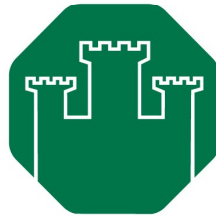
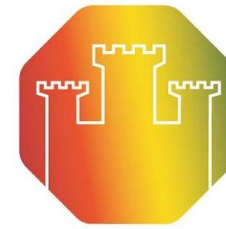


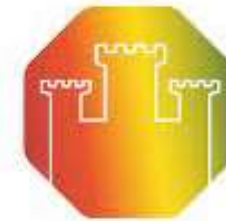
obras  
sociais  
*Visu*



obras  
sociais  
*Visu*  
Centro Apoio Alzheimer



viseu  
positivo  
CLDS 4G



viseu  
comunidade  
de afetos  
CLDS 4G

# Doença de Alzheimer e outras Demências

## Problemas de Memória

#MesMundialAlzheimer2022

**EMÍLIA VERGUEIRO**  
(Psicóloga/Psicoterapeuta)

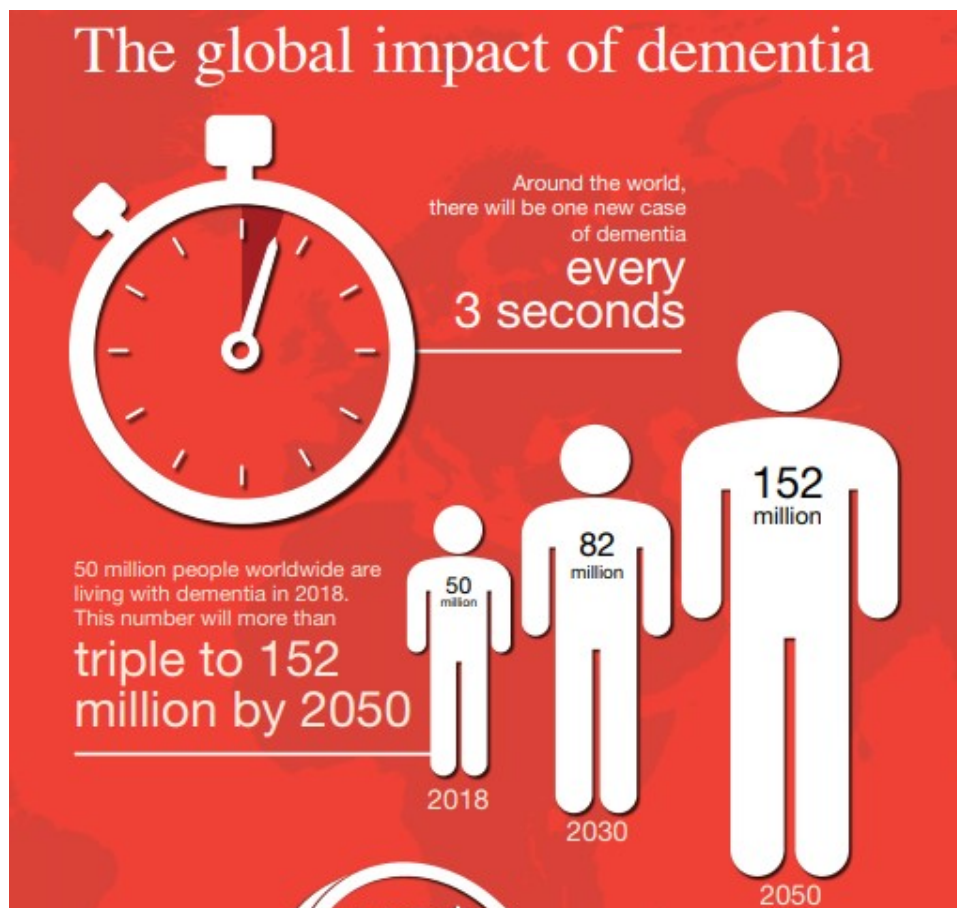
**BODIOSA, 16 DE SETEMBRO DE 2022**

# O que vamos falar:



- 1 – Uma vista sobre o problema das demências em Portugal e no mundo;
- 2 – Caracterização da demência;
- 3 – Sinais de alerta para a demência e doença de Alzheimer
- 4 – Um olhar especial sobre a memória
- 5 – Diagnóstico precoce
- 6 - Prevenção do risco

