

DISCENTES DO 1º ANO DO CURSO DE ENFERMAGEM DA UNIFESP

ALINE STRIBL ▪ JÉSSICA DE MELO RODRIGUES ▪ RAFAELA OLIVEIRA
RAPHAEL CUENCAS BUDINI ▪ ROSANA DA ROCHA RODRIGUES

A doença de Alzheimer

UM MANUAL EXPLICATIVO PARA O
PORTADOR E SUA FAMÍLIA

ÍNDICE

O que é a Doença Alzheimer?	5
- Tipos de Alzheimer: precoce e tardio	8
Quais são os sintomas e como identificar o Alzheimer?	10
- As fases da doença	12
Como é feito o diagnóstico?	15
- A importância do diagnóstico precoce	16
Como agir frente ao diagnóstico de Alzheimer de um familiar ou amigo?	17
Quais são os tratamentos?	18
Importância da enfermagem no cuidado de um paciente com Alzheimer	20
Introdução de um idoso com Alzheimer no meio social	22



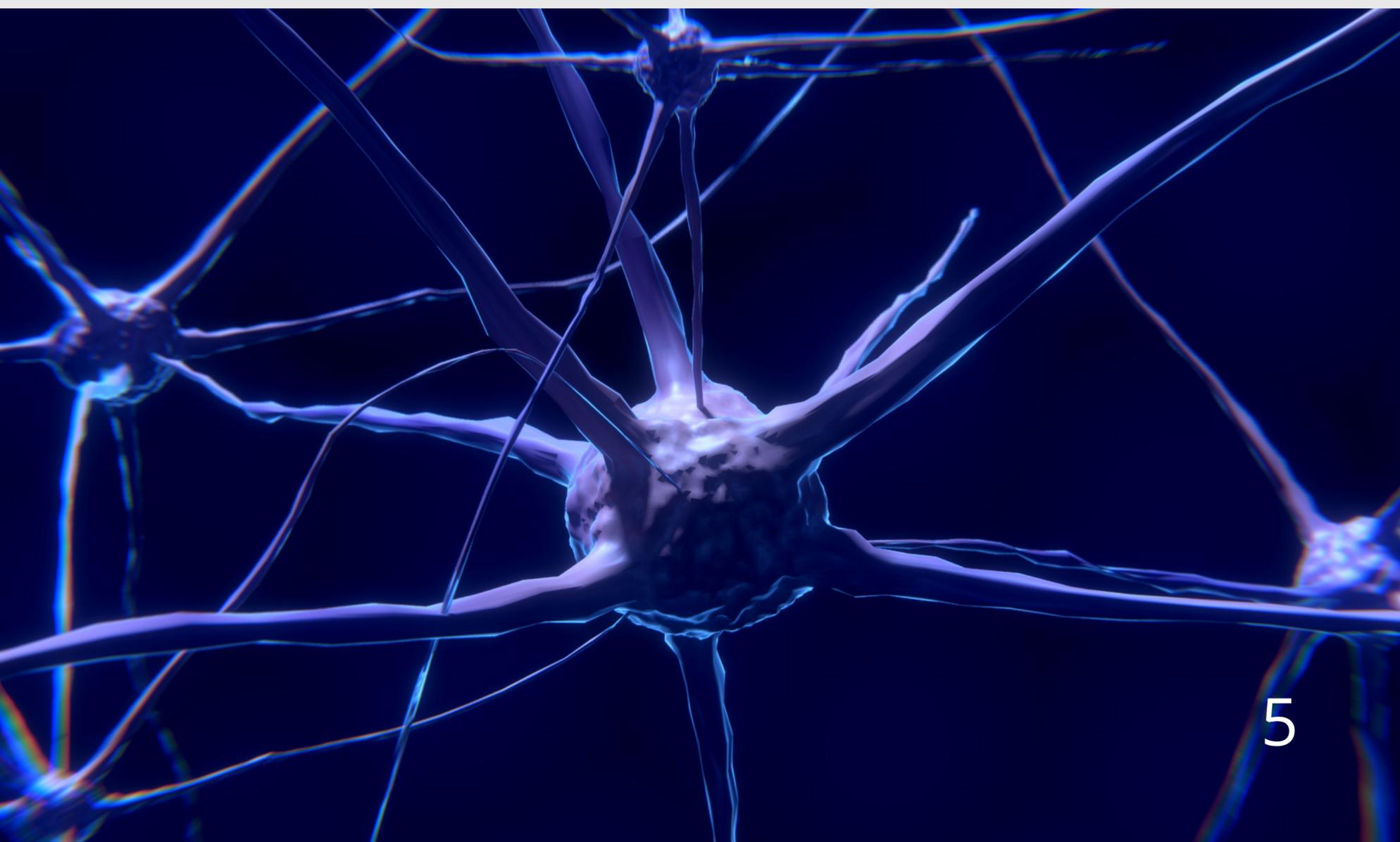
Cuidados e riscos para o paciente com Alzheimer.....	24
Curiosidades	29
Indicações para ler e assistir.....	36
Atividades interativas	41
Referências	50
Agradecimentos	55



O que é a doença de Alzheimer?

O Alzheimer é uma doença neurodegenerativa, progressiva que, gradativamente, apaga as memórias recentes do indivíduo. Ela apresenta evoluções, podendo o paciente perder aos poucos funções relacionadas com a memória, habilidades linguísticas, habilidades de pensamento abstrato e até a capacidade de cuidar de si mesmo.

Segundo a Associação Brasileira de Alzheimer (ABRAz), estima-se que 35,6 milhões de pessoas no mundo tenham a doença, sendo 1,2 milhão de pessoas no Brasil, a maioria ainda sem diagnóstico.



Existem muitas hipóteses sobre as causas da Doença de Alzheimer. Uma das principais são as placas e emaranhados feitos pela deposição da proteína beta-amiloide no córtex cerebral...

O que significa isso?

Complicado né?

Mas fique tranquilo, vamos explicar: A proteína beta-amiloide é uma proteína presente na membrana dos neurônios (Figura 1A). Quando esta proteína é quebrada incorretamente, formam as placas e os emaranhados no córtex cerebral (Figura 1B). Fatores genéticos e ambientais interferem nessa quebra incorreta. Porém, por que essa proteína tem de ser quebrada? E por que a sua quebra incorreta pode gerar o Alzheimer?

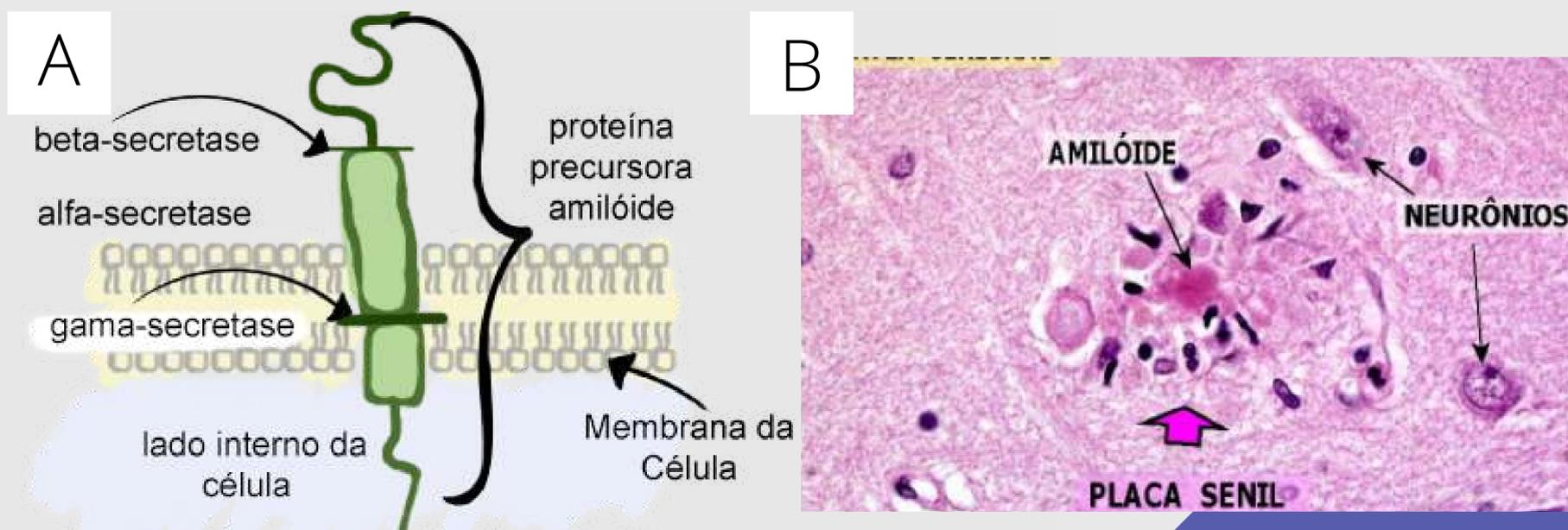


Figura 1: A. Representação esquemática mostrando a proteína precursora (APP) da proteína beta-amiloide. B. Corte histológico de um cérebro, mostrando a presença de placas senis (seta rosa) e placas amiloides (seta preta), ambas formadas por deposição de proteína beta-amiloide fora e dentro do neurônio, respectivamente. Fonte: disponível em: <http://anatpat.unicamp.br/bialzheimer.html>. Acesso em 10 jan.2021

Todas as proteínas do nosso corpo com o tempo precisam ser substituídas por proteínas novas. Quando isso ocorre, algumas enzimas quebram as proteínas envelhecidas de modo que saiam da célula para serem degradadas. Porém, se essas enzimas quebram incorretamente as proteínas envelhecidas, elas se tornarão insolúveis fora da célula (Figura 2A). Caso isso ocorra, as proteínas quebradas erroneamente formarão as placas beta-amiloides no córtex cerebral, dificultando ou impedindo a conexão neurônio-neurônio e as alterações neurofibrilares (Figura 2B). Estas placas prejudicam seriamente as funções cerebrais.

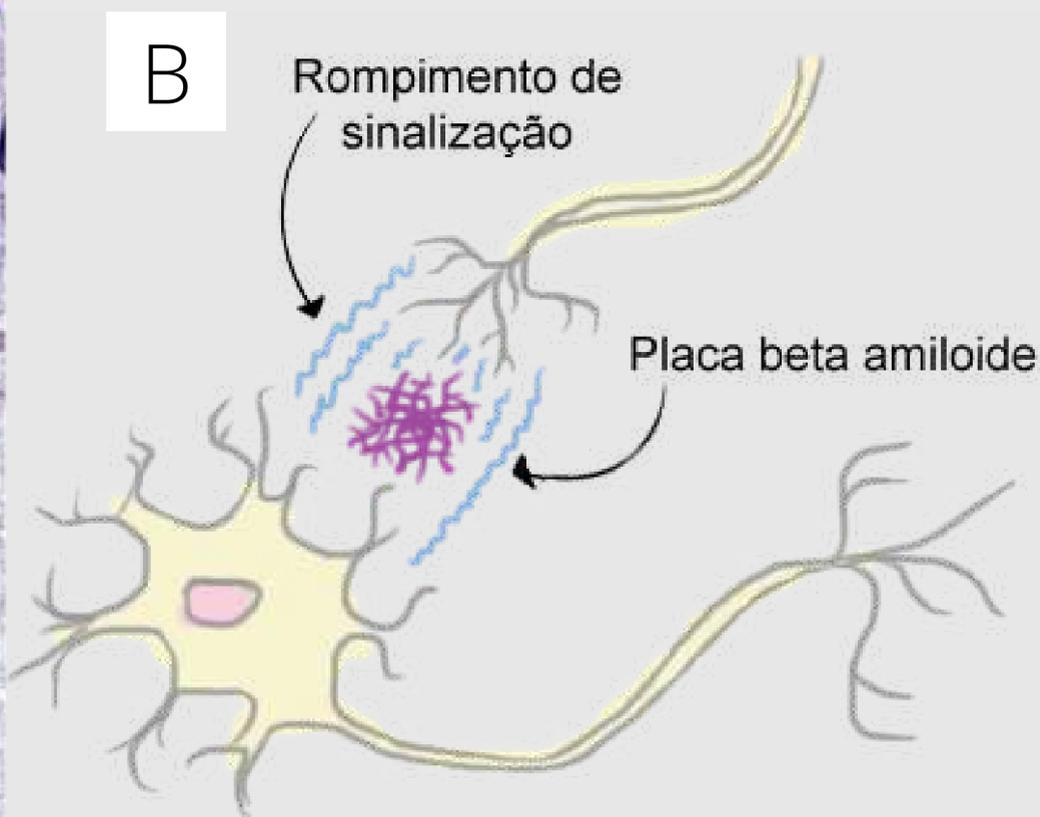
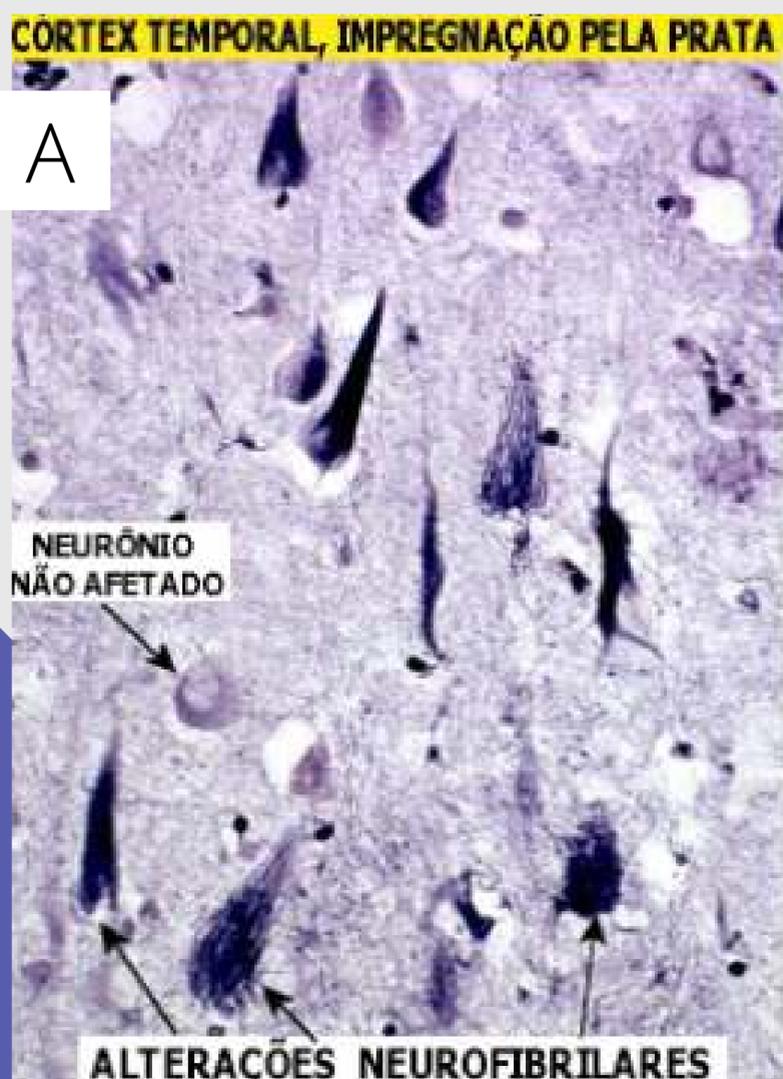
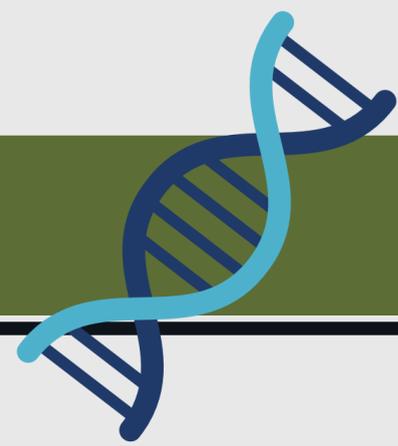


Figura 2: A. Corte histológico de um cérebro, mostrando neurônios não afetados e as alterações neurofibrilares nos neurônios de cor escura. Fonte: disponível em: <http://anatpat.unicamp.br/bialzheimer.html>. Acesso em 10 jan.2021 B. Representação esquemática mostrando as placas beta-amilóide.

