

Alzheimer: O olhar atento do Agente Comunitário de Saúde



SECRETARIA DA
SAÚDE



GOVERNO
DO ESTADO
**RIO
GRANDE
DO SUL**





Governador

Eduardo Leite

Marília Rodrigues de Freitas

Taina Scheid

Vanessa Rossoni de Oliveira

Secretária Estadual de Saúde

Arita Bergmann

Revisão

Divisão de Atenção Primária à Saúde

Marina Buralde

Priscila Helena Miranda Soares

Secretária Adjunta de Saúde

Ana Lucia Pires Afonso da Costa

Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia - SBBG/RS

Maria Cristina Sant'Anna da Silva

Direção Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde

Marilise Fraga de Souza

Carolina Vasconcelos Drugg

Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre - UFCSPA

Liana Lisboa Fernandes

Divisão dos Ciclos de Vida

Rosangela Moreira Machado

Universidade Feevale

Edson Leandro de Ávila Minozo

Elaboração

Política de Saúde da Pessoa Idosa

Evelyn Caroline Freitas Lucena

Fabíola Zeni Papini

Luana Fioravanti Roland

Luiza Campos Menezes

Diagramação

Política de Saúde da Pessoa Idosa

Financiamento

Fundação de Amparo à Pesquisa do Rio Grande do Sul (Fapergs)

Apresentação

O Brasil está passando por um rápido processo de envelhecimento da população. Segundo o censo do IBGE de 2022, no Rio Grande do Sul, 20,15% dos habitantes têm 60 anos ou mais – **é o estado com a maior proporção de população idosa.**

Nesse sentido, observa-se aumento de doenças crônicas e degenerativas. Entre as doenças enfrentadas estão as demências, definidas como a perda de memória e outras habilidades mentais suficientemente graves para interferir na vida diária.

O Alzheimer é o tipo mais comum de demência, que afeta o cérebro, causando perda de memória, dificuldades para pensar, se comunicar e realizar tarefas do dia a dia. Ele se manifesta em três fases progressivas, começando com leve perda de memória e alterações de humor, evoluindo para deterioração cognitiva e funcional mais severa, e culminando na perda total de reconhecimento e independência.

Nesta cartilha buscamos explicar como você, **Agente Comunitário de Saúde**, a partir de sua observação e sensibilidade, conhecendo as famílias de seu território, pode identificar os sinais de alerta para o Alzheimer. Ainda, você poderá compreender quais as principais estratégias devem ser feitas a partir desse olhar e por fim, apresentamos uma série de cursos para você aprimorar seus conhecimentos.

Sinais de alerta para demência

1

Perda de memória que afeta a vida diária: Esquecer informações recentes, datas importantes, compromissos.

Ex: Não lembra onde guardou as chaves com frequência, esquece o que acabou de dizer, repete perguntas.



Dificuldade em planejar ou resolver problemas: Tarefas cotidianas começam a ser um desafio.

Ex: Tem dificuldade em pagar contas, lembrar receitas que realizava com frequência.

2

3

Dificuldade em completar tarefas familiares: Dificuldade para lembrar um trajeto conhecido enquanto dirige ou lembrar as regras de um jogo.

Ex: Perde-se no caminho para casa ou tem dificuldade com tarefas domésticas simples.



Confusão com tempo ou lugar: Esquecer onde está, que dia é, ou não entender para onde estava indo.

Ex: Não sabe a data, o mês, ou se perde em lugares familiares.

4

5

Dificuldade de compreender imagens visuais e relações espaciais: Dificuldade para ler, julgar distâncias, reconhecer pessoas.

Ex: Não reconhece o próprio reflexo no espelho ou tem dificuldade para subir escadas.





Dificuldades na Linguagem Falada ou Escrita: Dificuldade em se expressar, em compreender e na fluência da linguagem.

Ex: Diálogos curtos e truncados, tem dificuldade de lembrar o nome dos objetos, locais e pessoas.

6

7

Perder Coisas e Perder a Capacidade de Refazer Passos:

Colocar objetos em lugares incomuns e não conseguir lembrar como chegou lá.

Ex: Guarda objetos em lugares estranhos e não lembra onde colocou.



Diminuição da capacidade ou Mal Julgamento: Decisões financeiras inadequadas ou higiene pessoal descuidada.