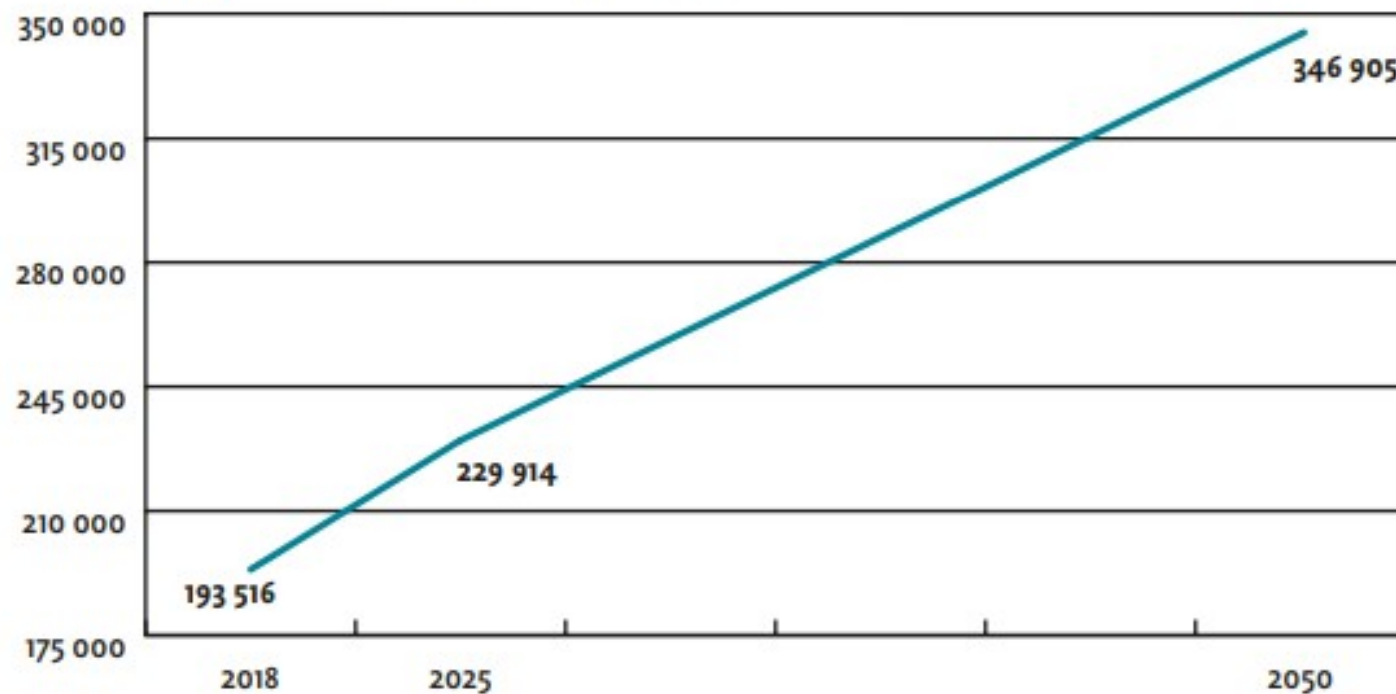
# PREVALÊNCIA MUNDIAL DE DEMÊNCIA



(World Alzheimer Report, 2015; 2018)

# PREVALÊNCIA DE DEMÊNCIA EM PORTUGAL

The number of people with dementia in Portugal from 2018 to 2050



DA - 153 000 pessoas

(Alzheimer Europe, Yearbook, 2019)