Tipos de Alzheimer



A Doença de Alzheimer (DA) pode ser dividida em dois tipos: precoce e tardio.

PRECOCE

O Alzheimer do tipo precoce apresenta causas mais compreendidas, acometendo de 5 a 10% de todos os casos de DA. Em geral, na DA precoce, os fatores genéticos são importantes. Nestes casos, geralmente são observados indivíduos com menos de 60 anos acometidos pela doença, em mais de uma geração da família, aumentando o risco para os parentes dos portadores.

TARDIO

Na DA do tipo tardia as causas não são bem definidas, sendo a origem da doença provocada por uma combinação de fatores genéticos e ambientais. A DA tardia representa a grande maioria dos casos e o risco aumenta significativamente com a idade, afetando cerca de 1% das pessoas com idade entre 60 e 65 anos, e 50% das pessoas com mais de 85 anos.

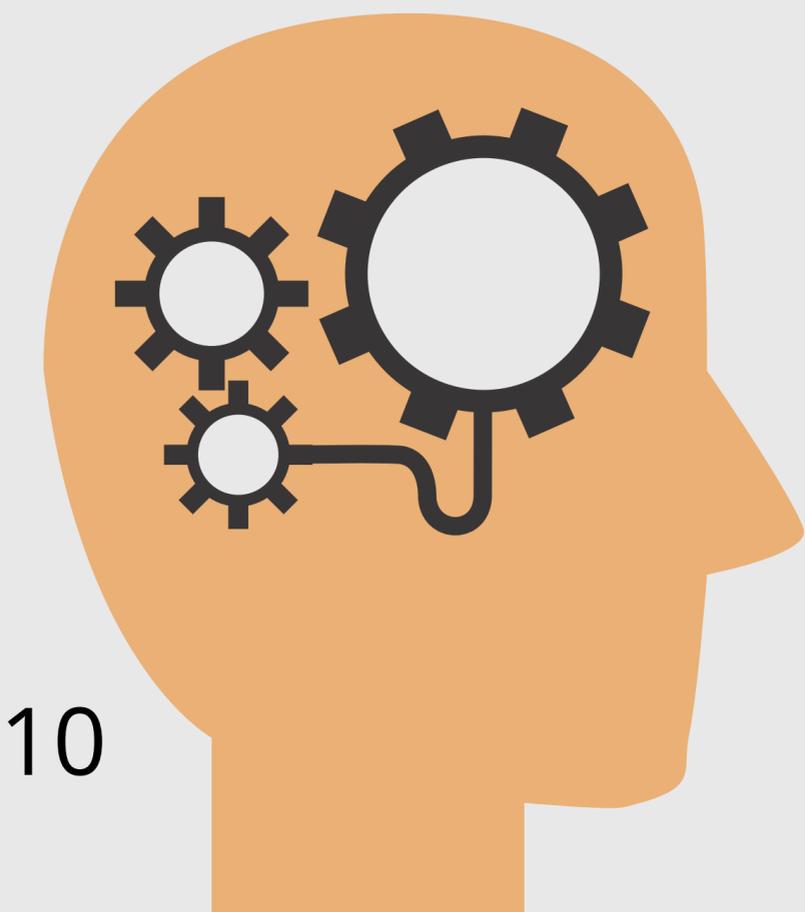
Um dos genes associado tanto a DA precoce quanto tardia é o gene *APOE* (*apolipoprotein E*), localizado no cromossomo 19. A função deste gene é destruir lipoproteínas, ricas em triglicerídeos. Existem três alelos diferentes do gene *APOE*: $\epsilon 2$, $\epsilon 3$ e $\epsilon 4$. Os indivíduos que apresentam o alelo $\epsilon 4$ tem maior risco genético para a DA de início tardio, enquanto os indivíduos que possuem o alelo $\epsilon 2$ apresentam menor risco para a DA.



Quais os sintomas e como identificar o Alzheimer?

Os sintomas da Doença de Alzheimer dependem da sua gravidade e das fases em que a doença se encontra, as quais serão explicadas mais adiante.

Na próxima página, estão relacionados alguns dos sinais de um envelhecimento natural e alguns que podem representar o início da DA.



O QUE É NORMAL NO ENVELHECIMENTO

Ter uma vaga lembrança de um acontecimento

Manter a capacidade de seguir indicações verbais ou escritas

Manter a capacidade de acompanhar a história de uma novela ou filme

Esquecer-se de nomes ou palavras, mas recordá-los posteriormente

Manter a capacidade de se lavar, vestir, alimentar, apesar das dificuldades impostas pelas limitações físicas

Tomar uma decisão errada pontualmente

Cometer erros ocasionais, por exemplo ao passar um cheque

Ficar confuso sobre o dia da semana em que se encontra, mas lembrar-se mais tarde

Esquecer-se, às vezes, de qual a melhor palavra a usar

Perder alguma coisa de vez em quando, mas conseguir encontrá-la através do seu raciocínio lógico

SINAIS DE ALERTA

Esquecer-se de parte ou da totalidade de um acontecimento

Gradualmente perder a capacidade de seguir indicações verbais ou escritas

Progressivamente perder a capacidade de acompanhar a história de uma novela ou filme

Esquecer-se cada vez mais de informação que conhecia, como dados históricos ou políticos

Perder progressivamente a capacidade de, autonomamente, se lavar, vestir ou alimentar

Aos poucos perder a capacidade de tomar decisões

Gradativamente perder a capacidade de gerir o seu orçamento

Não saber em que data ou estação do ano está

Ter dificuldades em manter uma conversa, não conseguindo manter o raciocínio ou lembrar-se das palavras

Esquecer-se do local onde guardou um objeto e não ser capaz de fazer o processo mental retractor para se lembrar

As fases da doença

A Doença de Alzheimer pode ser dividida em três fases:

1 Pré-clínica ou inicial

Nessa fase, os sintomas são bem sutis e muitas vezes atribuídos ao envelhecimento natural ou estresse. Quando se tem uma suspeita da DA na fase pré-clínica, é possível aplicar testes neuropsicológicos que permitem revelar precocemente a DA em até oito anos antes da pessoa cumprir todos os critérios para o diagnóstico de Alzheimer. Na fase pré-clínica, além da perda de memória recente, sintomas como mudanças na atenção, apatia, irritabilidade, sinais depressivos e desorientação em locais familiares podem ser significativos.

2 Comprometimento cognitivo leve (CCL) ou intermediária

Com a progressão da DA, as limitações ficam mais acentuadas e recorrentes. Alguns sintomas dessa fase são:

- Perda de memória com relação a eventos e nomes
- Incapacidade de gerenciar ações antes comuns
- Dependência

- Dificuldade com a fala ainda mais acentuada
- Alucinações

3 Demência avançada

O estágio avançado é o mais próximo da total dependência e inatividade. Tanto os distúrbios de memória quanto as características motoras tornam-se mais graves. Alguns sintomas são:

- Dificuldades para comer
- Dificuldade para se comunicar
- Esquecimento de parentes, amigos e objetos familiares
- Desorientação do espaço ao seu redor
- Dificuldade para caminhar
- Dificuldade na deglutição
- Incontinência urinária e fecal
- Comportamento inapropriado em público

Como é feito o diagnóstico?

Ainda não há um exame específico para determinar se um indivíduo possui a Doença de Alzheimer. Assim, o diagnóstico é realizado com base em uma avaliação clínica, contendo testes cognitivos, exames laboratoriais e avaliação de imagem do sistema nervoso central, o qual sinaliza as mudanças cerebrais de cada uma das fases da DA (Figura 3). Ao analisar conjuntamente as manifestações clínicas do indivíduo e o resultado de exames complementares, é possível a conclusão diagnóstica e o planejamento de tratamento.



Figura 3: Representação esquemática de imagens do sistema nervoso, mostrando em 1 a etapa inicial da DA; em 2. A etapa moderada e em 3. A etapa final. Fonte: disponível em: <https://www.hcor.com.br/hcor-explica/neurologia/alzheimer-fique-atento-aos-sinais/#:~:text=Diagn%C3%B3stico%20de%20mal%20de%20alzheimer,imagem%20do%20sistema%20nervoso%20central>. Acesso em: 10 jan. 2021

A importância do diagnóstico precoce

O diagnóstico precoce da Doença de Alzheimer é importante para que o tratamento seja eficaz e impeça o declínio cognitivo. Assim, quanto mais cedo iniciar o tratamento da DA, melhor será a evolução tanto para o paciente quanto para os seus familiares.

Quanto mais precoce o início do tratamento, tanto o portador de Alzheimer quanto seus familiares podem entender melhor a natureza dessa doença, cuidar da rotina e do futuro, e ainda ter a chance de melhoras cognitivas e estabilizar por algum tempo seu declínio.



Como agir frente ao diagnóstico de Alzheimer de um familiar ou amigo?

É muito importante que o portador tenha o apoio dos familiares e amigos, por essa razão, a Associação Brasileira de Alzheimer (ABRAz), uma instituição formada pelos familiares de alguns pacientes com a doença, que conta com a ajuda de vários profissionais, como médicos e terapeutas, promove rodas de conversa para que as famílias compartilhem suas experiências e aprendam a cuidar e a entender a doença e seus efeitos na vida dos idosos.

O setor da Saúde do Idoso do Ministério da Saúde enfatiza que o diagnóstico de um familiar com DA causa muito estresse entre os familiares. É importante que as famílias entendam que, se o paciente sofre de uma doença grave, no seio familiar ele necessita de cuidados e de muito carinho.





A Doença de Alzheimer faz com que todos à sua volta se sintam em um outro mundo. Assim, tanto a pessoa com a doença quanto seus cuidadores, precisam de apoio, pois a perda de memória; alucinação; terror; humor; demência; lucidez, alteram a rotina de todos. Muitos portadores querem voltar para o passado, para suas casas antigas ou casas de seus pais.

É importante não negar essas histórias. Os familiares e cuidadores precisam usar a criatividade para lidar com essas situações, sendo importante ter um novo olhar sobre a vida.

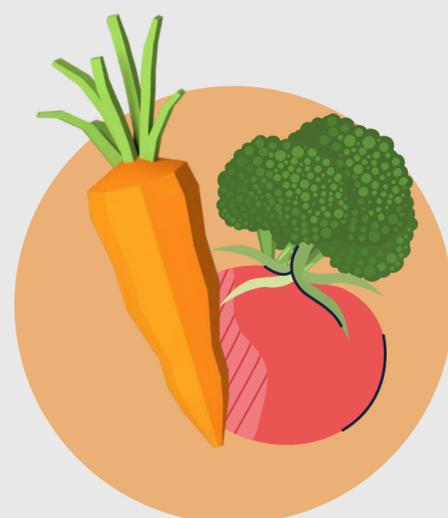


Quais são os tratamentos?

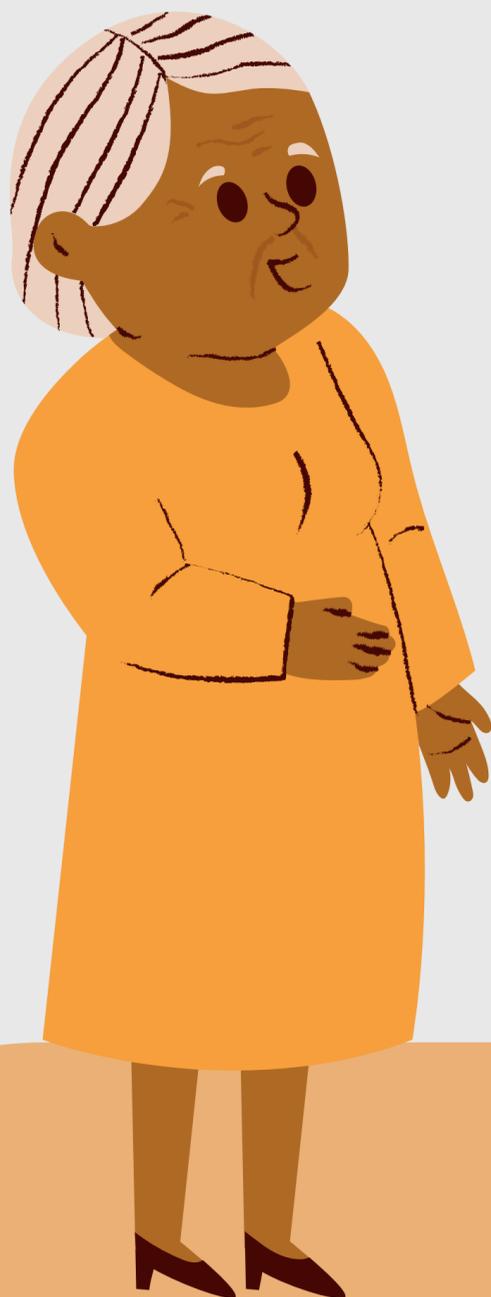
Os tratamentos disponíveis para a DA têm como objetivo atrasar a evolução da doença. Alguns deles melhoram o bem-estar e a qualidade de vida do indivíduo. Dentre os tratamentos, há o uso de medicamentos que podem retardar o avanço da doença e oferecer um estilo de vida mais adequado para o portador.

Algumas mudanças no estilo de vida são importantes no tratamento da DA, incluindo:

- Uma alimentação com boa ingestão de vitaminas, as quais são importantes para a cognição
- Atividades manuais, que estimulam o cérebro. Ex: jogos simples, pintar, desenhar
- Atividade física leve



É importante ressaltar que o diagnóstico e o tratamento devem ser acompanhados por uma equipe multiprofissional, com geriatras, neurologistas, psiquiatras, enfermeiros, fisioterapeutas, assistentes sociais, entre outros. Portanto, o mais indicado para amenizar os sintomas da Doença de Alzheimer é consultar um serviço de saúde especializado o mais cedo possível para ter acesso aos medicamentos necessários para um melhor tratamento individualizado.



O papel da enfermagem diante do paciente com doença de Alzheimer

Na DA, o enfermeiro tem um papel crucial na promoção da autonomia dos pacientes. É este profissional que irá guiar a família no cuidado do indivíduo, como lidar com o tratamento, respondendo as dúvidas e mostrando caminhos possíveis para enfrentar essa nova forma de viver.

