

ÍNDICE

Prefácio	15
Introdução	17
Como está organizado este Manual?	19
CAPÍTULO I – Bases conceptuais	21
Esquizofrenia – O que foi, o que é...	21
Definição e evolução histórica – Das instituições às famílias	21
Diagnóstico e Sintomatologia	27
Sintomas positivos	28
Sintomas negativos	30
Défices cognitivos e emocionais associados à doença	31
Aspetos associados à manifestação dos sintomas	33
Evolução e curso	36
As fases da esquizofrenia	38
Etiologia	39
Tratamento	42
Tratamentos farmacológicos	44
Tratamentos não farmacológicos	46
A família e a esquizofrenia	54
A transição do ónus do cuidado para a família	54
O impacto da esquizofrenia no seio familiar	55
A sobrecarga do cuidador	56
Fatores associados à sobrecarga do cuidador	57
A capacidade estabilizadora da família – Gerir a Emoção Expressa	58
Intervenção familiar	59
Grupos de autoajuda para familiares	60
Psicoeducação familiar	62
Associações de Famílias em Portugal	64

CAPÍTULO II – O programa ANCORAGEM	67
Metodologia de aplicação do programa	67
População-alvo	67
Constituição do grupo	68
Atitude e postura dos dinamizadores	68
Metodologias/técnicas de implementação deste programa	70
Desenho das etapas do programa	75
Condições e organização do espaço	80
CAPÍTULO III – Descrição das etapas do programa	81
ETAPA I – Apresentação do programa	81
Introdução	81
Apresentação da etapa	82
Descrição dos procedimentos da etapa	83
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Dinâmica «Quebra-gelo»	83
Momento 2. Desenvolvimento do tema: Introdução ao programa	85
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Dinâmica	
«ANCORAGEM de grupo»	90
Momento 4. <i>ANCORAGEM no quotidiano...</i>	93
Momento 5 Avaliação das sessões	94
Quadro-Síntese da Etapa I	96
ETAPA II – O que é a esquizofrenia? – Definição, Diagnóstico e Prevalência	98
Apresentação da etapa	98
Descrição dos procedimentos da etapa	99
Momento 1. Atividade de grupo e debate/plenário – Partilha de conhecimentos	99
Momento 2. Desenvolvimento do tema: Definição, sintomas e diagnóstico da esquizofrenia	102
Momento 3. Atividade de grupo e debate/plenário – Partilha de experiências	106
Momento 4. Desenvolvimento do tema: Prevalência e características de idade e género	109
Momento 5. Sugestões para lidar com...	112
Momento 6. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	115
Quadro-Síntese da Etapa II	117
ETAPA III – Origem/Etiologia da esquizofrenia	119
Apresentação da etapa	119
Descrição dos procedimentos da etapa	120

Momento 1. Atividade de grupo e debate – Partilha de conhecimentos	120
Momento 2. Desenvolvimento do tema: Etiologia da esquizofrenia	124
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Partilha de experiências	127
Momento 4. Desenvolvimento do tema: Modelo de vulnerabilidade ao <i>stress</i> .	129
Momento 5. Sugestões para lidar com...	130
Momento 6. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	135
Quadro-Síntese da Etapa III	137
ETAPA IV – Evolução da esquizofrenia: principais sintomas e comportamentos associados	139
Apresentação da etapa	139
Descrição dos procedimentos da etapa	140
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Análise de caso	140
Momento 2. Desenvolvimento do tema: evolução e curso da esquizofrenia	142
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Partilha de experiências	145
Momento 4. Desenvolvimento do tema: apresentação introdutória aos sintomas característicos da esquizofrenia	146
Momento 5. Sugestões para lidar com...	148
Momento 6. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	151
Quadro-Síntese da Etapa IV	154
ETAPA V – Como lidar com a Sintomatologia Psicótica	156
Apresentação da etapa	156
Descrição dos procedimentos da etapa	157
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Análise de caso	157
Momento 2. Desenvolvimento do tema: Como lidar com as alucinações e delírios	159
Momento 3. Atividade de <i>role play</i> em plenário – O que faço agora?	164
Momento 4. Sugestões para lidar com...	168
Momento 5. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	171
Quadro-Síntese da Etapa V	173
ETAPA VI – Como lidar com os sintomas negativos (a outra face da mesma moeda)	175
Apresentação da etapa	175
Descrição dos procedimentos da etapa	176
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Análise de caso	176
Momento 2. Desenvolvimento do tema: conhecer melhor os sintomas negativos	177
Momento 3. Atividade de <i>role play</i> em plenário – O que faço agora?	180

