

Parentes de pessoas com Alzheimer recebem orientações para cuidados integrais

No dia nacional de conscientização sobre a doença (21 de setembro), familiares compartilham desafios e importância do apoio especializado

Jurana Lopes, da Agência Saúde-DF | Edição: Amanda Martimon

Conviver com a angústia e o medo de esquecer ou ser esquecido por pessoas próximas e significativas. Esta é a dor de quem possui a doença do Alzheimer ou tem um familiar com a condição, um dos mais comuns tipos de demência neurodegenerativa, que é progressiva, irreversível, de causa desconhecida e com maior frequência entre os idosos. Para conscientizar a população sobre os cuidados necessários, 21 de setembro é, por lei federal, o Dia Nacional de Conscientização da doença de Alzheimer.



Ambulatório de Geriatria e Gerontologia de Taguatinga orienta familiares e

cuidadores de idosos, como aqueles com Alzheimer. Curso é ofertado semestralmente. Foto: Sandro Araújo/Agência Saúde-DF

“Meu maior medo é minha mãe acordar e não me reconhecer mais, isso me assola. O Alzheimer é uma das piores doenças que existem, porque a cada dia vejo minha mãe perdendo a própria identidade. Logo ela, que era uma pessoa tão ativa”, compartilha Ana Sousa Pereira, de 59 anos, cuidadora da mãe, uma idosa de 91 anos diagnosticada há cerca de três anos com a enfermidade.

Para auxiliar no cuidado cotidiano, Ana participa do Curso de Capacitação e Cuidado Integral com a Pessoa Idosa promovido pela equipe do Ambulatório de Geriatria e Gerontologia de Taguatinga. A formação tem duração de aproximadamente três meses.

“O curso me ajuda muito a lidar com a minha mãe dentro de casa. Aqui, eu recebo conhecimento e encontro forças para agir, vejo que não estou sozinha”, relata. Muito abalada pela condição atual da mãe – que já não se lembra de todos os filhos e, às vezes, inverte os papéis – Ana também é acompanhada por psicólogo por indicação da equipe.

Cuidado para doentes e familiares

Todo semestre o Ambulatório de Geriatria e Gerontologia de Taguatinga oferta o curso para cuidadores de pacientes atendidos na unidade. No local, são atendidos idosos com Alzheimer, depressão, Parkinson, disfagia (dificuldade de engolir), desnutrição e sarcopenia (perda progressiva de massa muscular).

A formação visa à melhoria da qualidade de vida da pessoa adoecida e também do familiar que é o cuidador. “Muitas vezes o cuidador precisa de cuidado e encaminhamos para o psicólogo ou para grupos para troca de experiências. Não é simples cuidar do idoso, principalmente quando possui algum tipo de demência”, pondera a enfermeira Neuza Matos, que atua no ambulatório.



A enfermeira Neuza Matos reforça que não são apenas os idosos que precisam de cuidados, há uma preocupação também com os cuidadores. Foto: Sandro Araújo/Agência Saúde-DF

Também participante do curso, a dona de casa Maria de Lourdes das Neves, de 49 anos, cuida da mãe, de 88 anos, que está começando a apresentar os sintomas do Alzheimer. Neste estágio inicial da doença, Maria tenta manter a mãe o mais independente possível, realizando atividades da rotina diária.

“Ela está tranquila, toma os remédios na hora certa, come direitinho. Mas começou a esquecer os meus irmãos mais distantes. Hoje, já me acostumei com a situação, mas, no início, eu chorava demais”, lamenta.

Com equipe multidisciplinar completa, composta por terapeuta ocupacional, psicólogo, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, enfermeiro, nutricionista e médico geriatra, o ambulatório oferece mais comodidade aos usuários do serviço. “Tentamos fazer com que o paciente venha até o ambulatório só uma vez e seja atendido por mais de um profissional, pois economiza tempo. Alguns idosos são acamados e outros não gostam de sair de casa”, explica a nutricionista Vera Cerceau.

Atenção aos sinais

Um dos tipos mais comuns de demência, o Alzheimer não tem cura. A doença ocorre quando o processamento de certas proteínas do sistema nervoso central começa a dar erro, causando a morte de células cerebrais. O diagnóstico é clínico e

os exames complementares servem para excluir outras causas para a queixa de alteração cognitiva.

A Referência Técnica Distrital (RTD) de Geriatria, Larissa de Freitas, aponta que os sinais de alerta são alterações cognitivas, comportamentais e queda de funcionalidade. “Todo paciente com queixa de alteração cognitiva deve procurar a atenção primária para atendimento. Caso seja indicado pelo médico de família, o paciente pode ser regulado para as especialidades de geriatria, neurologia ou psiquiatria para uma avaliação especializada.”

A identificação precoce dos sinais, em estágios iniciais, é muito importante para tentar controlar os sintomas e postergar os comprometimentos da capacidade funcional. Os primeiros sintomas são os pequenos esquecimentos, que, usualmente, são confundidos pelos familiares com o processo normal de envelhecimento.



Equipe do Ambulatório de Geriatria e Gerontologia de Taguatinga é multidisciplinar e oferece mais comodidade aos pacientes, concentrando atendimentos no mesmo dia. Foto: Sandro Araújo/Agência Saúde-DF

Mas vale destacar que nem todo esquecimento é sinal de Alzheimer. O alerta surge quando a frequência é maior e repercute no funcionamento das atividades cotidianas do idoso.

Ainda entre os principais sintomas da doença de Alzheimer estão: perda de memória, dificuldade em resolver problemas, desorientação no tempo e espaço,

dificuldade em realizar tarefas do cotidiano, problema de linguagem, troca de objetos do lugar e alteração de comportamento.

Prevenção e tratamento

De acordo com a RTD, a idade é um fator de risco para o Alzheimer, que pode ter o início precoce, antes dos 60 anos, ou tardio. A prevenção é manter alimentação saudável, praticar atividade física regularmente e fazer atividades de estimulação cognitiva e de lazer. Ou seja, manter hábitos saudáveis e atividades que estimulem o cérebro, para mantê-lo ativo.

O tratamento baseia-se no processo de retardar o avanço do Alzheimer e prolongar a independência, a autonomia e a qualidade de vida do paciente e de familiares. Neste sentido, o acompanhamento com equipe interdisciplinar é essencial para auxiliar o paciente, cuidador e familiares.

Hoje, a rede pública de saúde do DF possui dez ambulatórios de geriatria, sendo todos nas policlínicas das sete Regiões de Saúde: Gama, Planaltina, Sobradinho, Paranoá, Ceilândia, Taguatinga, Samambaia, Guará, Núcleo Bandeirante e Asa Norte. O paciente com Alzheimer tem acompanhamento longitudinal com a equipe de Estratégia Saúde da Família (ESF), bem como nos Ambulatórios de Geriatria.