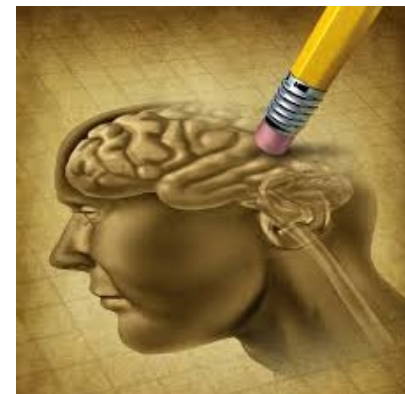
# PREVALÊNCIA DE DEMÊNCIA EM PORTUGAL

## Demências em Portugal:

- 30-59 anos - são os homens quem mais manifesta quadros demenciais;
- > 60 anos o número de mulheres com demência é cerca do dobro em relação aos homens;
- > 65 anos, o número de casos de demência **duplica a cada 5 anos de vida**;
- 80-89 anos, a demência afecta cerca de 15% da população portuguesa;
- > 90 anos, 30% das pessoas manifestam quadros demenciais.

# Quem pode ser afetado pela demência?

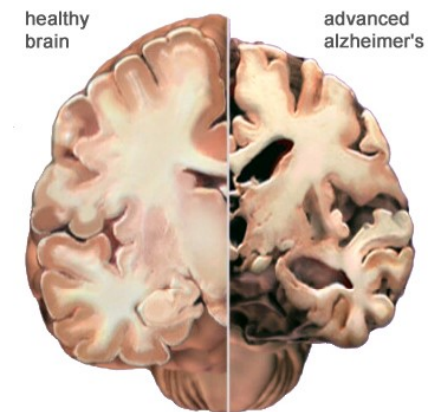
- **Qualquer pessoa**
- Mais frequente **> 65 anos**
- Também atinge pessoas de meia-idade (30-60 anos)
- **Escolaridade** mais **baixa**
- Sexo **feminino**
- Tipo de ocupação ao longo da vida



