

IDARON
Agência de
Defesa Sanitária
Agrosilvopastoril

RONDÔNIA
★
Governo do Estado



**Conscientização, Cuidados e
Atenção ao Alzheimer**



IDARON

Agência de Defesa Sanitária
Agrosilvopastoril de Rondônia

Agência de Defesa Sanitária Agrosilvopastoril de Rondônia

Endereço: Av. Farquar, 2986 Palácio Rio Madeira -
Edifício Rio Cautário 5º andar
- Pedrinhas Horário de atendimento: de Segunda-
Feira à Sexta-Feira das 07h30 às 13h30

MARCOS JOSÉ ROCHA DOS SANTOS

GOVERNADOR DO ESTADO DE RONDÔNIA

SÉRGIO GONÇALVES

VICE-GOVERNADOR DO ESTADO DE RONDÔNIA

JULIO CESAR ROCHA PERES

PRESIDENTE DA AGÊNCIA IDARON

**CARTILHA SOBRE CONSCIENTIZAÇÃO, CUIDADOS E ATENÇÃO AO
ALZHEIMER**

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	Pág. 03
O QUE É ALZHEIMER?	Pág. 03
SINAIS E SINTOMAS	Pág. 04
ESTÁGIOS DA DOENÇA	Pág. 04
COMO PREVENIR O ALZHEIMER?	Pág. 05
DIAGNÓSTICOS DA DOENÇA	Pág. 05
DESAFIO DOS FAMILIARES	Pág. 06
TRATAMENTOS PARA ALZHEIMER	Pág. 07
CONCLUSÃO	Pág. 07

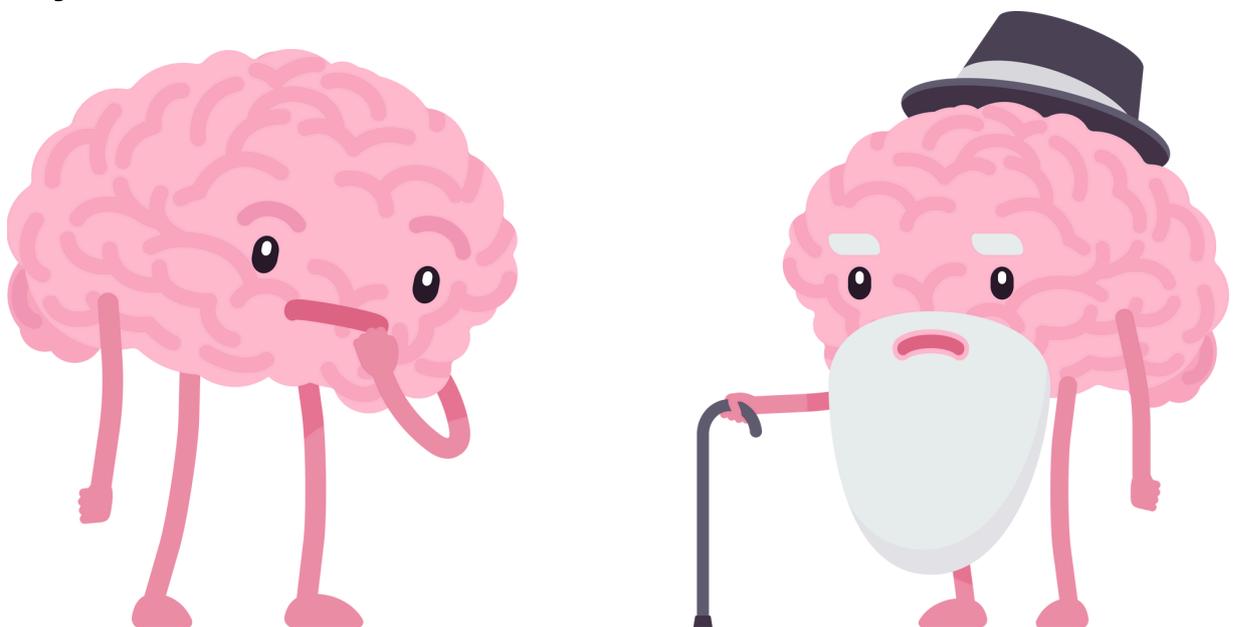


• INTRODUÇÃO •

O mês de Fevereiro é dedicado à conscientização sobre a Doença de Alzheimer, um transtorno neurodegenerativo que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Essa campanha tem como objetivo informar, promover a empatia e encorajar a busca por diagnósticos e tratamentos precoces. Conhecer a doença é um passo fundamental para oferecer suporte às pessoas diagnosticadas e suas famílias.

