



LAR NOSSA
SENHORA
DO AMPARO

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
SÃO ROMÃO DE CARNAXIDE

Centro Social e Paroquial São Romão de Carnaxide



Carnaxide

O que é a doença de Alzheimer?

A Doença de Alzheimer é uma doença degenerativa, progressiva e irreversível que compromete irremediavelmente o cérebro causando alterações comportamentais profundas, dificuldade no raciocínio e na articulação do pensamento e diminuição da memória, com efeitos devastadores sobre o doente e sobre a família.

Quando se manifesta?

A doença de Alzheimer manifesta-se mais usualmente a partir dos 40 anos de idade com a incidência a aumentar de forma exponencial a partir dos 60.

Sabe-se que a partir dos 65 anos 10 a 15% da população será afectada, e que a partir dos 85 anos praticamente metade dos indivíduos apresentará a doença.

S i n t o m a s

- ✓ Perda gradual da memória, principalmente memória recente;
- ✓ Cansaço fácil;
- ✓ Aborrecimento;
- ✓ Ansiedade;
- ✓ Declínio no desempenho de tarefas quotidianas;
- ✓ Diminuição do senso crítico;
- ✓ Desorientação no tempo e espaço;
- ✓ Alterações da personalidade;
- ✓ Dificuldade na aprendizagem;
- ✓ Dificuldades na área da comunicação inter-pessoal;
- ✓ Não reconhecimento de familiares próximos

S i n a i s

Fase inicial:

- ✓ Distracção
- ✓ Dificuldade em lembrar nomes e palavras
- ✓ Esquecimento crescente
- ✓ Dificuldades para aprender novas informações
- ✓ Desorientação em ambientes que lhe eram familiares
- ✓ Lapsos pequenos, ainda sem características manifestas de alterações do comportamento
- ✓ Redução das actividades sociais

(Cont.)

Fase Intermédia

- ✓ Perda acentuada da memória e da actividade cognitiva
- ✓ Deterioração das capacidades verbais, diminuição do conteúdo e da variação da fala
- ✓ Frustração, impaciência, inquietação, agressão verbal e física
- ✓ Alucinações e delírios
- ✓ Incapacidade para convívio social autónomo
- ✓ Perde-se com facilidade, tem tendência a fugir ou deambular por casa
- ✓ Início da perda de controlo urinário

(Cont.)

Fase avançada

- ✓ A fala torna-se monossilábica e mais tarde desaparece
- ✓ Continuam os delírios
- ✓ Transtornos emocionais e de comportamento
- ✓ Perda do controlo urinário e fecal
- ✓ Aumento da dificuldade de deslocação, tendendo a ficar mais sentado ou na cama
- ✓ Enrigecimento das articulações
- ✓ Dificuldade para engolir alimentos
- ✓ Morte

O stress do prestador de cuidados

O prestador de cuidados de um doente com Alzheimer é frequentemente definido como a vítima oculta da Doença pois não sabem reconhecer as suas próprias necessidades entrando em níveis de stress excessivos (mais para familiares directos)

10 sinais de stress do prestador de cuidados

Estes indicadores de stress podem apresentar-se isolados ou em simultâneo. Conduzem muitas vezes a problemas de saúde muito mais graves. Aprenda a reconhecer em si próprio estes sinais de stress.

Cuidar de si próprio ajuda-o a ser um melhor prestador de cuidados.

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Negação ...

da Doença e dos respectivos efeitos na pessoa a quem foi feito o diagnóstico.

“Mais cedo ou mais tarde a mãe vai melhorar”

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Cólera ...

... directamente para com a pessoa afectada pela doença ou outras pessoas, pela ausência de um tratamento eficaz ou de uma verdadeira cura e pelo facto de as pessoas não compreenderem o que se está a passar.

"Se volta a pedir-me isto grito"

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Isolamento social...

.. e afastamento dos amigos e das actividades que antes o divertiam.

"Não me importo de não ver nem sequer os meus vizinhos."

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Ansiedade...

... de enfrentar um novo dia e tudo o que o futuro lhe reserva.

"O que é que acontece se forem necessários cuidados para além dos que posso prestar?"

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Depressão...

... que prejudica o humor e influencia a capacidade de enfrentar as situações.

"Já não quero saber de nada."

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Cansaço...

... que torna quase impossível levar a bom termo as tarefas diárias.

"Estou demasiado cansado para fazer mais isto"

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Insónia...

...que deriva de uma infinidade de preocupações.

"O que é que acontece se sai de casa e se perde ou se cai e fica ferido?"

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Irritabilidade...

... que provoca variações de humor e desencadeia reacções negativas.

"Deixem-me em paz"

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Falta de concentração...

... que torna difícil ocupar-se das tarefas familiares.

“Estava tão ocupado que me esqueci do encontro.”

10 sinais de stress do prestador de cuidados (cont.)

Problemas de saúde...

... que começam a ter o seu peso a nível mental e físico.

“Já não me lembro da última vez em que me senti bem.”

Sugestões de ajuda

Principalmente deve ser paciente. Deve dar tempo ao utente para realizar as suas tarefas e deve fazê-lo sentir que continua a ter valor. A comunicação com estes utentes deve ser clara e simples, sem nunca os infantilizar nem diminuir a sua dignidade

Sugestões de ajuda

- ✓ Manter a rotina diária quanto aos hábitos e horários diários;
- ✓ Verificar com regularidade a segurança dos utentes;
- ✓ Ajudar os utentes a serem o mais autónomos possível;

Sugestões de ajuda

- ✓ Proporcionar actividades e exercícios regulares;
- ✓ Manter os utentes em contacto com amigos e familiares;
- ✓ Lembrar o utente da necessidade de ingestão de água e de ir à casa de banho frequentemente



Obrigada pela vossa atenção