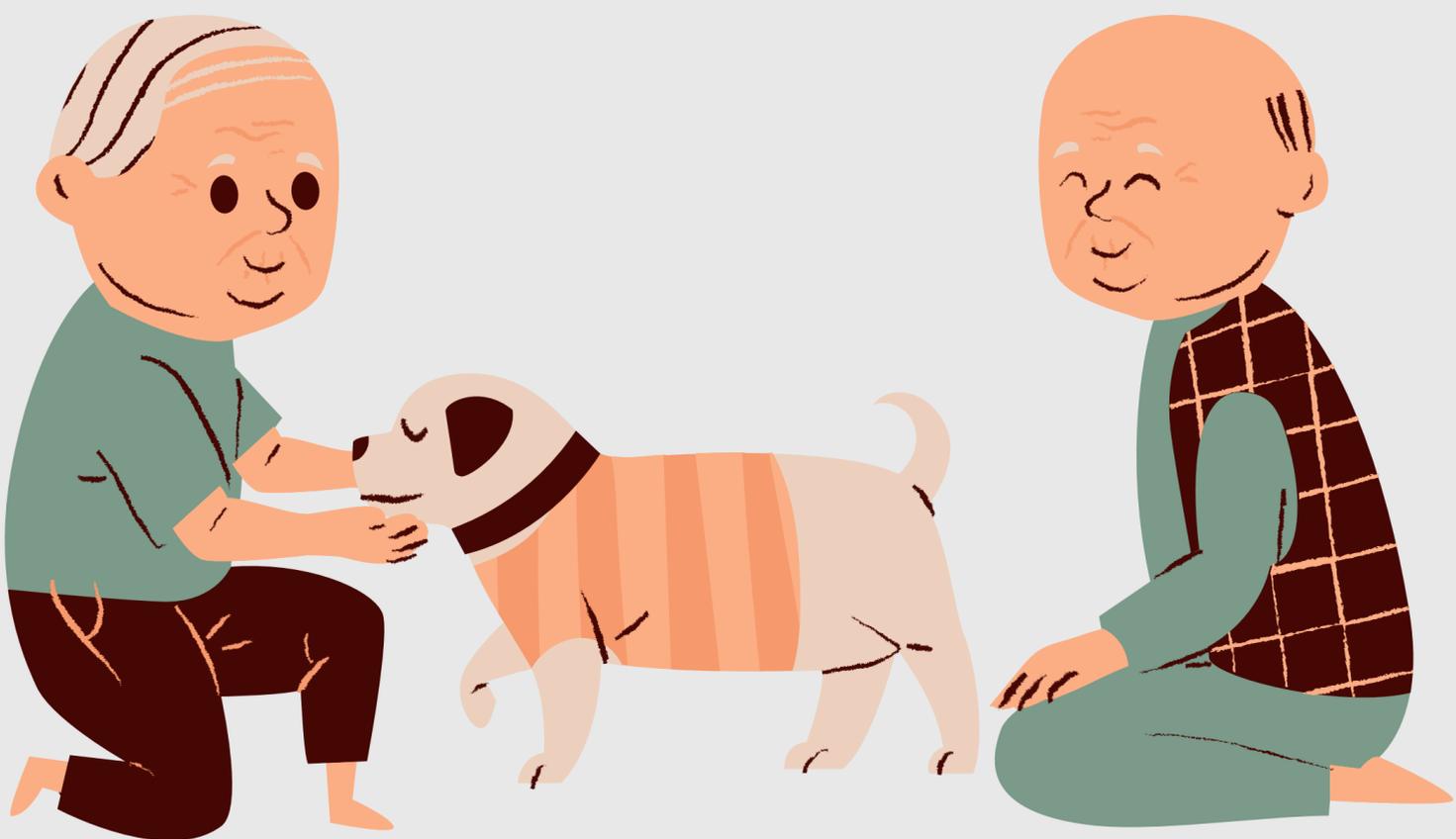
Cabe ao enfermeiro saber lidar e explicar sobre as modificações funcionais que a DA acarreta ao paciente, tais como a higiene, alimentação e demais hábitos, para que assim possa dar maior suporte e acolhimento em um momento que, geralmente, é novo e diferente para todos os membros das famílias.

Quando o paciente com DA chega em seu estágio avançado, o papel do enfermeiro se torna ainda mais importante pelas limitações físicas apresentadas pelo portador, tais como alterações de humor, sendo necessário a orientação em saúde para os membros da família e para o cuidador, com o objetivo de saber lidar com essas situações. Assim, o profissional de enfermagem atua como canal de comunicação entre o hospital, a equipe multiprofissional e a família, tendo papel fundamental na humanização do tratamento.



Introdução de um idoso com Alzheimer no meio social

O Alzheimer provoca mudanças pessoais e profissionais na vida do portador, do cuidador e da família envolvida. Para dar todo o suporte necessário, pessoas próximas muitas vezes precisam mudar seus estilos de vida, carga horária de trabalho, horas de lazer e entre outros para oferecer suporte e conforto ao paciente nesse momento delicado. Devido às novas dificuldades, os envolvidos nesse processo devem reaprender a lidar com essa diferente realidade.



Para combater o isolamento causado pela progressão da doença, uma alternativa é a participação em grupos de apoio especializados, que se baseiam em relatos pessoais contados por portadores de Alzheimer a um grupo de pessoas com a mesma comorbidade. A intenção desses encontros é justamente trocar experiências com o intuito de obter recomendações de profissionais de saúde, compreender melhor a doença e aceitá-la. Além disso, a interação entre pacientes na mesma situação pode ajudar na reconstrução da autoestima ou até o desenvolvimento de laços de amizade, beneficiando não só o portador como também o cuidador.



Cuidados e Riscos para o Paciente

Alguns cuidados simples podem melhorar a qualidade de vida do portador de Alzheimer, como:

1. Cuidados para evitar quedas em casa:

- Deixe objetos de uso diário sempre em um mesmo lugar de fácil acesso
- Evite deixar o piso escorregadio, além de tapetes e capachos
- Deixe a circulação pela casa livre
- Deixe todos os cômodos da casa bem iluminados
- Evite que o portador use calçados escorregadios, desamarrados ou mal ajustados
- Auxilie-o a utilizar corrimão em escadas



2. Cuidados para evitar a agitação

- Limite a quantidade de visitas recebidas em casa de uma só vez
- Evite barulhos e sons muito altos
- Evite discussões em casa
- Evite mudanças bruscas na rotina do paciente
- Distraia a pessoa, buscando novos assuntos e dando carinho
- Fale tranquilamente e não discuta com o portador
- Se não conseguir acalmá-lo, peça ajuda a um profissional da área de saúde

3. Cuidados com a saúde

- Busque um nutricionista para uma alimentação adequada para cada fase da doença
- Buscar acompanhamento fonoaudiólogo para auxiliar na melhora da deglutição caso o paciente apresente dificuldades na hora de comer
- Mantenha uma rotina diária
- Garanta em média oito copos de líquidos por dia e alimentos que possam ter adequada mastigação
- Leve-o ao dentista periodicamente



4. Como evitar acidentes no banho

- Utilize cadeira ou banco para o idoso tomar banho sentado
- Acompanhe o idoso para observação e/ou auxílio no banho
- Coloque barra de apoio ao lado do vaso sanitário e nos boxes
- O piso do ambiente deve ser antiderrapante
- A porta do banheiro não pode conter trincos e chaves

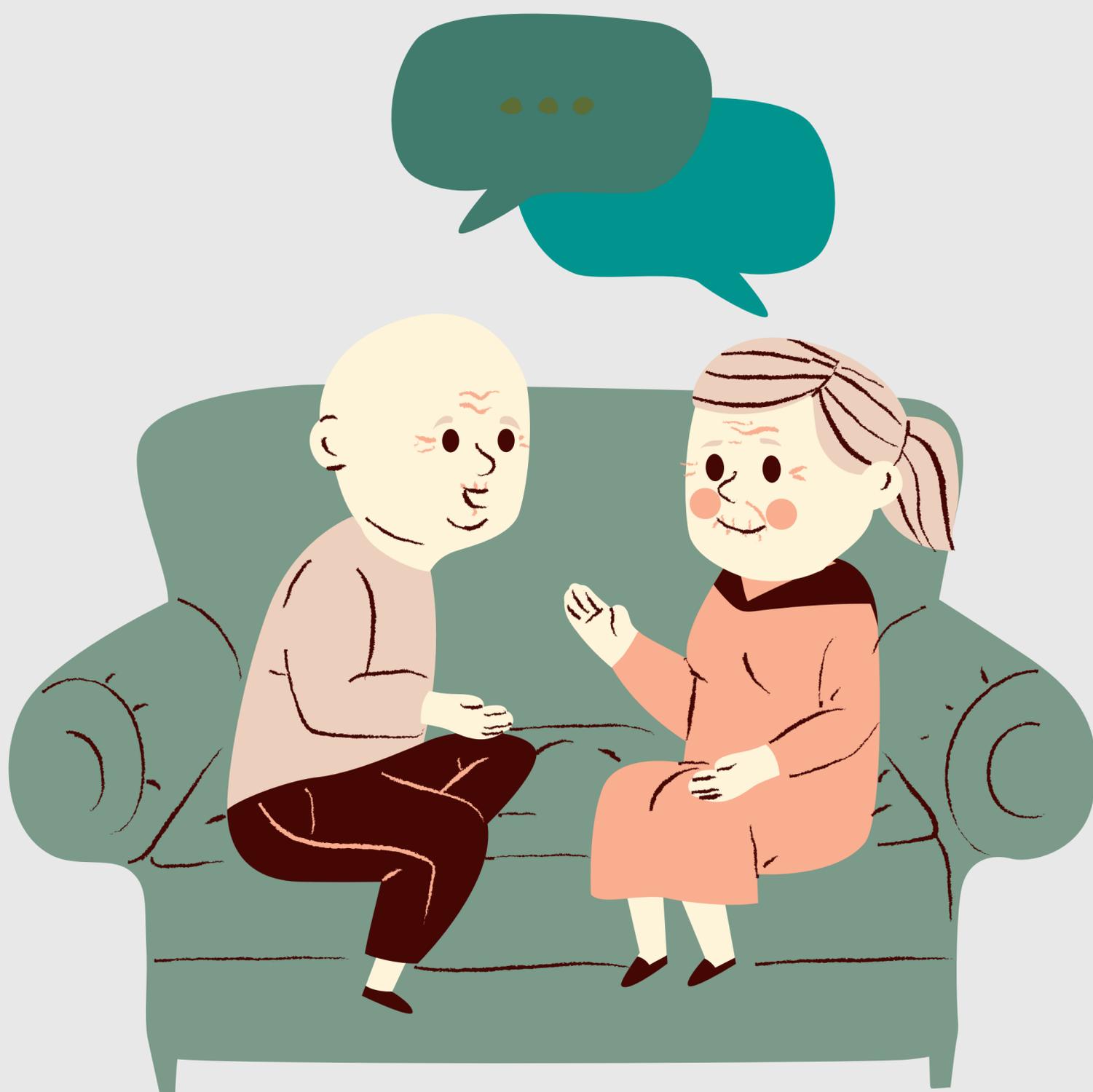
5. Como criar uma autoimagem positiva

- O portador deve ter uma rotina de passeio
- Auxilie e incentive o portador a cuidar de si mesmo sempre que possível
- Enxugue a pele com delicadeza e use hidratantes
- Lave e seque os cabelos
- Leve o portador ao sanitário a cada três horas ou intervalos menores, de acordo com a sua necessidade
- Troque fralda e lençóis sempre depois da ocorrência de urina ou fezes
- Mantenha o ambiente limpo



6. Cuidados para evitar o estresse

- Não fale com a pessoa como a criança;
- Nem fale dela como se ela não estivesse presente;
- Fale de maneira suave e pausada, escolhendo palavras simples e frases curtas, transmitindo segurança;
- Chame a pessoa pelo nome e segure sua mão enquanto conversam;
- Respeite o tempo para respostas a perguntas feitas;
- Não discuta.



CURIOSIDADES



O nome oficial do Alzheimer refere-se ao médico alemão Alois Alzheimer, o primeiro a descrever a doença, em 1906. Ele estudou e publicou o caso da sua paciente Auguste Deter, uma mulher saudável que, aos 51 anos, desenvolveu um quadro de perda progressiva de memória, desorientação e distúrbios de linguagem.

Dia 21 de setembro é o Dia Mundial do Alzheimer, data com o objetivo de conscientizar e alertar sobre a importância do diagnóstico precoce.



Diversos estudos demonstram que a prática de exercícios físicos é um aliado contra o declínio cognitivo causado pelo Alzheimer, estimulando o corpo a liberar hormônios que atuam como neuroprotetores e tendo assim potencial para atrasar a progressão da doença.

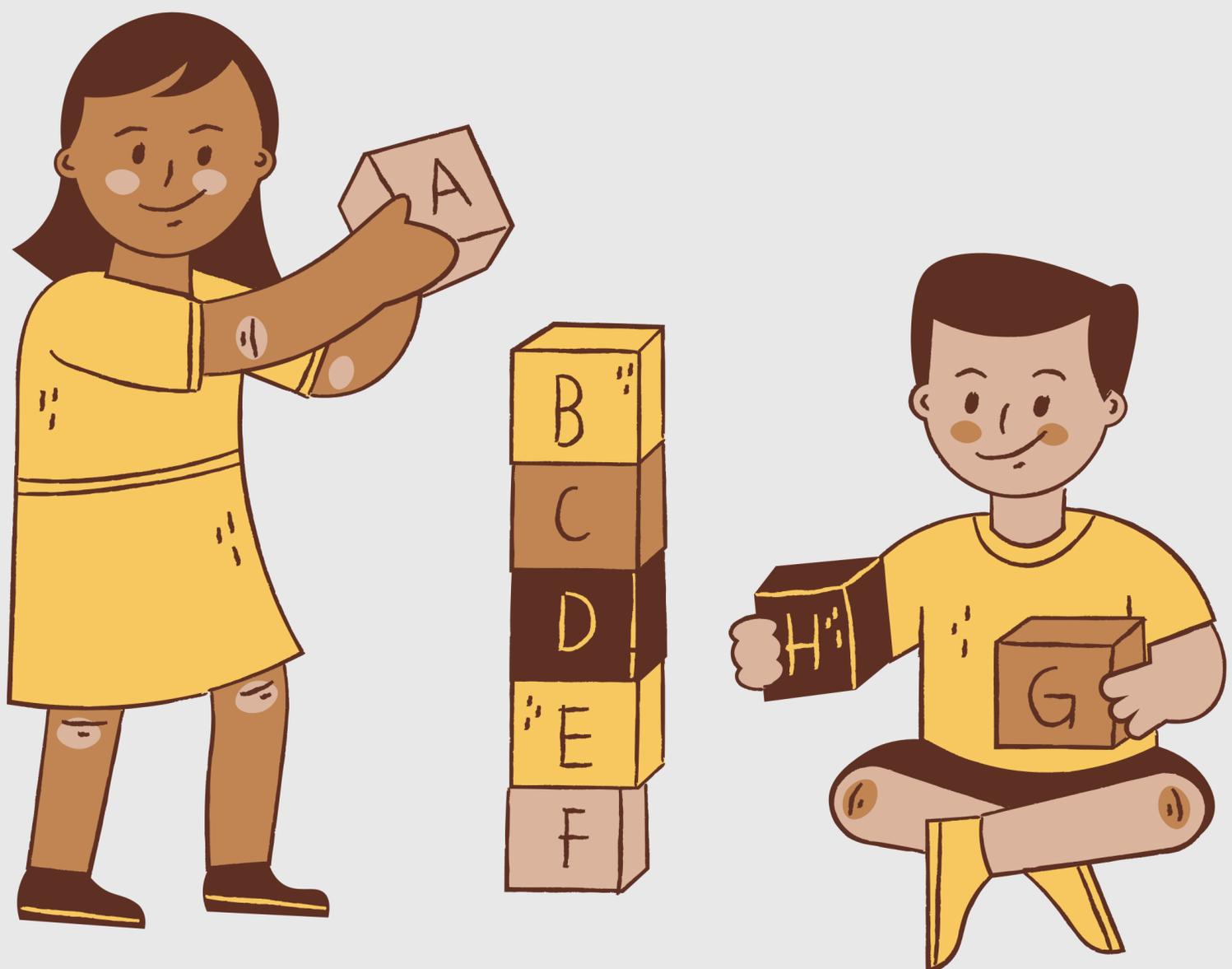


Estudos comprovaram que o uso de músicas com ritmo suave e sem mudanças drásticas de volume ou de ritmo em idosos com Alzheimer pode ser uma forma de terapia sem danos e com custos reduzidos, principalmente músicas familiares, que são capazes de promover emoções que podem ser compreendidas pelos portadores.



