

# Envelhecimento aumenta casos de demências

Organização Mundial da Saúde estima que o número de incidências triplique até 2050

As doenças relacionadas ao envelhecimento tornam-se mais frequentes à medida que a população idosa aumenta. As causas mais comuns de incapacidades nessa fase da vida são provocadas por enfermidades demenciais. A maioria dos casos, cerca de 6 milhões, ocorre em países de baixa e média renda, informa a Organização Mundial da Saúde (OMS). Estima-se que o número de casos de demências triplique até 2050, atingindo 152 milhões de pessoas ao redor do mundo.

A demência afeta principalmente os idosos, a partir de 60 anos, e, de modo mais raro, os mais jovens. “Demência não é uma doença, e sim, um termo utilizado para descrever uma síndrome, ou seja, um grupo de sintomas que podem acompanhar certas doenças ou condições”, explica a geriatra Ana Amelia Cipriani Dias.

Mais de 100 enfermidades podem levar à síndrome demencial. De acordo com o neurocirurgião Marcelo Mattana, essas doenças aceleram o envelhecimento do cérebro, o que gera um declínio das

funções cognitivas e executivas. As doenças que apresentam quadro de demência são complexas e multifatoriais. “Existe uma série de fatores que provocam demência. Por isso, é necessário identificar o tipo de declínio cognitivo apresentado pela pessoa para conseguirmos determinar e procurar a causa da demência”, explica o neurocirurgião.

A mais comum é a doença de Alzheimer, que atinge 60 a 70% dos casos, seguida das Demências Vasculares, que representam 10% dos diagnósticos. Alzheimer é uma doença degenerativa causada pelo depósito das proteínas tau e beta-amiloide no cérebro. Já a Demência Vascular atinge pessoas com fatores de risco vasculares, causando danos pela falta de circulação de sangue no cérebro.

Mattana informa que a causa mais comum de demência na Serra Gaúcha é a degenerativa, como a doença de Alzheimer, seguida da causa mista, onde a pessoa apresenta demências degenerativa e vascular, e a terceira é a demência vascular.



A demência afeta mais idosos a partir dos 60 anos

## ATENÇÃO AOS SINAIS

A demência tende a acometer na terceira idade por ser a fase em que, normalmente, a pessoa se torna menos ativa. “A diminuição das atividades devido à mudança da rotina pela aposentadoria pode fazer com que a pessoa fique apática e come-

ce a ter um declínio das funções cognitivas pela falta de estímulo mental”, comenta o neurocirurgião.

Os especialistas recomendam prestar atenção a sinais como perda de memória recente, que começa leve e avança com

o passar do tempo, mudança no comportamento e dificuldades de orientação. “Esquecer algo como a torneira aberta, não lembrar nomes de pessoas próximas e não saber onde está são alguns dos sinais de alerta”, esclarece a geriatra Ana Amelia Dias.

## PREVENÇÃO

Ana Amélia comenta que o idoso, mesmo saudável, sempre terá perdas próprias da idade, mas é preciso cuidados preventivos. “Tudo depende do olhar do idoso, da sua participação e cuidado com a saúde e principalmente aceitação de suas limitações. Aceitar, saber trabalhar e conviver com a idade é essencial”, afirma a geriatra.

A chave para não desenvolver demência na terceira idade é alimentação e hábitos saudáveis, qualidade de sono, atividade física e intelectual. O aprendizado faz com que a pessoa não deixe a demência se instalar e a atividade física libera substâncias neuroprotetoras que protegem o cérebro das demências, explica Mattana.

Para os especialistas, as atividades recreativas e físicas disponíveis nas cidades e a convivência com outras pessoas ajudam na prevenção das doenças. “O idoso que se movimenta e aproveita as atividades da cidade, tem menos chance de desenvolver demência”, comenta o neurocirurgião.

## DIAGNÓSTICO

A identificação desses sinais contribui para postergar os problemas decorrentes das doenças demenciais. Contudo, o acesso a mecanismos de diagnóstico é uma preocupação da OMS. Estima-se que aproximadamente 90% das pessoas que tenham algum tipo de demência em países de baixa e média renda não saibam desta condição. A falta de recursos e equipamentos especializados, como exames de neuroimagem, aumenta a chance de erro no diagnóstico, principalmente em locais com estrutura médico-hospitalar precária.

Marcelo Mattana explica que o diagnóstico é clínico, realizado por meio de consultas com um neurologista, neurocirurgião ou geriatra. São feitas entrevistas com o paciente e seus familiares e aplicados

testes neuropsicológicos. “Esses testes são adaptados para cada paciente, a fim de entender o tipo de alteração cognitiva que ele tem e, a partir disso, investigar as causas e a doença corretamente”.

De acordo com os médicos, existem causas reversíveis de demências. Acredita-se que 10% das pessoas diagnosticadas apresentem algum tipo de demência que poderia ser revertida. Alterações de tireóide, déficit de vitamina B12, uso incorreto ou intoxicação a certas medicações podem atrapalhar a cognição. “Não conseguimos ainda detectar muito precocemente se a pessoa terá ou não um quadro demencial, mas quanto antes se iniciam os tratamentos paliativos, melhor o prognóstico”, afirma a geriatra Dias.

## EDUCAÇÃO

### Ações para estimular os jovens caxienses



Atividade na Prefeitura busca mobilizar jovens sobre questões previdenciárias e econômicas

A Coordenadoria da Juventude, vinculada à Secretaria Municipal de Segurança Pública e Proteção Social (SMSPPS), está promovendo ao longo deste ano um calendário de palestras sobre planejamento previdenciário voltado para jovens participantes de programas de aprendizagem profissional. No primeiro semestre de 2018, foram atendidos cerca de 460 jovens em 10 edições, desde o mês de março.

O ciclo de palestras já passou por instituições como Centro de Formação Profissional Murialdo, Senai

Nilo Peçanha, Centro de Formação Profissional para a Cidadania (Murialdinas), Centro de Atendimento Socioeducativo (Case) e as unidades Pompeia, São José e Consolação do Projeto Pescar. A ação é uma parceria da coordenadoria com o Programa de Educação Previdenciária da Gerência Executiva do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) de Caxias do Sul. Os participantes conhecem como funciona a previdência social, os direitos e deveres dos cidadãos, com orientações sobre as formas de proteção social e a criação de cultura pre-

videnciária desde a idade mais jovem.

“A parceria é fundamental para o fomento da Educação Previdenciária, uma vez que oportuniza a dezenas de jovens acessar informações a respeito da proteção social pública no Brasil, por meio de momentos de conversa, questionamentos e esclarecimentos”, destaca Larissa Bortoli, responsável técnica do Serviço Social da Gerência Executiva do INSS. Ainda neste mês de junho, as unidades Marelli e Fisa do Projeto Pescar receberão edições do ciclo “Juventude e Planejamento Previdenciário”.