

altenpflege.de Edition

Manuais resumidos para a formação em enfermagem - Foco em cuidados geriátricos

Theo Ahrens

Atividades, entretenimento e estimulação cognitiva em lares de idosos

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Referências bibliográficas

Theo Ahrens – Breve biografia

Theo Ahrens, nascido em 1979 nos arredores de Munique, é professor de enfermagem e pedagogo especializado em cuidados. Após um ano de serviço social voluntário no hospital, formou-se em enfermagem e adquiriu valiosa experiência profissional na unidade de terapia intensiva. Motivado pelo desejo de transmitir conhecimento, estudou pedagogia em enfermagem e começou a lecionar em 2009 em uma escola de especialização em Munique. Theo é conhecido por seu ensino prático e empático, com o qual prepara futuros profissionais de enfermagem para suas carreiras exigentes. Em sua vida privada, vive em Berlim com sua esposa e dois filhos e se voluntaria para promover melhores condições na formação em enfermagem. Ele dedica este livro à sua ex-colega Annegret, que já nos anos 80 prestou grandes serviços práticos sobre este tema em Munique.

Este breve livro didático foi formulado a partir dos planos de aula dele, usando inteligência artificial. A tradução foi realizada automaticamente.

Publicado por altenpflege.de

Preço DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Sugestões e melhorias por favor enviar para team@altenpflege.de.

1/-2412181531

Índice

1 Prefácio	4
1.1 Objetivo do Livro Didático Resumido	4
1.2 Significado de ocupação, entretenimento e estimulação cognitiva nos cuidados de pessoas idosas	4
1.3 Orientações para os Estagiários: Como utilizar este livro	5
2 Introdução	7
2.1 Fundamentos da terapia ocupacional no cuidado de idosos	7
2.1.1 Definição e objetivos de ocupação e ativação	7
2.1.2 Fundamentos teóricos (Gerontologia, Geriatria, Psicologia da idade). . . .	8
2.1.3 Aspectos legais e éticos (Lei das residências, diretrizes de qualidade, dignidade humana)	8
2.1.4 Abordagem centrada na pessoa segundo Kitwood	9
2.2 Alterações relacionadas à idade e seu significado para o emprego	10
2.2.1 Mudanças físicas e seus impactos na mobilidade e motricidade fina	10
2.2.2 Limitações sensoriais (visão, audição, tato)	11
2.2.3 Alterações Cognitivas: Demência, Declínio da Memória, Lentidão dos Processos de Pensamento	12
2.2.4 Mudanças psicossociais: solidão, depressão, perda de papel	13
2.2.5 Perspectiva orientada para recursos: reconhecer e utilizar pontos fortes	13
3 Análise de necessidades e planejamento de ofertas centrado na pessoa	15
3.1 Trabalho biográfico individual como base para atividades significativas	15
3.2 Participação dos residentes: Co-participação ativa na escolha de temas, contribuindo com habilidades e talentos individuais	16
3.3 Condução de conversas com residentes para determinação de necessidades	17
3.4 Objetivo: Manutenção da Autonomia, Promoção da Comunicação, Aumento da Alegria de Viver. . . .	18
3.5 Documentação e Avaliação: Planejar – Executar – Avaliar – Ajustar	18
4 Condições estruturais e organização	20
4.1 Planejamento do espaço e aspectos de segurança	20
4.2 Café noturno ou mesa-redonda: Encontros informais à noite para promover contatos sociais e reduzir barreiras	20
4.3 Material de Aquisição: Custos, Qualidade e Utilidade	21
4.4 Colaboração na equipe de enfermagem e com os familiares	22
4.5 Integração de profissionais externos (musicoterapeutas, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas)	23
5 Estimulação Cognitiva	25
5.1 Treinamento de Memória e Jogos de Raciocínio	25
5.2 Charadas, jogos de perguntas, trabalho biográfico em grupos de discussão. . . .	26
5.3 Validação e narração reminiscente (trabalho de memória)	26
5.4 Uso de mídias digitais (tablets, jogos interativos, realidade virtual)	27
6 Atividades criativas e artesanais	29
6.1 Pintar, desenhar, criar colagens	29
6.2 Grupos de Artesanato e Trabalhos Manuais (Tricô, Crochê, Trabalhos em Madeira)	30
6.3 Ofertas para estimulação sensorial (Aromaterapia, caixas táteis)	31
6.4 Projetos sazonais e temáticos (decoração de Páscoa, artesanato de Natal)	32
7 Música, dança e movimento	33
7.1 Cantar juntos, fazer música com instrumentos simples	33
7.2 Abordagens musicoterapêuticas	34
7.3 Dança sentada, ginástica leve, grupos de movimento	35
7.4 Terapia de Dança e Exercícios de Ritmo	36
8 Jogos e atividades de lazer	37
8.1 Jogos de sociedade (jogos de tabuleiro, cartas e dados)	37
8.2 Jogos de movimento e coordenação (Boliche, Boccia)	38
8.3 Ofertas intergeracionais (visitas de turmas escolares, cooperações com creches)	39
8.4 Passeios, Festas e Celebrações (Passeios em Grupo, Rodadas de Aniversário, Eventos Culturais)	40
9 Ofertas culturais e espirituais	42
9.1 Horas de leitura e grupos de literatura	42
9.2 Teatro, exposições de filmes e uso de mídia	42
9.3 Oficinas biográficas sobre histórias de vida e tradições	43
9.4 Ofertas religiosas e espirituais (cultos, meditação, aconselhamento espiritual)	44
10 Reflexão e Avaliação	45
10.1 Padrões de qualidade para ofertas de atividades. . . .	45
10.2 Feedback de residentes, familiares e colegas obter	46
10.3 Controles de sucesso e adaptação das ofertas	47
10.4 Formação contínua e supervisão para cuidadores	48
11 Perspectivas futuras na terapia ocupacional na geriatria	50
11.1 Uso de tecnologias digitais e robótica	50
11.2 Conceitos Inovadores (Green Care, terapia assistida por animais)	50
11.3 Medidas de Ativação Personalizadas no Cuidado 4.0	51
12 Palavras finais e perspectivas	53
12.1 Resumo das principais conclusões	53
12.2 Incentivo à criatividade e ao envolvimento pessoal	53
12.3 Importância da abordagem holística para a qualidade de vida de pessoas idosas	54

