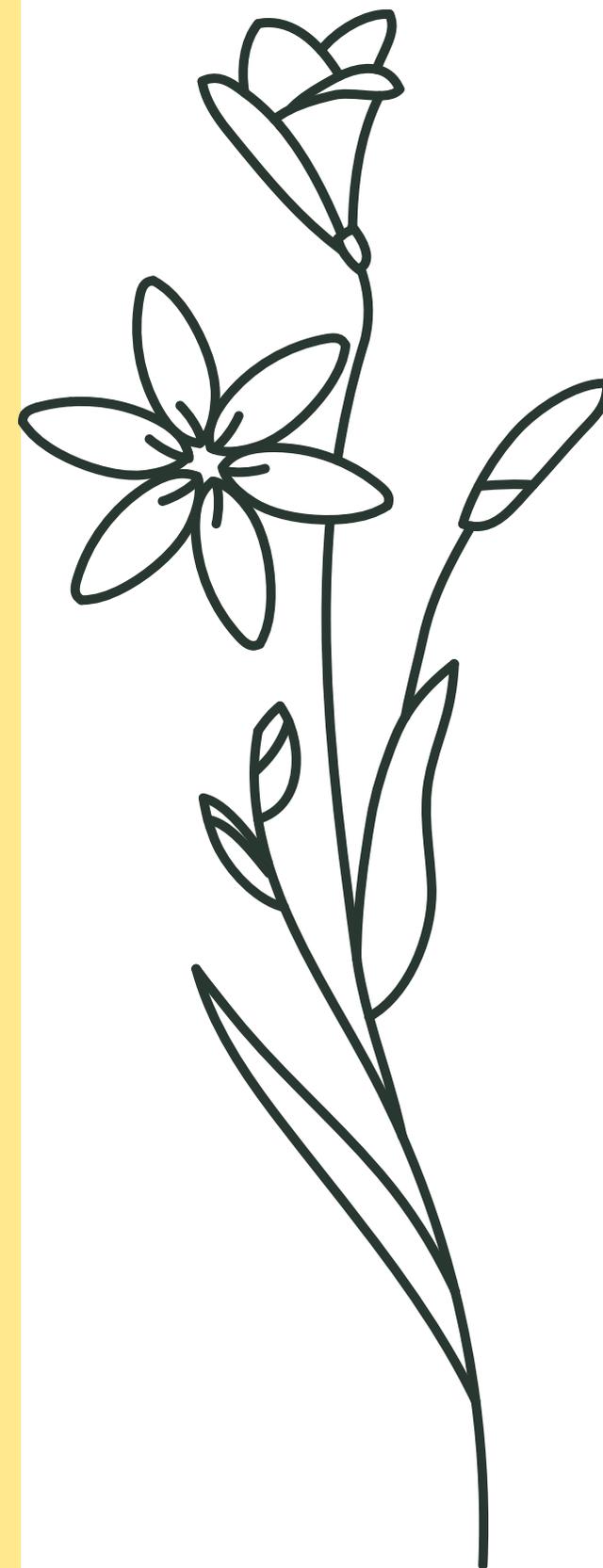


# Cuidar em Casa a Pessoa com Demência

## Alimentação da Pessoa com Demência: Qual a receita?



# Porque pode ser tão difícil a alimentação da pessoa com demência?



A perda ou dano das células cerebrais afetam as funções fisiológicas, que regulam a memória, atenção, linguagem, comportamento e atenção. Muitos são os fatores que podem interferir na alimentação, desde fisiológicos, ambientais ou relacionais (do cuidador). Reconhecê-los possibilita a adoção de estratégias que minimizam o seu impacto e transformam a refeição num momento digno e de prazer.

## O que pode interferir na hora da refeição?



Alterações sensoriais



Défice de atenção



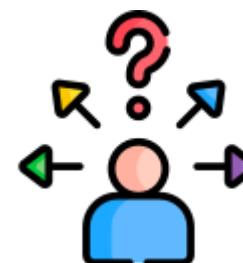
Ambiente na hora da refeição



Disfagia  
(dificuldade em engolir)



Dor



Confusão



Higiene oral deficitária



Alteração na regulação da fome e sede



Obstipação

# Qual a receita?



## Alterações sensoriais

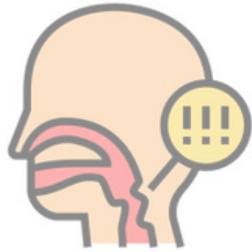
- Permitir o contato visual com a comida;
- Descrever os alimentos e evocar a sua sensação;
- Dispor os utensílios no campo visual;
- Adequar os utensílios, explicando e exemplificando a sua utilização;
- Sabores frescos e doces são normalmente melhor aceites;
- Fornecer os alimentos com uma temperatura adequada;
- Evitar pratos e toalhas estampadas, a fim de evitar distrações.