Você sabia que pessoas portadoras da síndrome de Down, com o avançar da idade têm mais chances de desenvolver a DA precoce?

Isso ocorre porque o gene responsável pela proteína precursora amiloide (APP), está localizado no cromossomo 21. Assim, como indivíduos portadores da síndrome de Down possuem três cópias do cromossomo 21, ocorre uma superexpressão do gene APP que leva à formação das placas senis encontradas na DA de início precoce.





Alzheimer e o Sistema Nervoso Central (SNC): O início de tudo

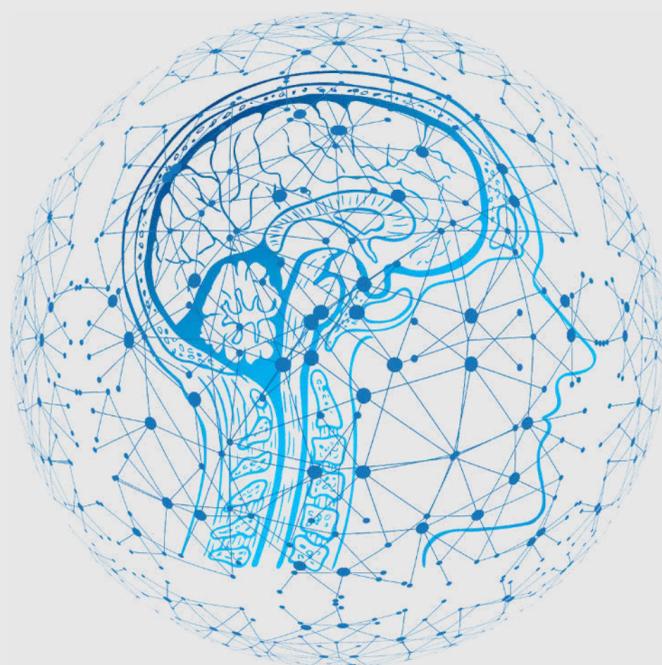
O SNC começa a ser formado no embrião no início da terceira semana da gestação. Ao final da 4^a semana do desenvolvimento são formados os neuroblastos, células nervosas primitivas que se diferenciam durante o desenvolvimento fetal dando origem as células nervosas adulta do SNC. Na 5^a semana é observado a formação das principais estruturas que compõem o SNC e que poderão ser afetadas pelo Alzheimer futuramente. Vale lembrar que as alterações causadas pela DA precoce não são observadas durante o desenvolvimento embrionário.

Neuroinflamação e a DA

A DA ocorre devido ao acúmulo de proteínas alteradas no Sistema Nervoso Central (SNC), como a beta amiloide (Figura 4). Este acúmulo leva à atrofia cerebral grave e neurodegeneração no hipocampo e no córtex cerebral. Há evidências de que o depósito da proteína beta-amilóide pode gerar uma resposta inflamatória sendo assim uma das causas da DA.

Mas como isso ocorre?

Essa proteína ativa uma resposta inflamatória fazendo com que ocorra a liberação de neurotoxinas. Dessa forma, essa resposta inflamatória associada ao acúmulo da proteína beta-amilóide está envolvida tanto com a lesão neuronal quanto com a progressão da DA, por declínio geral da atividade imune do indivíduo.



Cérebro saudável

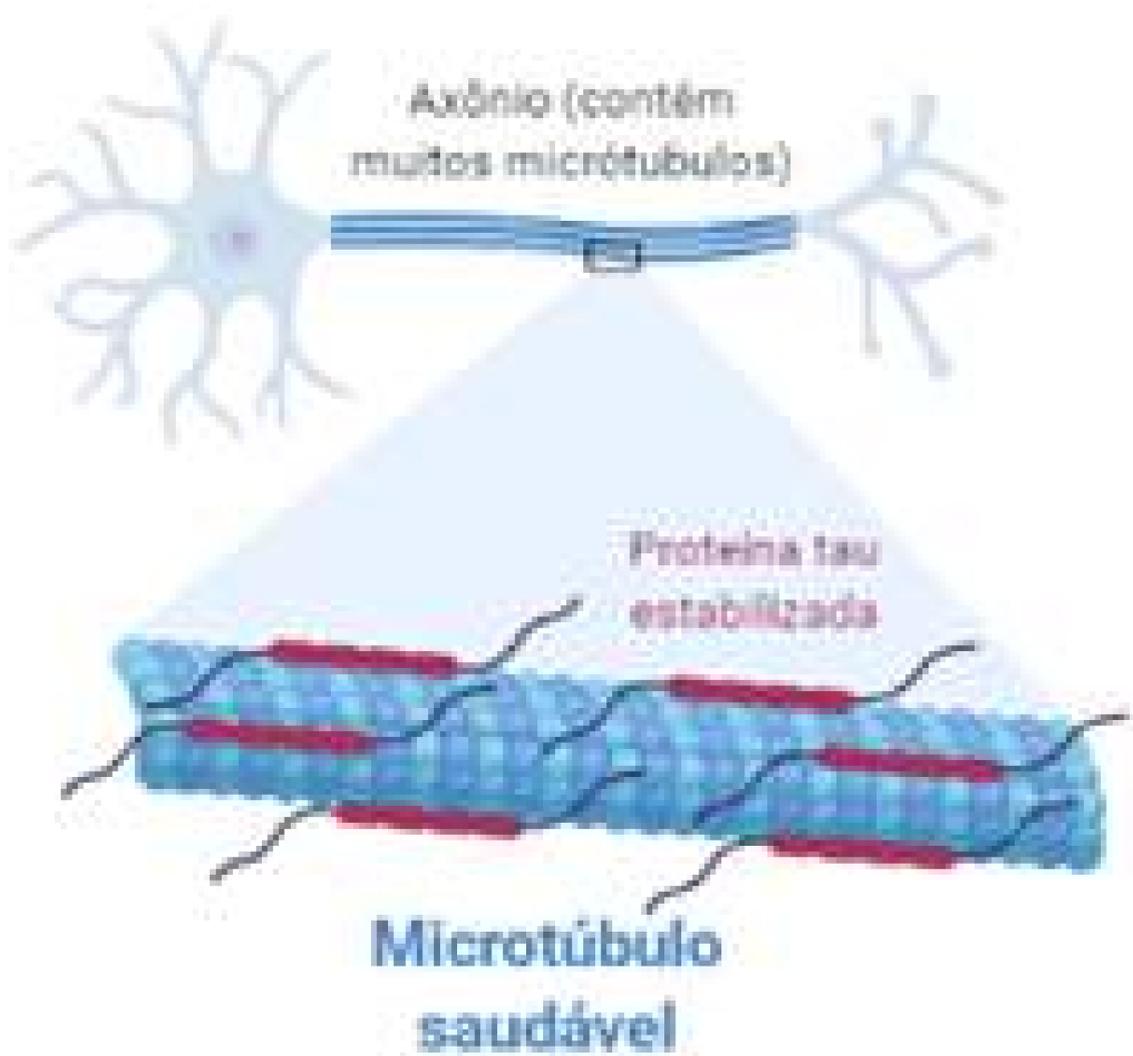
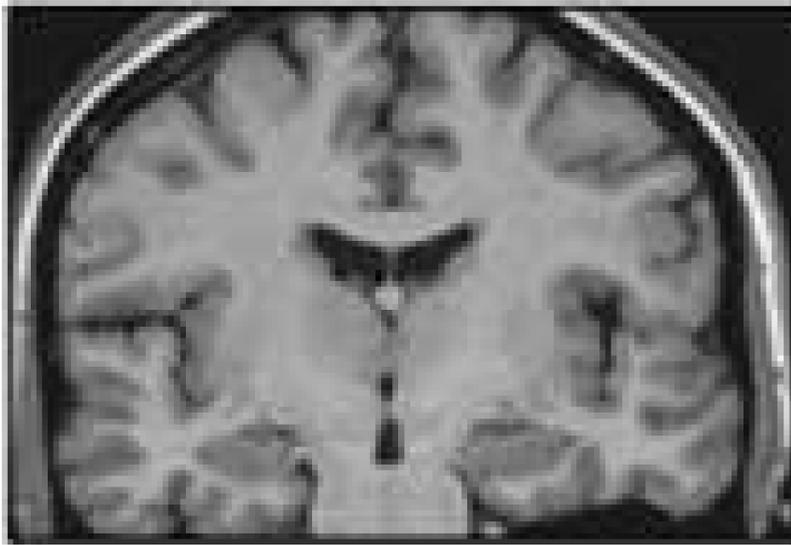
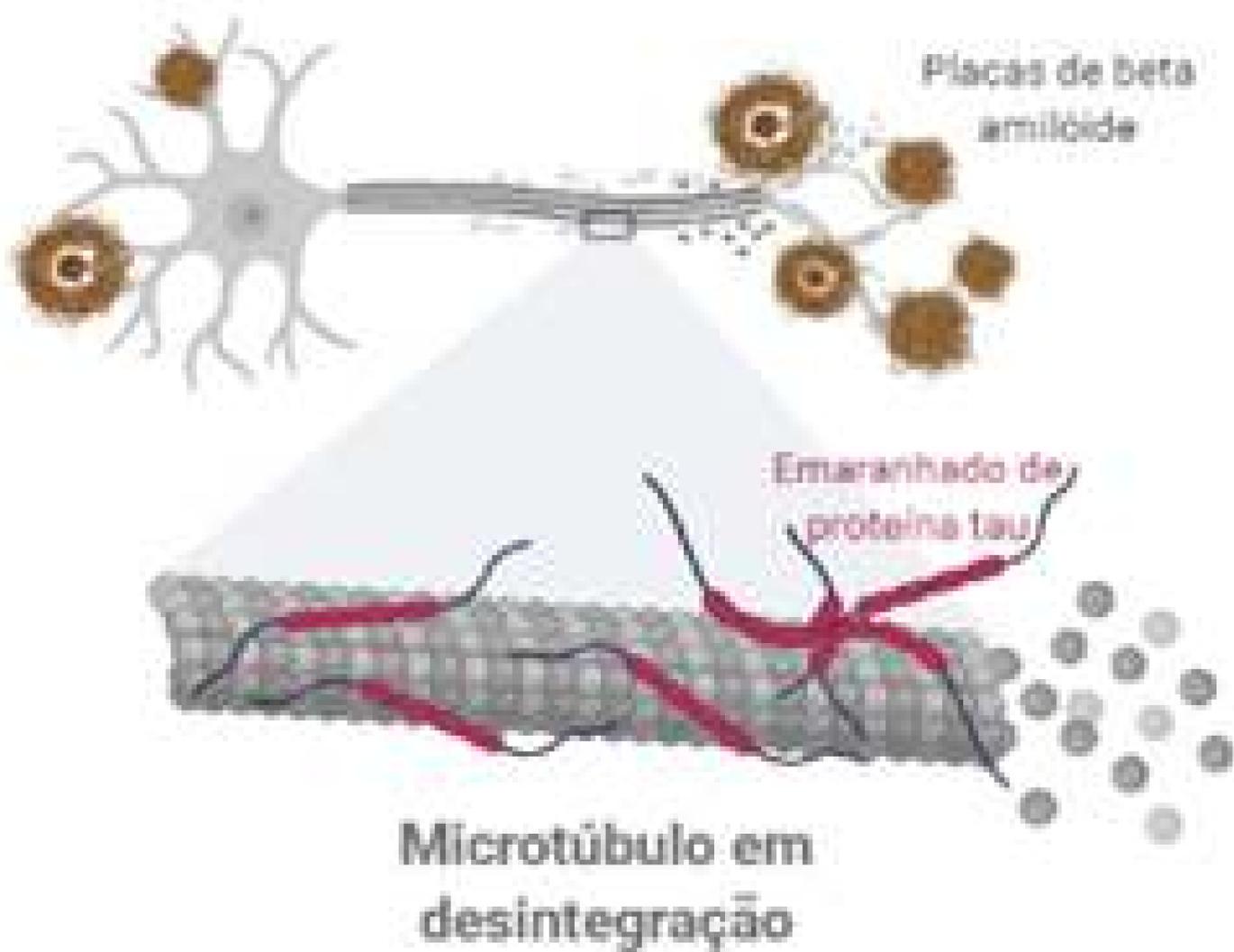


Figura 4: Representação esquemática da diferença entre um cérebro saudável e o de um portador de Alzheimer. Figura criada pelo software BioRender.com

Cérebro com Alzheimer



Created in BioRender.com 

INDICAÇÕES PARA LER E ASSISTIR

Filme: Para sempre Alice

Sinopse: Alice Howland é professora de Harvard e especialista em linguística. Ela está feliz pelo que conseguiu construir, tanto a nível pessoal, quanto profissional. No entanto, sua vida muda inesperadamente quando ela é diagnosticada com Alzheimer.

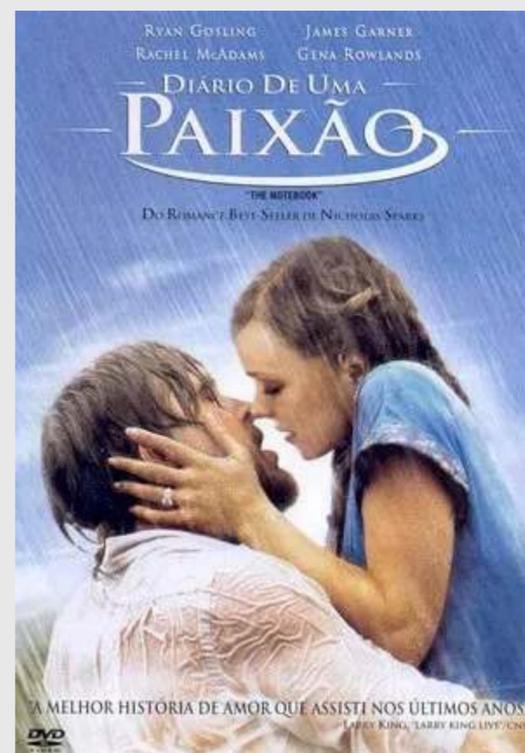


Filme: Viver Duas Vezes

Sinopse: Ao ser diagnosticado com Doença de Alzheimer, Emílio e sua família partem em busca de um grande e antigo amor da infância.