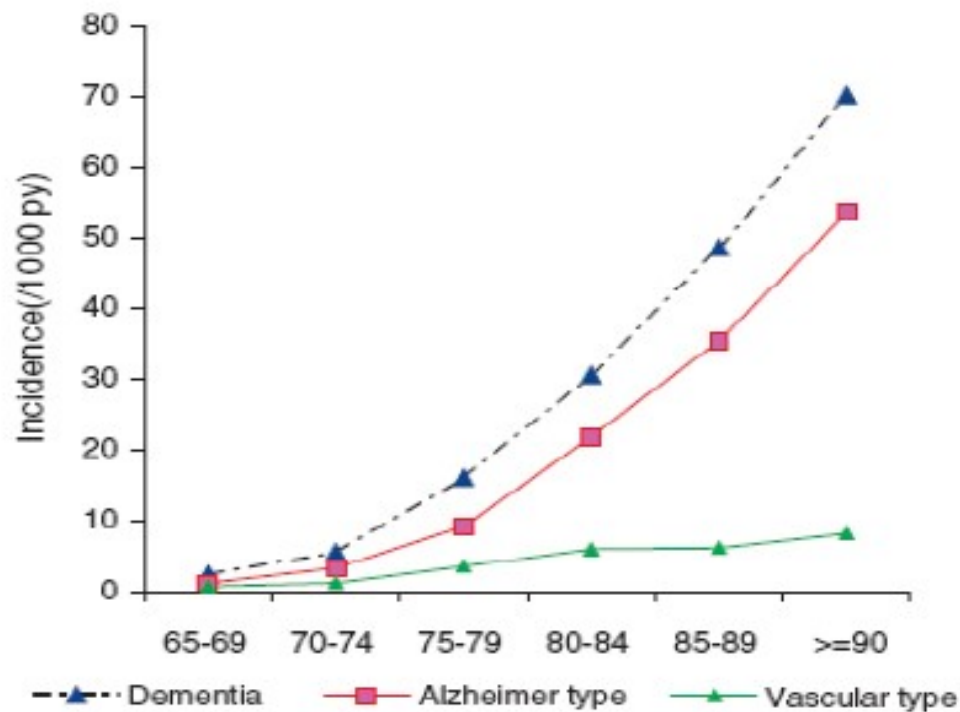


# DEMÊNCIAS OU TRANSTORNO NEUROCOGNITIVOS

- **Síndrome** orgânica adquirida
- **Crónica**
- Deve-se à **degeneração** gradual das diversas zonas **cerebrais**
- **Perda progressiva de capacidades cognitivas e funcionais**
- Alterações a nível **psicológico/comportamental/ emocional**
- Gera **incapacidade e dependência** nas mais diversas atividades familiares, sociais, laborais e quotidianas
- Gera **desadaptação** pessoal ao meio



# CLASSIFICAÇÃO DAS DEMÊNCIAS – PREVALÊNCIA:



## Em Portugal

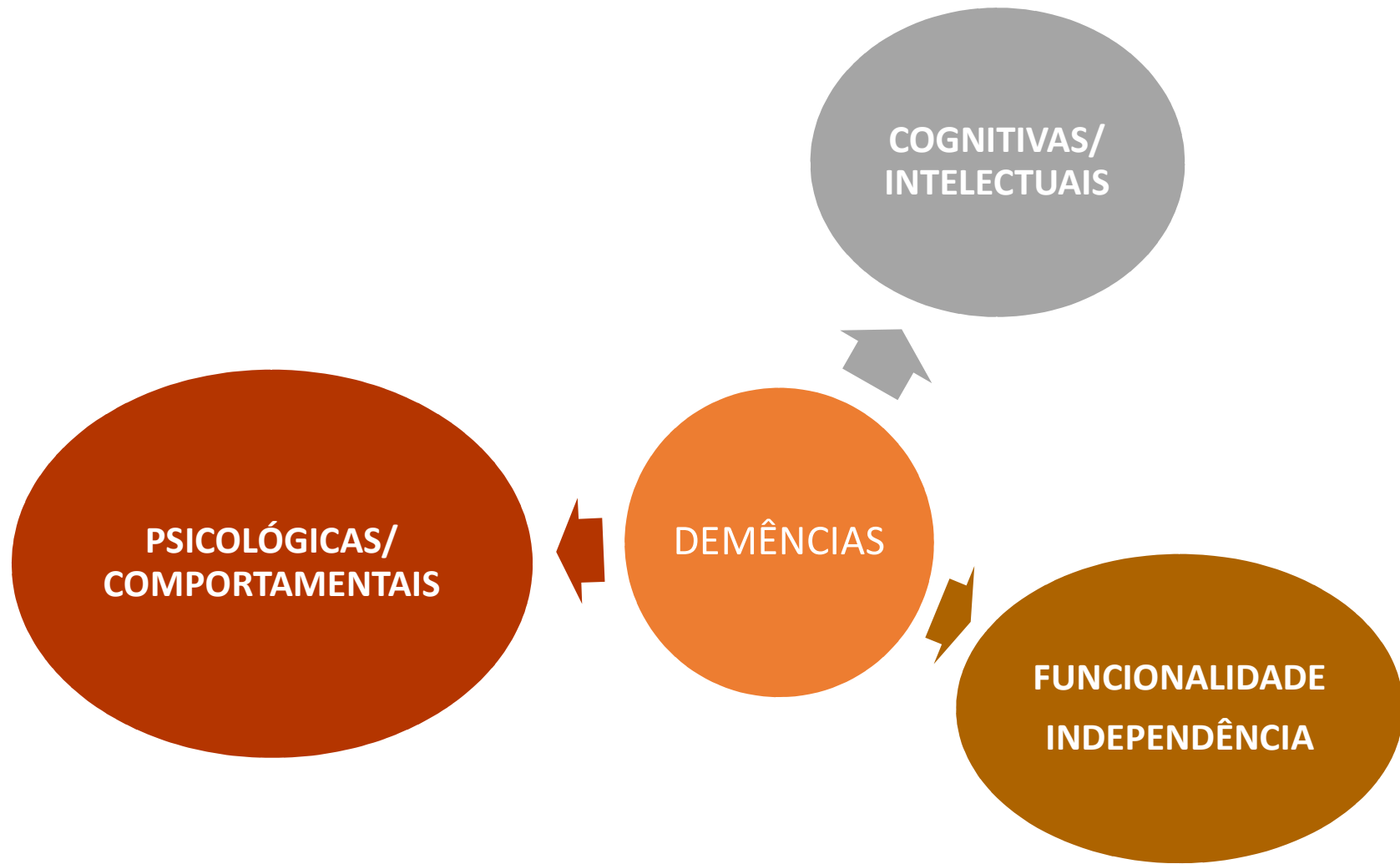
1. Alzheimer (60% - 70%)
2. Vascular (20 - 30%)
3. Fronto-temporal (5 - 10%)
4. Corpus de Lewy (>5%)

