**Alzheimer: Brasil tem 55 mil novos casos por ano**

Médicos dizem que não há estrutura preparada para lidar com a doença, que ainda é subdiagnosticada. Campanhas alertam para a necessidade de prevenção



A cada três segundos, estima-se que uma pessoa desenvolva demência no mundo. Entre as patologias que provocam perda de memória e de habilidades cognitivas, a doença de Alzheimer é a mais comum, principalmente entre os idosos. Com o aumento da expectativa de vida, casos de demência devem aumentar 278% até 2050, conforme a Alzheimer's Disease International (ADI), federação que agrega entidades de combate à doença.

No Brasil, estima-se que 55 mil novos casos de demências ocorram todos os anos, a maioria decorrentes de Alzheimer. Entre as causas da doença está o próprio envelhecimento populacional, conforme o médico Renato Bandeira de Mello, diretor científico da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) e que coordena o programa de residência em Geriatria do Hospital de Clínicas de Porto Alegre.

— É uma questão multifatorial, depende claramente do envelhecimento populacional e, principalmente, do aumento da sobrevida diante de outras doenças crônicas  — aponta.

No Brasil, a situação é agravada pela alta incidência de doenças que contribuem para o aparecimento do Alzheimer, conforme o especialista.

— Aqui, a exposição aos fatores de risco da doença não tem sido controlada, ao contrário do que vem sendo trabalhado em países, principalmente do norte europeu, em que a incidência da doença é estável e vem até mesmo caindo. Há fatores determinantes, como a hipertensão e diabetes, que aumentam com as taxas de obesidade e o sedentarismo. Por isso, se espera que o número (*de pessoas com Alzheimer*) vá crescer constantemente — projeta.

Ao mesmo tempo, em muitos casos a doença sequer é diagnosticada. Um estudo publicado por pesquisadores do departamento de Psicobiologia da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) em 2015 estimou, com base na cidade de São José dos Campos, que 77% das pessoas com demência são diagnosticadas, o que poderia significar cerca de 800 mil pessoas em todo o Brasil.

Para Bandeira de Mello, o subdiagnóstico acontece porque a detecção é clínica, tem ser feita por especialista, e a doença se confunde com o envelhecimento em si nas fases iniciais.

— As pessoas podem atribuir ao envelhecimento alterações de memória, de comportamento e dificuldades de organização, quando, na verdade, já é a doença dando seus sinais mais precoces — aponta.

**Poucos geriatras para tratar os idosos**

Outro problema decorrente desse aumento é que não deve haver médicos suficientes para tratar os casos que devem surgir. Segundo o Conselho Federal de Medicina (CFM), atualmente há 1.817 geriatras no país, e 60% deles estão na região Sudeste. É um especialista para cada 15,4 mil idosos, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda um geriatra para cada mil idosos.

— Certamente, estamos aquém do que deveríamos. Nós tivemos pouco tempo como sociedade para nos prepararmos para um envelhecimento populacional que foi muito rápido. Então, o nosso sistema de saúde hoje não é preparado para atender essa grande demanda relacionada ao envelhecimento que se avizinha e já é uma realidade no Rio Grande do Sul — avalia o médico Renato Bandeira de Mello.

Por isso, a detecção precoce da doença de Alzheimer é fundamental. Quanto mais cedo o tratamento é iniciado, maiores são as chances de lidar com a condição mantendo a qualidade de vida do portador.

— Se a pessoa tiver acesso a tratamentos, principalmente que priorizem a reabilitação física e do funcionamento do cérebro, ela tende a manter sua funcionalidade por mais tempo. Infelizmente, o que se tem disponível hoje não muda o curso da doença. Ela vai evoluir invariavelmente, mas essas reabilitações podem  melhorar a qualidade de vida do paciente — pontua.

**Saída é pela prevenção**

Enquanto não há cura para a doença degenerativa nem recursos suficientes para tratá-la, as ações de conscientização focam na prevenção. Na última sexta-feira (21), foi celebrado o Dia Mundial de Conscientização sobre a Doença de Alzheimer. As causas da doença não estão totalmente esclarecidas, mas hábitos saudáveis podem impedir que ela apareça, conforme o geriatra Renato Bandeira de Mello.

— A prevenção passa pela adoção de hábitos saudáveis ao longo da vida, mas nunca é tarde para começar. Nunca é tarde para começar a fazer uma atividade física, mudar hábitos alimentares que ajudem a diminuir a obesidade. E, principalmente, o controle da pressão arterial é fundamental — exemplifica.

