COMO CITAR (Estilo Vancouver):
Guerrero Castañeda RF, Aguilar Machain P, organizadores.
Cuidar na demência: um guia para famílias e cuidadores.
Brasília, DF: Editora ABEn; 2026. XX p. ISBN 978-65-89112-31-0.
doi: https://doi.org/10.51234/aben.26.e33

CAPÍTULO XIII

A ÁRVORE DO CUIDADO: CONHECIMENTO, HABILIDADE E ATITUDE SOLIDÁRIA NO CUIDADO DA PESSOA IDOSA COM DEMÊNCIA

Miria Elisabete Bairros de Camargo[I]
ORCID: 0000-0003-3173-7681

Letice Dalla Lana[II]
ORCID: 0000-0002-9624-8152

Bianca de Oliveira Brancher[III]
ORCID: 0009-0000-5450-9644

Giovana Azambuja Silva[IV]
ORCID: 0009-0001-1043-2603

Maria Renita Burg[V]
ORCID: 0000-0002-7501-3151

[I]Universidade Luterana do Brasil-ULBRA. Canoas-RS, Brasil.
[II]Universidade Federal do Pampa- Campus Uruguaiana-RS , Brasil.
[I,III,IV,V]Universidade Luterana do Brasil - ULBRA. Canoas-RS, Brasil.

Como citar:
Camargo MEB, Lana LD, Brancher BO, Silva GA, Burg MR. A Árvore do Cuidado: conhecimento, habilidade e atitude solidária no cuidado da pessoa idosa com demência. In: Guerrero Castañeda RF, Aguilar Machain P, organizadores. Cuidar na demência: um guia para famílias e cuidadores. Brasília, DF: Editora ABEn; 2026. p. 100-109. doi: https://doi.org/10.51234/aben.26.e33_cap13

Autora Correspondente:
Miria Elisabete Bairros de Camargo
E-mail: miriabcamargo@gmail.com



Revisoras:

Marines Aires
Programa de Pós-graduação em Educação da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões. Frederico Westphalen, Rio Grande do Sul, Brasil.

Karina Silveira de Almeida Hammerschmidt
Universidade Federal do Paraná. Curitiba, Paraná, Brasil

INTRODUÇÃO

A demência é uma condição patológica que afeta a memória, o pensamento, o comportamento e a capacidade da pessoa realizar atividades básicas do dia a dia[1]. Com o avanço da doença, a pessoa idosa pode apresentar dificuldade para se comunicar, lembrar de informações, realizar tarefas simples ou reconhecer pessoas e lugares[2]. Essas mudanças exigem do familiar cuidador atenção constante, paciência e capacidade de adaptação.

É importante destacar que, embora a demência seja uma síndrome que afeta o funcionamento do cérebro, ela não apaga a trajetória de quem a vivencia[3]. O bem-estar da pessoa cuidada é extensão do cuidado oferecido[4]. Ao assumir a responsabilidade de cuidar da pessoa idosa com diagnóstico de demência, o familiar precisará de preparação prévia. Por isso, o aprendizado do cuidador deve dedicar-se em:

***Separar o sintoma da pessoa:** A agressividade é da doença, não do idoso.
***Validar as emoções:** Mesmo que a lógica se perca, os sentimentos continuam reais.
***Preservar a autonomia:** Deixe a pessoa fazer o que ainda consegue, respeitando o seu ritmo.

Manter-se centrado nesses pontos ajuda muito, mas sabemos que colocar esse aprendizado em prática no dia a dia nem sempre é fácil. Cotidianamente surgem desafios físicos, emocionais e práticos que esgotam as energias e o equilíbrio de quem cuida. Por isso, é natural que surjam momentos de maior dificuldade, seja por falta de informação, por obstáculo na hora de agir ou pela sobrecarga do cuidador. Nesse contexto, compreender as necessidades da pessoa idosa e as suas próprias limitações é o primeiro passo para oferecer um cuidado mais seguro, humano e, acima de tudo, respeitoso.

CC BY

MAS O QUE É O CUIDADO?

