

COVID-19



cuidar com
qualidade

uma iniciativa



com o apoio





cuidar com
qualidade

5º MÓDULO

Cuidar de Pessoas com Demência

COVID-19

uma iniciativa



com o apoio



FUNDAÇÃO
CALOUSTE
GULBENKIAN



Objetivos

- O que é a Demência?
- Distinguir um doente com Demência.
- Sintomas de Demência.
- Formas de demência mais comuns.
- Como lidar com Pessoas com Demência.

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Conceitos

COVID-19

Demência é o termo utilizado para descrever os sintomas de um grupo alargado de **doenças que causam um declínio progressivo no funcionamento da pessoa.**

A Demência caracteriza-se por **perda de memória, capacidade intelectual, raciocínio, competências sociais e alterações das reações emocionais normais.**

60 a 70% de todos os casos de demência são doença de Alzheimer (OMS, 2015), no entanto há **vários tipos de demência.**



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Distinguir uma Pessoa com Demência

COVID-19

- Existem várias situações que produzem **sintomas semelhantes à demência** (carências vitamínicas e hormonais, depressão, sobredosagem ou incompatibilidades medicamentosas, infecções e tumores cerebrais), no entanto, quando as situações são tratadas, os sintomas desaparecem.
- Só o **diagnóstico médico** pode concluir uma situação de demência. Este deve ser realizado numa fase inicial, quando os primeiros sintomas aparecem, de modo a garantir que a pessoa seja tratada corretamente.
- A demência **pode surgir em qualquer pessoa**, mas é mais frequente a partir dos 65 anos. No entanto, nem todas as pessoas idosas desenvolvem Demência, porque esta não faz parte do processo natural de envelhecimento.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Sinais iniciais de Demência

Os **sinais iniciais de demência** são muito subtis e vagos e podem não ser imediatamente óbvios.

- Perda de memória frequente e progressiva
- Confusão
- Alterações da personalidade
- Apatia e isolamento
- Perda de capacidades para a execução das tarefas diárias

COVID-19

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Formas de Demência mais comuns

COVID-19

Doença de Alzheimer

É uma doença progressiva, degenerativa e que afeta o cérebro. À medida que as células cerebrais vão sofrendo uma redução, de tamanho e número, formam-se tranças neurofibrilhares no seu interior e placas senis no espaço exterior existente entre elas. Esta situação impossibilita a comunicação dentro do cérebro e danifica as conexões existentes entre as células cerebrais que acabam por morrer.

Este processo traduz-se numa incapacidade de recordar ou assimilar a informação. Deste modo, conforme a Doença de Alzheimer vai afetando as várias áreas cerebrais, vão-se perdendo funções ou capacidades.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Formas de Demência mais comuns

COVID-19

Demência Vascular

É um termo utilizado para descrever o tipo de Demência associado aos problemas da circulação do sangue para o cérebro e constitui o segundo tipo mais comum de Demência. Existem vários tipos de Demência Vascular. A Demência vascular pode parecer semelhante à Doença de Alzheimer e em algumas pessoas ocorre um quadro combinado destes dois tipos de Demência.

Doença de Parkinson

A Doença de Parkinson é uma perturbação progressiva do sistema nervoso central, caracterizada por tremores, rigidez nos membros e articulações, problemas na fala e dificuldade na iniciação dos movimentos. Só numa fase mais avançada da doença, algumas pessoas podem desenvolver Demência.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Formas de Demência mais comuns

COVID-19

Demência de Corpos de Lewy

A Demência de Corpos de Lewy é causada pela degeneração e morte das células cerebrais. O nome deriva da presença de estruturas esféricas anormais, denominadas por corpos de Lewy, que se desenvolvem dentro das células cerebrais e que se pensa poderem contribuir para a morte destas.

As pessoas com Demência de Corpos de Lewy podem ter alucinações visuais, rigidez ou tremores (parkinsonismo) e a sua condição tende a oscilar rapidamente, de hora a hora ou de dia para dia. Pode ser difícil fazer a distinção entre a Demência de Corpos de Lewy e a Doença de Parkinson, verificando-se que algumas pessoas com a última desenvolvem uma forma de Demência semelhante à primeira.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Formas de Demência mais comuns

COVID-19

Demência Frontotemporal

Demência frontotemporal (DFT) é o nome dado a um grupo de Demências em que existe a degeneração de um ou de ambos os lobos cerebrais frontal ou temporais.

Neste grupo de Demências estão incluídas a Demência frontotemporal, Afasia Progressiva não-fluente, Demência semântica e Doença de Pick.

Cerca de 50% das pessoas com DFT tem história familiar da doença.

As pessoas que herdam este tipo de Demência apresentam frequentemente uma mutação no gene da proteína tau, no cromossoma 17, o que leva à produção de uma proteína tau anormal.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Dificuldades na prestação de cuidados às Pessoas com Demência

COVID-19

As pessoas com demência tornam-se **gradualmente dependentes na satisfação das suas necessidades fundamentais**, nomeadamente a nível da alimentação, hidratação, eliminação, atividade física, comportamento de sono e repouso, higiene, segurança, comunicação, interação social e aprendizagens cognitivas.

Para cuidar de uma pessoa com Demência é necessária **sensibilidade** e capacidades para ir de encontro às suas necessidades.

É importante dotar os cuidadores de conhecimentos e competências técnicas, humanas e relacionais, para complementar as dependências da pessoa com demência.



uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Lidar com as principais alterações na vida das Pessoas com Demência

COVID-19

Como lidar com a perda de memória

- Tentar manter uma atitude positiva e fomentar a tranquilidade.
- Não leve o comportamento a peito.
- Evite chamar demasiado a atenção para erros e problemas.
- Lembre ocasionalmente algumas coisas e utilize sinais ou recados escritos

Como evitar problemas devidos à perda de memória

- Adapte as coisas em casa, e depois evite fazer mudanças desnecessárias.
- Crie rotinas.
- Consulte os capítulos relevantes para obter mais detalhes sobre como lidar com a perda de memória em situações particulares.

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Lidar com as principais alterações na vida das Pessoas com Demência

COVID-19

Como lidar com a desorientação

- Transmitir segurança.
- Descubra maneiras da pessoa com demência compreender o tempo.

Como evitar problemas causados pela desorientação

- Estabeleça rotinas.
- Adapte o ambiente às necessidades da pessoa com demência, e depois evite alterações desnecessárias.

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Lidar com as principais alterações na vida das Pessoas com Demência

COVID-19

Como tornar mais fácil a comunicação verbal

- Tentar ter uma atitude positiva.
- Sentar-se de frente para a pessoa e tentar encorajá-la a falar.
- Tentar compreender o sentimento que exprime.
- Evitar chamar demasiado a atenção para os defeitos.
- Dar-lhe o seu apoio.
- Adaptar o seu estilo de linguagem e o seu tom de voz (sem parecer artificial).
- Assegurar-se de que não existem problemas físicos que afectem a comunicação.

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

Lidar com as principais alterações na vida das Pessoas com Demência

COVID-19

Como usar a comunicação não verbal

- Procure assegurar-se de que não está a dar mensagens confusas.
- Procure perceber a linguagem corporal da pessoa com demência.
- Para facilitar a compreensão, tente manter o contacto visual quando fala com a pessoa com demência, e toque na mão dela, se necessário.
- Transmita segurança e apoio através do contacto físico

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade

O que é a Doença de Alzheimer?

https://www.youtube.com/watch?v=K4_CvbEpwZk

COVID-19

5º
MÓDULO

Pessoas com
Demência

uma iniciativa



com o apoio



cuidar com
qualidade