



CALMD

Unidade 1

Delimitações conceituais em questões de saúde mental



Cofinanciado pela
União Europeia

O apoio da Comissão Europeia para a produção desta publicação não constitui um aval do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores, não podendo a Agência Nacional e Comissão serem responsabilizadas por qualquer utilização que venha a ser feita da informação aqui contida.

Índice

Conceitos Básicos Relacionados com a Saúde Mental.....	3
<i>Componentes de uma boa saúde mental.....</i>	<i>4</i>
Deficiência intelectual.....	5
<i>Impacto da deficiência intelectual.....</i>	<i>6</i>
<i>Interseção entre saúde mental e deficiência intelectual.....</i>	<i>7</i>
<i>Quem é o/a nosso/a estudante?.....</i>	<i>7</i>
<i>Impacto da deficiência intelectual na aprendizagem.....</i>	<i>8</i>
<i>Os Dez Mandamentos (regras básicas na comunicação com pessoas com deficiência)....</i>	<i>8</i>
Atividades.....	10
<i>Atividade 1.....</i>	<i>11</i>
<i>Atividade 2.....</i>	<i>11</i>
Questionário.....	12
Reflexões: Relacionamento com pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem.....	14

Conceitos básicos relacionados com a saúde mental

Existem várias definições de saúde mental e discussões na área sobre o que é saúde mental.

A Saúde Mental é um *continuum*, no extremo da doença, a pessoa raramente está em contacto com a realidade, por exemplo a pessoa que tem uma doença mental grave pode ser diagnosticada com esquizofrenia ou estágios avançados da doença de Alzheimer. No lado saudável, temos uma pessoa que demonstra um elevado nível de bem-estar e consciência.

Componentes de uma boa saúde mental

- Um autoconceito positivo, uma noção saudável de si mesmo/a.
- Consciência da responsabilidade pelo próprio comportamento e as suas consequências.
- Comunicação eficaz e bem-sucedida.
- Adaptabilidade e perspectiva à mudança.
- Manutenção de relacionamentos interpessoais satisfatórios.
- Compreensão das emoções e aceitação das expressões de sentimentos e emoções.
- Compreensão da importância de manter bons relacionamentos e aprendizagem sobre como utilizar uma estrutura de apoio.

A conduta apresentada e o ambiente em que é vista contribuem para determinar se alguém pode ter uma deficiência mental. A incapacidade de lidar com uma circunstância de stress pode gerar doenças mentais.

Deficiência Intelectual

Referência:

[https://www.adcet.edu.au/inclusive-teaching/specific-disabilities/intellectual-disability#:~:text=Intellectual%20disability%20is%20usually%20identified%20during%20childhood%2C%](https://www.adcet.edu.au/inclusive-teaching/specific-disabilities/intellectual-disability#:~:text=Intellectual%20disability%20is%20usually%20identified%20during%20childhood%2C%20)

O termo “deficiência intelectual” refere-se a um grupo de condições causadas por diversas doenças genéticas, problemas e complicações no parto, e infecções adquiridas.

A deficiência intelectual é geralmente identificada durante a infância e tem um impacto contínuo no desenvolvimento do indivíduo.

2 Modos de diagnosticar ID:

- Diferentes tipos de testes cognitivos.
- Testes de QI.
- Avaliação do desempenho nas escolas.
- Outros tipos de documentação (anotações médicas, resultados de laboratório, etc.).

A deficiência intelectual pode ser definida como uma capacidade significativamente reduzida de compreender informações novas ou complexas, aprender novas competências e lidar de forma independente com as realidades da vida, incluindo o funcionamento social.

Tal como acontece com todos os grupos de deficiência, existem vários tipos de deficiência intelectual com vários graus de gravidade. Cada pessoa com uma DI é diferente. Existem diferentes causas para a deficiência e diferenças consideráveis na natureza e extensão das deficiências intelectuais e limitações funcionais. Também é necessário ter em mente que cada pessoa tem uma formação diferente e vem de um ambiente social diferente. Muito importante na adaptação à realidade da vida é também o apoio familiar e as suas possibilidades financeiras.

Algumas pessoas têm doenças genéticas que afetam gravemente as suas capacidades intelectuais, sociais e outras capacidades funcionais. Outras pessoas com deficiência intelectual ligeira podem desenvolver competências de vida adequadas e serem capazes de levar uma vida adulta relativamente independente.

Impacto da deficiência intelectual

Em que consiste uma deficiência intelectual?

- <https://youtu.be/PEa4bs4KJx0>

Interseção entre saúde mental e deficiência intelectual

A psicologia e a psiquiatria visam promover a saúde mental.

São inúmeras as questões comportamentais que levam as pessoas com DI a estes especialistas e, frequentemente, os cuidadores tomam medidas para resolver algumas das dificuldades que enfrentam. Para ajudar estas pessoas a avançar e melhorar a vida e a vida das pessoas com quem convivem ou que cuidam delas, psiquiatras e psicólogos trabalham com os pacientes para compreender as suas preocupações e o que os trouxe à clínica.