(Fratiglioni et al, 2000)

(AlzheimerPT, 2013)



# ALTERAÇÕES E PROGRESSÃO

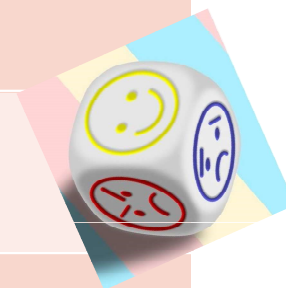


# ALTERAÇÕES COGNITIVAS NA DEMÊNCIA



# ALTERAÇÕES PSICOLÓGICAS NAS DEMÊNCIAS

ALTERAÇÕES PSICOLÓGICAS	
<b>HUMOR</b>	Depressão, Mania, Hipomania, Disforia, Irritabilidade, Ansiedade.
<b>EMOÇÕES E AFETIVIDADE</b>	Embotamento afetivo, Indiferença afetiva, Agressividade, Labilidade Emocional, Apatia.
<b>PENSAMENTO</b>	Delírios (roubo, perseguição, ciúme, etc.)
<b>SENSOPERCEÇÃO</b>	Ilusões e Alucinações (visuais, auditivas, somáticas, olfativas, gustativas, cinestésicas).
<b>PERSONALIDADE</b>	Perda da pragmática social, inflexibilidade, neuroticismo.



# ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS NAS DEMÊNCIAS

ALTERAÇÕES COMPORTAMENTAIS	
<b>COMPORTAMENTO MOTOR</b>	Hiperatividade motora, agitação, inquietação, deambulação, comportamentos bizarros, mutismo, ecolalia, ecopraxia, etc.
<b>COMPORTAMENTO ALIMENTAR</b>	Anorexia, Hiperfagia, Recusa alimentar.
<b>COMPORTAMENTO SEXUAL</b>	Diminuição ou aumento do desejo sexual; impulsividade/ compulsão sexual.
<b>SONO</b>	Insónia, Hipersónia, Inversão dos ciclos de sono-vigília, etc.

(Lagarto & Firmino, 2016)

# ALTERAÇÕES À FUNCIONALIDADE NA DEMÊNCIA

## **AIVD:**

- Conduzir/ deslocar-se em transportes públicos
- Usar o telefone
- Cozinhar
- Ir às compras
- Cuidar da casa
- Tomar a medicação
- Lidar com o dinheiro



## **AVD (Auto-Cuidado)**

- ❖ Alimentação
- ❖ Higiene Pessoal
- ❖ Vestir/Despir
- ❖ Mobilidade
- ❖ Controlo de Esfíncteres