Ex: Toma decisões financeiras ruins, cai em golpes.

8

9

Abandono do Trabalho ou Atividades Sociais: Parar de participar de hobbies, esportes ou eventos sociais.

Ex: Perde o interesse em hobbies que antes gostava, isola-se.



Mudanças de Humor e Personalidade: Tornar-se confuso, desconfiado, deprimido, medroso ou ansioso.

Ex: Fica irritado (a) facilmente, desconfia dos outros, parece mais triste.

10

O QUE FAZER AO IDENTIFICAR OS SINAIS?

Seu próximo Passo: O Encaminhamento

Ao observar um ou mais desses sinais, converse com a família de forma acolhedora, explicando a importância de uma avaliação mais detalhada. É importante lembrar que quem faz o diagnóstico é o médico, ao identificar esses sinais, apoie a família no agendamento da consulta junto à equipe de APS.



Orientando a família

Converse com os membros da família, explique suas observações com respeito, sensibilidade e calma. Reforce a importância do diagnóstico precoce, explique que isso permite planejar um futuro, buscar tratamentos que ajudem nos sintomas e na melhora da qualidade de vida.



Apoio

Seu papel é essencial, mostre-se disponível para acompanhar, tirar dúvidas iniciais e conectar a família à equipe da UBS. Lembre que cada caso é único, nem toda alteração de memória é demência mas toda suspeita merece investigação.



Cuidando de quem cuida

Cuidar de uma pessoa com demência pode ser desafiador. É fundamental que os cuidadores também cuidem de si mesmos. Incentive o autocuidado, o descanso e a busca por grupos de apoio.



Aprimorando seus conhecimentos

Que tal conhecer mais sobre a temática para melhor apoiar as famílias de seu território? Disponibilizamos uma série de ferramentas e formações que podem contribuir para que você, ACS, qualifique seu trabalho no âmbito do cuidado às pessoas com demências.



iSupport - Brasil

O que é o iSupport - Brasil?

É um curso online e gratuito, feito pelo Ministério da Saúde, ele oferece:

- **Informações sobre a demência:** O que é, como evolui e o que esperar.
- **Dicas práticas:** Como lidar com a perda de memória, mudanças de humor e outros desafios.
- **Suporte para o cuidador:** Ajuda para que o cuidador também se cuide, evitando o cansaço excessivo.

Acesse pelo link: <https://isupport.saude.gov.br/>





Curso de Introdução ao Alzheimer

Este curso é uma Introdução à Doença de Alzheimer para Agentes Comunitários de Saúde (ACS), oferecido pela Escola de Saúde Pública do Rio Grande do Sul.

Objetivo: Instrumentalizar Agentes Comunitários de Saúde (ACS) na detecção e encaminhamento de alterações cognitivas, transtornos comportamentais e estresse de cuidadores de pessoas com Alzheimer e outras demências.

Formato: 100% online e autoinstrucional

Certificação: Emitida pela Escola de Saúde Pública do RS ao concluir os módulos e atingir a nota mínima.

Acesse pelo link: <https://ead-hml.saude.rs.gov.br/course/view.php?id=47>





Zelar: Cuidar de quem cuida.

O que é o ZELAR?

É um curso online, com foco no CUIDADOR da pessoa com demência, inclusive Alzheimer. Ele oferece informações como:

- **Compreensão da Demência:** Sinais, estágios e impactos.
- **Manejo e Cuidado:** Estratégias para lidar com desafios diários.
- **Direitos e Apoio:** Legislação e recursos disponíveis para cuidadores e pacientes.
- **Autocuidado do Cuidador:** Ferramentas para prevenir o estresse e a exaustão.
- **Rede de Apoio:** A importância de conectar-se com outros cuidadores.

Acesse pelo link: <https://zelar.febraz.org.br/>





Apoio e informações: ABRAz

O que é a ABRAz?

A ABRAz (Associação Brasileira de Alzheimer) é um suporte essencial para pessoas com Alzheimer e seus cuidadores, focando na melhoria da qualidade de vida ao oferecer grupos de apoio, cuidados para estimulação cognitiva e a produção e divulgação de conhecimento sobre a doença e outras demências.

Acesse pelo link: <https://abraz.org.br/>





Realização/Apoio:



O futuro nos une.