A própria origem da palavra nos ensina o caminho. Ela nasce de duas atitudes que se completam: de um lado, o desvelo, que é o carinho, a dedicação e o laço emocional com quem se ama; de outro, o pensar, que nos lembra que cuidar também exige reflexão, paciência e intenção em cada gesto[1]. Por isso, o cuidado domiciliar não é apenas uma lista de tarefas repetitivas, como dar remédios ou preparar refeições. Trata-se de processo de entrega e atenção, no qual cada ação prática é guiada pela **v**ontade verdadeira de promover o bem-estar e a dignidade da pessoa. Cuidar é, ao mesmo tempo, ato de amor e escolha consciente de oferecer o melhor de si. Nesse caminho, cuidar de quem amamos deixa de ser apenas uma obrigação ou um trabalho mecânico. O cuidado se transforma em união de três forças:

O que você aprende (o saber): As informações que você busca sobre a doença.

1. **O que você faz (o saber fazer):** O jeito certo de dar o banho, a comida ou o remédio.
2. **Quem você é (o saber ser):** A sua paciência, o seu carinho e a sua vontade de ajudar.

Mais do que olhar para a doença e para os esquecimentos, o cuidado verdadeiro olha para a história de vida da pessoa, respeita o que ela gostava, entende o que ela está sentindo e abraça as suas emoções, tratando-a com a dignidade que ela sempre teve. Para compreender como esse cuidado se desenvolve, podemos utilizar a **metáfora de uma árvore**. Assim como a planta precisa de raízes fortes, tronco firme e copa frondosa para enfrentar as estações, o cuidador precisa equilibrar três dimensões essenciais: o Conhecimento, a Habilidade e a Atitude.

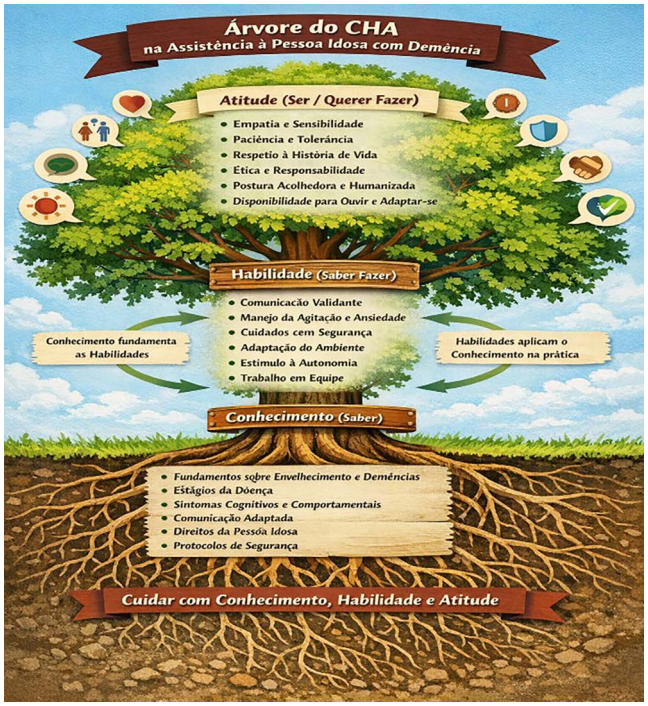


Figura 1. Árvore do Conhecimento, Habilidade e Atitude na Assistência à Pessoa Idosa com Demência. Canoas, RS, Brasil –2026
Fonte: elaborada com auxílio de Inteligência Artificial (Copilot, 2026).

Portanto, neste Capítulo, você vai encontrar formas de oferecer cuidados apropriados para quem você ama. Usando a ideia da 'árvore do cuidado', vamos conversar sobre como unir o que você aprende, as tarefas do dia a dia e todo o carinho que você já oferece**.** Este Capítulo visa instrumentalizar o cuidador para a prática do cuidado integral, oferecendo recursos e orientações para que as necessidades físicas, cognitivas e emocionais sejam supridas com o suporte e a dignidade adequados.

