



S. Rosendo

Residência Sénior

SILVINA MOURA – Médica Dentista

A saúde oral como parte relevante da saúde geral, constitui uma das preocupações na rotina diária de cuidados prestados na Cerlar.

Na pessoa idosa, o objectivo principal é a promoção e a manutenção de boas condições de higiene oral e de longevidade dos dentes, proporcionando melhor qualidade de vida.

Para tal temos ao dispor a especialidade de medicina dentária, e promovemos a formação e a instrução do pessoal auxiliar, para esse efeito.

As práticas adequadas de higiene oral, nomeadamente a escovagem dentária, a utilização de elixires e a limpeza e desinfeção de próteses são as mais importantes para alcançar a longevidade dos dentes, e da boca em geral.

Temos particular atenção à coexistência de problemas na boca e de doenças crónicas, muitas vezes associadas à toma de muitos medicamentos.

A perda de dentes (sobretudo por cárie dentária), as inflamações das gengivas e a diminuição do fluxo de saliva constituem os mais frequentes focos de atenção e de tratamento.

Idoso e cuidados de saúde

O idoso tem maior probabilidade de ter várias doenças crónicas em simultâneo que a população mais jovem, o que dificulta a prescrição num corpo já mais vulnerável devido ao envelhecimento dos vários órgãos e sistemas.

A descompensação multisistemas em caso de doença aguda ou agudização de doença crónica como Diabetes, HTA, Insuficiência Respiratória, Circulatória ou Renal, para falar das mais frequentes, é um dos problemas que o médico tem de enfrentar quando cuida de um doente idoso.

As urgências hospitalares não estão preparadas para dar resposta a estas situações por falta de capacidade, vocação e de profissionais com competência em Geriatria, mas mormente por não conhecer o doente e as suas fragilidades multiorgânicas já existentes, antes da intercorrência que o levou à urgência.

Por este motivo e para benefício de todos, idosos, famílias, profissionais de saúde e país as residências seniores deveriam estar dotadas de profissionais com competência em geriatria e de recursos materiais para responder à maior parte das situações clínicas urgentes, paliativas e terminais, sem necessidade de deslocar o idoso do seu ambiente residencial com a consequente iatrogenia e custos acrescidos que essa deslocação sempre acarreta.

Claro que o estado deveria comparticipar o pagamento deste tipo de cuidados, quando prestados nas residências seniores com competência e recursos adequados, que seriam incomparavelmente mais baratos e menos iatrogénicos, do que prestados em unidades hospitalares ou equiparadas.

INFORMAÇÃO

A informação deve ser uma preocupação das organizações. Através dela criam-se canais de comunicação que permitem uma partilha do que é relevante para todos aqueles que de alguma forma participam na vida dessas organizações.

Na CERLAR procuramos estar sensibilizados para as imensas formas de comunicação nomeadamente a que os nossos idosos possam transmitir, na sua forma mais básica, como a oral ou então através de outras formas tal como uma expressão facial, um comportamento menos simpático ou ainda alterações de humor ou recusa em participar nas atividades de vida diária.

Mas sentíamos há muito tempo a necessidade de comunicar para o exterior sem ser pelos canais tradicionais e por isso este esforço suplementar de elaborar um boletim informativo como elemento facilitador de comunicação não só para o exterior mas também internamente.

Tudo faremos para manter este compromisso.

José Torres Costa, Diretor Técnico

A importância da família no processo de envelhecimento!

Numa sociedade caracterizada por fenómenos de globalização, onde cada vez mais os espaços de relacionamento humano se desenvolvem numa dimensão em que o ser individual se dilui de decisões e opções tendencialmente generalizantes e despersonalizadas, torna-se imperativo uma reflexão sobre a importância dos lugares no processo de envelhecimento.

É uma constatação evidente que a população está cada vez mais envelhecida, que se vive cada vez mais e que as estruturas familiares têm vindo a sofrer alterações significativas. Os papéis sociais na prestação de cuidados aos idosos têm vindo a alterar-se significativamente, assumindo cada vez mais as instituições um papel relevante na prestação de cuidados incluindo as mais básicas.

Apesar do recurso aos lares ser cada vez mais frequente, estes são conotados com imagens negativas, e são poucas as pessoas que aceitam a institucionalização de forma tranquila. A fase da vida em que o idoso entra para a instituição é representada como a última etapa da sua trajetória de vida, sem qualquer expectativa ou possibilidade de retorno. O internamento definitivo das pessoas idosas em lares implica uma rutura com o quadro de vida quotidiano e impõe-se como uma situação inevitável.

A institucionalização é um momento angustiante e representa um corte simbólico ou real com a sociedade envolvente. No entanto, é também percecionada como uma alternativa que lhes garante alguma estabilidade, pois sabem que têm apoio em qualquer circunstância, sentindo-se mais seguros e protegidos neste espaço.

Esta ambivalência de sentimentos, faz com que a institucionalização de idosos pressuponha a manutenção das relações familiares para que o processo de envelhecimento se processe de forma saudável, já que a afetividade ocupa um lugar de especial importância na rotina social afetiva. É importante, pois, que os familiares continuem a fazer parte da rotina diária dos seus familiares, através de visitas regulares, saídas ao exterior para passear ou fazer as refeições de fim de semana ou ainda comemorar datas festivas.

O afastamento prolongado da família ocasiona depressão, angústia e solidão no idoso, que se sente abandonado! Proporcionar e motivar a integração da família com o idoso dentro da instituição, mostrar à família a importância das visitas periódicas aos idosos, bem como a sua participação em eventos da instituição, como festas temáticas, aniversários, atividades de lazer, são de extrema importância para o bem-estar e qualidade de vida dos idosos.

Ilda Fonseca, Assistente Social