1 Prefácio

1.1 Objetivo do Livro Didático Resumido

Das Kurzlehrbuch vermittelt praxisnahes und theoretisches Wissen zur Förderung der Lebensqualität älterer Menschen in Pflegeeinrichtungen durch Beschäftigungs-, Unterhaltungs- und Aktivierungsangebote. Es bietet Auszubildenden und Fachkräften in der Altenpflege spezifische Handlungsanleitungen und theoretische Grundlagen, um passgenaue Aktivitäten zu planen und umzusetzen.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem personenzentrierten Ansatz, der die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Bewohner berücksichtigt. Durch die bereitgestellten Informationen sollen Altenpfleger in der Lage sein, eine inklusive und wertschätzende Umgebung zu schaffen, die sowohl kognitive als auch soziale und emotionale Aspekte der Bewohner positiv beeinflusst. Ziel ist es, das Verständnis für die Bedeutung ganzheitlicher Ansätze zu vertiefen und Methoden an die Bewohnerbedürfnisse anzupassen.

O livro didático curto transmite conhecimentos práticos e teóricos para promover a qualidade de vida de pessoas idosas em lares de idosos por meio de ofertas de ocupação, entretenimento e ativação. Oferece a aprendizes e profissionais de enfermagem geriátrica instruções específicas e fundamentos teóricos para planejar e implementar atividades adequadas.

Um foco especial está na abordagem centrada na pessoa, que considera as necessidades e habilidades individuais dos residentes. As informações fornecidas visam capacitar os enfermeiros geriátricos a criar um ambiente inclusivo e apreciativo, que influencia positivamente tanto os aspectos cognitivos quanto os sociais e emocionais dos residentes. O objetivo é aprofundar a compreensão da importância das abordagens holísticas e adaptar os métodos às necessidades dos residentes.

1.2 Significado de ocupação, entretenimento e estimulação cognitiva nos cuidados de pessoas idosas

A ocupação e entretenimento na casa de repouso promovem o bem-estar dos residentes. Eles fortalecem a mobilidade corporal e as habilidades motoras. Através de atividades específicas, as capacidades mentais são mantidas por mais tempo. A estimulação cognitiva ajuda a treinar o raciocínio e a memória. Isso é especialmente importante em caso de limitações relacionadas à idade.

Interações sociais através de atividades e programas de entretenimento previnem a solidão e o isolamento. Os residentes experimentam uma sensação de pertencimento. Atividades em grupo promovem a troca social e podem dar origem a novas amizades. Isso aumenta significativamente a satisfação com a vida.