CONHECIMENTO: ENTENDER PARA CUIDAR MELHOR

Para visualizar como esses pilares se sustentam, utilizamos a metáfora da árvore - conhecimento, habilidade e atitude. Ela representa o crescimento contínuo do cuidador e a interdependência entre saber, fazer e sentir.

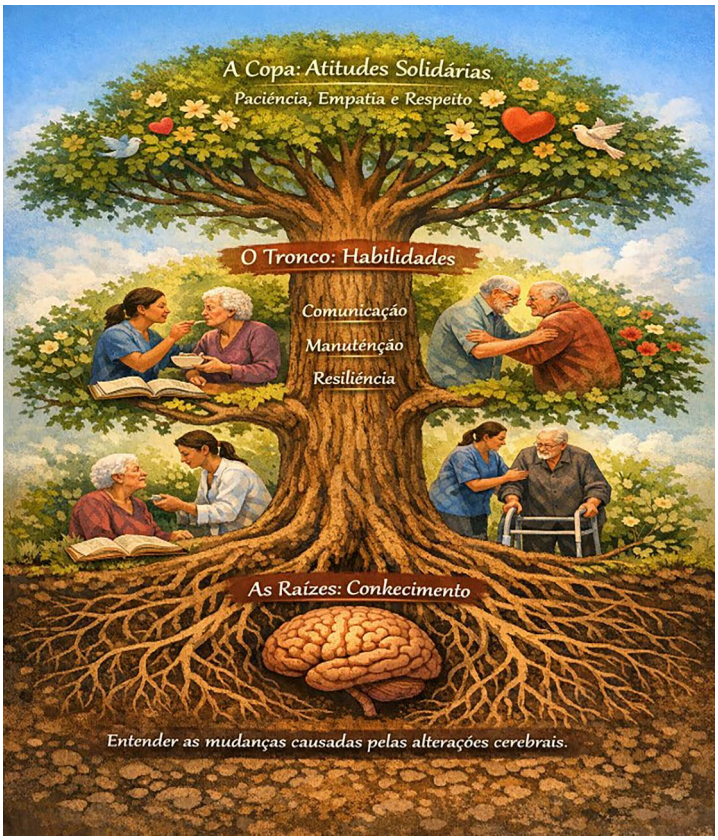


Figura 2. Caracterização da Árvore do CHA na Assistência à Pessoa Idosa com Demência relativo ao conhecimento, habilidade e atitude. Canoas, RS, Brasil –2026
Fonte: elaborada com auxílio de Inteligência Artificial (Copilot, 2026).

a) O conhecimento é representado pelas raízes, como base teórica, fundamentos e compreensão profunda da condição da pessoa idosa com demência.
b) O tronco é a habilidade técnica que garante a segurança do idoso e do próprio cuidador. Precisa ser forte e flexível. Envolve a comunicação clara, o manejo das tarefas diárias (como a alimentação) e a resiliência para transformar adversidades em força.

c) A copa é o florescer do cuidado; é onde a solidariedade se manifesta na paciência, na escuta e na proteção da dignidade. Ter atitude significa agir com ética para defender os direitos da pessoa idosa, garantindo que ela seja respeitada em sua história e necessidades emocionais.

O CONHECIMENTO COMO RAIZ: ENTENDENDO A ORIGEM DOS COMPORTAMENTOS

Para manter a árvore firme, o cuidador precisa nutrir suas raízes com o conhecimento[1,5]. Quando entendemos que a "seiva" está interrompida por danos físicos no cérebro, deixamos de culpar o idoso e passamos a compreender a doença[6].