• O QUE É ALZHEIMER? •

A Doença de Alzheimer é uma condição progressiva que compromete a memória, o raciocínio, a linguagem e outras funções cognitivas. É o tipo mais comum de demência, representando cerca de 60% a 70% dos casos. Embora sua causa exata ainda não seja totalmente compreendida, acredita-se que fatores genéticos, idade avançada e hábitos de vida desempenhem um papel importante no desenvolvimento da doença.



• SINAIS E SINTOMAS •

Os sintomas do Alzheimer variam de acordo com o estágio da doença, mas os mais comuns incluem:

- Perda de memória recente que interfere na vida cotidiana;
- Dificuldade em realizar tarefas simples, como preparar uma refeição;
- Desorientação no tempo e espaço;
- Problemas de linguagem, como esquecer palavras ou usá-las de forma inadequada;
- Alterações de humor e comportamento, incluindo apatia, ansiedade ou irritabilidade.

• ESTÁGIOS DA DOENÇA •

Estágio Inicial

- Os sintomas são sutis e frequentemente confundidos com sinais do envelhecimento normal. A pessoa pode esquecer compromissos, ter dificuldade em encontrar palavras e demonstrar desorientação ocasional.



Estágio Intermediário

- Nesse estágio, os sintomas tornam-se mais evidentes. Há dificuldade em reconhecer familiares, realizar tarefas básicas e manter uma conversa coerente. Alterações comportamentais, como agressividade ou apatia, podem surgir.

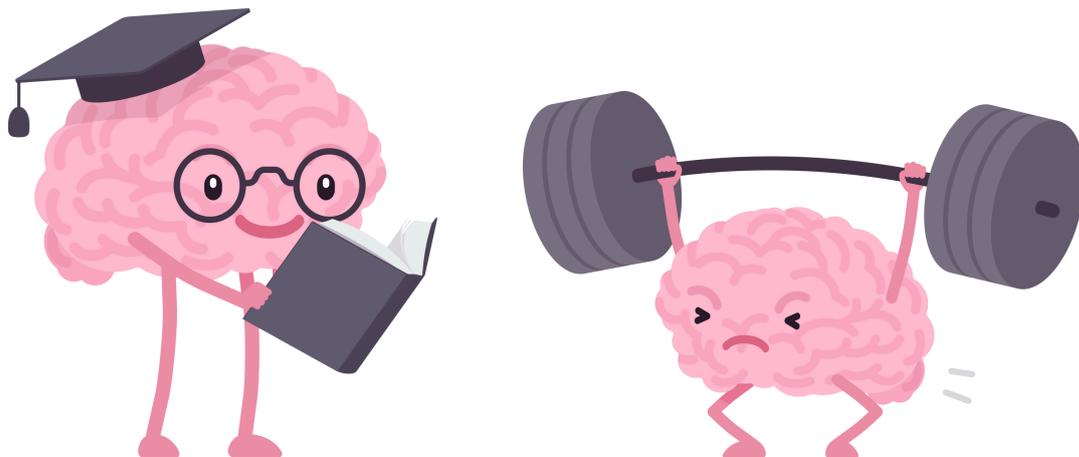
Estágio Avançado

- A pessoa perde a capacidade de realizar atividades básicas, como se alimentar e se vestir, tornando-se totalmente dependente de cuidadores. O comprometimento da memória é severo, e pode haver dificuldade em reconhecer o próprio reflexo no espelho ou interagir com o ambiente.