Ao considerar interesses pessoais e antecedentes biográficos, os residentes podem ser ativamente envolvidos no planejamento de atividades. Isso promove autonomia e autodeterminação. Uma abordagem individual leva em conta as capacidades e preferências únicas de cada pessoa e assim contribui para a autorrealização.

A combinação de ativação física, estimulação mental e participação social é fundamental para a qualidade de vida em casas de repouso. Os cuidadores desempenham um papel central em garantir um atendimento centrado na pessoa. Eles apoiam os residentes em participar de forma ativa e significativa. Dessa forma, pode-se realizar um cuidado aos idosos motivador e enriquecedor.

1.3 Orientações para os Estagiários: Como utilizar este livro

Comece com uma visão geral da estrutura do livro. Cada capítulo aborda aspectos específicos de ocupação, entretenimento e estimulação cognitiva nos cuidados de idosos. Leia a introdução cuidadosamente para adquirir uma compreensão sólida dos fundamentos. Esse conhecimento é essencial para a aplicação prática dos conteúdos seguintes.

No terceiro capítulo, você aprenderá como realizar análises individuais de necessidades. Use essas informações para adaptar atividades de maneira precisa às necessidades dos residentes. Documente e avalie regularmente para verificar a eficácia e aceitação das ofertas.

O capítulo quatro trata da organização e condições estruturais. Fique atento às explicações sobre design de espaço e aspectos de segurança para criar um ambiente seguro e atraente. A colaboração com a equipe de enfermagem é um ponto crucial aqui, para garantir uma interação harmoniosa.

Utilize os capítulos cinco a nove para se inspirar com exemplos práticos sobre como formar estímulos cognitivos, atividades criativas, além de ofertas de música, dança e movimento. Cada um desses capítulos fornece ideias e métodos concretos para melhorar a qualidade de vida dos residentes.

Ao trabalhar no capítulo sobre ofertas culturais e espirituais, você pode focar em atender a diferentes interesses e histórias de vida. Essas ofertas são cruciais para o apoio psicológico e emocional dos residentes.

No capítulo dez, reflita sobre a importância dos padrões de qualidade, feedback e a contínua adaptação das ofertas. Um envolvimento crítico com seu trabalho promove desenvolvimento profissional.

O capítulo onze oferece uma perspectiva sobre o futuro da terapia ocupacional. Informe-se sobre tecnologias inovadoras e conceitos para se manter atualizado com os desenvolvimentos nos cuidados de idosos.

Use este livro para desenvolver ofertas de ocupação criativas e eficazes que podem melhorar significativamente a vida dos residentes. Veja-o como uma ferramenta prática que o acompanha e apoia no seu caminho para se tornar um profissional qualificado em cuidados de idosos.

preview

2 Introdução

2.1 Fundamentos da terapia ocupacional no cuidado de idosos

Terapia ocupacional promove o bem-estar, a saúde física e mental de pessoas idosas. Ela inclui atividades planejadas que apoiam habilidades, permitem contatos sociais e contribuem para a qualidade de vida. A definição de terapia ocupacional inclui atividades direcionadas para manter e fomentar habilidades existentes.

Teoricamente, baseia-se em conhecimentos da gerontologia, geriatria e psicologia do envelhecimento. Essas disciplinas ajudam a entender como os processos de envelhecimento influenciam as necessidades. A terapia ocupacional utiliza modelos comuns para desenvolver programas que sejam adequados à idade e atraentes.

Aspectos legais e éticos são fundamentais. A Lei das Casas e diretrizes de qualidade definem padrões que garantem que as atividades atendam às necessidades pessoais, enquanto a dignidade humana é sempre respeitada.

A abordagem centrada na pessoa de Kitwood enfatiza a importância da história de vida individual. A terapia ocupacional deve ser desenvolvida de acordo com as preferências, interesses e experiências dos residentes. Esta abordagem impede a estigmatização e fomenta o respeito e a compreensão.

A terapia ocupacional baseia-se em uma compreensão profunda das necessidades individuais e coletivas de pessoas idosas em instituições de cuidado. É parte integrante de um cuidado holístico, que coloca o bem-estar físico, mental e emocional dos residentes no centro das atenções.

2.1.1 Definição e objetivos de ocupação e ativação

Atividades e ativação

Atividades e ativação visam a organizar o cotidiano dos idosos de maneira significativa, preservando ou até mesmo melhorando suas habilidades existentes. Atividades referem-se a qualquer forma de ocupação que desperte interesse e traga alegria aos residentes. A ativação vai um passo além, buscando motivar os residentes a engajar-se fisicamente, mentalmente ou criativamente.