# ALTERAÇÕES NA DEMÊNCIA



CAPACIDADES  
INTELECTUAIS



COMPORTAMENTO



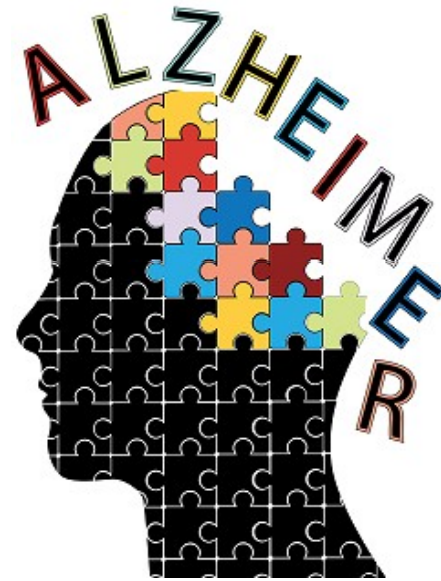
ATIVIDADES DE VIDA  
DIÁRIA



INDEPENDÊNCIA  
AUTONOMIA

NECESSIDADE DE  
SER APOIADO/  
CUIDADO, TER UM  
CUIDADOR

# Sinais de Alerta





# SINAIS DE ALERTA NA DEMÊNCIA I



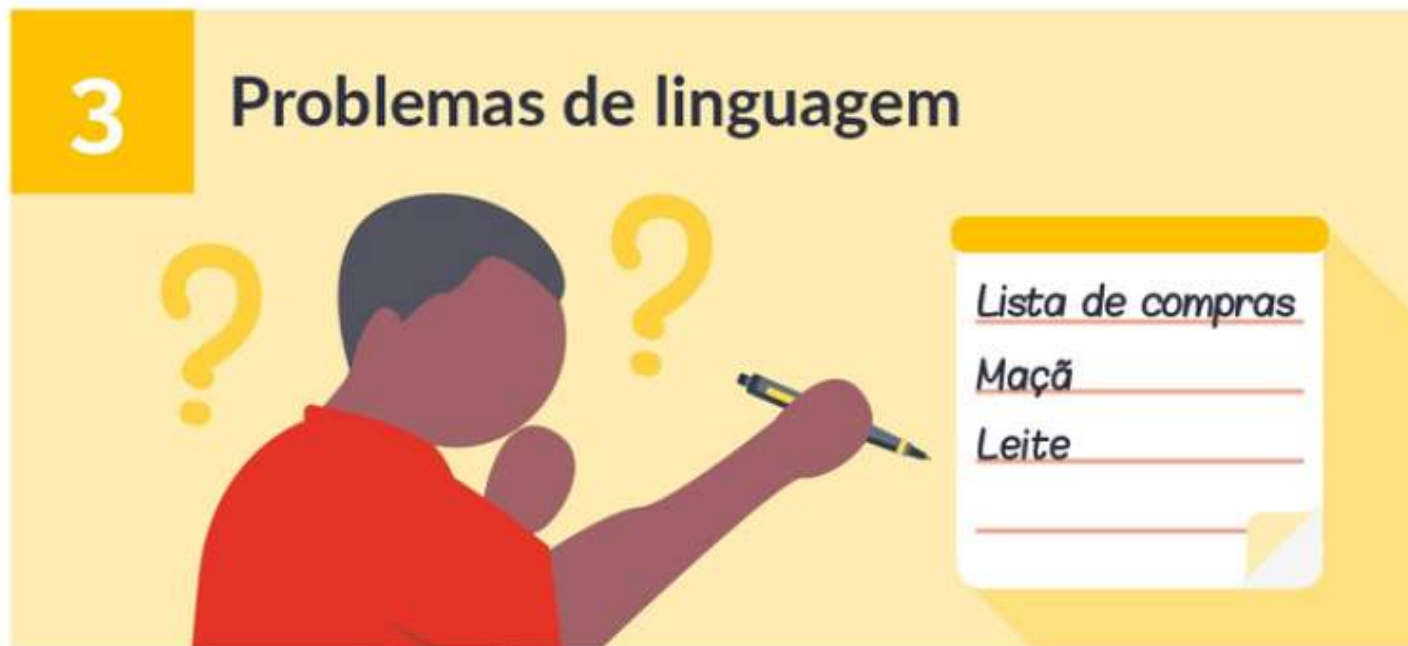
2

**Dificuldade em executar  
tarefas da vida diária**



3

## Problemas de linguagem



4

## Desorientação no espaço e no tempo



5

Descernimento fraco  
ou diminuído



6

## Dificuldade com conceitos abstractos







8

## Alterações de humor e de personalidade



9

Dificuldade em compreender a informação visual e relações espaciais



10

Afastamento do trabalho  
e da vida social







# ESCALA DE QUEIXAS SUBJETIVAS DE MEMÓRIA

Schmand B, Jonker C, Hooijer C, Lindeboom J. 1996









TODAS AS FALHAS DE MEMÓRIA SÃO SINAIS  
PARA ALARME?



