



## NÚCLEO DO ALGARVE DA ALZHEIMER PORTUGAL

Podemos ajudá-lo com informações sobre:

- Sintomatologia e como lidar com Pessoas com Demência;
- Apoios e subsídios sociais;
- Contactos de especialistas;
- Apoio psicológico e estimulação cognitiva;
- Serviços disponibilizados pela Alzheimer Portugal a nível nacional e seus parceiros;
- Encaminhamento para respostas sociais (lares, centros de dia, apoio domiciliário);
- Formação certificada para cuidadores formais e informais;

**Ajude-nos a ajudar outras famílias, torne-se associado.**

**Atendimento Presencial  
(mediante marcação)**  
de segunda a sexta-feira  
das 9:30h às 12:30h

**Contactos**  
965 276 690  
[geral.algarve@alzheimerportugal.org](mailto:geral.algarve@alzheimerportugal.org)  
[www.alzheimerportugal.org](http://www.alzheimerportugal.org)

**Morada**  
Urb. do Pimentão Lt 2, Cave,  
Três Bicos, 8500-776  
**Portimão**

# OFERTA FORMATIVA

Alzheimer Portugal



# Workshops

Reconhecida como Entidade Formadora pela DGERT, a Alzheimer Portugal assegura ao longo do ano e em todo o país ações de formação e outras atividades formativas, tendo formado e informado em média 9.000 formandos anualmente.

Para além de desenvolver cursos de Formação Inicial, de Qualificação, de Atualização/Aperfeiçoamento e de Integração Socioprofissional, a Associação desenvolve, também, cursos de natureza teórico-prática para técnicos nas áreas da Psicologia, Serviço Social, Terapia Ocupacional, Enfermagem, entre outras, pela importância de que estas se revestem nos cuidados a prestar no dia-a-dia às Pessoas com Doença de Alzheimer, assim como Workshops destinados a Cuidadores Formais e Informais, Ações de Informação, Seminários, Conferências, Reuniões Científicas dirigidas a técnicos, Pessoas com Demência e seus familiares e público em geral.

A Alzheimer Portugal, nos seus cursos e Workshops, emite Certificados de Formação Profissional, podendo a sua formação estar integrada nas horas de formação obrigatórias, ao abrigo do disposto nos artigos 130º e 131º do Código do Trabalho.

A formação da Alzheimer Portugal assenta nos conhecimentos e boas práticas adquiridas ao longo dos mais de 31 anos de atividade da Associação, tendo sido reconhecida com prémios de mérito ao longo dos anos, dos quais se destacam em 2019 o Prémio APIFARMA, em 2015 o Prémio Maria José Nogueira Pinto, o Prémio João Pereira da Rosa e o Prémio Henkel, em 2014 o Prémio Nuno Correa Verdades de Faria, em 2013 o Prémio António Sérgio e em 2012 o Prémio Manuel António da Mota, mantendo-se elevados padrões de qualidade, refletidos nas avaliações bastante positivas efetuadas pelos formandos relativamente a todos os parâmetros de avaliação obrigatória da Atividade Formativa realizada, incluindo a elevada satisfação com o grupo de Formadores.

Nos Workshops Externos podem ser organizados conteúdos com temas de diversos workshops, sendo que os temas serão abordados de uma forma menos aprofundada.



# Índice

## População Geral

---

- 2 Demências: Na Tua Pele
- 2 Abordagem Centrada na Pessoa com Demência
- 2 Demências: Relações Interpessoais e Cuidados ao Cuidador
- 2 Comunicação com a Pessoa com Demência
- 2 Demências: Estratégias nas Atividades de Vida Diária
- 3 Como Adaptar o Ambiente à Pessoa com Demência
- 3 Demências: Ocupação
- 3 Demências: Alterações Cognitivas, Funcionais e Comportamentais
- 3 Redução do Risco de Declínio Cognitivo
- 4 Intervenção Intergeracional com Pessoas com Demência
- 4 Demências: Respostas e Direitos Sociais
- 4 Regime do Maior Acompanhado
- 4 Diretivas Antecipadas de Vontade

