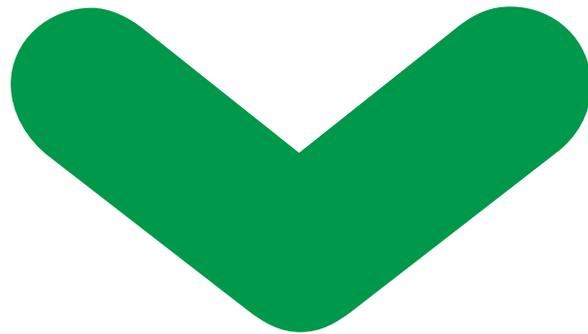




# ESTRATÉGIAS DE COMUNICAÇÃO: O QUE AJUDA?



07



Todos nós revelamos as nossas competências e capacidades, pensamentos e opiniões por meio da **conversa**. Tendo perdido algumas das ferramentas linguísticas e de comunicação necessárias para conversar, as **pessoas com afasia enfrentam sérias dificuldades para revelar-se enquanto pessoas competentes e que sabem o que querem. A afasia é uma “máscara” que esconde e torna invisível as competências da pessoa, retirando-lhe a sua identidade**. Muitas vezes, as pessoas com afasia deixam de participar em decisões familiares e em decisões relacionadas com a sua própria saúde e vida. **Conversar com a pessoa com afasia, independentemente do tipo e grau de gravidade da afasia, é um desafio para todos**. Tanto a pessoa com afasia como os seus familiares e amigos **sentem-se “perdidos”**, sem saber como **estabelecer uma comunicação eficaz**.



**Saiba que nem a pessoa com afasia nem os seus familiares deverão ter alta da terapia da fala sem que tenham um ou mais meios eficazes para comunicarem entre si.**

### **ENTÃO O QUE É CERTO OU ERRADO? O QUE SE DEVE FAZER?**

Não existe certo nem errado e **nenhum familiar ou amigo está preparado para lidar com uma perturbação na comunicação**. Um **“bom” parceiro de conversa** é aquele que **valoriza a relação e conexão / interação com a pessoa com afasia** mais do que a troca de informação e a forma como as palavras e frases são ditas. Um **“bom” parceiro de conversa** é aquele que procura **adaptar a sua própria forma de falar e comunicar** e que, **está atento a todos os sinais e tentativas de comunicar da pessoa com afasia**, mostrando interesse e dando-lhes valor. Logo nos primeiros dias, ainda no hospital, a pessoa com afasia, assim como os seus familiares e amigos (parceiros comunicativos da pessoa com afasia) devem ser acompanhados por um **terapeuta da fala**. Este profissional deve explicar o que é a afasia, quais as capacidades mantidas da pessoa com afasia e quais as suas dificuldades, e deve ensinar e treinar estratégias que a ajudem a compreender

e a expressar melhor. Esse **acompanhamento e treino de estratégias de comunicação** deverá manter-se até que a pessoa com afasia e os seus parceiros comunicativos possuam as ferramentas necessárias que garantam uma comunicação eficaz entre si.

## ESTRATÉGIAS QUE PODEM FACILITAR A COMUNICAÇÃO COM A PESSOA COM AFASIA

### RECONHEÇA que a pessoa com afasia é competente

- > **Lembre-se:** a pessoa com afasia é um adulto competente, com opiniões, sentimentos, ideias e deve ser respeitado e tratado como tal;
- > **Tenha uma conversa natural e adulta, apropriada ao contexto e seja sensível à pessoa com afasia e às suas dificuldades;**
- > Conversem sobre **temas do seu interesse e adequados à sua idade;** Use um **tom de voz adequado;**
- > Valorize as tentativas da pessoa com afasia para comunicar — **escute-a e preste atenção;**
- > Incentive e envolva a pessoa, mas **não a corrija demasiado** (lembre-se que a forma como é dito nem sempre é o mais importante);
- > Às vezes, a comunicação vai ser difícil. Pergunte à pessoa com afasia se o que quer dizer é muito importante naquele momento ou se podem tentar mais tarde. Dar um tempo ajuda o parceiro e a pessoa com afasia a pensar noutras alternativas
- > Experimente dizer em voz alta: *“isto é difícil para nós/mim. Eu também não sei como ajudar. Mas estou aqui para ti”; “não te estou a conseguir compreender mas eu sei que tu sabes o que queres dizer”*
- > Não se esqueçam de rir juntos!  
**O humor é bem-vindo!**

