



@cuidados.alzheimer

Alzheimer: é só uma questão genética?



O Alzheimer é uma doença multifatorial, não se associando somente a genética

Existem 2 tipos de doença de Alzheimer

➤➤➤ **Esporádica:** está associada à predominância dos fatores não genéticos, como hábitos de vida.

➤➤➤ **Familiar:** se caracteriza quando 2 ou mais pessoas do mesmo núcleo familiar são acometidas.

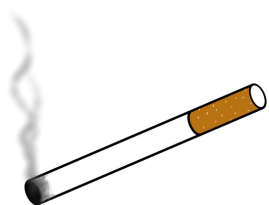
A genética possui influência no Alzheimer pois as mutações dos genes podem desenvolver a doença em pessoas da mesma família.



O principal fator para o seu desenvolvimento é o avançar da idade.

Vale ressaltar que a idade e a genética são fatores não modificáveis, mas existem aqueles que podem ser alterados como:

1-Tabagismo



2-Colesterol alto



3-Obesidade



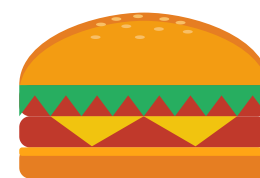
4-Diabetes

5-Estresse excessivo

6-Inatividade física



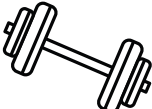


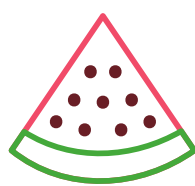
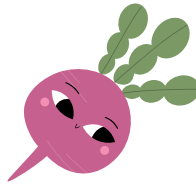

7-Baixa escolaridade



8-Alimentação irregular e demais fatores.

Quanto mais cedo for a adoção de medidas saudáveis melhor será o envelhecimento físico e cognitivo deste indivíduo.

Fatores modificáveis para o Alzheimer:

- 1-Exercícios físicos 
- 2-Alimentação adequada    
- 3-Manter o indivíduo socialmente ativo
- 4-Padrão adequado de sono 

Deve haver precocemente o incentivo entre os demais membros da família na adoção de uma qualidade de vida adequada.

Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site!**

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo e muitas outras informações!

 <https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>



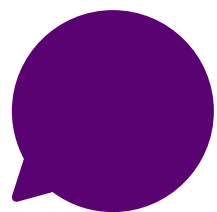
Gostou da publicação?



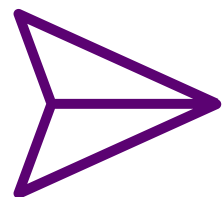
Salve



Curta



Comente



Compartilhe



Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso
Costa



Juliana de Oliveira Nunes da Silva -
Acadêmica de Enfermagem do 7º
Período



Suellen de Almeida Barroso
Acadêmica de Enfermagem do 7º
Período



Victor Hugo Gomes Ferraz
Acadêmico de Enfermagem do 8º
Período

Referências Bibliográficas:

BRASIL, Associação Brasileira de Alzheimer (ABRAz).
Alzheimer: nem tudo é culpa do DNA. 11 out 2019.
Disponível em: <https://abraz.org.br/2020/alzheimer-nem-tudo-e-culpa-do-dna> Acesso em: 23 jun 2022.

KOMATSU, Ricardo. Alzheimer é genético? Você deve se preocupar com o risco de desenvolver a doença? 19 jun 2020. Disponível em: <https://cuidadospelauida.com.br/saude-e-tratamento/alzheimer/alzheimer-genetico-risco#:~:text=O%20Alzheimer%20%C3%A9%20uma%20doen%C3%A7a,risco%20maior%20de%20desenvolu%C3%AA%2Dla> Acesso em: 23 jun 2022