Para idosos, é fundamental avaliar a pressão arterial pelo menos uma vez por ano. Caso recomendado por um médico, o uso de medicamentos para controlar a pressão e o nível de açúcar no sangue também é importante. Depois de ter o corpo são, resta cuidar da mente. Manter o cérebro ativo, pela busca de novos conhecimentos e estímulo de novas conexões dos neurônios é uma forma se preparar para quando a idade mais avançada chegar.

**PERFIL DOS PACIENTES**

:: O geriatra Renato Bandeira de Mello diz que a doença de Alzheimer é levemente mais frequente em mulheres, possivelmente porque a expectativa de vida delas seja maior.

:: Também há fatores genéticos de risco: portadores da apolipoproteína E4 têm maior propensão de desenvolver a doença. Por isso, é importante estar atento a casos de Alzheimer presentes na família, principalmente os que ocorreram antes dos 60 anos.

:: Conforme a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, a baixa escolaridade também é um dos fatores de risco para o surgimento de demências após os 60 anos. O ensino formal contribui para a criação de redes neurais mais complexas e estimula o cérebro a elaborar uma reserva funcional maior, que será gasta ao longo da vida. Ou seja, uma pessoa que frequentou o Ensino Superior possui menos chances de adquirir uma doença neurodegenerativa precocemente.

**DETECTANDO O ALZHEIMER**

:: Se você acha que um familiar pode estar com a doença de Alzheimer, é hora de consultar um geriatra. Uma avaliação clínica pode avaliar a capacidade cognitiva do paciente e exames neurológicos confirmam o diagnóstico.

:: É importante ficar atento a alterações de memória significativas \_ elas não fazem parte do processo normal de envelhecimento, especialmente se acompanhadas de uma maior dificuldade para executar tarefas cotidianas. Se um idoso não consegue mais se organizar para cozinhar, começa a guardar coisas em lugares inadequados, se perde, esquece o fogão e torneiras ligadas, ou portas e janelas abertas, é um sinal de alerta para uma avaliação.

**O que é o Alzheimer**

É uma doença degenerativa (causa perda de funções do cérebro) cujos sintomas aparecem lentamente, diminuindo a saúde física e mental dos idosos. É possível perceber vários estágios:
- Fase inicial: ocorre perda de memória e perda da noção de tempo e espaço.
- Fase intermediária: começam as dificuldades para falar e demonstrar o que sente. É preciso ajuda para as atividades do dia-a-dia.
- Fase terminal: o doente é incapaz de reconhecer-se ou de ficar sozinho.

**:: Cura e tratamento**

Apesar dos avanços nas pesquisas, ainda não existe um tratamento de cura para o Alzheimer. Por isso, os esforços médicos estão voltados para a descoberta precoce da doença e para a aplicação, o quanto antes, dos medicamentos de última geração. Para que a doença seja descoberta, é fundamental a participação dos médicos de família.
**:: Lidando com a doença**

É bom que toda a família busque informações sobre o que é o Alzheimer e a aceite. Muitas dificuldades surgirão com a doença e é preciso paciência. Assim, quem cuida do doente vai reconhecer seus sentimentos. Também é preciso estimular a fala do paciente, evitando que ele lembre de situações difíceis. É preciso escolher o momento e o lugar adequados quando se quer dizer ao paciente algo importante.

Além de falar de forma simples, sem elevar o tom de voz, é preciso acompanhar o que ele fala com os gestos que faz. É recomendável desenvolver qualquer assunto pelo qual o doente mostre interesse e contar a ele relatos de sua própria vida. Desse modo, serão transmitidas calma e alegria ao doente. Ainda nessa fase, o doente pode ter alucinações.

O último estágio da doença é o mais duro, tanto para o doente quanto para quem cuida dele. Por isso, a família tem que estimular mais ainda o paciente. Faça ele ter lembranças, fazendo-o participar da vida familiar, assim ele se sentirá seguro e querido. É preciso se comunicar da maneira mais normal possível e colocar-se no lugar do paciente.

**NO SUS**

De acordo com Lauren Moreira, diretora do Centro Especializado de Saúde (CES) de Caxias, todos os exames de imagem e laboratoriais para diagnóstico e acompanhamento do Alzheimer estão disponíveis pelo Sistema Único de Saúde (SUS). As medicações para o tratamento também podem ser acessadas na rede pública. Ela diz que um grupo de apoio multidisciplinar está sendo estruturado no CES para dar suporte ao ambulatório de neurologia, que há três meses passou a contar com três neurologistas concursados.