Os objetivos das atividades e ativação incluem a promoção da autonomia, a preservação da mobilidade e o suporte à aptidão mental. A interação social e a comunicação são fortalecidas, o que combate o isolamento e a solidão. Ofertas personalizadas promovem recursos individuais e aumentam a autoestima. Uma atenção especial é dada à adaptação das atividades às habilidades físicas e cognitivas dos residentes individuais, para evitar sobrecarga e garantir segurança.

2.1.2 Fundamentos teóricos (Gerontologia, Geriatria, Psicologia da idade).

Gerontologia, geriatria e psicologia do envelhecimento oferecem uma compreensão fundamental para a elaboração da terapia ocupacional. A gerontologia investiga os aspectos biológicos, psicológicos e sociais do envelhecimento. Ela ajuda a entender as mudanças complexas que acompanham a idade e apoia o desenvolvimento de estratégias adaptativas para a promoção da qualidade de vida.

A geriatria foca em questões médicas do envelhecimento. Ela analisa doenças relacionadas à idade e suas abordagens de tratamento. Conhecimento sobre síndromes geriátricas, como multimorbidade e fragilidade, permite a adaptação de atividades para considerar limitações de saúde e promover a autonomia.

A psicologia do envelhecimento considera as mudanças cognitivas e emocionais na idade. Ela fornece insights sobre processos de memória, capacidade de aprendizagem e adaptação emocional dos idosos. Isso permite integrar necessidades psicológicas nas ofertas de atividades e apoiar a saúde mental.

Juntas, essas disciplinas formam a base teórica para desenvolver programas ocupacionais que são individualmente adaptados. Elas ajudam a planejar atividades levando em consideração recursos físicos, cognitivos e emocionais. Esses fundamentos conduzem a uma visão holística que mantém e promove o bem-estar através de medidas direcionadas.

2.1.3 Aspectos legais e éticos (Lei das residências, diretrizes de qualidade, dignidade humana)

A Lei das Instituições (HeimG) e as diretrizes de qualidade estabelecem padrões para o cuidado e apoio aos residentes em instituições de cuidados de idosos. Elas garantem os direitos dos residentes e servem como um quadro jurídico para assegurar um ambiente de vida digno. Na prática do cuidado, isso significa que todas as atividades planejadas devem considerar as necessidades pessoais e atender aos desejos individuais dos idosos.

A Lei das Instituições exige transparência no planejamento e execução de ofertas de atividades. As instituições de cuidados são obrigadas a assegurar que todas as ofertas promovam o bem-estar dos residentes e respeitem sua autonomia. Isso inclui a consideração de aspectos de segurança, a adaptação a restrições de saúde e a documentação e avaliação das atividades.

As diretrizes de qualidade descrevem as expectativas para a qualidade do cuidado. Elas exigem que as ofertas sejam continuamente desenvolvidas e adaptadas aos padrões científicos atuais. Avaliações regulares são necessárias para assegurar alta qualidade nas ofertas de atividades.

A dignidade da pessoa deve ser preservada em todas as situações. Este é não apenas um princípio jurídico, mas também ético. As atividades não devem ser paternalistas, mas sim respeitadas e em pé de igualdade. Os residentes devem ser respeitados em suas decisões, mesmo que isso signifique que não desejam participar de determinadas ofertas. A responsabilidade ética também exige sensibilidade para diferenças culturais, religiosas e pessoais.

Em resumo, aspectos jurídicos e éticos são pilares fundamentais de uma terapia ocupacional responsável. Eles asseguram que as instituições de cuidados não apenas cumpram os padrões legais, mas também criem um ambiente que sirva ao desenvolvimento pessoal e ao bem-estar dos residentes.

2.1.4 Abordagem centrada na pessoa segundo Kitwood

Der personenzentrierte Ansatz nach Tom Kitwood stellt den Menschen mit Demenz in den Mittelpunkt. Er betont die Wichtigkeit von Empathie, Respekt und individueller Anerkennung. Kitwood kritisiert herkömmliche Pflegeansätze, die den Menschen auf seine Defizite reduzieren. Stattdessen betrachtet er jeden Menschen als einzigartig und wertvoll, unabhängig von kognitiven Einschränkungen

Kitwoods Konzept der „Personhood“ bildet die Basis dieses Modells. „Personhood“ beschreibt den Status, den jemand in der Gesellschaft erhält und der durch zwischenmenschliche Beziehungen gestärkt oder geschwächt wird. Für Kitwood ist es wesentlich, dass Menschen mit Demenz diesen Status behalten, um ihre Lebensqualität zu sichern