Momento 4. Sugestões para lidar com...	183
Momento 5. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	184
Quadro-Síntese da Etapa VI	186
ETAPA VII – Tratamento farmacológico	188
Introdução	188
Apresentação da etapa	188
Descrição dos procedimentos da etapa	189
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Partilha de experiências	189
Momento 2. Desenvolvimento do tema: tratamento farmacológico	191
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Análise de caso e <i>Buzz grup</i>	194
Momento 4. Desenvolvimento do tema: O tratamento farmacológico e o uso de substâncias psicoativas	195
Momento 5. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	198
Quadro-Síntese da Etapa VII	203
ETAPA VIII – Reabilitação psicossocial e promoção de autonomia	205
Apresentação da etapa	205
Descrição dos procedimentos da etapa	206
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Partilha de experiências	206
Momento 2. Desenvolvimento do tema: tratamento não farmacológico	207
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Análise de um caso clínico	210
Momento 4. Desenvolvimento do tema: A integração comunitária e a autonomização do doente psiquiátrico	212
Momento 5. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	214
Quadro-Síntese da Etapa VIII	216
ETAPA IX – O papel da família: A família na estabilização do doente – O doente na (des)estabilização da família	218
Apresentação da etapa	218
Descrição dos procedimentos da etapa	219
Momento 1. Atividade de grupo e debate – Análise de caso	219
Momento 2. Desenvolvimento do tema: Impacto da esquizofrenia nos familiares/CI	222
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Partilha de experiências	225
Momento 4. Desenvolvimento do tema: Intervenções direcionadas para CI de indivíduos com esquizofrenia	226
Momento 5. Sugestões para lidar com...	230
Momento 6. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	231
Quadro-Síntese da Etapa IX	233

ETAPA X – Avaliação do programa e estratégias de futuro	235
Introdução	235
Apresentação da etapa	235
Descrição dos procedimentos da etapa	236
Momento 1. Desenvolvimento do tema: Últimas respostas ao <i>Cofre Duvidoso</i>	236
Momento 2. Plenário – Partilha de experiências	237
Momento 3. Atividade de grupo e debate – Estratégias futuras individuais e em grupo	238
Momento 4. <i>A ANCORAGEM no quotidiano...</i>	240
Momento 5. Avaliação do programa	241
Momento 6. <i>Chá de partilhas</i>	242
Quadro-Síntese da Etapa X	244
Anexos	247
Referências	297

Se nasceu por ti e contigo foi criado, a ti será sempre dedicado.

Que a nossa gratidão te alcance Carlos Paz Ferreira.

AGRADECIMENTOS

A todos os familiares de doentes psiquiátricos que, com a sua experiência enriquecedora, sustentaram este trabalho.

PREFÁCIO

Este manual possui as ferramentas necessárias destinadas aos profissionais de saúde de modo a promover ações junto dos cuidadores informais, apresentando várias soluções de orientação para que possam lidar com o seu familiar de forma mais assertiva e contribuir positivamente para aliviar os efeitos decorrentes da esquizofrenia e, por consequência, melhorando todo o ambiente familiar.

A esquizofrenia é uma doença do foro mental que tem vindo, ao longo dos últimos anos, a ter um desenvolvimento com soluções clínicas inovadoras, tanto ao nível médico como ao nível comportamental.

Esta doença provoca no indivíduo um sofrimento extremo, em primeiro lugar para aceitar a própria doença que o diferencia das outras pessoas que o rodeiam e, por outro lado, os episódios a que está sujeito no seu dia a dia, como alucinações, delírios e pensamentos desorganizados, provocando desespero e manifestações de descontrolo emocional. Estes factos não são alheios aos familiares, amigos e à comunidade onde está inserido.

Para além do doente, os familiares e os seus cuidadores também sofrem com a doença, pois são os que mais se sacrificam com as queixas e com os seus comportamentos desviantes a esta associados. Acabam por possuir um sentimento de frustração, pela incerteza da ajuda que prestam, ou seja, se é a mais adequada face ao quadro clínico. Muitas vezes os cuidadores, com a continuidade do apoio ao doente, sofrem de um desgaste e degradação da sua qualidade de vida, podendo mesmo ter como desfecho a doença.

A família/cuidadores e os técnicos de saúde (psiquiatras, psicólogos, enfermeiros) são os pilares fundamentais para o tratamento e recuperação da pessoa com esquizofrenia, uma vez que melhoram a sua qualidade de vida e de toda a família. Grande parte do sucesso do tratamento passa pelo apoio familiar ao paciente e pela influência positiva na vida dos familiares/cuidadores, aumentando os seus níveis de socialização, promovendo uma melhor inserção social, aumentando os níveis de autoestima e gerando uma motivação pela vida.

A tarefa do familiar/cuidador é de extrema importância e complexidade, exigindo alguma habilidade para contornar possíveis situações adversas que surjam. O doente tem necessidade de um apoio constante, que minimize os possíveis efeitos das recaídas que possam surgir. Por outro lado, é fundamental que este se sinta parte do núcleo familiar.

Estou convicto de que esta obra vai dar uma preciosa ajuda a todos os que estão envolvidos com esta problemática.

Um familiar
Carlos Pires dos Santos