## Cuidadores Formais CF5 Técnicos

---

- 5 Os Desafios do Processo de Luto no Contexto Atual
- 5 Demências: Dilemas Éticos
- 5 Alterações do Humor e do Comportamento na Demência
- 5 Consentimento Informado
- 6 Comunicação do Diagnóstico de Demência - Principais Desafios
- 6 Demências: Intervenção Social

## CF1 Auxiliares Ação Direta e CF5 Técnicos

---

- 7 Demências: Intervenção Cognitiva
- 7 Processo de Luto dos Cuidadores Profissionais em Contexto de Pandemia

## Ações de Informação

---

- 7 Doença de Alzheimer e Outras Demências

# Na Tua Pele

Workshop inovador onde os formandos são confrontados com as dificuldades do dia-a-dia das Pessoas com Demência, por forma a serem capazes de se colocarem na situação da Pessoa com Demência, desenvolvendo, assim, a sua capacidade de empatia para com os sentimentos e dificuldades desta, em áreas como a mobilidade, alimentação, atividades ocupacionais e alterações sensoriais.

## Abordagem Centrada na Pessoa com Demência

1. Conceito
2. Princípios
3. Sinais de Bem-Estar e de Mal-Estar
4. Necessidades Biopsicossociais das Pessoas com Demência

## Demências: Relações Interpessoais e Cuidados ao Cuidador

1. Aspetos Relacionais:
  - 1.1. Eu/Eu
  - 1.2. Eu/Outro
  - 1.3. Eu/Outros
2. Consequências do Cuidar
3. Adaptação Psicológica da Família à Doença de Alzheimer
4. Sinais de Stress no Cuidador
5. Intervenção junto do Cuidador em Stress

## Comunicação com a Pessoa com Demência

1. Comunicação com a Pessoa com Demência
2. Utilização do corpo na relação com as outras pessoas
3. A Importância do contacto visual na comunicação
4. Importância atribuída à expressão facial
5. Utilização do gesto na comunicação
6. Assertividade
7. Pontos-chave para uma boa comunicação

## Estratégias nas Atividades de Vida Diária

Aspetos Práticos das Atividades de Vida Diária:

1. Alimentação
2. Higiene
3. Mobilidade
4. Alterações de comportamento

# Como Adaptar o Ambiente à Pessoa com Demência

1. Segurança da Pessoa com Demência nos diferentes ambientes/ contextos
2. Potenciais perigos que a Pessoa com Demência pode enfrentar na sua habitação/instituição
3. Adaptação da habitação/instituição à Pessoa com Demência
4. Possíveis soluções que se podem utilizar para tornar a habitação/instituição segura e funcional

## Demências: Ocupação

1. Ocupação e Pessoa com Demência
2. Significado Pessoal
3. História Ocupacional
4. Atividade Contextualizada
5. Autoexpressão e Criatividade

## Demências: Alterações Cognitivas, Funcionais e Comportamentais

1. Conceito de Demência
2. Prevalência e fatores de risco
3. Critérios de diagnóstico
4. Importância do diagnóstico precoce
5. Tipos de demência mais comuns
6. Compreender a Pessoa com Demência
  - 6.1. Principais alterações cognitivas
  - 6.2. Sintomas comportamentais e psicológicos
  - 6.3. Alterações nas atividades de vida diária

## Redução de Risco no Declínio Cognitivo

1. Envelhecimento Cognitivo
  - 1.1. Estimativas e números na população
  - 1.2. Consequências na sociedade
  - 1.3. Demência
  - 1.4. Depressão
2. Declínio Cognitivo Ligeiro
  - 2.1. Evolução do conceito
  - 2.2. Papel da Neuropsicologia
3. Redução de Risco
  - 3.1. Níveis de prevenção
  - 3.2. Revisão de Estudos sobre fatores de Risco

