

neki:

Guía práctico de gestão da doença de Alzheimer



www.neki.pt



+351 308 80 80 78



info@neki.pt

Índice

1. Introdução	5
2. Doença de Alzheimer e outros tipos de demência	6
3. Estádios da Doença de Alzheimer	11
4. Prevenção da Doença de Alzheimer	13
5. Critérios de diagnóstico da Doença de Alzheimer	15
6. Avaliação cognitiva	17
7. Gestão dos sintomas psicológicos com a pessoa com Alzheimer	19
8. Melhoria da comunicação com a pessoa com Alzheimer	21
9. Avanços na estimulação cognitivo: neuroestimulação, mindfulness e RV	23
10. Links de Interesse	26

1. Introdução

Bem-vindo a este **guia de cuidados** que visa compilar alguns aspetos básicos da Doença de Alzheimer (DA). Trata de ser um **documento preferencialmente prático e direto**, cujo objetivo é que a informação plasmada aqui seja útil para que possa cuidar do seu familiar doente. Siga a linha, que sempre caracterizou a Neki, de proporcionar recursos para o cuidador.

Na atualidade, **47 milhões de pessoas em todo o mundo têm alguma forma de demência**, com mais de 7 milhões de novos casos a cada ano. Até **2050**, a previsão é de que este **número ultrapasse os 130 milhões**. Esta circunstância, sem dúvida, explica-se pelo aumento da esperança de vida nas sociedades desenvolvidas. Da mesma forma, a influência das demências é maior na sociedade, devido à longevidade da nossa população mundial.

Como sempre fazemos, devemos **destacar o papel da família** que ajudam a enfrentar e dirigir qualquer tipo de demência. Partindo de um diagnóstico de DA, a família terá que assumir novas perspetivas e novos papéis que podem ser acompanhados por sacrifícios económicos e pessoais.

Um diagnóstico de DA num membro do núcleo familiar costuma afetar cada um dos demais de maneira diferente, o que pode provocar reações e diferentes ritmos de aceitação da nova situação que aparece surge no seio da mesma. Esta quadro pode gerar situações muito difíceis, em alguns casos.

Assim, **vale a pena que reflexionemos sobre o impacto das demências** e, principalmente, da DA nos idosos. É um problema crescente de saúde pública, onde numerosos fatores estão interligados: famílias, políticas sociais, setor da saúde, associacionismo, instituições geriátricas, etc. Todos estes agentes perseguem uma finalidade: manter a qualidade de vida dos nossos idosos e, o que chega a ser mais importante, a dignidade do ser humano.

Todo o sistema é posto à prova com a DA. Do primeiro ao último degrau. Afeta-nos a todos porque vivemos em rede e nos repercute de uma maneira ou de outra, mais cedo ou mais tarde. Portanto, é uma experiência praticamente comum como seres humanos que vivem em sociedade. Concluindo, divulgar as informações atualmente disponíveis sobre a doença é para nós uma prioridade.

Esta abordagem global da Doença de Alzheimer também reflete os **valores de uma comunidade**, porque a doença pode apagar as memórias do nosso familiar doente, mas não deve suprimir a sua moralidade, o seu valor humano ou os seus direitos como pessoa.

2. Doença de Alzheimer e outros tipos de demência

O que é a demência?

Trata-se de uma **deterioração crônica e progressiva da memória e outras funções cognitivas**. Embora se conserve o nível de consciência, acarreta um claro desajuste do paciente ao seu ambiente. Se a pessoa sofrer os seus sintomas durante um período de tempo determinado de três meses, diagnostica-se com esta doença.

Algumas das funções intelectuais comprometidas são a memória, a linguagem, a capacidade emocional, a personalidade, a orientação espacial, etc. Existem evidências médicas de que a **deterioração cognitiva leve costuma antever uma demência**.

A demência mais comum é a **doença de Alzheimer (DA)**, que constitui cerca de 70% de todas as demências.

Existe uma relação estreita com a **idade da pessoa**. Afeta 2% das pessoas de 65-70 anos e 20% das pessoas com mais de 80 anos.

Quais são as causas da demência?

A demência é causada pela danificação ou perda de células nervosas e das suas conexões no cérebro. Dependendo da área do cérebro afetada pelo dano, a demência pode afetar as pessoas de maneira diferente e causar sintomas diferentes.

As demências geralmente agrupam-se pela sua base comum, como uma ou mais proteínas depositadas no cérebro ou as partes afetadas do cérebro. Algumas doenças são semelhantes à demência, como as causadas por reações a medicamentos ou deficiências vitamínicas, e podem melhorar com o tratamento.