A maioria dos PDI (Pessoas com Deficiência Intelectual) não tem conhecimento de que além da sua DI têm outros diagnósticos psiquiátricos como depressão e/ou ansiedade, só para citar dois dos mais comuns, alguns deles podem adquirir esquizofrenia devido à medicação psiquiátrica prescrita que têm tomado ao longo dos anos devido ao seu comportamento desafiante.

As PID (Pessoas com Deficiência Intelectual) não conseguem verbalizar quando se sentem muito deprimidas ou muito ansiosas. Estes precisam de apoio para expressar os seus sentimentos e emoções, aprox. 99% das referências nestas áreas são devido ao seu comportamento. O encaminhamento principal é a agressão a terceiros ou a si mesmo ou à destruição de propriedade. Ou tem outro comportamento que preocupa os cuidadores, desaparecer, fugir.

Quem é o/a nosso/a estudante?

Referência:

De: *Intellectual Disabilities | Encyclopedia of Social Work (oxfordre.com)*
From gov: *Disability in australia-below*

Consideramos que o/a nosso/a cliente tem uma deficiência intelectual diagnosticada e muitas vezes um problema de saúde mental diagnosticado ou não diagnosticado, além de doenças físicas (especialmente quando doenças genéticas estão envolvidas no diagnóstico) das quais a pessoa pode estar ciente ou não. Além disso, podem ter problemas financeiros e sociais que podem ser avassaladores.

Estas pessoas são estigmatizadas na sociedade e podem ter um passado traumático.

É importante reconhecer a ampla faixa de experiências e diferenças entre as pessoas com deficiência intelectual. As pessoas com deficiência intelectual ligeira a moderada levam frequentemente vidas independentes, trabalhando e vivendo nas suas comunidades locais com pouca ou nenhuma assistência das suas famílias ou do sistema de serviços formal. Pessoas com deficiências mais graves podem precisar de muita ajuda nas atividades da vida quotidiana, bem como supervisão para se manterem seguras. Indivíduos com deficiência intelectual e de desenvolvimento constituem um grupo muito diversificado.

Impacto da deficiência intelectual na aprendizagem

Dependendo da razão subjacente, a deficiência intelectual de um indivíduo terá consequências diferentes nas suas capacidades de aprendizagem.

A capacidade de aprendizagem de uma pessoa pode ser significativamente afetada por uma série de características comuns, como:

- problemas de comunicação e dificuldades em competências sociais para compreender novas informações;
- processamento mental lento, desafios com novas informações, processamento sequencial e compreensão de conceitos abstratos.

Os Dez Mandamentos (regras básicas na comunicação com pessoas com deficiência)

Referência:

From: *Disability in Australia: intellectual disability (AIHW bulletin no. 67, November 2008) (full publication) (AIHW)*

Observa:

- <https://youtu.be/2iKKdD50aVs>

“As pessoas com deficiência intelectual enfrentam desafios especiais que são diferentes dos das pessoas com outros tipos de deficiência em vários aspectos importantes. Por exemplo, têm dificuldade em aprender e aplicar conhecimentos e na tomada de decisões. Podem ter dificuldade em identificar e escolher opções em momentos importantes de transição na vida. Muitas vezes têm dificuldade em adaptar-se a novas circunstâncias e ambientes desconhecidos e, portanto, necessitam de um elevado apoio em tempos de mudança.”

(Conselho Consultivo Ministerial sobre Deficiência da Austrália Ocidental, 2006)

Deficiências e condições adicionais relacionadas. Múltiplas deficiências ou condições são comuns em pessoas com deficiência intelectual.

- A deficiência mais prevalente é a deficiência psiquiátrica.
- Um pouco menos de metade das pessoas com deficiência intelectual também têm deficiência física ou outros tipos de deficiência.
- Mais de metade dos indivíduos com deficiência intelectual tem uma limitação grave ou profunda relataram ter deficiências sensoriais, verbais e físicas ou outras variadas deficiências.
- Os cinco principais problemas de saúde adicionais foram problemas de dor nas costas, TDAH, asma, problemas de fala e problemas de audição.
- Problemas de fala são muito comuns

Atividades

Atividade 1

A partir de hoje, tente estar mais atento às pessoas com deficiência nas ruas ou nos restaurantes, shoppings, parques e observe como as outras pessoas interagem com elas.

Pergunte a si mesmo/a:

- Quantas pessoas com deficiência acabou de conhecer?
- Caso não tenha visto nenhuma pessoa com deficiência, porque acha que isso se sucedeu?

Observe se outras pessoas estão a tratar as pessoas com deficiência de maneira diferente do que tratariam alguém sem deficiência nessa situação.

Atividade 2

Pense numa pessoa com deficiência que já conhece.

Pergunte a si mesmo/a as seguintes questões:

- Que tipo de deficiência a pessoa tinha?
- Como é que a pessoa parecia lidar com essa deficiência? Ele ou ela teve algum apoio de outra pessoa ou de um animal de serviço?
- Que tipos de interações a pessoa com deficiência teve com outras pessoas? Como é que a outra pessoa respondeu à pessoa com deficiência?
- O que é que você aprendeu ou como se sentiu ao fazer essas observações?

