

Quando a memória desaparece

O mal de Alzheimer é uma doença do cérebro que afeta a memória, o raciocínio e a comunicação das pessoas. É a causa mais comum de demência (dificuldades progressivas da memória e outras funções mentais), e foi descrita pela primeira vez pelo neurologista alemão Alois Alzheimer, no início do século 20. Com o aumento da expectativa de vida, a incidência de novos casos de Alzheimer vem aumentando nos últimos anos, uma vez que a probabilidade de se desenvolver essa doença aumenta com o avanço da idade. A taxa de incidência é de menos de 0,5% entre indivíduos na faixa de 60 anos, mas cresce para 3% a 6% na faixa dos 80 anos ou mais. O mal de Alzheimer atinge aproximadamente 16 milhões de pessoas no mundo. Em certas áreas do cérebro das pessoas portadoras da doença de Alzheimer (as que controlam as funções mentais, como a memória, o raciocínio, a linguagem e a atenção), as células começam a morrer

e formam estruturas microscópicas chamadas placas senis. É por esse motivo que os portadores de Alzheimer têm dificuldade para uma vida normal. Outras funções, como os movimentos, não são geralmente afetadas até que a doença esteja bem adiantada. As causas de desenvolvimento da doença ainda não são totalmente conhecidas. Atualmente ela não tem cura. Mas cuidados apropriados podem ajudar uma pessoa com a doença a viver com conforto por muitos anos. Nesta página do Especial Cidadania você pode conferir algumas sugestões para as pessoas que lidam diretamente com os portadores da doença de Alzheimer, além de explicações sobre o diagnóstico, a prevenção, os sintomas e o tratamento para o mal. Uma iniciativa de grande ajuda para a prevenção da doença é manter o cérebro ativo com leituras e atividades que exigem concentração. É preciso ressaltar ainda que o tabagismo é um dos fatores que está associado ao desenvolvimento da doença.



As células cerebrais relacionadas à linguagem e à memória do portador do Mal de Alzheimer morrem e formam placas senis

Sobrevivência requer atenção em todos os estágios da doença

DIAGNÓSTICO – Quando existem problemas de demência, após eliminar a possibilidade de problemas de tireóide, derrame e depressão, pode-se suspeitar da doença de Alzheimer. A avaliação normalmente inclui testes de memória, exames de sangue e tomografia do cérebro. Deve-se consultar um médico.

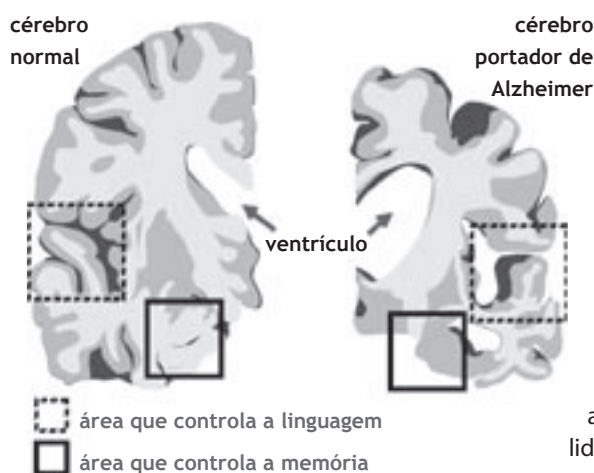
dos fatos e conversas recentes, mas pode lembrar claramente de acontecimentos do passado.

- ▶ No estágio intermediário, o doente precisa de ajuda para executar tarefas rotineiras. Ele pode não reconhecer seus familiares, perder-se em locais que conhece bem e esquecer

como executar tarefas simples. Pode tornar-se impaciente, mal-humorado e imprevisível.

- ▶ No estágio avançado, a pessoa doente perde completamente a memória, a capacidade de julgamento e o raciocínio, e é necessário ajudá-la em tudo.

TRATAMENTO – Busca dar conforto à pessoa doente e ajudar quem convive com ela a lidar com os sintomas. Em alguns casos, o médico pode receitar medicamentos que ajudam a melhorar a memória, a agitação e a depressão. Visitas regulares ao médico ajudarão a monitorar as condições do doente e planejar como ajudá-lo.