### AJUDE A REVELAR a competência da pessoa com afasia

#### Assegure que a pessoa com afasia compreende o que lhe está a dizer:

- > Elimine os barulhos ou confusão à vossa volta;
- > **Confirme** se a pessoa usa óculos ou aparelho auditivo e se os tem consigo;
- > Utilize uma **voz expressiva e use gestos e/ou aponte** ao mesmo tempo que fala;
- > **Fale calmamente** e diga uma coisa de cada vez (pouca informação de cada vez).
- > Vá verificando se a pessoa compreende o que está a dizer;
- > **Enfatize / destaque a/as palavra/as mais importante/es** em cada frase; Pode escrever ao mesmo tempo essas palavras numa folha;
- > **Use imagens ou desenhos** de suporte para reforçar o que pretende dizer (o google pode ser uma boa ferramenta);
- > Mantenha **um tópico de conversa de cada vez;**
- > **Se vai mudar de assunto, que seja claro!**

#### Assegure que a pessoa com afasia tem forma de lhe responder:

- > **Dê tempo à pessoa para falar;**
- > **Faça perguntas simples** às quais a pessoa possa responder **sim/não;**
- > Escreva “Sim/Não/Não sei” numa folha, bem visíveis, e peça à pessoa com afasia para confirmar as **respostas sim/não dadas;**
- > Pense que coisas podem **ajudar na conversa** (calendários, mapas, revistas, livros de comunicação do próprio...) e use-as;
- > Tenha à mão **papel e lápis** — encoraje o uso da **escrita** e do **desenho** e use-os também;
- > Encoraje a procura de outros recursos, objetos, coisas que estão à sua volta e que podem ajudar
- > Comece com **questões gerais** — *“tem alguma coisa a ver com alguma pessoa?”* depois siga para **questões mais específicas** *“foi alguém que viste nas notícias?”*
- > **Diga em voz alta o que compreendeu** até um dado momento;

Apesar destas estratégias poderem ser usadas numa conversa com qualquer pessoa com afasia, é fundamental que o seu uso vá ao encontro das suas características pessoais (por exemplo, não devemos utilizar a escrita de palavras como suporte à compreensão ou expressão se a pessoa com afasia não souber ler). É fundamental o trabalho com o **terapeuta da fala**, que após uma avaliação cuidada das características, tanto da pessoa com afasia como do seu parceiro de comunicação, bem como da forma como ambos se adaptam ao longo da conversa, os ajude a selecionarem e treinarem as estratégias mais eficazes. **Este tipo de intervenção chama-se treino de comunicação e está recomendado em todas as situações**, por isso, se ainda não teve este tipo de abordagem, deve procurar. No IPA, nós podemos ajudar.



### ONDE ENCONTRAR MAIS INFORMAÇÕES SOBRE COMO COMUNICAR NA AFASIA:

- > Marque uma sessão de acolhimento gratuita no IPA
- > Aula 3 do Curso Programa Essencial online para pessoas com afasia e familiares:  
<https://ipafasia.pt/formacao/programa-essencial-curso-online/>
- > Manual digital da afasia e respetivos vídeos de testemunhos:  
<https://ipafasia.pt/recursos/manual-da-afasia/>
- > Vídeos disponíveis no canal de youtube do IPA

#### Referencias bibliográficas:

(1) Simmons-Mackie, Nina & Worrall, Linda & Murray, Laura & Enderby, Pamela & Rose, Miranda & Paek, Eun Jin & Klippi, Anu. The top ten: best practice recommendations for aphasia. *Aphasiology*. 2016; 31. 1-21.

(2) Kagan A. Supported conversation

for adults with aphasia: methods and resources for training conversation partners. *Aphasiology*. 1998; 12 (9): 816-830.

(3) Simmons-Mackie N, Kagan A. Communication strategies used by 'good' versus 'poor' speaking partners of individuals with aphasia. *Aphasiology*. 1999; 13:807-820;

#### Com a colaboração de:

Paula Valente (Terapeuta da Fala e Diretora Executiva do IPA).

*Todas as fichas informativas são revistas por pessoas com afasia e cuidadores.*