

# 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-22/06/2026-22:36>