Quadro 1. Traduzindo a Demência (A Raiz e o Reflexo) – Canoas, Rio Grande do Sul, Brasil –2026

O QUE SE VÊ NOS "GALHOS" (COMPORTAMENTO)	O QUE ACONTECE NA "RAIZ" (CAUSA BIOLÓGICA)
Esquecer o que acabou de comer ou repetir perguntas.	**Dano no hipocampo**[1]**:** as proteínas "ruins" impedem que o cérebro grave novas informações. A raiz da memória recente está seca.
Dificuldade em usar talheres ou abotoar roupas.	**Apraxia**[7]**:** a conexão entre o pensamento e o movimento foi cortada. O cérebro "esqueceu" como comandar o corpo para tarefas aprendidas.
Medo do banho ou agitação com barulhos.	**Hipersensibilidade sensorial:** o cérebro interpreta estímulos comuns (água, som) como ameaças reais. A percepção do mundo está alterada e assustadora.
Trocar o nome de objetos ou perder a fala.	**Afasia**[7]**:** a degeneração atingiu os centros de linguagem. É como se o dicionário mental da pessoa estivesse com as páginas apagadas.
Querer "ir para casa" (mesmo já estando nela).	**Desorientação espacial:** o "GPS" mental parou de funcionar. A pessoa busca uma memória de segurança antiga porque não reconhece o presente.
Acusações de roubo ou desconfiança (paranoia).	**Confabulação:** o cérebro tenta preencher os "buracos" da memória com qualquer explicação lógica que encontra, criando falsas certezas para tentar se situar.
Apatia profunda ou perda do filtro social.	**Dano no lobo frontal**[8]**:** a área que controla as emoções e a iniciativa está desligada. Não é falta de vontade, é o motor da motivação que está avariado.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026, com base na literatura consultada.

O conhecimento é o que dá estabilidade ao cuidador nas tempestades, enquanto a comunicação empática atua como a seiva que mantém o afeto vivo. Cuidar é atitude de suporte que vai além da cura.

Na demência, o cuidado é o solo no qual a dignidade da pessoa idosa continua a brotar, mesmo diante das limitações físicas e cognitivas. Ao adotar estratégias de compreensão e bondade, você deixa de lutar contra a doença e passa a caminhar ao lado da pessoa, garantindo que o respeito seja a base de cada interação.

Você não falha por não curar; você triunfa toda vez que oferece conforto, segurança e respeito.

O TRONCO: HABILIDADES DE MANEJO (SABER FAZER)

Para cuidar, também é necessário o desenvolvimento de habilidades práticas, essas podem ser construídas ao longo da experiência de cuidar e podem ser fortalecidas por meio de orientações de profissionais de saúde, materiais educativos e troca de experiência com outros cuidadores[1,9].

Os Três Pilares do Tronco:

- **Empatia (A seiva do entendimento):** É a habilidade de "calçar os sapatos" do idoso. Quando a empatia flui, o cuidador percebe que por trás da agitação existe um medo ou necessidade não atendida. Ela transforma o "enfrentamento" em "acolhimento".

- **Resiliência (A flexibilidade contra o vento):** Cuidar de alguém com demência é enfrentar tempestades emocionais. A resiliência é a habilidade de dobrar-se sem quebrar, encontrando forças para recomeçar a cada novo dia, entendendo que as dificuldades fazem parte do ciclo.
- **Manejo (A arte de podar e conduzir):** É a habilidade prática. Saber como conduzir um banho difícil, como desviar da conversa repetitiva ou como organizar o ambiente para evitar quedas. O manejo transforma o conhecimento teórico em segurança real.

