

VAMOS FALAR DE ALZHEIMER?



**ORIENTAÇÕES PARA OS
CUIDADORES E FAMILIARES**

APRESENTAÇÃO

Este manual foi elaborado para vocês, cuidadores e familiares de paciente com a Doença de Alzheimer (DA), com o propósito de fornecer a vocês conhecimentos para ajudá-los na condução das situações do cotidiano de um idoso com DA.

AUTORES:

Mestranda Magna Janny Soares Barbosa

Aluna do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia da UNCISAL

Profa. Dra. Almira Alves dos Santos

Professora do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia da UNCISAL

Prof. Dr. Geraldo Magella Teixeira

Professor do Mestrado Profissional Ensino em Saúde e Tecnologia da UNCISAL

DESIGN E IMAGENS: Adônis Vinícius Santos

Texto e revisão: Magna Janny Soares Barbosa

Mestrado Profissional
Ensino em Saúde
e Tecnologia



**Método
CTM3**

SUMÁRIO:

O que é o Alzheimer?.....	05
Sintomas comuns.....	06
Tratamento.....	07
Orientações que facilitam o cotidiano.....	08
Agitação e agressividade.....	08
Alimentação.....	09
Comunicação.....	10
Incontinência ou perda involuntária.....	11
Banho/higiene pessoal/vestuário.....	12
Medicamentos.....	13
Saúde do familiar/cuidador.....	14
Referências.....	16

O QUE É ALZHEIMER?



É uma síndrome neurodegenerativa que causa perda das funções cognitivas como memória, pensamento, sensopercepção e linguagem, implicando os indivíduos em um comprometimento progressivo das atividades de vida diária.

(NASCIMENTO, 2020).



SINTOMAS COMUNS

Irritabilidade e agressividade



Falhas na linguagem

Confusão mental



Perda de memória

Alteração de humor



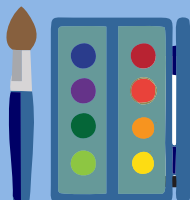
TRATAMENTO

Não existe cura para a DA, existem tratamentos que visam aliviar os déficits cognitivos e as alterações de comportamento melhorando a qualidade de vida do paciente e de sua família/cuidador, podemos citar:

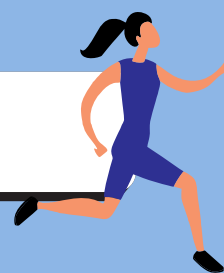
Medidas farmacológicas



Arteterapia



Atividade física



Musicoterapia



Fisioterapia



ORIENTAÇÕES QUE FACILITAM O COTIDIANO

Perda de memória



Tente distrair a pessoa, fale tranquilamente e busque novos assuntos sem gerar discussão.

**Aja com calma, carinho e compreensão;
a atitude da pessoa cuidada não é consciente.**



Alimentação

Mantenha uma rotina de horário e local para as refeições.



Tente fazer do horário das refeições um momento prazeroso e de relaxamento.



Incentive o idoso a saborear o alimento e mastigá-lo bem.



Comunicação

Fale de maneira suave e pausada.

Olhe nos olhos do idoso enquanto fala, isso pode ajudar a chamar sua atenção.



Segure sua mão enquanto conversa.

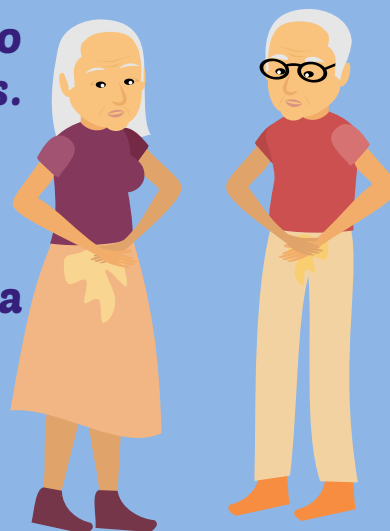
Evite discutir ou dar-lhe ordens.



Incontinência ou perda voluntária

Seja compreensivo quando ocorrer a situação da perda involuntária da urina e fezes.

Mantenha a calma e tranquilize a pessoa, ela não fez de propósito.



Reduza a quantidade de líquidos oferecida a partir do início da noite, isso previne essas ocorrências durante a noite.

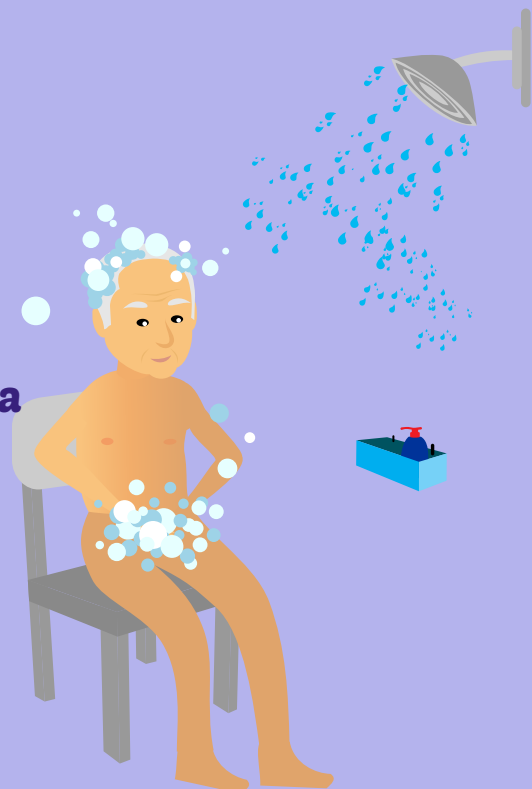


Banho/Higiene pessoal/Vestuário

Coloque uma cadeira para que o idoso tome o banho sentado.

Coloque suporte de sabonete para facilitar a autonomia do idoso.

Use hidratantes sempre após o banho para evitar ressecamentos da pele.



Toalhas e roupas que serão usadas devem ficar dispostas na ordem de utilização, para não deixar a pessoa despida por muito tempo, evitando constrangimentos.



Medicamentos

Faça um esquema anotando os horários de cada um e a dosagem.

Utilize um despertador para não atrasar ou adiantar o horário da ingestão do medicamento.

Ofereça o medicamento com líquidos para facilitar a deglutição.



Saúde do familiar/Cuidador

A relação do familiar com o doente será diferente, apesar de poder ser gratificante é importante entender isso.

Aceite e peça ajuda aos que estiverem mais próximos quando as dificuldades surgirem.

Tenha tempo para as suas necessidades emocionais.

Tire um dia para cuidar de si.



Não existem regras que sejam válidas para todas as pessoas com Alzheimer, pois cada indivíduo é único.

Existem características que são comuns e que devem ser conhecidas e respeitadas.

**Se houver dúvida,
procure informação
no centro de referência
do Sistema Único de
Saúde (SUS) com psiquiatras
neurologistas ou
geriatras**



REFERÊNCIAS

QUEIROZ, J. P. C; MACHADO, A. L. G; VIEIRA, N. F. C. **Alfabetização em saúde de cuidadores informais do idoso com doença de alzheimer.** Revista Brasileira de Enfermagem, 2020.

NASCIMENTO, GILVAN SALES DO. **Mal de alzheimer: considerações sobre prevenção.** Editora Brillant Mind. Campo Grande, MS, 2020

D'ALENCAR, R. S; SANTOS, E.M.P; PINTO, J. B. T. **Alzheimer Manual do Cuidador.** Situações e cuidados práticos do cotidiano. Ilhéus, BA, 2010.