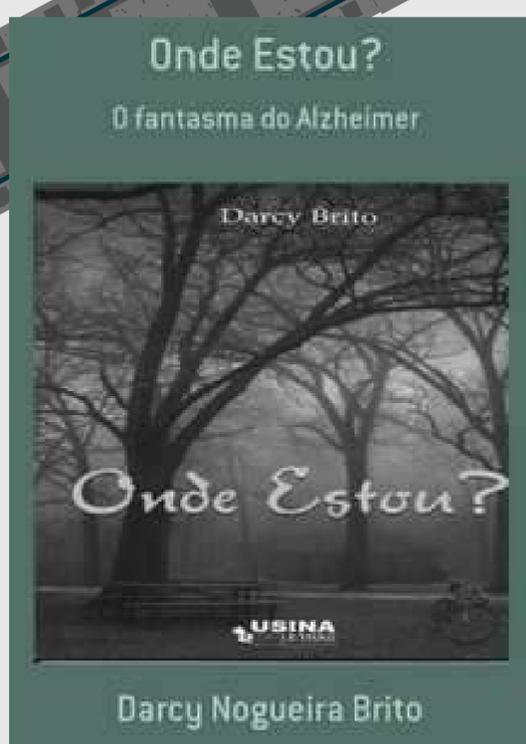
Filme: Diário de uma paixão

Sinopse: Na década de 40, na Carolina do Sul, o operário Noah Calhoun e a rica Allie se apaixonam desesperadamente, mas os pais da jovem não aprovam o namoro. Noah então é enviado para combater na Segunda Guerra Mundial, e parece ser o fim do romance. Enquanto isso, Allie se envolve com outro homem. No entanto, se torna claro que a paixão deles ainda não acabou quando Noah retorna para a pequena cidade anos mais tarde, próximo ao casamento de Allie.



Livro: Onde Estou?

Sinopse: Avani é uma mulher que convive, dia e noite, com o fantasma do mal de Alzheimer. Sua mãe foi vítima deste mal numa idade precoce e por este motivo ela acredita que herdou o gene da doença. Qualquer esquecimento temporário é motivo pra Avani



Livro: O Lugar Escuro



Sinopse: narra a história real da própria autora, que acompanhou toda a doença de Alzheimer vivida pela mãe. Durante a leitura, é possível notar as mudanças de personalidade, bem como as alterações na rotina vivida pela paciente. É uma excelente história para entender as minúcias da complicação e se inspirar com a força da filha, que conseguiu enfrentar, emocionalmente, os danos cotidianos da sua mãe.

Livro: Minha aventura contra o Alzheimer

Sinopse: narrativa da épica jornada de Chris e da luta que ele e Vicky enfrentam todos os dias, enquanto ele se voluntaria para diversas pesquisas científicas na esperança de descobrir uma cura que certamente chegará tarde demais para si mesmo, mas talvez salve seus descendentes. Inspiradora e comovente, a história de Chris é um relato emocionante de um homem que se recusa a desistir de lutar.



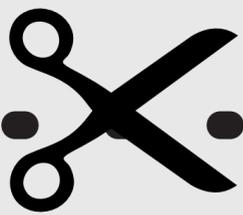
Livro: A vovó virou bebê



Sinopse: Com a consultoria do presidente da Associação Brasileira de Alzheimer, dr. Norton Sayeg, a autora Renata Paiva procura trazer à luz fatos sobre a doença numa abordagem delicada e nos ensina que a melhor maneira de lidar com o Alzheimer é aprender a conviver com a doença.

ATIVIDADES INTERATIVAS

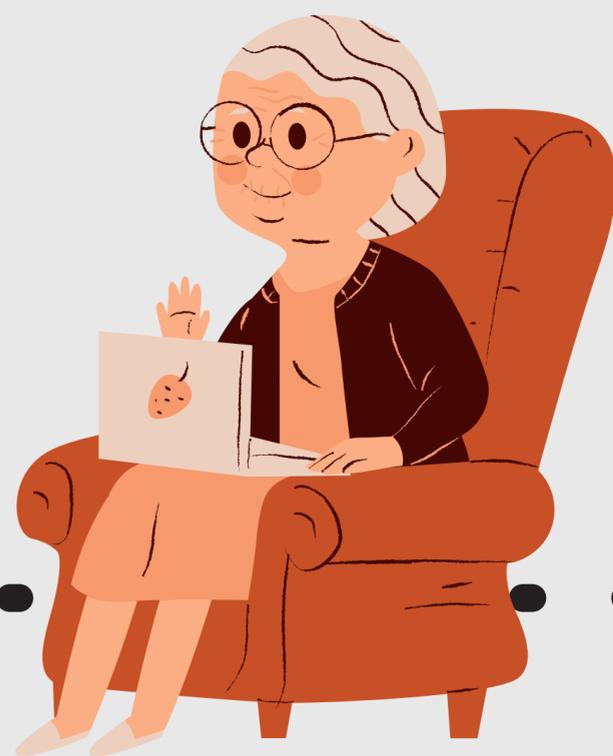




A prática de atividades interativas, como jogos e atividades manuais, vem se mostrando eficiente na prevenção do desenvolvimento e da evolução da DA, uma vez que estimula a plasticidade cerebral, que é a capacidade do sistema nervoso de adaptar-se e moldar-se a novas experiências.

Além disso, estudos que examinaram o envolvimento social durante os jogos entre pessoas com Alzheimer mostram que, além de haver um envolvimento com o jogo, há um envolvimento entre os jogadores. Os jogadores se parabenizam e se encorajam, desenvolvendo a capacidade de se ajudar e compartilhar conhecimento. Assim, atividades interativas podem ser benéficas para o engajamento social de pessoas com Alzheimer.

Adiante, teremos algumas atividades interativas com estes intuitos. Boa diversão!



CAÇA-PALAVRAS

A	O	D	G	E	N	É	T	I	C	O	T	T	E	R
L	L	X	D	R	R	H	O	M	E	M	D	T	F	O
E	O	Z	G	E	N	E	A	I	L	I	M	A	F	E
N	G	O	H	I	C	A	S	B	I	A	U	R	A	E
F	R	V	E	E	U	Y	N	E	M	L	S	D	C	F
E	R	U	A	D	I	A	G	N	O	S	T	I	C	O
R	A	A	C	U	I	M	E	U	M	I	T	O	A	F
M	T	A	U	D	A	T	E	T	N	E	I	C	A	P
E	A	C	I	I	N	O	S	R	T	U	D	A	R	S
I	R	F	D	T	I	A	F	L	O	G	C	I	V	E
R	T	R	A	T	A	M	E	N	T	O	A	V	C	F
O	S	P	D	C	A	A	Z	L	E	U	R	I	R	O
M	E	D	O	S	P	A	L	I	A	T	I	V	O	R
C	A	R	R	O	S	L	U	E	C	O	C	E	R	P
F	H	E	R	E	D	I	T	A	R	I	O	E	O	I

PROCURE:

- | | | | | | |
|--------------------------|-------------|--------------------------|------------|--------------------------|-------------|
| <input type="checkbox"/> | ALZHEIMER | <input type="checkbox"/> | TRATAMENTO | <input type="checkbox"/> | MÉDICO |
| <input type="checkbox"/> | DIAGNÓSTICO | <input type="checkbox"/> | PACIENTE | <input type="checkbox"/> | CUIDADOR |
| <input type="checkbox"/> | TARDIO | <input type="checkbox"/> | FAMÍLIA | <input type="checkbox"/> | GENÉTICO |
| <input type="checkbox"/> | PRECOCE | <input type="checkbox"/> | ENFERMEIRO | <input type="checkbox"/> | HEREDITÁRIO |

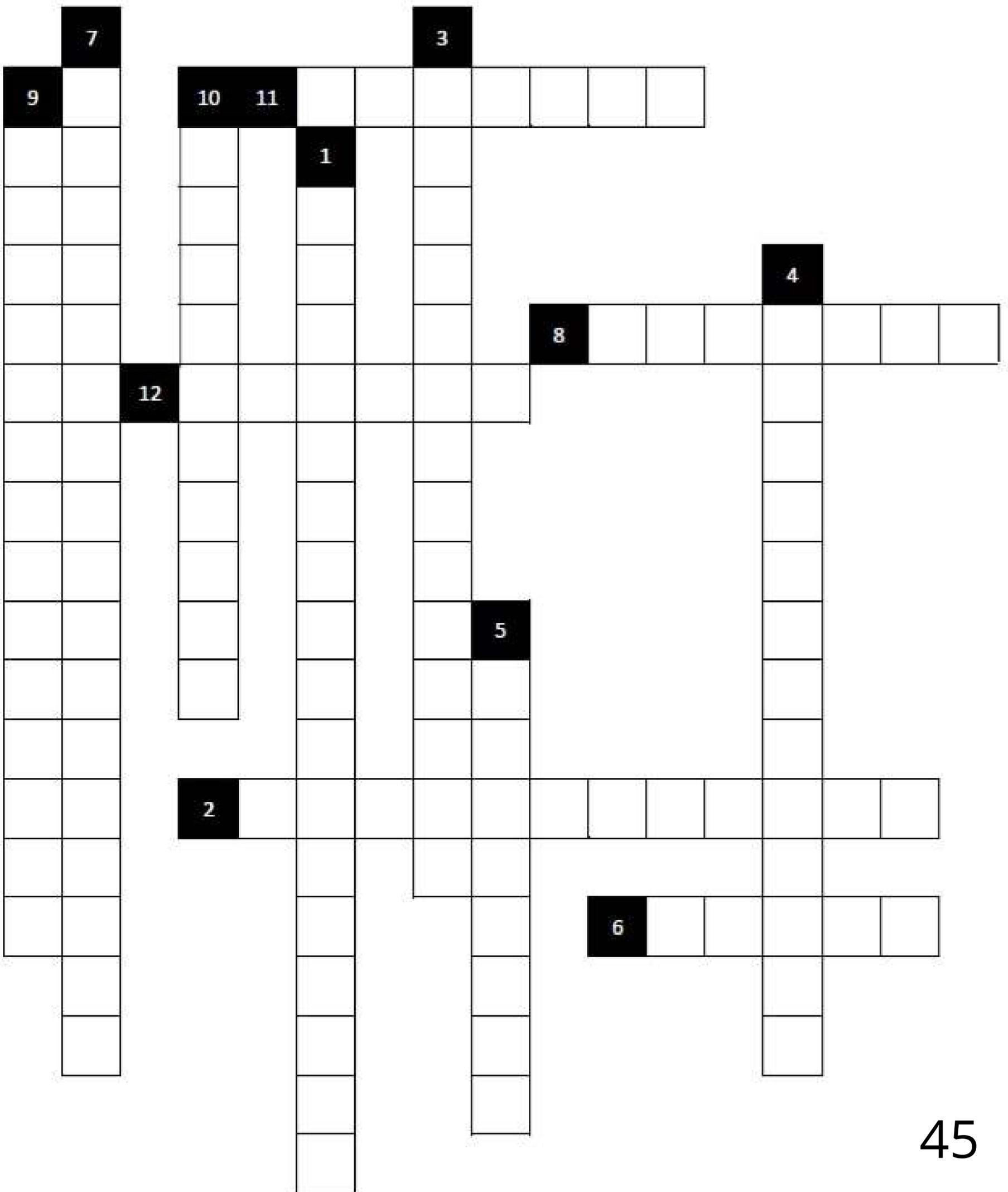
Encontre o gabarito na página 51

PALAVRAS- CRUZADAS



1. O Alzheimer é uma doença _____
2. Peptídeo que forma o emaranhado responsável por ser uma das causas da Doença de Alzheimer
3. Muitas vezes confundido como apenas uma fase normal da “velhice”, esse início da doença é gradual e de difícil percepção
4. Estágio em que as limitações começam a ficar mais evidentes
5. Estágio mais próximo da dependência total do indivíduo
6. Instituição formada pelos familiares de alguns pacientes da doença que conta com a ajuda de vários profissionais, como médicos e terapeutas
7. A prática de _____ é um aliado contra o declínio cognitivo causado pelo Alzheimer
8. O uso de _____ com ritmo suave e sem mudanças drásticas de volume ou de ritmo em idosos com Alzheimer pode ser uma forma de terapia sem danos e com custos reduzidos.
9. O médico _____ foi o primeiro a descrever a doença
10. Dia Mundial do Alzheimer
11. Tipo de Alzheimer com causas mais conhecidas e que se dá principalmente por fatores genéticos
12. Tipo de Alzheimer que não tem uma causa muito bem definida e que tem como origem uma combinação de fatores genéticos e ambientais

Complete os espaços das linhas a seguir com as palavras que completam/responde m as frases da página anterior.





JOGO DA MEMÓRIA

Como Jogar

Nas próximas páginas você encontrará as cartas para poder recortar e jogar.

Como Jogar :