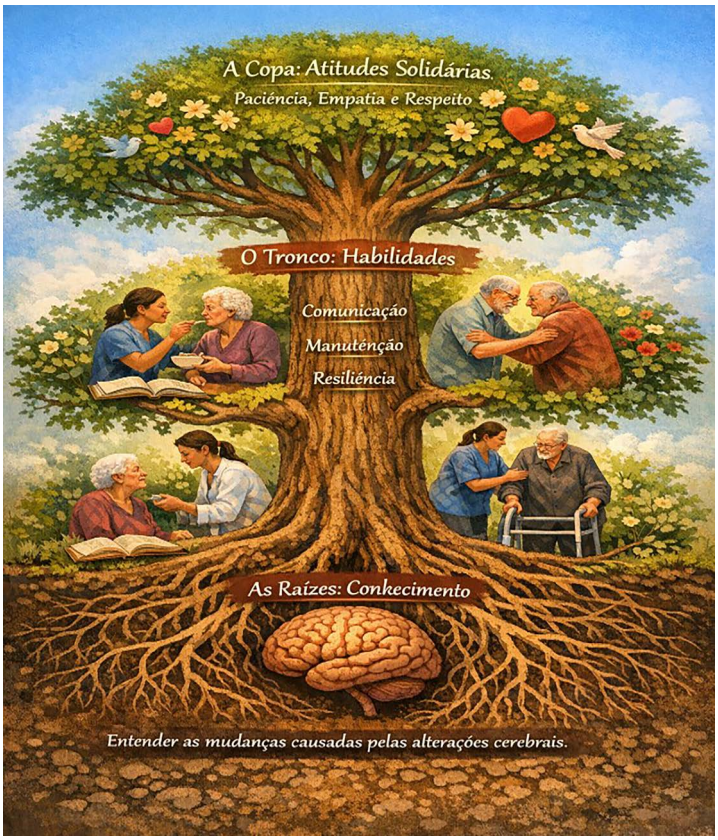


Figura 3. Caracterização das habilidades de manejo do Tronco da Árvore do CHA na Assistência à Pessoa Idosa com Demência. Canoas, RS, Brasil –2026
Fonte: elaborada com auxílio de Inteligência Artificial (Copilot, 2026).

Para que a árvore do cuidado cresça saudável, o cuidador precisa desenvolver tronco forte e flexível. As habilidades não são apenas técnicas, mas atitudes fundamentais que sustentam o dia a dia. O tronco é a força prática que sustenta o cotidiano. Elas são o suporte que impede a árvore de quebrar diante das tempestades.

O Manejo é a arte de conduzir o cuidado com segurança e técnica; é a habilidade prática que transforma o conhecimento em bem-estar.

Quadro 2. Habilidades que Fortalecem o Tronco (O "Ser") - Canoas, RS, Brasil – 2026

Habilidade	O QUE SIGNIFICA NA JORNADA
Comunicação clara	É a base de tudo. Como a demência dificulta assimilar informações, falar de forma calma, simples e respeitosa evita crises e confusão[3].
Resiliência	A arte de transformar adversidades em força. Cuidar pode ser exaustivo; a resiliência ajuda a lidar com os desafios de forma equilibrada. A resiliência é a habilidade de dobrar-se sem quebrar, encontrando forças para recomeçar a cada novo dia, entendendo que as dificuldades fazem parte do ciclo[2].
Solidariedade	Oferecer presença e atenção com qualidade. Não significa estar disponível 24h sem limites, mas sim respeitar as necessidades do idoso com paciência[10].
Abertura ao aprendizado	Entender que as habilidades são construídas com experiência, orientações de profissionais e materiais educativos.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026, com base na literatura consultada.

Quadro 3. A Arte de Manejar o Cotidiano - Canoas, Rio Grande do Sul, Brasil – 2026

Áreas de manejo	O "SABER FAZER" (AÇÃO PRÁTICA DO CUIDADOR)
Empatia e conexão	**O olhar além:** Perceber que a agitação é um pedido de ajuda. Faça contato visual, fale de frente e use tom de voz calmo para ser compreendido.
Medicação	**Gestão total:** No estágio moderado, a responsabilidade é **100% do cuidador**. Controle horários e dosagens com rigor para garantir a segurança.
Comunicação na crise	**Desvio de foco:** Se houver agressividade, não revide. Se houver alucinação, não contrarie a pessoa idosa, não discuta a realidade; mude o assunto suavemente para algo confortável.
Higiene e dignidade	**Proteção da pele:** Troque fraldas e roupas úmidas imediatamente. Isso evita feridas e preserva a autoestima e a integridade da pessoa idosa.
Segurança no banho	**Prevenção:** Use barras de apoio e banho sentado se necessário. O banheiro é o local de maior risco; o manejo correto evita quedas graves.
Nutrição e hidratação	**Escolhas simples:** A pessoa idosa com demência raramente sente sede; ofereça sempre água. Ofereça apenas duas opções de comida (ex: "Frango ou Peixe?") para facilitar a decisão.
Instruções e tempo	**Passo a passo:** Dê uma ordem por vez (ex: "Vamos calçar o sapato"). O cérebro precisa de tempo para processar; espere a resposta sem pressa.
Ambiente e foco	**Poda de estímulos:** Evite distrações como TV alta ou muitas pessoas falando. O silêncio e o foco facilitam a compreensão e reduzem a ansiedade.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026, com base na literatura consultada.