# Intervenção Intergeracional com Pessoas com Demência

1. Conceito
2. Importância das partilhas Intergeracionais
3. Ciclos de Vida
4. Especificidades da Intervenção em Pessoas com Demência
5. Especificidades da Intervenção nas diferentes fases da Infância
6. Potenciais Benefícios
7. Potenciais Riscos
8. Exemplos de Boas Práticas
9. Desenho de um projeto Intergeracional
10. Avaliação dos Benefícios e Riscos

## Demências: Respostas e Direitos Sociais

1. Conceito de Demência
2. Enquadramento dos médicos especialistas para a área das Demências
3. Respostas Sociais e serviços existentes na comunidade e na Associação Alzheimer Portugal
4. Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (Internamento para Descanso do Cuidador e Unidade de Convalescença)
5. Direitos e Apoios Sociais para Pessoas com Demência, população sénior e/ou com baixos rendimentos

## Regime do Maior Acompanhado 4 horas

1. As novas abordagens na promoção dos direitos das Pessoas com capacidade diminuída
2. Requisitante das medidas de acompanhamento
3. Circunstâncias da requisição
4. Nomeação do acompanhante (pessoa que ajuda ou representa na tomada de decisões)
5. Relevância da vontade antecipadamente expressa

## Diretivas Antecipadas de Vontade

1. Decisões antecipadas de vontade
2. Decisões antecipadas de vontade em Portugal
3. Testamento Vital: Conteúdos, limites, relevância da vontade atual, objeção de consciência, urgência, duração
4. Procuração para cuidados de saúde

# Os Desafios do Processo de Luto no Contexto Atual

1. Definição de Luto
2. Manifestações do processo de Luto
3. Trajetórias do Luto
4. Função dos rituais fúnebres
5. O luto nas crianças
6. Mediadores do Luto
7. Recomendações no contacto com o enlutado
8. Outras questões associadas ao contexto de pandemia

## Demências: Dilemas Éticos

1. Dilemas éticos no cuidado
2. Linhas orientadoras para a reflexão sobre a perceção das Pessoas com Demência
3. Demência e os seus desafios
4. Teorias morais e ética
5. Dilemas éticos
6. Ética no dia-a-dia da Pessoa
7. Abordagem Centrada na Pessoa com Demência
8. Demência e ética
9. Valores e princípios éticos
10. Dilemas éticos nas diversas fases da Demência
11. Lidar com dilemas éticos
12. Passos a dar

## Alterações do Humor e do Comportamento na Demência

1. Classificação dos tipos de alterações nas demências
2. Identificação das alterações do humor e do comportamento
3. Reflexão sobre as consequências destas alterações
4. Definição da Abordagem Centrada na Pessoa com Demência
5. Modalidades de intervenção farmacológica
6. Modalidades de intervenção não farmacológica
7. Aprendizagem de estratégias de intervenção

## Consentimento Informado

### Consentimento Informado

1. Consentir de forma informada
2. Enquadramento Legal
3. Ser capaz de consentir
4. A Pessoa e a Demência

# Comunicação do Diagnóstico de Demência - Principais Desafios

1. Enquadramento: Comunicação do Diagnóstico
2. Barreiras à Comunicação
3. O quê e quando Comunicar?
4. Questões Éticas e Jurídicas
5. Impacto da Comunicação do Diagnóstico
6. Guidelines da Comunicação do Diagnóstico

## Demências: Intervenção Social

1. Conceito de Demência, Estádios da Doença e Doença Crónica
2. Valores e Princípios do Serviço Social
3. Fases do método de intervenção, enquadradas numa perspetiva holística da intervenção social
4. Modelos de Intervenção do Serviço Social aplicados à área das Demências
5. Abordagem centrada na Pessoa e transversal a todas as áreas de atuação na área das Demências
6. O papel das Instituições e dos profissionais junto das Pessoas com Demência e dos Cuidadores/ familiares
7. Respostas e serviços da Associação Alzheimer Portugal dirigidos à Pessoa com Demência e Cuidadores (formais e informais)
8. Estatuto do Cuidador Informal e Estratégia Nacional para as Demências
9. Enquadramento dos médicos especialistas para a área das Demências
10. Benefícios Sociais para as Pessoas com Demência
11. Boas Práticas na Intervenção e Estratégias de Coping