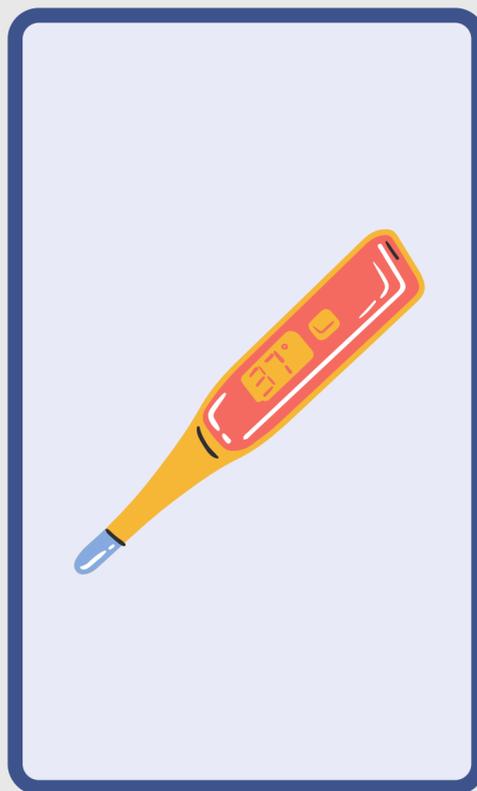
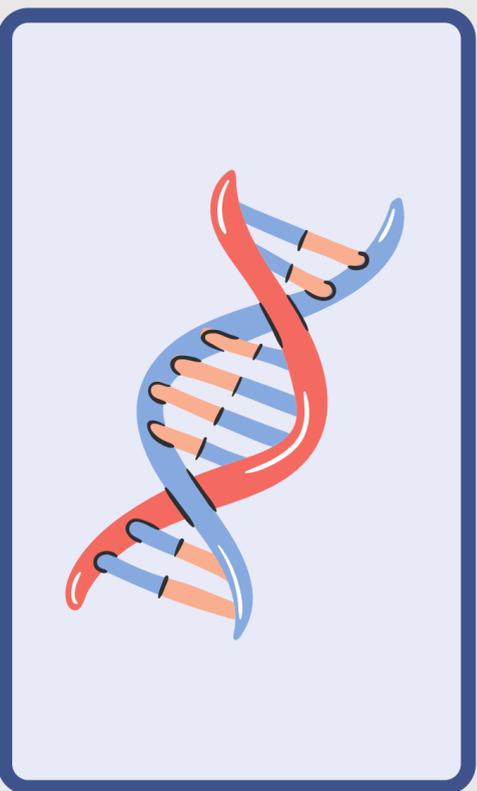
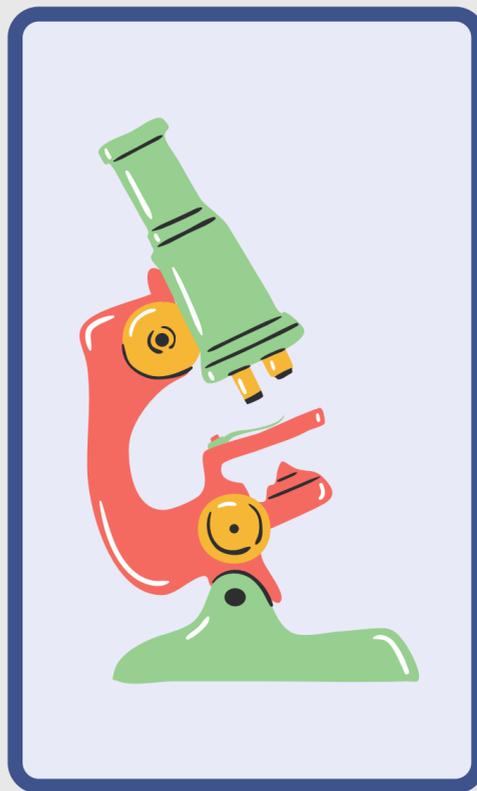
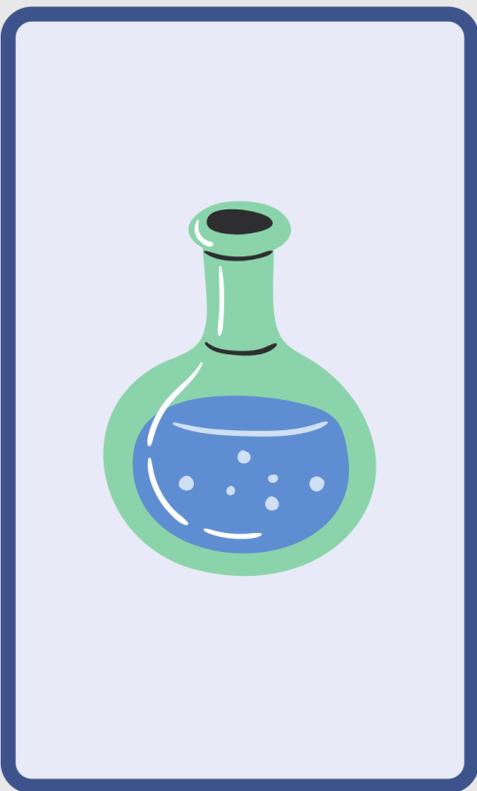
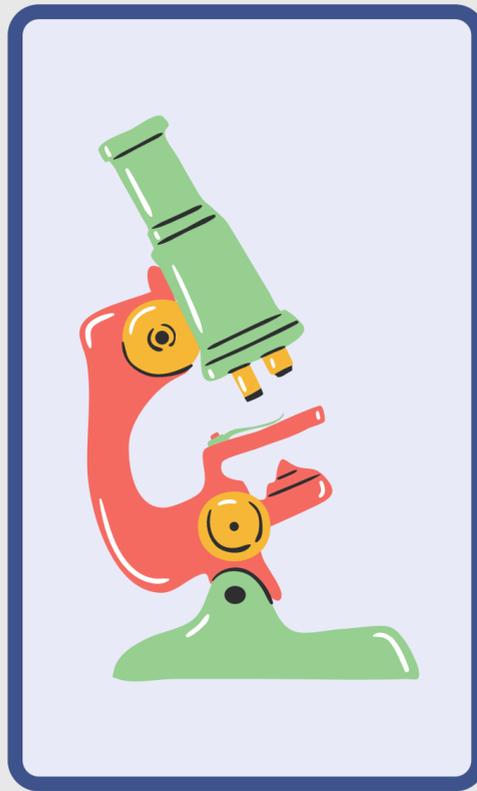
1. Recorte as cartas presente nesse livreto nas páginas 45/46 e 47/48.
2. Com as cartas prontas, misture elas e distribua-as em uma superfície plana, como uma mesa por exemplo, com os desenhos virados para baixo.
3. Comece o jogo.
4. Cada jogador deve virar duas cartas de cada vez buscando um par com as imagens iguais. Caso o jogador consiga achar um par de imagens iguais deve retirar as cartas do jogo e virar mais duas cartas com o objetivo de achar mais um par de imagens iguais, caso não ache deve virar as cartas novamente com os desenhos virados para baixo e passar a vez para o próximo jogador.
5. Ganha o jogo o participante que reunir mais pares de cartas.

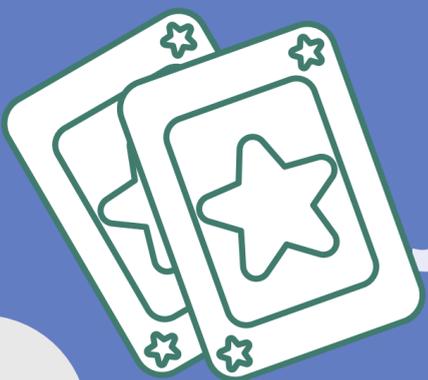




JOGO DA MEMÓRIA

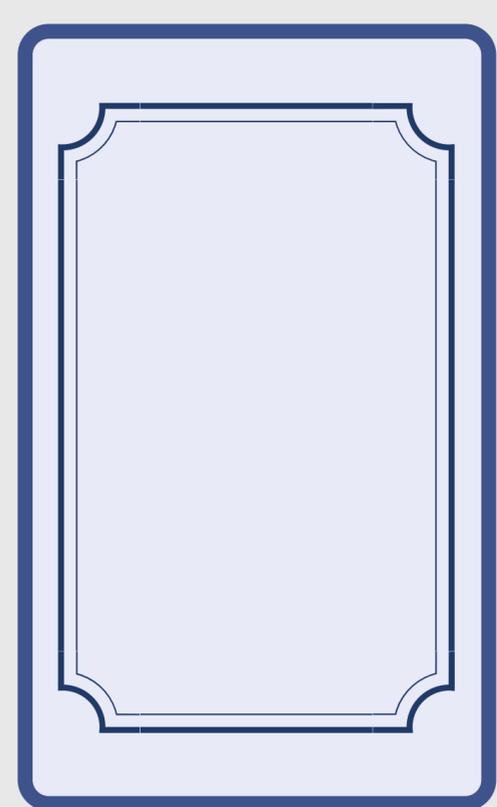
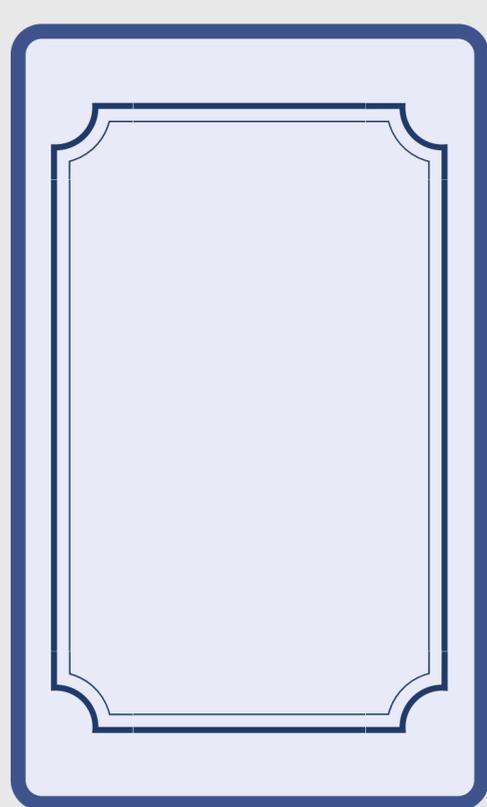
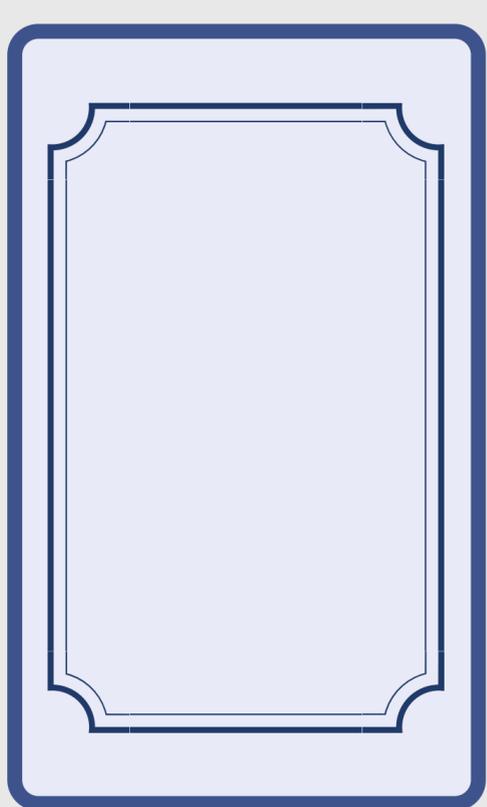
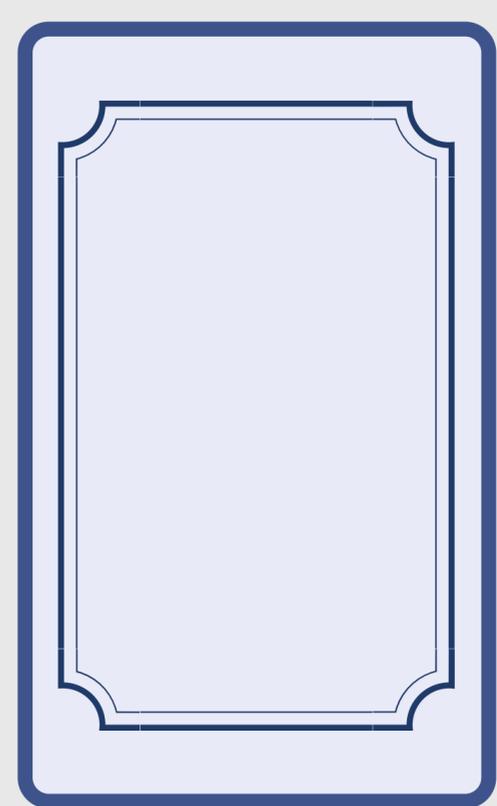
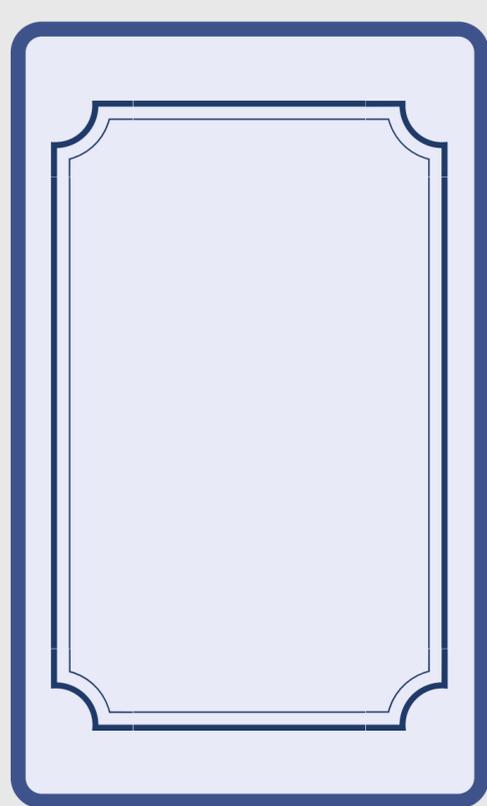
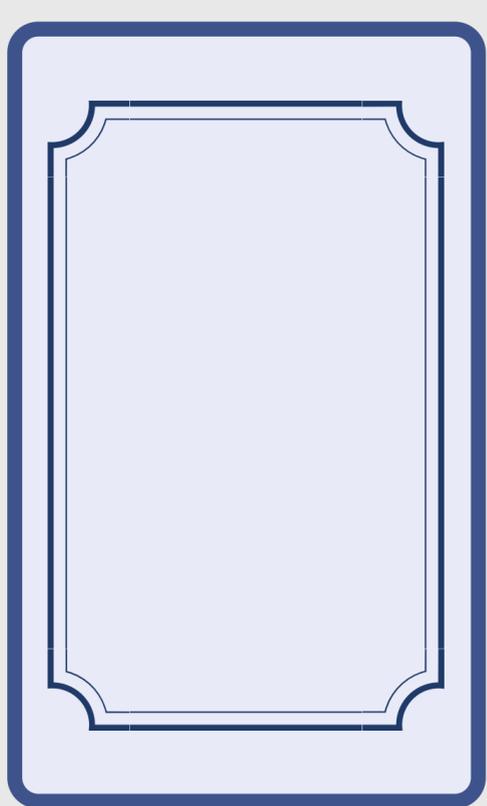
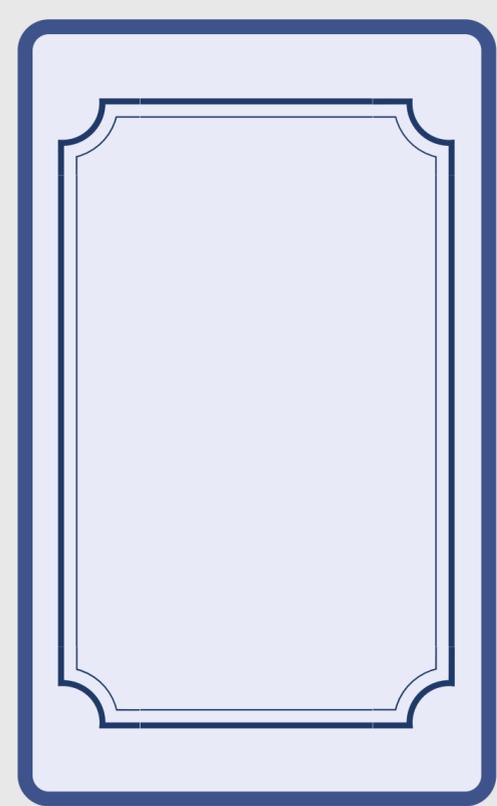
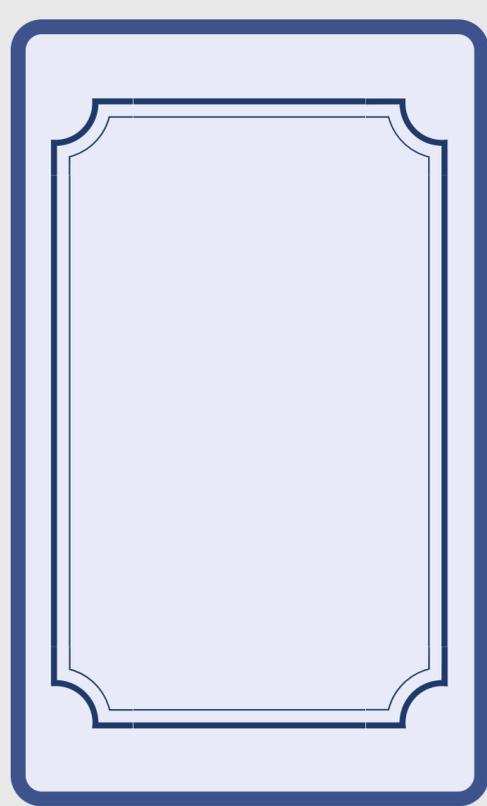
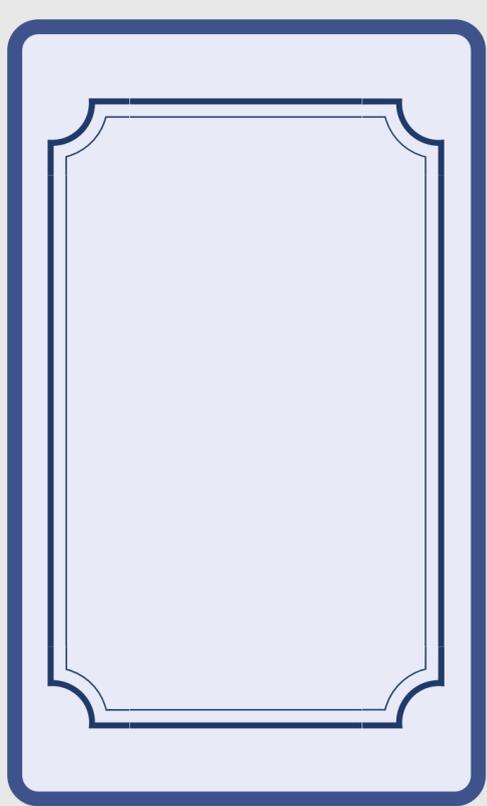
Recorte as Cartas e Jogue!!