- Esquecer nomes e palavras, mas ter a capacidade de lembrar mais tarde (demora no acesso à informação);
- Esquecer-se de algo, mas conseguir fazer o raciocínio inverso (reconstrução da história)
- Capacidade de aprender nova informação (embora num processo mais lento)



- Desorientar-se no espaço e não conseguir retomar o caminho para casa;
- Perder algo, mas não ser capaz de fazer um retrocesso mental;
- Esquecer-se de caras conhecidas, não ser capaz de se recordar mais tarde (incapaz de aceder a informação armazenada).

**ACEITA UM DESAFIO**



# Diagnóstico Precoce e Prevenção do Risco



**Sinais? Sintomas?**  **Profissionais de Saúde**

➤ **Avaliação integral da pessoa:**

➤ **Diagnóstico** adequado:

- Determinação da sua irreversibilidade;
- Análise da **capacidade cognitiva e funcional** (áreas comprometidas e preservadas);
- Despiste de outras doenças;
- Avaliação das **necessidades psicológicas, sociais e dos recursos**;
- Informações acerca do seu **possível prognóstico**.

# DIAGNÓSTICO PRECOCE



- Manter por mais tempo as suas **Capacidades Inalteradas / Travar a Evolução:**
  - Organizar um **Plano de cuidados/intervenção**
    - Tratamentos farmacológicos e não farmacológicos
- Manter o seu bem-estar e qualidade de vida;
- Dar tempo para se **Adaptar;**
- Poder **Tomar Decisões:**
  - Realizar o **testamento vital;**
  - Decidir sobre um futuro **tutor;**
  - **Institucionalização;**
  - Atividades pretende ainda realizar – **desejos/sonhos de vida por cumprir;**
  - Fazer o **testamento;**
  - **Organizar** as contas bancárias ou outros bens; etc.
- **Participação em estudos científicos.**

## Inatividade Física

Conhecer os fatores de risco da demência





## Fumar

Conhecer os fatores de risco da demência



## Consumo excessivo de álcool Conhecer os fatores de risco da demência



# Poluição ambiental

Conhecer os fatores de risco da demência



# Lesão cerebral

Conhecer os fatores de risco da demência



## Escasso contacto social

Conhecer os fatores de risco da demência



# Baixa escolaridade

Conhecer os fatores de risco da demência



# Obesidade

Conhecer os fatores de risco da demência



# Hipertensão

Conhecer os fatores de risco da demência





# Diabetes

Conhecer os fatores de risco da demência



# Depressão


Conhecer os fatores de risco da demência



# Dificuldade auditiva

Conhecer os fatores de risco da demência



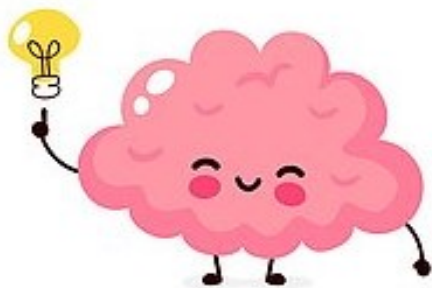


“O mais importante da vida não é a situação em que  
estamos, mas a **direção para a qual nos movemos.**”

Oliver Wendell Holmes



**GRATA PELA VOSSA ATENÇÃO**



**CENTRO APOIO ALZHEIMER VISEU**

Rua José Branquinho, bloco F, Cave

Contactos:

232 394 421

[centroapoioalzheimerviseu@gmail.com](mailto:centroapoioalzheimerviseu@gmail.com)