Elemente des personenzentrierten Ansatzes inkludieren positive Interaktion, individuelle Unterstützung und biografieorientierte Aktivitäten. Pflegekräfte sind aufgefordert, biografisches Wissen über die Bewohner zu nutzen. Dies hilft, Aktivitäten zu gestalten, die Anknüpfungspunkte zur persönlichen Lebensgeschichte bieten. Biografiearbeit ist ein wichtiges Instrument, um Identität und Selbstwertgefühl zu fördern

Kommunikation dient als zentrales Werkzeug im personenzentrierten Ansatz. Die aktive und respektvolle Einbeziehung des Bewohners in Gespräche und Entscheidungen stärkt das Gefühl der Zugehörigkeit. Dabei geht es nicht nur um verbale, sondern auch um nonverbale Kommunikation. Körperliche Nähe, Blickkontakt und einfühlsames Zuhören schaffen Verbindungen und fördern Vertrauen

Kitwood hebt hervor, dass das Wohlbefinden von Menschen mit Demenz stark von der Pflegequalität und der sozialen Umgebung abhängt. Eine positive, personenzentrierte Umgebung kann das Fortschreiten der Symptome verlangsamen und Lebensqualität verbessern. Die Schaffung eines unterstützenden Netzwerkes und die Einbeziehung der Angehörigen sind ebenfalls von Bedeutung

Zusammengefasst fordert Kitwood eine Abkehr von routinierten, defizitorientierten Ansätzen hin zu einem umfassenden Verständnis von Personsein. Seine Prinzipien sind wegweisend für eine respektvolle, auf den Einzelnen abgestimmte Pflege und Beschäftigungstherapie in Altenpflegeheimen

2.2 Alterações relacionadas à idade e seu significado para o emprego

Alterações relacionadas à idade influenciam significativamente o design de ofertas de ocupação. Mudanças físicas frequentemente afetam a força muscular, a mobilidade e a motricidade fina. Esses aspectos exigem atividades adaptadas que promovam a mobilidade sem sobrecarregar. Exercícios para fortalecer a motricidade fina, como trabalhos manuais simples, podem ser úteis aqui.

Limitações sensoriais afetam a visão, audição e tato. Problemas de visão requerem materiais de alto contraste e letras maiores. A perda auditiva é considerada com uma linguagem clara e o uso de auxiliares auditivos. Perdas no sentido do tato devem ser abordadas através de experiências sensoriais variadas, na forma de estações táteis ou materiais sensoriais.

Alterações cognitivas, por exemplo, causadas por demência, exigem abordagens criativas. A deterioração da memória e os processos de pensamento mais lentos exigem comunicação paciente e instruções claras e simples. Treinamentos de memória de forma lúdica podem apoiar funções cognitivas.

Mudanças psicossociais, como solidão, depressão e perda de papéis, exigem uma abordagem sensível. Atividades em grupo promovem interação social e contribuem para a construção de novos papéis sociais. É importante criar uma rede de apoio que ofereça segurança emocional.

Uma abordagem focada em recursos é crucial. Reconhecer e utilizar as forças proporciona aos residentes uma sensação de controle e autoestima. As habilidades individuais devem estar no centro das ofertas de ocupação para promover sucessos pessoais. Essa abordagem fortalece a autoconfiança e apoia a satisfação com a vida.

Cada medida deve ser especificamente adaptada à mudança para aumentar a qualidade de vida e promover a participação.

2.2.1 Mudanças físicas e seus impactos na mobilidade e motricidade fina

No envelhecimento, o corpo sofre mudanças físicas típicas que afetam a mobilidade e a motricidade fina. A massa e a força muscular diminuem, o que é conhecido como sarcopenia. Isso leva a um aumento do cansaço e a um decréscimo da mobilidade. Medidas para promover a mobilidade, como exercícios direcionados de força e equilíbrio, são essenciais. Estes podem reduzir o risco de quedas e apoiar a independência.

7 Este é apenas um Preview

O livro completo está disponível em <https://www.altenpflege.de> para usuários registrados. O registro e também o uso são gratuitos. Quem não quiser se registrar pode transferir o valor mencionado na página 2 via Paypal para buchhaltung@factsoft.de, indicando tanto o título do livro quanto o endereço de e-mail. Em seguida, receberá o PDF por e-mail.

Além do acesso gratuito aos livros didáticos resumidos, um registro no [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) permite candidatar-se diretamente a empregos. E também, publicar um anúncio de emprego gratuito. Façam parte também da comunidade [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).