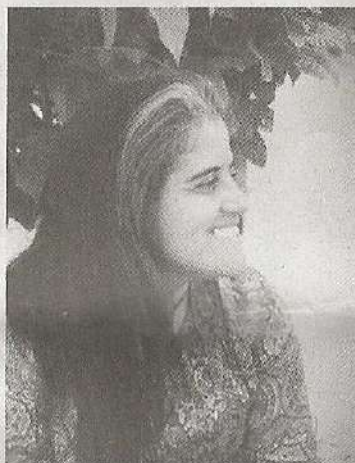


PATRÍCIA PAQUETE, TERAPEUTA OCUPACIONAL

Pessoas com demência devem manter as suas tarefas

Ségundo Patrícia Paquete, ainda existe em Portugal um estigma em relação às pessoas com demência. A terapeuta ocupacional defende a importância de se manter as rotinas para travar a doença.



ZAR, HOJE E AMANHÃ, DOIS
OPS NA ILHA TERCEIRA SOBRE
IAS, UM SOBRE A ABORDAGEM
DA NA PESSOA COM DEMÊN-
TRO SOBRE A ESTIMULAÇÃO
VA CENTRADA NA PESSOA COM
IA. A QUEM SE DESTINAM ESTAS
ÕES E QUE ENSINAMENTOS
TRANSMITIDOS?

neiro workshop é dirigido a
er pessoa que se relacione com
com demência. O segundo é
a técnicos, tais como psicólo-
apeutas, assistentes sociais...
os vamos focar-nos num novo
ma de prestação de cuidados e
ção com a pessoa com demên-
o ser apresentadas novas pers-
nomeadamente a Abordagem
da na Pessoa com Demência,
dem servir de alternativa ao
vigente, que é o modelo bio-

médico. Os conteúdos vão ser passa-
dos de forma muito prática e preten-
de-se que os formandos partilhem as
suas experiências e dificuldades, para
que todos possamos aprender.

HÁ ALGUMA FORMA DE TRAVAR O AVAN-
ÇO DAS DEMÊNCIAS?

Há diversos tipos de demência e diver-
sas causas para a demência. No entan-
to, sabe-se hoje que os estilos de vida
saudáveis contribuem para um envel-
hecimento saudável e a demência não
é um processo normal do envelhe-
cimento. Assim, há muita coisa que
todos podemos fazer para termos um
cérebro mais saudável: uma alimenta-
ção equilibrada, exercício físico e a
adoção de rotinas que incluam a esti-
mulação cognitiva. O cérebro precisa
de ser estimulado diariamente para
se manter bem, por isso é importante

que, mesmo após a reforma, as pesso-
as não parem de ler, escrever, de fazer
caminhadas, de manter ou alargar a
sua rede social. Mesmo quando já há
um diagnóstico de demência, a pessoa
deve ser estimulada a continuar as

uana, o que contribui para acelerar o
processo demencial.

QUE IMPORTÂNCIA TÊM NA SUA OPINIÃO
OS CENTROS DE DIA PARA PESSOAS COM
DEMÊNCIA, COMO O QUE EXISTE NA SAN-

Cérebro precisa de estímulo diário

suas tarefas, devendo ser substituída
pelo seu prestador de cuidados só
mesmo quando já não consegue fazer.
Em Portugal, as pessoas com demên-
cia são muitas vezes impedidas de
se envolverem em atividades de vida

TA CASA DA MISERICÓRDIA DE ANGRA
DO HEROÍSMO?

Têm um papel muito importante.
Não só prestam um serviço especiali-
zado direto às pessoas com demência
e aos seus cuidadores, mas também
contribuem para a diminuição do
estigma que ainda subsiste na nossa
sociedade, mostrando aos outros que
as pessoas com demência podem e
devem sair de casa, estar em relação
e ter oportunidade de se envolverem
em atividades significativas.

A DEMÊNCIA AINDA É ENCARADA COM
ALGUM PRECONCEITO POR PARTE DA
SOCIEDADE?

O preconceito e o estigma têm sido
os maiores inimigos da pessoa com
demência no nosso país. Muitas das
práticas menos corretas a que assis-
timos diariamente (como a utiliza-
ção excessiva de medicação ou de
contenção física) baseiam-se nesse
preconceito. Pelo facto de a pessoa
apresentar défices cognitivos, vê os
seus direitos serem-lhe retirados e
a receber cuidados de menor quali-
dade porque "ela não percebe". Por
isso é tão importante que mais des-
tas iniciativas aconteçam para que as
pessoas com demência e os seus cui-
dadores deixem de ser invisíveis.

O PAPEL DO CUIDADOR INFORMAL
É MUITAS VEZES ESQUECIDO. ESTAS
PESSOAS JÁ TÊM O APOIO NECESSÁRIO?
QUE FERRAMENTAS LHE PODERIAM SER
DISPONIBILIZADAS?

Em Portugal nem a pessoa com de-
mência nem o seu cuidador têm ain-
da o apoio que deveriam ter. Cada
vez mais a sociedade civil se tem
mobilizado, como é o caso da Santa
Casa da Misericórdia de Angra do
Heroísmo, mas ainda há muito por
fazer, nomeadamente ao nível das
políticas. Portugal é dos poucos paí-
ses europeus que ainda não tem uma
Estratégia Nacional para as demên-
cias que é um instrumento muito im-
portante que regula os cuidados, dá
linhas orientadoras às instituições e
organiza a continuidade de cuidados

