

Módulo 5: Deficiência intelectual



Aprender sobre Deficiência Intelectual

O que é uma deficiência intelectual?

Quando uma pessoa tem uma deficiência intelectual (DI), significa que tem uma capacidade reduzida para aprender e aplicar novas competências. Poderá ter dificuldades em compreender informações novas ou complexas e, por isso, poderá precisar de ajuda adicional para aprender coisas novas. Crianças pequenas com DI poderão enfrentar atrasos no desenvolvimento – aprender a sentar-se, gatinhar ou caminhar, por exemplo. Algumas pessoas com DI poderão ter problemas de comunicação e desenvolvimento e em manter relacionamentos com outras pessoas. Pessoas com DI também poderão ter problemas ao interagir com o seu ambiente – isto é conhecido como funcionamento social ou adaptativo. (OMS, 2019)

Um distúrbio do funcionamento adaptativo significa que a pessoa com DI poderá considerar difícil lidar com alguns aspetos da vida, tais como:

- Trabalho
- Educação
- Cuidar de si própria
- Tarefas diárias
- Higiene pessoal
- Cozinhar
- Limpar
- Fazer compras.



Que comportamentos são típicos de pessoas com DI?

O termo DI refere-se a um vasto leque de doenças, dado que os comportamentos variam de indivíduo para indivíduo. Existem alguns traços comportamentais comuns que muitas pessoas com DI apresentam. Estes incluem:

- Dificuldades no controlo dos impulsos
- Problemas ao controlar ou regular emoções
- Reduzida tolerância à frustração
- Tendências antissociais.

Uma capacidade reduzida para compreender e seguir regras sociais pode significar que uma criança com DI tenha problemas com o conceito de esperar pela sua vez ao brincar com outras crianças, ou ao esperar numa fila na paragem do autocarro ou noutra situação.



Comportamentos desafiantes

Algumas pessoas com DI poderão apresentar aquilo que é conhecido como "comportamentos desafiantes". Estes podem incluir comportamentos agressivos ou violentos que podem causar lesões em si mesmas ou noutras pessoas e comportamentos antissociais, tais como roubar. Estes comportamentos podem causar muita angústia aos pais e aos cuidadores e podem criar desafios significativos aos prestadores de serviços (Inoue, 2019)

Estudos indicam que entre 10% e 40% poderão apresentar comportamentos desafiantes. Crianças com deficiências intelectuais graves, PHDA, autismo, distúrbio sensorial ou perturbações do humor têm uma maior probabilidade de serem afetadas. Adicionalmente, o problema pode ser agravado por baixos níveis de assistência e acesso a serviços.

Preocupações

A maioria das pessoas com DI recebe cuidados de um familiar – normalmente um dos pais, mas por vezes um irmão – em casa. É mais provável que os cuidadores sejam familiares femininos do que familiares masculinos – embora nem sempre seja este o caso. Dependendo da intensidade das necessidades de cuidados, e se existem outros problemas de saúde (também conhecidos como comorbilidades), por vezes pode ser um trabalho a tempo inteiro, ou quase.



Preocupações comuns do cuidador poderão incluir:

- **A saúde e bem-estar do seu ente querido**
- **A segurança do indivíduo**
- **Inclusão social**
- **Cuidados próprios**





Com os apoios certos, não há qualquer motivo para que uma pessoa com uma deficiência intelectual não possa ser ativamente incluída e participe na sociedade.

O que pode ser feito?

- Dado que as necessidades das pessoas com DI variam de indivíduo para indivíduo e de doença para doença, não existe uma abordagem uniformizada para desenvolver estratégias que ajudem a pessoa de quem cuida.
- No entanto, existem alguns passos que os cuidadores podem ter para avaliar as necessidades do seu ente querido e decidirem a melhor forma de cuidar dele e de o apoiar.



As estratégias que podem ser utilizadas incluem:

- Adotar uma abordagem centrada na pessoa
- Rotinas
- Minimizar os comportamentos desafiantes



Quer saber mais?

O nosso Pacote de Recursos interativo dar-lhe-á informações sobre

- preocupações que possa ter enquanto cuidador
- o que pode ser feito
- dicas úteis sobre como lidar com a sobrecarga na prestação de cuidados
- como evitar o *stress* e a exaustão
- como lidar com as suas emoções
- aceitação da perturbação
- e muito mais!

Também poderá encontrar exercícios e atividades para SI e para a pessoa cuidada!



O Pacote de Recursos:

<https://developfc.csicy.com/pt/english-3-2/?lang=pt>