



Good practice guide on health education +60

LTT2, CYPRUS (11,12,13 MAY 2022)

ERASMUS+ Programme 2020 – KA2 Adult Education
Project n°: 2020-1-ES01-KA204-082505

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Good practice guide on health education +60

The need is related with the increase of the number of dementias in the population and also to promote the quality of the services.





Salud+60

Example 1 - Active minds training programme

Aim

- Promote active and healthy ageing, developing actions to ensure mental wellbeing, contributing to greater autonomy and independence.
- Promote the orientation of the reality of people with dementia.
- Promote cognitive strategies in the professional team.
- Adjust the environment through techniques to orientate to reality.



Salud+60

Methodology

Example 1 - Active minds training programme

The educational strategy involves technical training, in the four phases:

- Initial individual assessment - demonstration and application of the cognitive instrument (Mini Mental State and Cornell Scale for depression in dementia);
- Intervention Activities - group sessions - programming of cognitive stimulation;
- Environment Modification - implementation of signage, calendars, clocks, ... for orientation of the person, space and time;
- Final Evaluation - demonstration and application of the cognitive instrument.



Example 1 - Active minds training programme

The "Active Minds training programme" has a very practical component and contemplates several activities, the involvement of the multidisciplinary team and the environment itself, becomes fundamental for the programme's success.



Example 1 - Active minds training programme

It foresees group and/or individual sessions with users with the application of exercises to stimulate the cognitive functions.

Reality-oriented activities involving the environment in which the users are inserted:

- display of calendars with days programmed with several daily activities;
- acquisition of clocks to be placed in the rooms;
- placement of images in the rooms illustrating the sequences of bath/personal hygiene and clothing;
- placement of images indicating the sequence of meals;
- Photos display with elements of the team in each one's life.



Salud+60

Example 1 - Active minds training programme

As a complement to the training sessions, the programme also includes workshops on orientation to reality, presenting simple and practical strategies that can help users maintain contact with reality.

Active Minds Training Programme

MENTES ATIVAS "VAMOS AJUDAR A ORIENTAR"

A orientação para a realidade é uma técnica terapêutica utilizada para ajudar a pessoa com demência a restabelecer o contacto com o seu meio envolvente.

As pessoas com demência começam por apresentar uma **desorientação temporal**. Podem, por exemplo, achar que são mais novas do que são na realidade e "viver presas no passado". À medida que a doença vai progredindo, as pessoas podem ficar mais confusas em relação ao seu contexto espacial, ou seja, em relação à sua localização geográfica. Esta **desorientação espacial** pode levar a que a pessoa se perca em percursos anteriormente familiares (mesmo dentro do próprio lar). Nas

fases mais avançadas da demência, a pessoa pode não se lembrar do seu próprio nome.

Para além de ser frustrante e perturbadora, a desorientação pode constituir um risco para a pessoa com demência (por exemplo, se estiver desorientada no espaço e muito agitada, pode estar mais sujeita a cair, pode ficar mais agitada, mais agressiva...).

A **orientação para a realidade** deve ser trabalhada de forma subtil nas tarefas do dia-a-dia. Por isso, todos somos importantes, principalmente, quem passa todos os dias com os utentes.

VAMOS A ISSO!!!

TRABALHAR A NOÇÃO DA HORA DO DIA/ ESTAÇÃO DO ANO/MÊS:

- "Hoje é dia de feira em Barcelos"
- "Hoje está um dia tão chuvoso... Nem parece que estamos na primavera!"
- "Está na hora de acordar! Bom dia... que horas são?"
- "Está quase na hora do pequeno-almoço. Vamos arranjar?"

Apontar para o calendário e para o relógio presente no quarto.
Diálogo sobre as notícias atuais (se possível ler os grandes títulos dos jornais/revistas).

DIGA O NOME DA PESSOA COM DEMÊNCIA FREQUENTEMENTE:

Apontar para a moldura.
Repetição do seu nome e da sua idade de onde é.

NÃO CONFRONTE A PESSOA COM DEMÊNCIA:

Por exemplo, se a pessoa nos pergunta "Onde está a minha mãe?", não é benéfico responder "A sua mãe já morreu há muitos anos." Neste caso, será mais adequado concordar com o utente, nunca confrontar porque só vai aumentar a sua confusão: "Fale-me um bocadinho da sua mãe... O que é que mais gostava nela?"

