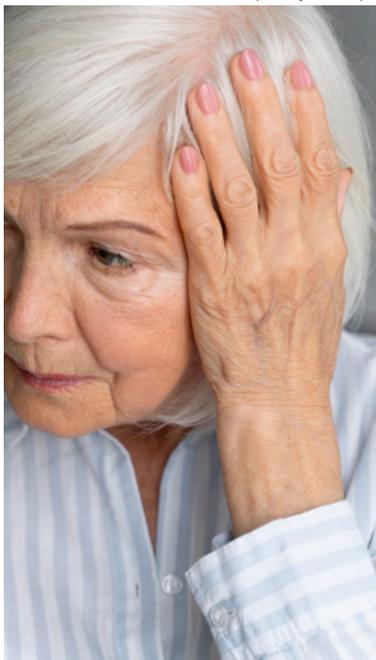


Reprodução Freepik



21 de setembro, Dia Mundial e Nacional da Doença de Alzheimer

de tarefas corriqueiras, como se alimentar ou se vestir.

Em fases mais avançadas, o paciente passa a não reconhecer parentes e amigos, até ficar totalmente dependente.

"A pessoa torna-se incapaz de aprender novas informações. Essa alteração de memória é justamente para as novas informações, os fatos recentes. A memória de acontecimentos antigos continua bastante preservada, no início. O paciente pode ainda não reconhecer lugares que antes eram familiares, se perder em datas e também apresentar quadros de depressão, apatia, surtos de agressividade, delírios de roubo e mania de perseguição", explica Jerusa Smid, doutora em ciências pelo Departamento de Neurologia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), neurologista do Grupo de Neurologia Cognitiva e do Comportamento (GNCC) da Divisão de Clínica Neurológica do Hospital das Clínicas da FMUSP e coordenadora do Departamento Científico de Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento da Academia Brasileira de Neurologia (ABN).

Até o momento, a literatura médica não descobriu as

causas da doença. Sabe-se, no entanto, que é preciso dar atenção às proteínas Beta-amiloide, que são consequências de parte da degradação celular. Elas se acumulam no cérebro de pessoas mais idosas e ainda mais nas acometidas por Alzheimer.

Provavelmente são produtos de um mecanismo de reparação celular irregular e, por isso, se acumulam em grande quantidade nesses grupos. Não são a causa exclusiva do Alzheimer, nem sua única consequência, apenas um dos componentes da sua fisiopatologia.

A doença começa muito antes dos primeiros sintomas. Isso porque temos uma "reserva cognitiva", uma "resiliência cerebral". Nessa fase, acontecem ainda bastante sinapses e a ela vai avançando, mas sem manifestar problemas.

Inicialmente, o Alzheimer acomete a região do hipocampo, que é portão da memória. No quadro primário, que é chamado comprometimento cognitivo leve, o indivíduo percebe que sua memória está deteriorando. O primeiro sintoma, na maioria dos pacientes, é esquecimento para eventos recentes, enquanto fatos remotos

seguem preservados. Às vezes, a pessoa é incapaz de lembrar o que almoçou ontem, mas lembra com detalhes de sua casa de infância, por exemplo. E isso vai levando a perda de independência e autonomia. Com a evolução da doença, outras regiões do cérebro vão sendo acometidas e mais alterações cognitivas ocorrendo, piorando a qualidade de vida.

Como a doença está bastante associada ao envelhecimento, especialistas recomendam olhar para pessoas muito antes disso: aos 20, 30 anos e não aos 70. É preciso investir em uma melhor qualidade de envelhecimento cerebral desde jovem.

Uma pesquisa publicada na revista científica "The Lancet", no ano passado, aponta como medidas preventivas: manter o nível de açúcar no sangue e o peso para evitar diabetes; obter o máximo de educação escolar na infância; manter-se cognitivamente ativo, por meio de leituras, jogos e aprendendo coisas novas; controlar a depressão; gerenciar o estresse; ter a pressão arterial sob controle, especificamente a partir dos 40 anos; examinar perda de audição ao longo da vida; praticar regularmente atividades físicas; seguir uma alimentação saudável, balanceada e rica em vitamina C; evitar exposição à poluição do ar e ao fumo; não abusar de bebidas alcoólicas; buscar ter um sono de qualidade, entre outros cuidados.

"São ações consideradas preventivas para retardar a doença, já que não há como evitá-la", finaliza a neurologista Jerusa Smid.

DA REDAÇÃO

A doença de Alzheimer atinge 5% da população com mais de 65 anos – ou 1,4 milhão de pessoas no Brasil. Ela provoca a perda de funções como memória, raciocínio, juízo crítico e orientação, podendo levar à desorientação espacial, alterações de comportamento e dificuldades para a realização

Loterias



Acumulou - Concurso 2410

07 10 27 35 43 59



Acumulou - Concurso 5661

10 13 30 57 66



Acumulou - Concurso 2275

1ª SORTEIO
05 21 28 33 37 42
2ª SORTEIO
16 24 33 37 40 46



Acumulou - Concurs 1690

08 37 42 49 61 68 79



Acumulou - Concurso 2214

07 17 19 21 24 26 31
38 43 46 47 51 53 65
67 70 76 78 86 90



DIA 20

ADEMAR ROSSI
CRISTIANE APARECIDA DOS SANTOS
DIOMAR MARIA M. SENA
GABRIELA DE LIMA FACIM
MISSAI TAITI ONO
NAIR GELAMO PELEGRINO
SERGIO ADALBERTO SACCHETO

DATAS COMEMORATIVAS



Dia do Baterista

Dia do Funcionário Municipal