Questionário

1. Quais são os componentes de uma Boa Saúde?

- Um autoconceito positivo, um sentido saudável de si mesmo; Adaptabilidade e perspectiva à mudança; Comunicação eficaz e com sucesso.**
- Beleza.
- A capacidade de um indivíduo realizar tarefas diárias sem fadiga

2. O que é deficiência intelectual?

- Um grupo de condições causadas por diversas doenças genéticas, problemas e complicações no parto e infecções adquiridas.**
- Deficiências na estrutura ou função corporal de uma pessoa.
- O estado ou condição de incapacidade de compreensão devido a lesão, doença ou condição congênita.

3. Quais são as formas de diagnosticar a Deficiência Intelectual?

- Testes cognitivos, testes de QI.**
- Testes físicos.
- Testes de corrida.

4. Ao interagir com adultos com Deficiência Intelectual, qual é o melhor horário para marcar uma reunião?

- Ao considerar um horário adequado, tenha em mente que algumas pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem preferem as manhãs, pois ficam mais descansadas a esta hora do dia e têm mais facilidade de concentração.**
- Pessoas com deficiência intelectual são mais eficazes à noite.
- Nunca.

5. Que especialista é responsável pela avaliação cognitiva da capacidade intelectual para compreender problemas (físicos, mentais, etc.), incluindo reação a problemas onde existe percepção?

- Assistente social.
- Psiquiatra.
- Psicólogo.**

REFLEXÕES: Interação com pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem

Dicas para apoiar um processo de interação eficaz com pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem.

- Ao considerar um horário adequado, tenha em mente que algumas pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem preferem as manhãs, pois ficam mais descansadas a esta hora do dia e têm mais facilidade de concentração.
- Forneça uma agenda e siga os tópicos da agenda na ordem em que estão listados.
- Esteja preparado para oferecer os serviços de uma pessoa que tire apontamentos. Considere também o uso de um leitor/escritor ao realizar pesquisas ou solicitar feedback.
- Evite teleconferências. Isso tornará mais fácil garantir que as informações sejam fornecidas no ritmo certo e compreendidas.
- Certifique-se de que fala apenas uma pessoa de cada vez.
- Mantenha as informações simples e evite gírias. Evite também usar siglas e diga todos os nomes por extenso.
- Sempre que possível, acompanhe as informações com imagens ou recursos visuais relevantes.
- Fale num ritmo que dê tempo às pessoas para considerarem as suas perguntas e como poderão responder. Faça uma pausa onde for necessário. Faça uma pergunta de cada vez.
- Forneça uma cópia da sua apresentação aos participantes com antecedência, para que tenham tempo de se familiarizarem com a mesma.
- Deixe as pessoas saberem que têm direito à sua opinião.
- Dê tempo para as pessoas darem a sua opinião e ouça-as com atenção.
- Verifique a sua compreensão do que as pessoas disseram. Faça perguntas para esclarecer o seu entendimento ou peça às pessoas que repitam o que disseram para que você tenha certeza de que entendeu. Não finja que entendeu.

- Verifique se as pessoas compreenderam o que foi dito. Se alguém não entender, considere usar uma abordagem alternativa; por exemplo, passando de perguntas abertas para perguntas fechadas (sim ou não, etc.), repetindo ou reformulando informações ou usando imagens ou recursos visuais.
- Para verificar se alguém compreendeu, considere pedir-lhe que coloque a informação pelas suas próprias palavras. Isto eliminará o risco de as pessoas dizerem "sim", porque é isso que acreditam que deveriam dizer, e permitirá que evitem ter de responder "não" à pergunta "Compreendeu?".
- Algumas pessoas podem preferir que os membros da família ou cuidadores expressem as suas preferências por eles, pois confiam neles para compreender e comunicar as suas necessidades individuais. Peça permissão à pessoa para recolher essas informações.
- Easy Read (Leitura Fácil) é uma forma de produzir informação numa linguagem quotidiana que seja consistente, livre de acrónimos e gírias e que inclua imagens para ajudar no significado. Os documentos de Easy Read têm uma grande quantidade de espaços claros/em branco. O Easy Read também pode ser usado para apoiar pessoas com baixos níveis de alfabetização ou que tenham o inglês como segunda língua. Ao reunir informações escritas, incluindo documentos de Easy Read, para pessoas com deficiência intelectual/de aprendizagem, siga estas diretrizes.
- Considere a produção de uma versão impressa em tamanho grande (com fonte mínima de 16 pontos, mas de preferência 18) de informações escritas. Se você não estiver a produzir um documento de Easy Read, considere a clareza dos seus documentos de qualquer maneira, para garantir que as informações serão compreendidas.



www.projectcalmd.com



virtualcampus



duepunti ●●



Cofinanciado pela
União Europeia

O apoio da Comissão Europeia para a produção desta publicação não constitui um aval do conteúdo, que reflete apenas as opiniões dos autores, não podendo a Agência Nacional e Comissão serem responsabilizadas por qualquer utilização que venha a ser feita da informação aqui contida.