NAS DESLOCAÇÕES:

À medida que acompanham o utente a qualquer compartimento do setor, apontem para a sinalética e promovam a iniciativa do utente: "E agora, vamos descer até ao refeitório... Como fazemos? Vamos de elevador? Onde está?"
"O seu quarto é no setor amarelo... Como podemos chegar até lá".
Auxiliar o utente a orientar-se no espaço através de materiais que passe.

NO BANHO:

"Agora vou ajudá-lo a tomar banho... Vamos vestir... Passe-me, por favor, a primeira peça de vestuário... E a seguir?..."
Se a pessoa se veste sozinha, então poderão preparar as roupas e debê-las sobre a cama numa sequência lógica.
À medida que se vai prestando os cuidados, podemos estimular a atenção de si próprio "E agora? O que falta? Pentear... Lavar os dentes..."

Estas estratégias devem ser utilizadas de forma repetida e contínua. A informação realiza-se em cada contacto que se tenha com o paciente.

As informações são sempre passadas de forma clara, objetiva e utilizando a comunicação pessoal (olhares, gestos, contacto físico, voz, sons) e através de objetos (como relógios, calendários, revistas, figuras, músicas, etc.).



Example 2 - Methodology of Humanity Care for the Elderly

Aim

- Acquire skills (cognitive, psycho-affective and technical-professional skills);
- Promote techniques and facilitate the relationship between the caregiver and the person being cared for (based on bonds and affection);
- Promote the well-being and respect for the person being cared for, for being well treated, and for the caregiver for providing excellent care.



Example 2 - Methodology of Humanity Care for the Elderly

Methodology

- Awareness raising - main objective is the awareness of trainees to the effect of the acts and procedures they daily care perform.
- Dissemination - the main objective is the professionalization of the relationship through the use of the relational pillars, such as the look, words and touch and verticality.
- Consolidation - training of the Support Group, a multidisciplinary team for strategic management, which is responsible for the definition and activation of the Individual plans; monitoring of results; support and guidance to the remaining elements and the certification of quality in accordance with the Humanity care framework.

Example 2 - Methodology of Humanity Care for the Elderly

The team holds monthly meetings to set objectives for each upcoming period: they identify the points that need improvement, discuss the difficulties of the remaining team and define solutions.

Methodology of Humanity Care for the Elderly

HUMANITUDE

REGRAS DE ARTE



Respeitamos a privacidade



Zero cuidados em força



Abordamos a pessoa de frente e cumprimentamos



Foco na relação com o utente



Contenção como última alternativa



Respeitamos o ritmo de cada um



Respeitamos o ciclo do sono



Permitimos sempre o autocuidado



HIGIENE



ALIMENTAÇÃO

LOCOMOÇÃO



Example 1 &2

Evaluation

The evaluation of the training will take place in 3 moments:





Example 1 &2

Duration:

Active Minds Training Programme (16 hours)	
Training Session	No. of sessions: 4 Duration: 3 hours each
Workshops	No. of Workshops: 2 Duration: 2 hours each

Methodology of Humanity Care for the Elderly (49 hours)	
Training session Awareness Raising	- No. of sessions: 2 Duration: 3,5 hours each
Training Session Dissemination	- No. of sessions: 7 Duration: 4 hours each
Training Session Consolidation	- No. of sessions: 4 Duration: 3,5 hours each



Example 1 &2

Trainer Profile

Technical-Professional skills

- Mastery of the field performance;
- Openness to change /improvement.

Pedagogical Skills

- clarity of speech;
- logical structure;
- systematization of key ideas;
- understanding/acceptance of the other;
- conflict management;
- self-control.

Core Skills

- prepare and plan the learning process;
- facilitate the learning process oriented to the trainees;
- monitor and evaluate learning;
- manage the dynamics of lifelong learning;
- adopt attitudes of entrepreneurship and creativity.



Example 1 &2

Both examples are related to the field of mental health and are addressed to all professionals working in this area (psychologists, health professionals, social educators, students, among others).

Good practice guide on health education +60



Further information



joana.carvalho@misericordia Barcelos.pt

Thanks for your attention!