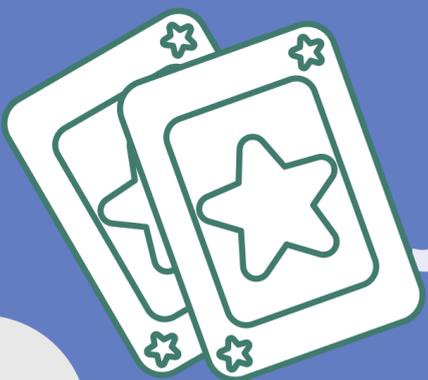




JOGO DA MEMÓRIA

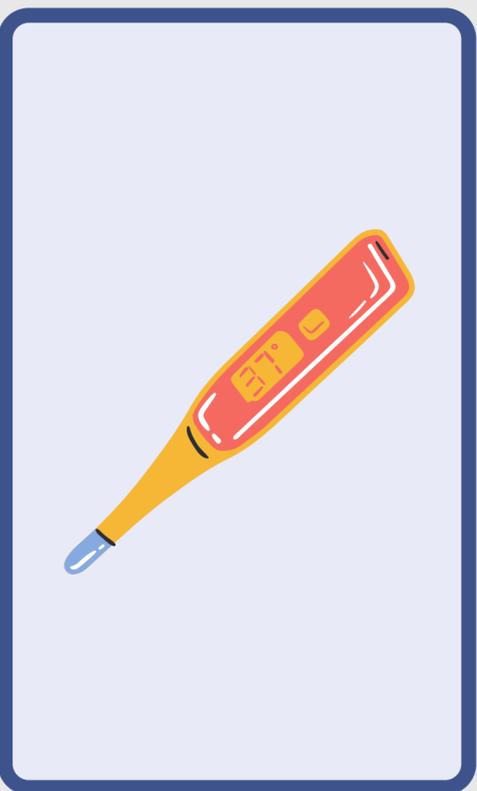
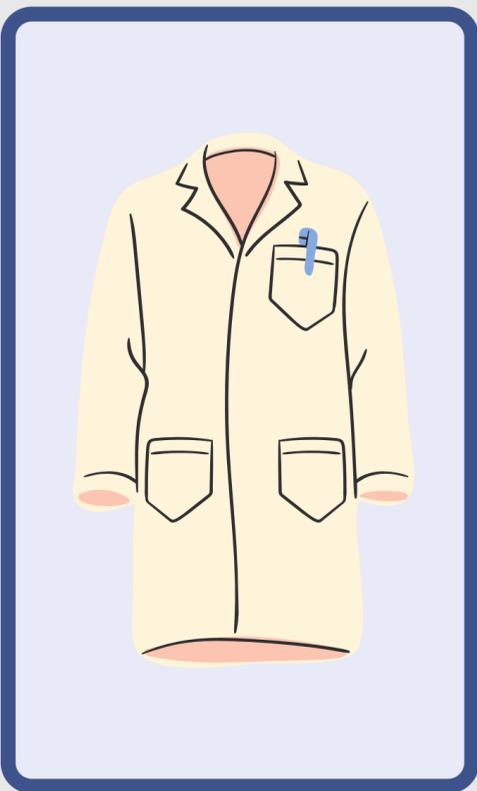
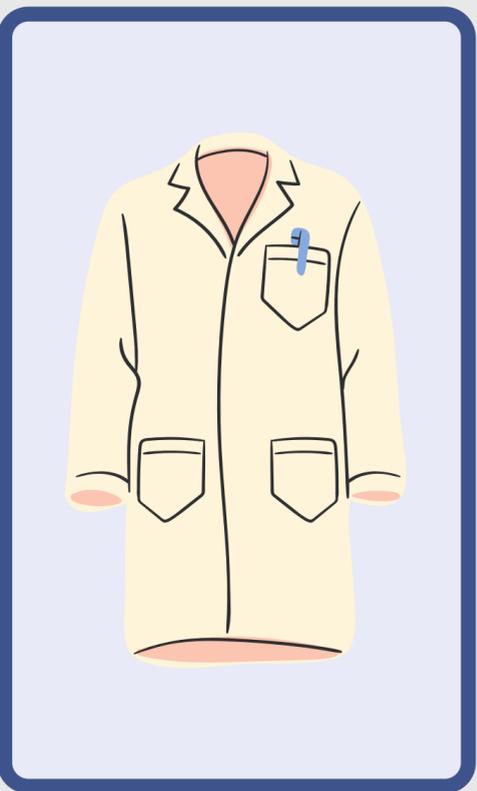
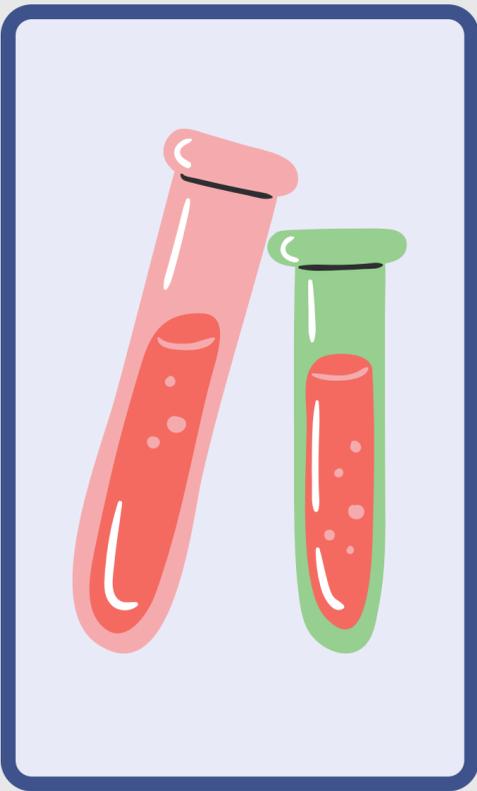
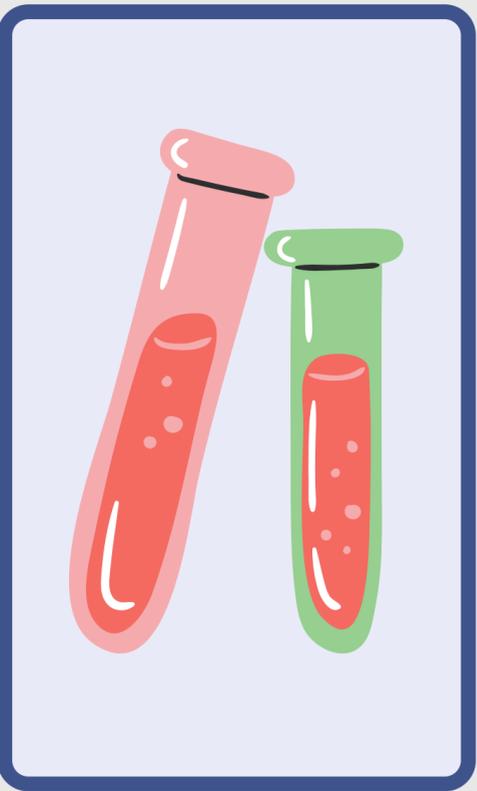
Verso das Cartas

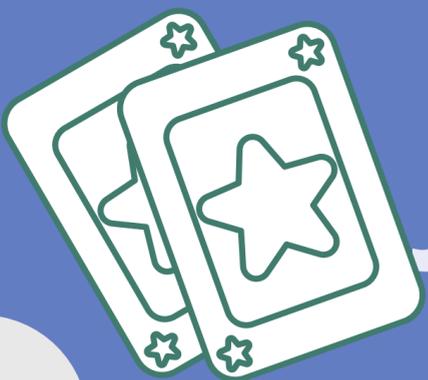




JOGO DA MEMÓRIA

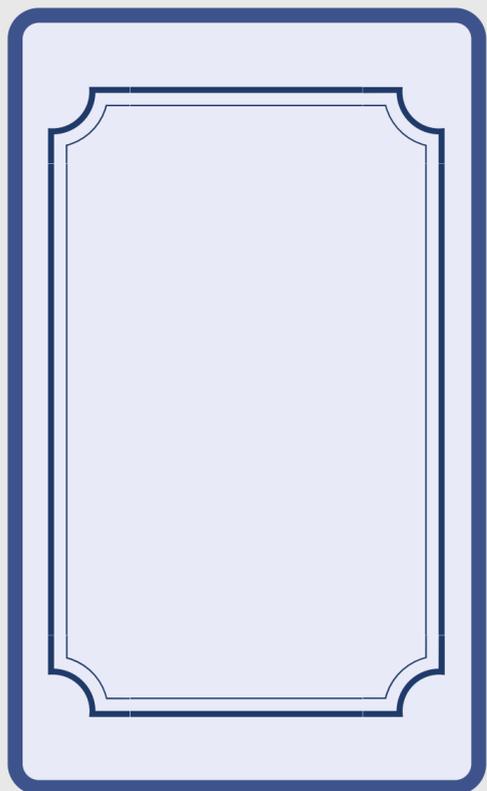
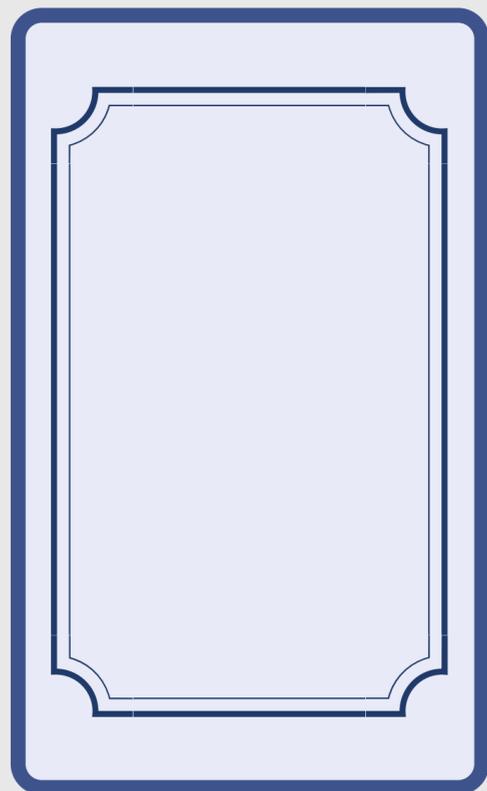
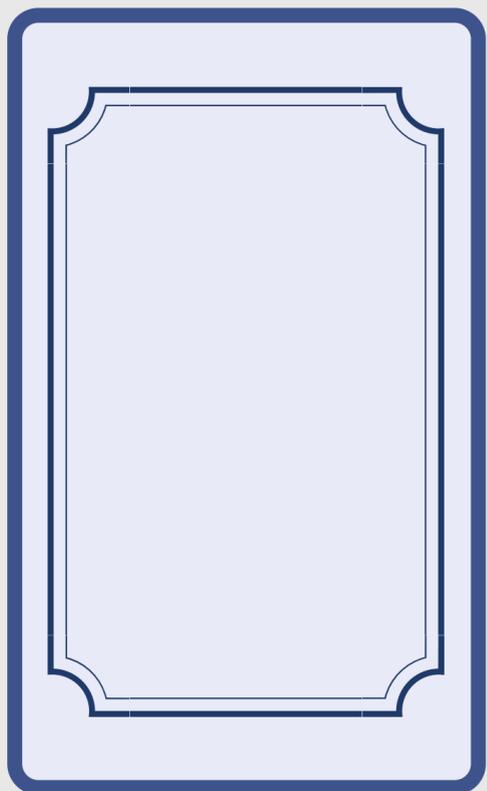
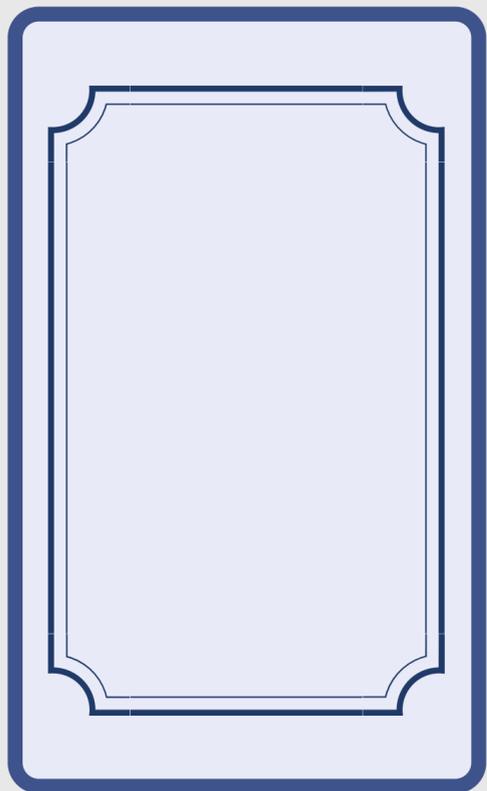
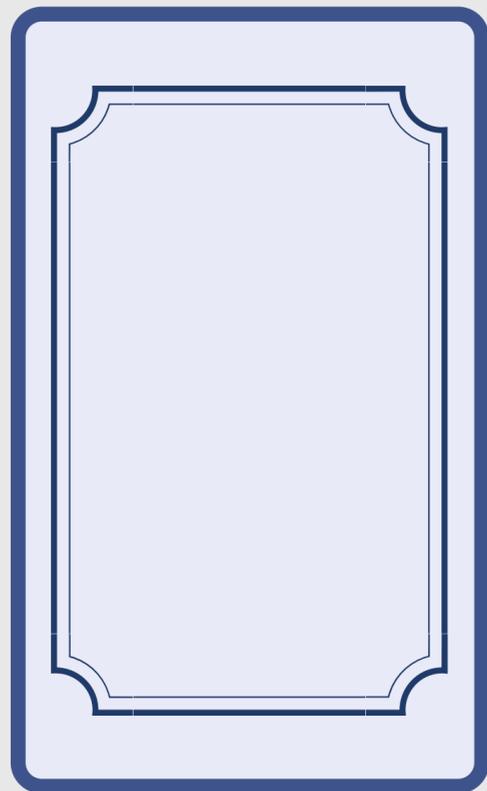
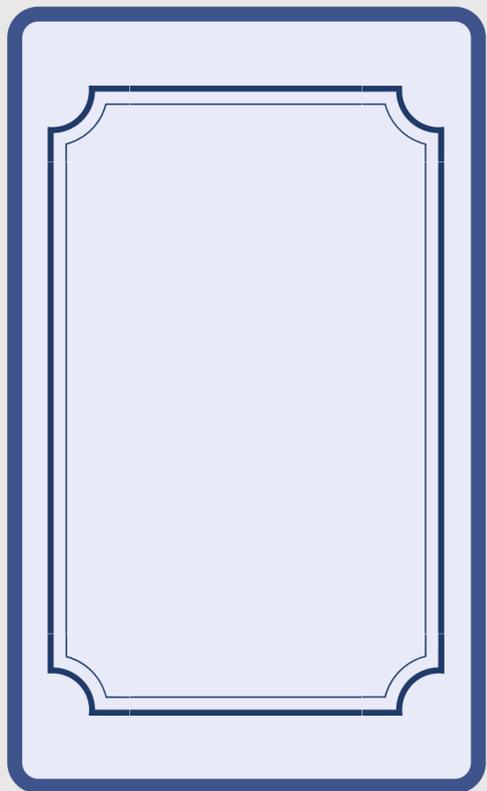
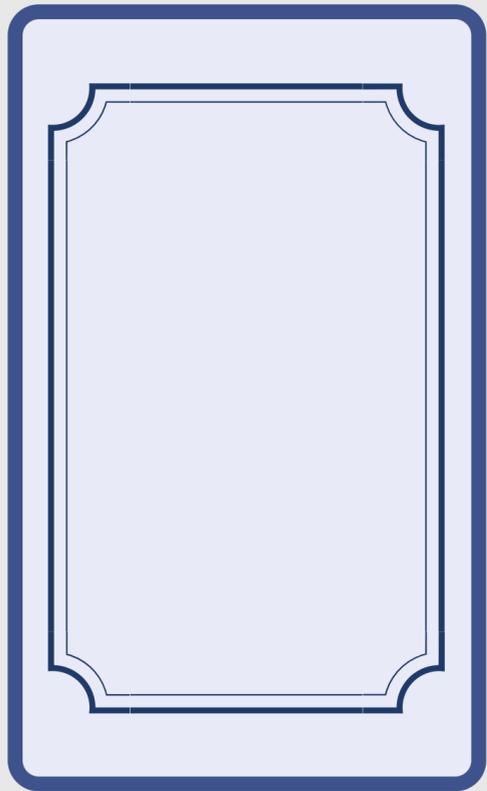
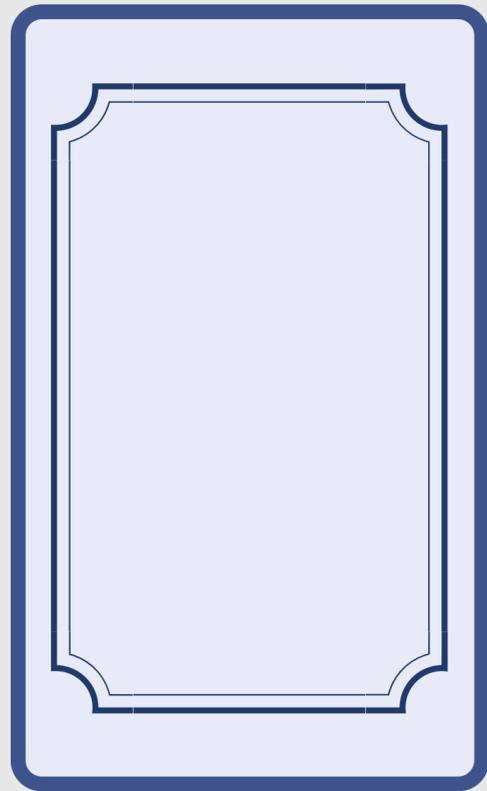
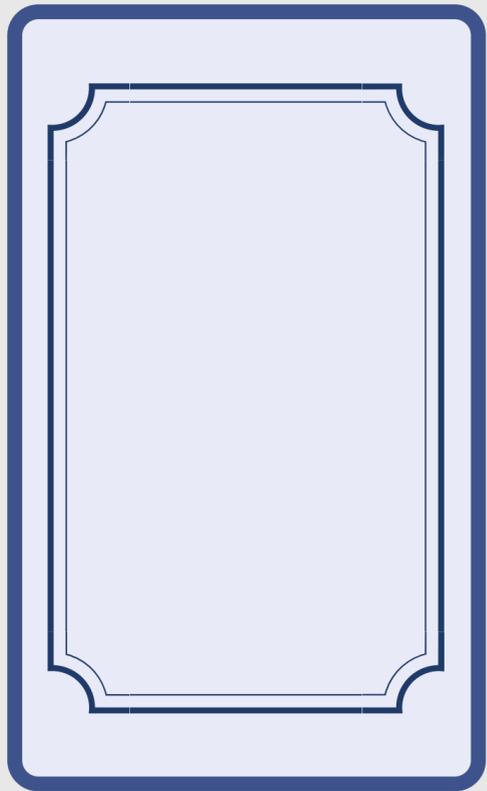
Recorte as Cartas e Jogue!!