## Higiene oral deficitária

- Assegurar a utilização (caso necessário) da prótese dentária para a refeição;
- Assegurar higiene oral após as refeições;
- Verificar a adaptação adequada da prótese dentária;
- Verificar a presença de eventuais lesões na cavidade oral que impliquem na alimentação (aftas, cáries, avulsão de peças dentárias ...).

# Qual a receita?



## Disfagia (dificuldade em engolir)

- Estar alerta para sinais de disfagia (tosse durante ou após a alimentação, atraso para engolir, acumulação de comida na boca, saída de alimentos e/ou saliva pelo canto da boca, alteração da qualidade da voz durante ou a seguir à alimentação, coloração arroxeadada do rosto ou lábios durante ou após a alimentação);
- Na presença de algum destes sinais, sinalizar à equipa multidisciplinar;
- Assegurar o correto posicionamento da pessoa na hora da refeição (com a pessoa acordada, sentada, cabeça levemente inclinada para a frente e apoiada e forma a que não balance);
- Posicionarmo-nos no campo visual da pessoa na hora da refeição ou ligeiramente abaixo;
- Avisar que vamos fornecer uma porção e facilitar o contato visual com o alimento;
- Fornecer pequenas porções de cada vez;
- Assegurar que não tem alimentos na boca antes de fornecer a próxima porção;
- Adequar a consistência dos alimentos;
- Evitar alimentos muito sólidos, secos, pegajosos, com sementes ou resíduos ou que fiquem líquidos na boca muito depressa, como algumas gelatinas ou fruta muito madura;
- Após a refeição, privilegiar a posição sentada 30 a 60 minutos. Após esse tempo, preferir a posição em lateral para a esquerda.

# Qual a receita?



## Défice de atenção

- Mostrar o relógio, lembrando sobre a hora da refeição e orientar;
- Limitar as distrações na hora da refeição;
- Simplificar a tarefa, fornecendo um prato de cada vez, um talher de cada vez ;
- Orientar a pessoa na tarefa, lembrando os passos, um de cada vez.



## Alteração na regulação da fome e sede

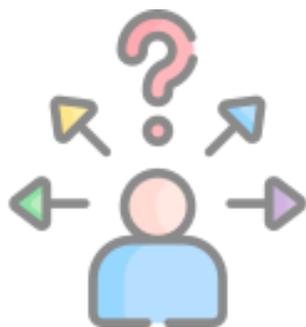
- Ponderar momento coletivo da refeição;
- Não forçar a alimentação no momento de recusa;
- Oferecer líquidos com regularidade e pequenas refeições durante o dia;
- Proporcionar autonomia e individualizar horários e alimentos.
- Permitir que a pessoa arranje a comida no prato;
- Ponderar o momento coletivo da refeição;
- Proporcionar autonomia e individualizar horários e alimentos.
- Permitir comer com as mãos, adequando os alimentos;

# Qual a receita?



## Ambiente na hora da refeição

- Limitar o ruído ou distrações na hora da refeição (desligar a TV, radio ...);
- Adequar a iluminação no momento da refeição;
- Retirar itens não comestíveis;
- Fornecer um prato de cada vez;
- Fornecer talheres de cabo grande, colorido e com texturas;
- Fornecer pratos estáveis e minimizar derramamentos.



## Confusão

- Chamar a pessoa pelo nome;
- Permanecer calmo e falar de forma clara e gentil, sem elevar o tom de voz;
- Utilizar frases curtas e simples, focando uma ideia e cada vez;
- Dar tempo à pessoa para compreender o que lhe foi transmitido;
- Não interromper o seu discurso;
- Utilizar sempre que possível, nomes orientadores (objetos, locais e pessoas);
- Na dificuldade em encontrar a palavra certa, sugerir de forma gentil.

# Qual a receita?



## Obstipação

- Conhecer rotinas anteriores adequando horários;
- Estabelecer uma rotina para ida à casa de banho;
- Promover a ingestão de líquidos e alimentos que previnam a obstipação (alimentos integrais, legumes ricos em fibras).



## Dor

- Conforto;
- Analgesia se necessário.

# Qual a receita?



**Podemos adoptar na prática comportamentos, atitudes e estratégias que permitam, de forma individualizada, preservar a dignidade e melhorar a qualidade de vida, também à mesa, da Pessoa com Demência.**





**UCC SEIXAL**  
*Unidade de Cuidados na Comunidade*



EGAS MONIZ SCHOOL  
of HEALTH & SCIENCE



**Célia Vicente, Aluna 1º Mestrado Enfermagem de Reabilitação**  
**Solange Marques, Aluna 1º Mestrado Enfermagem de Reabilitação**

**Júlio Belo Fernandes, Docente ESSEM**

**Gonçalo Rosa, Docente ESSEM**

**Dina Peças, Docente ESSEM**

**Noélia Ferreira, Docente ESSEM**

**Ana Chambel, Enfermeira Especialista em Enfermagem Comunitária e Saúde Pública, ULS Almada-Seixal**