

# SAÚDE: "CONHECER DEMÊNCIA É CONHECER ALZHEIMER" É TEMA DE CAMPANHA



A iniciativa global “Setembro: Mês Mundial da Doença de Alzheimer” completa, este ano, o décimo aniversário da campanha que busca desmistificar o preconceito e a desinformação que cercam a doença. O tema da campanha em 2021 é “Conhecer Demência, Conhecer Alzheimer”.

Hoje (21/09), quando se comemora o Dia Mundial do Alzheimer, o mestre em psiquiatria e psicologia médica pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) e pesquisador do Instituto de Psiquiatria da Universidade de São Paulo (USP), Adiel Rios, explicou que o Alzheimer é uma doença degenerativa do cérebro. Ela acomete algumas funções cerebrais, entre elas a memória, o cálculo, a linguagem e o comportamento.

“Todas essas funções são comprometidas de forma progressiva e lentamente, de maneira que isso interfere na vida diária do paciente”, explicou. Os primeiros sinais podem surgir de alterações comportamentais. Nem sempre são alterações de memória.

Adiel Rios disse que, de modo geral, como se trata de uma doença que acomete mais o indivíduo idoso, acima de 65 anos de idade, os primeiros sinais podem ser depressão, alteração no comportamento, mais agitação, delírio, mudança na personalidade, agressividade e até mesmo alucinações. “Essas podem ser mudanças frequentes no início da doença, quando o paciente sequer tem alteração da memória. Depois, podem surgir essas alterações”.

O psiquiatra esclareceu que o Alzheimer, contudo, não envolve qualquer perda de memória. “A gente deve ficar atento porque, todos nós temos esquecimento, o que é natural. Mas a perda de memória no Alzheimer é uma perda de memória que se repete e compromete o dia a dia, interferindo, muitas vezes, nas funções e no funcionamento das atividades pessoais”.

## **Sem cura**

Como exemplo, ele citou o caso da pessoa que esquece que está no shopping e não lembra como voltar para casa, repetidas vezes. Trata-se de um esquecimento mais grave, que passa a ser também recorrente. A pessoa começa a ter dificuldade para se orientar no tempo e espaço. Segundo Adiel Rios, com o evoluir da doença, esse esquecimento passa a ser maior. As memórias do paciente acabam sendo deterioradas, principalmente as memórias da vida, autobiográficas. “O paciente começa a esquecer nome de filhos, de netos e, por fim, até dele mesmo, nos estágios finais”.

O Alzheimer não tem cura. Existem medicações que estabilizam a doença ou diminuem, pelo menos, a velocidade de progressão. “Mas isso durante um intervalo de cinco anos ou mais. Durante esse tempo, essas medicações podem oferecer ao paciente e ao familiar melhor qualidade de vida,

*menos alterações no comportamento, menos perdas de memórias, mas cura ainda não. Oferecem um conforto muito grande e uma qualidade de vida muito maior do que se não tomadas [as medicações]”.*

Rios informou que a medicina vem pesquisando várias alternativas, mas ainda não existe nada milagroso, nem um procedimento definitivo que faça com que a doença possa ser interrompida. Atualmente, existem áreas em que o médico pode atuar para intervir precocemente e, talvez, adiar o início da doença ou, até mesmo, evitar. Para isso, a pessoa deve realizar atividade física; ter uma alimentação balanceada (dieta do Mediterrâneo), com alimentos ricos em ômega 3; controlar fatores de risco cardiovasculares, como diabetes, pressão alta, colesterol; evitar o tabagismo e o consumo de álcool em excesso; realizar atividades intelectuais, como testes, exercícios; manter atividade profissional; habilitação cognitiva.