JOGO DA MEMÓRIA

Verso das Cartas



Referências bibliográficas

1. YOUNG, Michael F.; VALARIS, Sophia; WRANN, Christiane D. A Role for FNDC5/Irisin in the Beneficial Effects of Exercise on the Brain and in Neurodegenerative Diseases. **Progress in Cardiovascular Diseases**, Reino Unido, v. 62, n. 2, p. 172-178, abr./2019.
2. TARI, A. R. et al. Are the neuroprotective effects of exercise training systemically mediated? **Progress in Cardiovascular Diseases**, Reino Unido, v. 62, n. 2, p. 94-101, abr./2019.
3. HERMES PARDINI. **Doença de Alzheimer: O que é, sintomas e tratamentos**. Disponível em: <http://hermespardini.com.br/blog/?p=719> . Acesso em: 3 ago. 2020.
4. HOSPITAL ISRAELITA ALBERT EINSTEIN. **Alzheimer**. Disponível em: www.einstein.br/doencassintomas/alzheimer. Acesso em: 3 jul. 2020.
5. ALZHEIMER PORTUGAL. **Sinais de Alerta para um Diagnóstico Precoce**. Disponível em: <https://alzheimerportugal.org/pt/text-o-9-33-34-sinais-de-alerta-para-umdiagnostico-precoce> . Acesso em: 4 ago. 2020.
6. UOL. **Alzheimer: entenda como a doença prejudica o cérebro e quais seus sintomas**. Disponível em: <https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2018/10/09/alzheimerentenda-como-doenca-prejudica-o-cerebro-e-quais-seus-sintomas.html>. Acesso em: 4 jun. 2020.
7. REDE DOR SÃO LUIZ. **Alzheimer**. Disponível em: <https://www.rededorsaoluiz.com.br/doencas/alzheimer>. Acesso em: 11 ago. 2020.
8. Zhou, S. S.; Gao, X. ; Hu, Y.J ; Zhu, Y. M.; Tian, Y. H. ; Wang, K. . Selective impairment of musical emotion recognition in patients with amnesic mild cognitive impairment and mild to moderate Alzheimer disease. **Chinese Medical Journal**. China,Out/ 2019, v.132, n.19, p 2308-2314.
9. Martins, Sancha Tatiana Lourenço. Efeitos das Intervenções com Música na Agitação em Idosos com Demência. **Revisão Integrativa da Literatura**. Portugal. 2020, s.n, p.1-59.
10. HCOR. **Alzheimer: fique atento aos sinais**. Disponível em: <https://www.hcor.com.br/hcor-explica/neurologia/alzheimer-fique-atento-aos-sinais/#:~:text=Diagn%C3%B3stico%20de%20mal%20de%20alzheimer,imagem%20do%20sistema%20nervoso%20central.b>. Acesso em: 20 nov. 2020.
11. INSTITUTO DE PSIQUIATRIA PAULISTA. **Alzheimer tem cura? Veja os tratamentos disponíveis e as novidades da ciência**. Disponível em: <https://psiquiatriapaulista.com.br/alzheimer-tem-cura-veja-os-tratamentos-disponiveis-e-as-novidades-da-ciencia/>. Acesso em: 25 set. 2020.
12. MINHA VIDA. **Alzheimer: sintomas, tratamentos e tem cura?** Disponível em: <https://www.minhavidacom.br/saude/temas/alzheimer>. Acesso em: 21 out. 2020.

13. MEDSCAPE. **Alzheimer Disease | Osmosis**. 2018. (8m50s). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=nPT1nD6Wh6E>>. Acesso em: 02 nov. 2020.
14. INSTITUTO DE PSIQUIATRIA PAULISTA. **Descubra quais são as 4 fases do Alzheimer e como identificá-las**. Disponível em: <https://psiquiatriapaulista.com.br/as-4-fases-do-alzheimer/>. Acesso em: 10 jan. 2021.
15. BUDSON, A. E; SOLOMON, P. R.. **Perda da Memória, Doença de Alzheimer e Demência**. Grupo GEN, 2017. 9788595152106. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788595152106/>. Acesso em: 11 Jan/2021
16. ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ALZHEIMER. **O que é Alzheimer**. Disponível em: <https://abraz.org.br/2020/sobre-alzheimer/o-que-e-alzheimer-2/>. Acesso em: 21 jan. 2021.
17. BLOG DA SAÚDE. MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cuidados simples para pessoas com Alzheimer**. Disponível em: <http://www.blog.saude.gov.br/index.php/53193-cuidados-simples-podem-aumentar-qualidade-de-vida-de-pessoas-com-alzheimer>. Acesso em: 30 jan. 2021.
18. CAETANO, Liandra Aparecida Orlando; SILVA, Felipe Santos da eSILVEIRA, Cláudia Alexandra Bolela. Alzheimer, sintomas e grupos: uma revisão integrativa. **Vínculo [online]**. 2017, vol.14, n.2, p. 84-93.
19. GUIMARÃES, Mateus Henrique Dias. Doença de Alzheimer: Papel do Enfermeiro como Promotor de Saúde. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 03, ed. 06, v. 03, p. 78-88, Jun/2018.
20. MILTIADES, Helen B; THATCHER, WG. Social engagement during game play in persons with Alzheimer's: Innovative practice. **SAGE Journals**. Estados Unidos, v. 18, n. 2, p. 808-813, dez./2005.
21. Governo do Estado do Paraná. **OS DESAFIOS DA ESCOLA PÚBLICA PARANAENSE NA PERSPECTIVA DO PROFESSOR PDE: Produções Didático-Pedagógicas**. Brasil, 2013. Disponível em: http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_uenp_dtec_pdp_arlene_terezinha_dias_dos_santos_mitrovini.pdf. Acesso em: 01 fev. 2021.
22. DA SILVA ALVES, J.; FEITOZA DA SILVA, N.; BARROS, B.; DE MELO, G.; ALMEIDA, L.; LISBÔA, G. Vivências do familiar cuidador da pessoa com alzheimer sob a ótica da enfermagem. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 92, n. 30, Acesso em: 29 jun. 2020.
23. SADLER. Langman - Embriologia Médica. Grupo GEN, 2016. 9788527729178. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527729178/>. Acesso em: 20 fev. 2021
24. SERENIKII, Adriana; VITAL, M. A. B. F. A doença de Alzheimer: aspectos fisiopatológicos e farmacológicos. **Rev. psiquiatr**. Rio Gd. Sul, Porto Alegre, v. 30, n. 1, 2018.

25. Machado, A. P. R., Carvalho, I. O., & Rocha Sobrinho, H. M. da. (2020). NEUROINFLAMAÇÃO NA DOENÇA DE ALZHEIMER. **REVISTA BRASILEIRA MILITAR DE CIÊNCIAS**, 6(14)
26. Rocha, N. P., Martins, L. da C. A., Teixeira, A. L., & Reis, H. J. (2011). Processo Inflamatório e Neuroimunomodulação na Doença de Alzheimer: **Revisão de Literatura**. **Revista Neurociências**, 19(2), 300-313.

Agradecimentos

Coordenação do Curso de Enfermagem

Coordenadora: Profa. Dra. Maria Magda Ferreira Gomes Balieiro

Vice-Coordenadora: Profa. Dra. Myriam Aparecida Mandetta

Coordenadora 1ª série: Profa. Dra. Maria Cristina Mazzaia

Vice-Coordenadora 1ª série: Profa. Dra. Gianna Carvalheira

Docentes envolvidos nos Projetos Integrados

Anatomia: Prof. Dr. Luis Otávio, EPM, Unifesp

Biologia do Desenvolvimento: Profa. Dra. Camila Paccola, EPM, Unifesp

Bioquímica: Prof. Dr. José Renato Cussiol, EPM, Unifesp

Epidemiologia: Profa. Paula Hino, EPE, Unifesp

Filosofia: Prof. Dr. Simeão Sass, EPM, Unifesp

Genética: Profa. Dra. Gianna Carvalheira e Profa. Dra. Andrea Malinverni, EPM, Unifesp

Histologia: Prof. Dr. Manuel Simões e Prof. Dr. Luiz FP Fuchs, EPM, Unifesp

MicroImunoParasita: Profa. Dra. Katia Oliveira, EPM, Unifesp

Praxis: Profa. Dra. Paula Costa, EPE, Unifesp

PADs das UCs:

Ana Clara Nunes, doutoranda do Programa de Pós-graduação em Biologia Estrutural e Funcional, EPM, Unifesp

Bruna Perestrelo, doutoranda do Programa de Pós-graduação em Farmacologia, EPM, Unifesp

Danilo Dias, mestrando do Programa de Pós-graduação em Biologia Estrutural e Funcional, EPM, Unifesp

Guilherme Cavalcante, mestrando do Programa de Pós-graduação em Farmacologia, EPM, Unifesp

Juliana Apostólico, pós-doutoranda do Programa de Pós-graduação de Microbiologia e Imunologia, EPM, Unifesp

Marcelo Amaral, doutorando do Programa de Pós-graduação de Microbiologia e Imunologia, EPM, Unifesp

Paula Diana, mestranda do Programa de Biologia Estrutural e Funcional, EPM,

Monitores das UCs:

Eduarda Ferreira, estudante do terceiro ano de Enfermagem, EPE, Unifesp

Luana Vitro, estudante do terceiro ano de Enfermagem, EPE, Unifesp

Luiza Csordas, estudante do terceiro ano de Enfermagem, EPE, Unifesp

Material desenvolvido na plataforma: Canva

2021

57

Alzheimer, um novo olhar sobre a vida

O que fazer quando o diagnóstico da Doença de Alzheimer acontece?

Este é um pequeno manual que contém a resposta para essa e muitas outras perguntas que podem surgir sobre o tema. O conteúdo é apresentado de maneira simples e didática, com atividades interativas tanto para a família quando para o portador, para que o enfrentamento da doença seja mais leve, com união familiar e com a desmistificação da doença.

