Bibliografia

Albuquerque, E., Esteves, P. & Cerejeira, J. (2016). Doença de Alzheimer. In H. Firmino, M. R. Simões & J. Cerejeira (Coord.). *Saúde Mental das Pessoas Mais Velhas* (215-225). Lisboa: Lidel.

Associação Alzheimer Portugal: Portuguesa de Familiares e Amigos dos doentes de Alzheimer. (2017). Projeto “Cuidar Melhor”. Retrieved from <http://alzheimerportugal.org/pt/projeto-cuidar-melhor>.

Alzheimer Portugal Associação (2017, Fevereiro - Abril). Ser cuidado: Criar uma ambiente tranquilo. *Alzheimer Portugal, Associação Portuguesa de Familiares e Amigos dos Doentes de Alzheimer*, (65), 8-9.

Caramelli, P & Barbosa, M. (2002). Como diagnosticar as quatro causas mais frequentes de demência? *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 24(Supl. I), 7-10.

Figueiredo, D., Guerra, S., Marques, A. & Sousa, L. (2012, Fevereiro). Apoio psicoeducativo a cuidadores familiares e formais de pessoas idosas com demência. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, 15(1). Retrieved from <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/12776>.

Figueiredo, D., Marques, A & Barbosa, A. (2016). Anexos - Demências Sessão 1. Demência. E agora? : Um guia para cuidar com sentido(s) em instituições (60-67). Loures: Lusodidacta.



Bibliografia (1)

Garrido, R. & Almeida, O. (1999). Distúrbios do comportamento em pacientes com demência: impacto sobre a vida do cuidador. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 57(2-B). Retrieved from http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-282X1999000300014&lng=en&nrm=iso.

Nunes, L. & Bessa, A. (2016). Intervenções nas famílias e cuidadores: programa Comfamília+. In H. Firmino, M. R. Simões & J. Cerejeira (Coord.). *Saúde Mental das Pessoas Mais Velhas* (215-225). Lisboa: Lidel.

Neta, J., Tamelini, M. & Forlenza, O. (2005). Diagnóstico diferencial das demências. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 32 (3). Retrieved from <http://www.scielo.br/pdf/rpc/v32n3/a04v32n3>.

Phaneuf, M. (2010). Os aspetos do envelhecimento: uma abordagem por necessidades. O envelhecimento perturbado: a doença de alzheimer (87-117). Loures: Lusodidacta.

PsicoAlentejo (2013, Agosto24). 10 Estratégias para os Cuidadores de Familiares com Demência. Retrieved from <https://psicoalentejo.wordpress.com/2013/08/24/10-estrategias-para-os-cuidadores-de-familiares-com-demencia/>

Sequeira, C. (2010). Estratégias de intervenção nos cuidadores. In C. Sequeira. *Cuidar de idosos com dependência física e mental* (241-247). Lisboa: Lidel.

Sequeira, C. (2010). Estratégias de intervenção nos idosos com demência. In C. Sequeira. *Cuidar de idosos com dependência física e mental* (135-140). Lisboa: Lidel.