A COPA: ATITUDES QUE FLORESCEM (SABER SER)

Se as raízes são o que você **sabe** e o tronco é o que você **faz**, a copa é **quem você é** enquanto cuida. É nesta parte da árvore que o cuidado se torna visível para o mundo e para a pessoa idosa.

A copa é o florescer do cuidado; é onde a solidariedade se manifesta na proteção da dignidade[1]. A **atitude** solidária na prática é o que transforma o conhecimento em conforto. Cuidar é processo contínuo de aprendizado, paciência e proteção dos direitos da pessoa idosa, manifestando-se em cada ação do dia a dia[4,9].

A **Atitude** é a decisão de transformar o conhecimento e a habilidade em gesto de amor e respeito.

1. A atitude como seiva da solidariedade:

- Ter atitude no cuidado integral não é apenas "cumprir a tarefa", mas fazê-lo com a intenção de preservar a dignidade.

- É a solidariedade na prática: quando o cansaço surge, a atitude é o que nos lembra de que a pessoa idosa não é o seu sintoma, mas uma pessoa com história.

2. Fazendo a identidade florescer:

- A demência pode nublar a memória, mas não deve apagar a identidade. A atitude do cuidador funciona como o sol que permite que a identidade da pessoa cuidada continue a florescer:
- Respeitar as preferências: Se ela sempre gostou de música clássica ou de uma cor específica, manter isso presente é ato de cuidado com a alma.
- Validar a existência: Ver a pessoa além da doença é garantir que sua "copa" continue verde, mesmo no inverno da vida.