Outra coisa essencial durante a pandemia de covid-19 é a preservação das relações sociais e familiares. Estudos indicam que o isolamento pode levar com maior precocidade à doença de Alzheimer. *“O isolamento não seria algo bom”.*

## **Diagnóstico**

Nesta terça-feira (21/09), a Associação Internacional da Doença de Alzheimer (ADI, a sigla em inglês) lançará o Relatório Mundial de Alzheimer que, neste ano, se concentrará no aspecto do diagnóstico, levantando questões importantes para sistemas de saúde, governos, gestores e pesquisadores.

Adiel Rios afirmou que quanto mais precoce é feito o diagnóstico, mais fácil é, para o médico, intervir e controlar os fatores de risco, o declínio cognitivo, que podem piorar o curso da doença, oferecendo ao paciente atividades de terapia ocupacional, entre outras, utilizando mais precocemente medicações anticolinesterásicas; *“É uma maneira de a gente ofertar maior qualidade de vida a essas pessoas que terão, inexoravelmente, a doença”.*

A coordenadora do Departamento de Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento da Academia Brasileira de Neurologia (ABN), Jerusa Smid, concordou que o diagnóstico precoce é importante para que os médicos comecem a interferir em alguns a fim de que a evolução da doença seja mais lenta. Além de controlar pressão alta e diabetes, a neurologista citou a realização de atividade física aeróbica regular, controlar sintomas de depressão. *“São várias medidas em que você vai atuar que podem retardar a progressão da doença”.* Lembrou também de cuidar de perda auditiva e evitar isolamento social.

## **Envolvimento**

O Alzheimer é doença que envolve a família inteira, porque o paciente vai perdendo a autonomia e precisa de ajuda para fazer pequenas coisas. À medida que a doença progride, o indivíduo vai perdendo a autonomia e ficando cada vez mais difícil ele fazer as atividades sozinho. *“É preciso envolver toda a família”.* Segundo Jerusa Smid, a principal contribuição dos médicos é cuidar do paciente e tratar os sintomas comportamentais que são frequentes, causando muito estresse nas fases moderada e grave, *“e orientar o cuidador, dizer como as coisas vão evoluir, o que esperar da evolução dessa doença”.*

As medicações mais comumente usadas e que estão no rol do Sistema Único de Saúde (SUS), disponíveis gratuitamente inclusive, são os inibidores da acetilcolinesterase (Donepezila, Rivastigmina e galantamina, não usados em associação) e Memantina, nas fases moderada e grave da doença, para tratar os sintomas cognitivos (perda de memória, confusão mental, lentidão do raciocínio e

juízo). Esses medicamentos devem ser usados até o fim da vida.

## **Covid-19**

De acordo com o Ministério da Saúde, cerca de 1,2 milhão de brasileiros sofrem com a doença e 100 mil novos casos são diagnosticados a cada ano. Em todo o mundo, o número chega a 50 milhões de pessoas. Segundo estimativas da ADI, os números poderão evoluir para 74,7 milhões em 2030 e para 131,5 milhões em 2050, devido ao envelhecimento da população. O psiquiatra Adiel Rios disse que a doença tende a aumentar no pós-pandemia.

Alguns estudos mostram que pode ocorrer uma associação com o novo coronavírus em pacientes que tiveram a doença ou que sofreram com o isolamento. *“Mas não é nada definitivo. Isso está ainda em pesquisa. Alguns estudos indicaram, porém, uma relação entre ansiedade, depressão, insônia e também o Alzheimer”*, concluiu Rios. Jerusa Smid avaliou, por outro lado, que o isolamento social pode acelerar na população idosa o início da doença. *“Não no sentido de causar [a doença], mas de acelerar, trazer os sintomas mais para perto do momento atual do que poderia ser mais para a frente”*.

A doença de Alzheimer foi descrita pela primeira vez em 1906, pelo psiquiatra e neuropatologista alemão Alois Alzheimer.

Foto: Divulgação

<https://jornalpanfletus.com.br/noticia/2378/saude-conhecer-demencia-e-conhecer-alzheimer-e-tema-de-campanha> em 07/07/2024 23:17