## Demências: Intervenção Cognitiva 4 horas

1. Demência, componentes e principais manifestações
2. Evolução da Doença de Alzheimer
3. Causas mais comuns de Demência
4. Fatores de risco, fatores protetores
5. Neuropsicopatologia da Doença de Alzheimer
6. Reserva cognitiva
7. Neuroplasticidade
8. Abordagem terapêutica não farmacológica na Demência
9. Intervenção na Demência
10. Princípios gerais da estimulação cognitiva
11. Etapas relevantes da estimulação cognitiva
  - 11.1. Avaliação
  - 11.2. Planeamento e motivação
  - 11.3. Monitorização
12. Técnicas de estimulação cognitiva

## Processo de Luto dos Cuidadores Profissionais em Contexto de Pandemia

1. Definição de Luto
2. Manifestações do processo de Luto
3. Função dos rituais fúnebres
4. Mediadores do Luto
5. Recomendações no contacto com o enlutado

## Doença de Alzheimer e Outras Demências

1. Definição
2. Principal sintomatologia
3. Diagnóstico
4. Intervenção

# Tabela de Preços 2021

## Formação Geral

	Associado	Não Associado
Workshop 3h ou 4h	€20,00	€25,00
Workshop "Direitos e o Novo Regime do Maior Acompanhado" - 6h Presencial	€40,00	€50,00
Workshop "Na tua Pele" - Presencial	€25,00	€30,00
Ação de Formação "Moderação Grupos de Suporte" - 10h Online	€70,00	€80,00

---

Nota: Não existe qualquer tipo de desconto aos preços dos Workshops.

## Formação à Medida

Com o objetivo de dar resposta às necessidades específicas de cada instituição, apresentamos uma variedade de pacotes formativos com os seguintes valores:

**Valor de inscrição por formando por workshop: 25€**

Em cada Workshop, na inscrição de 15 formandos: oferta de 2 inscrições

Nota 1. Cabe à entidade solicitante o pagamento das despesas de deslocação: €0,36/Km e portagens.

Nota 2. Caso haja necessidade do técnico pernoitar no local de realização das ações, a estadia e refeições são da responsabilidade da entidade solicitante.

# Contactos

## **Departamento de Formação Alzheimer Portugal**

Ana Margarida Cavaleiro

934 102 918

[ana.m.cavaleiro@alzheimerportugal.org](mailto:ana.m.cavaleiro@alzheimerportugal.org)

## **Núcleo do Algarve da Alzheimer Portugal**

Margarida Ferreira

965 276 690

[geral.algarve@alzheimerportugal.org](mailto:geral.algarve@alzheimerportugal.org)

# Proposta Formativa

## Ao abrigo do Contrato Programa CM Portimão

Com o objetivo de dar resposta às necessidades específicas de cada instituição, apresentamos a seguinte variedade de pacotes formativos que são meramente indicativos, podendo a instituição selecionar os workshops individualmente e que mais se adequem às necessidades da população alvo.

### Pacote Demências A

População Alvo: Técnicos níveis 5 e 6 - Respostas Sociais e de Saúde

Workshops	Duração
Introdução às Demências	3H
Abordagem Centrada na Pessoa com Demência	2H
Estratégias nas Atividades de Vida Diária	2H
Intervenção Cognitiva	3H

### Pacote Demências B

População Alvo: Técnicos Auxiliares - Respostas Sociais e de Saúde

Workshops	Duração
Introdução às Demências	2H
Abordagem Centrada na Pessoa com Demência	2H
Estratégias nas Atividades de Vida Diária	3H
Ocupação	1H30
Comunicação e Pessoa com Demência	1H30

### Pacote Demências C

População Alvo: Forças de Segurança

Workshops	Duração
Introdução às Demências	2H
Abordagem Centrada na Pessoa com Demência	2H
Comunicação e Pessoa com Demência	1H30