□ área que controla a linguagem
■ área que controla a memória

PREVENÇÃO – Normalmente, os primeiros sintomas visíveis surgem a partir dos 75 anos, mas existem relatos de pacientes que apresentam a doença aos 35 anos. Há fatores de risco associados ao mal de Alzheimer inevitáveis, como idade, sexo feminino e presença do gene ApoE4. Outros fatores como colesterol alto, hiperhomocisteína (quantidade elevada de um aminoácido chamado Homocisteína no plasma sanguíneo, em geral causada por deficiência de vitaminas na alimentação), diabetes, lesões na cabeça, estresse psicológico, hipertensão e tabagismo podem ser controlados. Também é preciso manter o cérebro ativo em atividades como leitura e trabalhos que exijam atenção e concentração, realizar atividades físicas e de lazer e manter uma dieta com alta concentração de antioxidantes.

SINTOMAS – Aparecem lentamente. O período médio entre o primeiro e o último estágio dura cerca de nove anos. Esse período pode, entretanto, variar muito.

- ▶ No estágio inicial, a pessoa parece confusa, esquece palavras e deixa pensamentos inacabados. Frequentemente não se lembra

Dicas para quem convive com o portador de Alzheimer

- ▶ Organize a casa para torná-la segura: evite desordem, mantenha fogões e eletrodomésticos em segurança, remova trancas do lado de dentro das portas dos banheiros e quartos de dormir, instale por fora trancas difíceis de abrir, mantenha as áreas da piscina e da banheira fechadas, além de bolsas, carteiras e outros itens importantes fora do alcance.
- ▶ Impeça o doente de dirigir: procure guardar o carro e as chaves fora da vista dele.
- ▶ Controle as perambulações: à noite mantenha luzes acesas nos locais de passagem e banheiros; peça a vizinhos que avisem se virem o doente sair de casa

sozinho; acompanhe-o se ele insistir em sair de casa; evite discutir ou gritar com ele; coloque etiquetas com nome nas roupas do doente e faça com que ele use um bracelete de identificação.

- ▶ Cuidados diários: Planeje atividades simples e que envolvam exercícios físicos, alimentação saudável, ingestão de líquidos, ações repetitivas (rotina), higiene e cuidados pessoais. Mude as atividades de acordo com as alterações na capacidade de execução do doente. Permita-o fazer o máximo que puder por conta própria, mas esteja sempre próximo a ele para ajudar. E não desista.

Fonte: ABRAZ- Associação Brasileira de Alzheimer

Projetos de lei sobre a doença em tramitação

Projeto (PLS 255/05) do senador Tião Viana (PT-AC), já aprovado no Senado e encaminhado à Câmara para revisão, institui o Dia Nacional de Conscientização da Doença de Alzheimer, a ser celebrado em 21 de setembro, com o objetivo de conscientizar a população sobre a importância da participação de familiares e amigos nos cuidados dispensados aos portadores da doença. Tramitam na Câmara três projetos para alterar a Lei 8.036/90, dispondo sobre a movimentação da conta vinculada no Fundo de Garantia do Tempo de Serviço (FGTS) quando o titular ou seu dependente for portador de doença grave degenerativa do sistema neurológico, como o mal de Alzheimer: PL 4.935/05, do deputado Pastor

Amarildo (PMDB-TO); PL 4.879/05, do deputado Carlos Sampaio (PSDB-SP); e PL 4.800/05, do deputado Corauci Sobrinho (PFL-SP). Também na Câmara, o deputado Jorge Alberto (PMDB-SE) apresentou proposta (PL 3163/04) para isentar do Imposto de Renda os proventos de aposentadoria e pensão recebidos por portadores do mal de Alzheimer, dando nova redação à Lei 7.713/88. O PL 3.047/04, do deputado João Mendes de Jesus (PSL-RJ), quer modificar a Lei 8.742/93 para estender o benefício assistencial de um salário mínimo aos doentes de Alzheimer, e o PL 2.380/03, do deputado Almeida de Jesus (PL-CE), visa conceder isenção de Imposto de Renda às pessoas físicas que tenham dependentes portadores da doença.

Informações

Ministério da Saúde
Disque Saúde: 0800 61-1997
www.saude.gov.br

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa)
Disque Medicamentos: 0800 644-0644
www.anvisa.gov.br

Ouvidoria Geral do SUS
SEPN 511, Bloco C, Ed. Bittar IV 70750-543
Brasília (DF)
Tel: (61) 3448-8900 e 3448-8926

Conselho Nacional dos Direitos do Idoso (CNDI)
Telefone: (61) 3429.3598
www.mj.gov.br/sedh/cndi/

Associação Brasileira de Alzheimer (ABRAZ)
Tel.: (11) 3237-0385 e 0800 55-1906
www.abraz.com.br

Conselho Federal de Medicina
Tel: (61) 3445-5940 / www.cfm.org.br

Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG)
RJ (21) 2285.8115
GO (62) 215 9595
SP (11) 3106.1331
www.sbgg.org.br