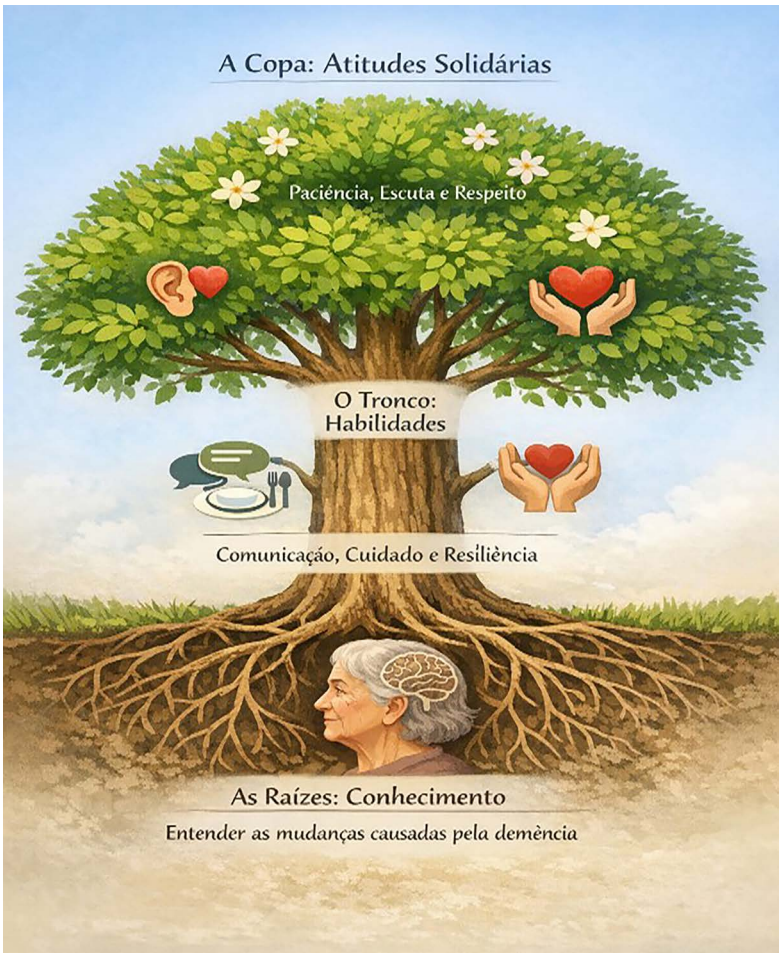


Figura 4. Caracterização da Copa da Árvore do CHA na Assistência à Pessoa Idosa com Demência. Canoas, RS, Brasil –2026
Fonte: elaborada com auxílio de Inteligência Artificial (Copilot, 2026).

Quadro 4. Empatia, Paciência, Respeito e Atitude no Cuidado- Canoas, RS, Brasil – 2026

Categoria	AÇÃO RECOMENDADA	POR QUE FAZER
Comunicação não verbal	Usar sorrisos e toques suaves no ombro ou nas mãos.	O toque suave comunica mais que palavras e transmite segurança.
Respeito à identidade	Tratar o idoso com dignidade, mantendo o tom de voz adequado ao tratamento com pessoas idosas[3].	Evitar usar voz infantilizada ou expor esquecimentos, pois geram sofrimento ou desrespeitam a pessoa idosa.
Manejo de crises	Mudar o foco suavemente se houver estagnação ou agitação.	Redirecionar o assunto é a estratégia mais eficaz em demências.
Combate à apatia	Iniciar uma tarefa e convidar o idoso; usar memórias afetivas.	Estimula a participação e a conexão emocional com o cuidador.
Segurança e direitos	Assumir postura firme contra negligência ou falta de higiene[9].	Garante o bem-estar e a dignidade em situações de vulnerabilidade.
Rotina e estímulo	Manter horários fixos e tarefas simples (lavar louça, regar plantas).	A rotina traz segurança ao cérebro; a tarefa mantém o senso de utilidade.
Socialização	Incentivar conversas, risos, jogos e contato com crianças/animais.	A interação social funciona como "adubo" para as funções cerebrais.
Saúde física	Promover caminhadas diárias e atividades leves[10].	Melhora o sono, o humor e auxilia no controle da pressão alta e diabetes.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2026, com base na literatura consultada.

CULTIVANDO O COTIDIANO: ORIENTAÇÕES PRÁTICAS

Para que a árvore do cuidado se mantenha firme, as habilidades precisam ser aplicadas de forma funcional no dia a dia. Abaixo, detalhamos os cuidados fundamentais para garantir a segurança e o bem-estar da pessoa idosa e do cuidador.

a) Gestão de medicamentos: O desafio da polifarmácia

A multiplicidade de remédios e a falta de comunicação entre profissionais são desafios reais. Pessoas idosas com demência são mais suscetíveis a erros, o que torna o uso seguro uma prioridade:

- **Organização é base:** Use lembretes coloridos, alarmes e caixas organizadoras para demarcar os horários.
- **Preserve a eficácia:** Não retire comprimidos da embalagem original antes da hora, pois eles podem perder o efeito.
- **Antecipação:** Organize a reposição e as receitas antes que o remédio acabe, evitando interrupções no tratamento.

b) Higiene: Transformando tensão em cuidado

O banho e a higiene podem ser momentos de dor ou medo para a pessoa idosa devido à falta de mobilidade ou desorientação.

- **Banho planejado:** Prepare todo o material antes de levar a pessoa idosa ao banheiro. Isso evita deixá-lo sozinho ou em posições desconfortáveis por muito tempo.
- **Troca de fraldas:** Tenha tudo ao alcance das mãos. Use o tamanho adequado e troque sempre que houver eliminações para proteger a pele e a dignidade.
- **Saúde bucal:** A higiene oral deve ocorrer três vezes ao dia. Para quem usa prótese, lembre-se: não use creme dental nelas (use sabão neutro) e nunca deixe a pessoa idosa dormir com a prótese, para evitar riscos de aspiração.

c) Alimentação e Hidratação: O rito da nutrição

- **Ambiente calmo:** Organize o local sem excesso de objetos ou barulhos.
- **Segurança em primeiro lugar:** Nunca ofereça comida ou líquidos se a pessoa idosa estiver sonolenta. Posicione-o bem sentado para evitar engasgos.