• COMO PREVENIR O ALZHEIMER? •

Embora não haja uma forma garantida de prevenir a doença, algumas práticas podem reduzir o risco:

- Manter-se fisicamente ativo, praticando exercícios regularmente;
- Adotar uma dieta equilibrada, rica em frutas, vegetais, grãos integrais e gorduras saudáveis;
- Estimular o cérebro, aprendendo algo novo ou resolvendo quebra-cabeças;
- Controlar doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e colesterol alto;
- Evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool;
- Manter-se socialmente ativo, participando de atividades em grupo.



• DIAGNÓSTICO DA DOENÇA •

O diagnóstico do Alzheimer envolve:

- Avaliação clínica, com análise do histórico médico e exame físico;
- Testes cognitivos, para avaliar memória, linguagem e outras funções mentais;
- Exames de imagem, como ressonância magnética ou tomografia, para descartar outras condições;
- Exames laboratoriais, para identificar possíveis causas reversíveis de demência.

• DESAFIO DOS FAMILIARES •

Cuidar de um paciente com Alzheimer é um desafio que afeta profundamente os familiares, tanto emocionalmente quanto fisicamente. A perda gradual da autonomia e da personalidade do ente querido gera luto antecipado, estresse e, muitas vezes, culpa. Além disso, o cuidador enfrenta a demanda de tempo e a necessidade de adaptar o ambiente para garantir a segurança do paciente, o que pode resultar em isolamento social e dificuldades financeiras devido aos altos custos com tratamento e cuidados especializados.

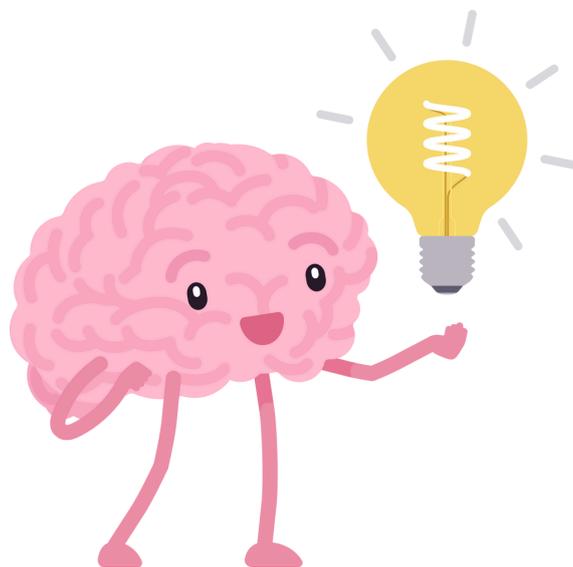
A saúde do cuidador também é impactada, com risco de fadiga, exaustão emocional e até problemas de saúde física e mental. Para enfrentar essas dificuldades, é essencial buscar informações sobre a doença, participar de grupos de apoio, dividir responsabilidades com outros familiares e reservar tempo para cuidar da própria saúde. Com apoio e planejamento, é possível enfrentar os desafios do Alzheimer de forma mais equilibrada e compassiva.



• TRATAMENTOS PARA ALZHEIMER •

Embora o Alzheimer não tenha cura, existem tratamentos que ajudam a aliviar os sintomas e retardar sua progressão:

- Medicamentos, como os inibidores da colinesterase (donepezila, rivastigmina) e a memantina;
- Terapias não medicamentosas, como estimulação cognitiva e fisioterapia;
- Suporte psicológico, tanto para o paciente quanto para os cuidadores;
- Adaptações no ambiente, para facilitar a rotina e prevenir acidentes.



• CONCLUSÃO •

A conscientização sobre a Doença de Alzheimer é essencial para combater o estigma, promover o diagnóstico precoce e garantir suporte adequado aos pacientes e seus familiares. Durante este mês, aproveite para aprender mais sobre a doença, adotar hábitos saudáveis e oferecer solidariedade a quem enfrenta essa realidade. A luta contra o Alzheimer é coletiva, e cada gesto de apoio faz a diferença.

Para mais informações acesse:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/alzheimer>

IDARON

Agência de Defesa Sanitária
Agrosilvopastoril de Rondônia

Site

www.idaron.ro.gov.br

Endereço: Av. Farquar, 2986, Palácio Rio Madeira -
Edifício Rio Cautário 5º andar - Pedrinhas
Horário de atendimento: de Segunda-Feira à Sexta-Feira
das 07h30 às 13h30