A **atitude** solidária na prática é o que transforma o conhecimento em conforto. Cuidar é um processo contínuo de aprendizado, paciência e proteção dos direitos da pessoa idosa, manifestando-se em cada ação do dia a dia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: O FLORESCER DO CUIDADO

Concluímos que a jornada do cuidar é um processo vivo e dinâmico, assemelhando-se ao cultivo de uma árvore que exige atenção constante e solo fértil. Ao integrar as raízes do conhecimento sobre a progressão da demência, a firmeza do tronco nas habilidades práticas de manejo e a beleza da copa em atividades de solidariedade, o cuidador transforma as tarefas do dia a dia em gesto ético de amor.

A comunicação feita com carinho é como a seiva que percorre toda a árvore: é ela que transforma o seu zelo e o seu pensamento em olhar bondoso, em toque suave e na paciência de cada dia. Quando você percebe que o seu bem-estar e o da pessoa que você cuida estão unidos como os galhos de uma mesma árvore, o cuidado fica mais leve. Assim, você protege tanto a sua dignidade quanto a de quem você ama. Que este guia sirva como o nutriente necessário para promover a solidariedade e a corresponsabilidade, garantindo que as necessidades físicas, cognitivas e emocionais da pessoa idosa e de seu cuidador sejam atendidas com respeito e dignidade.

REFERÊNCIAS

4. Minozzo L, Borelli WV, organizadores. Guia do cuidador de pessoas com demência: uma iniciativa colaborativa de especialistas para o cuidado em Alzheimer e outras formas de demência. Porto Alegre: Sulina; 2026.

5. Nunes AP. A transição do papel de familiar para cuidador no contexto das demências. Rio de Janeiro: Editora Científica; 2022.

6. Minozzo L. Comunicação com ternura: estratégias para melhorar o cuidado de pessoas com demência através da linguagem. Porto Alegre: Sulina; 2024.

7. Caovilla MA. O bem-estar do idoso e do cuidador: interdependência na demência. São Paulo: Lemos Editorial; 2002.

8. Conselho Nacional de Secretários de Saúde (BR). SUS em Redes: A Planificação da Atenção à Saúde como Estratégia de Organização [Internet]. Brasília: CONASS; 2025 [citado 21 mar 2026]. Disponível em: https://www.conass.org.br/biblioteca/sus-em-redes-planificacao-da-atencao/

9. Federação Brasileira de Associações de Alzheimer. Entendendo a Doença de Alzheimer e outras demências [Internet]. São Paulo: FEBRAZ; 2022 [citado 21 mar 2026]. Disponível em: https://febraz.org.br/guia-do-cuidador-de-pessoas-com-demencia/

10. Mateus E, Mazuchelli LP, Mattos C, Minozzo L. Guia da comunicação inclusiva [Internet]. São Paulo: FEBRAZ; 2025 [citado 2026 mar 21]. Disponível em: https://febraz.org.br/

11. Academia Nacional de Cuidados Paliativos; Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Cuidados da dor em pacientes portadores de demência [Internet]. São Paulo: ANCP; 2022 [citado 22 mar 2026]. Disponível em: https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2025/12/Cartilha_CuidadosDoreDemencia.pdf

12. Minozzo L, Borelli WV, organizadores. Guia do cuidador de pessoas com demência [Internet]. Porto Alegre: Sulina; 2026 [citado 22 mar 2026]. Disponível em: https://saude.rs.gov.br/upload/arquivos/202512/08093134-guia-do-cuidador-de-pessoas-com-demencia-revisado.pdf

13. Ministério da Saúde (BR). Guia de cuidados para a pessoa idosa [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2023 [citado 30 mar 2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_cuidados_pessoa_idosa.pdf