

ALZHEIMER

MANUAL DO CUIDADOR

**SITUAÇÕES E CUIDADOS
PRÁTICOS DO COTIDIANO**



Universidade Estadual de Santa Cruz

GOVERNO DO ESTADO DA BAHIA

JAQUES WAGNER - GOVERNADOR

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

OSVALDO BARRETO FILHO - SECRETÁRIO

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE SANTA CRUZ

ANTONIO JOAQUIM BASTOS DA SILVA - REITOR

ADÉLIA MARIA CARVALHO DE MELO PINHEIRO - VICE-REITORA

DIRETORA DA EDITUS

MARIA LUIZA NORA

Conselho Editorial:

Maria Luiza Nora – Presidente

Adélia Maria Carvalho de Melo Pinheiro

Antônio Roberto da Paixão Ribeiro

Dorival de Freitas

Fernando Rios do Nascimento

Jaênes Miranda Alves

Jorge Octavio Alves Moreno

Lino Arnulfo Vieira Cintra

Marcelo Schramn Mielke

Maria Laura Oliveira Gomes

Marileide Santos Oliveira

Paulo Cesar Pontes Fraga

Raimunda Alves Moreira de Assis

Ricardo Matos Santana

Raimunda Silva d'Alencar
Evani Moreira Pedreira dos Santos
Joelma Batista Tebaldi Pinto

ALZHEIMER

MANUAL DO CUIDADOR

**SITUAÇÕES E CUIDADOS
PRÁTICOS DO COTIDIANO**

DFCH – NÚCLEO DE ESTUDOS
DO ENVELHECIMENTO

Ilhéus-BA
2010



Editora da UESC

©2010 by RAIMUNDA SILVA D'ALENCAR
EVANI MOREIRA PEDREIRA DOS SANTOS
JOELMA BATISTA TEBALDI PINTO

Direitos desta edição reservados à
EDITUS - EDITORA DA UESC
Universidade Estadual de Santa Cruz
Rodovia Ilhéus/Itabuna, km 16 - 45662-000 Ilhéus, Bahia, Brasil
Tel.: (73) 3680-5028 - Fax: (73) 3689-1126
<http://www.uesc.br/editora> e-mail: editus@uesc.br

PROJETO GRÁFICO E CAPA

Álvaro Coelho

REVISÃO

Jorge Moreno
Aline Nascimento

ILUSTRAÇÃO DE CAPA

Imagem de Benjamin Earwicker
(retirado do site *Stock. XCNHG*)

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

A368 d'Alencar, Raimunda Silva.
Alzheimer – manual do cuidador : situações e cuidados práticos do cotidiano / Raimunda Silva d'Alencar, Evani Moreira Pedreira dos Santos, Joelma Batista Tebaldi Pinto. – Ilhéus : Editus, 2010.
50p.
Bibliografia.

ISBN 978-85-7455-199-9

1. Alzheimer, doença de – Pacientes – Cuidado e tratamento. 2. Idosos – Cuidado e tratamento. 3. Idosos – Relação com a família. I. Santos, Evani Moreira Pedreira dos. II. Pinto, Joelma Batista Tebaldi. III. DFCH-Núcleo de Estudos do Envelhecimento. IV. Título.

CDD – 362.6

Sumário

1	Introdução.....	7
2	Adequação do Ambiente Físico.....	11
3	Agitação / Agressividade / Inquietação..	15
4	Alimentação, Apetite, Inapetência, Perda de Peso	19
5	Banho, Higiene Pessoal e Vestuário...	24
6	Comunicação	30
7	Incontinência ou perda involuntária	.33
8	Medicamentos	35
9	Sono e Repouso	38
	Livros Consultados	46
	Sobre as Autoras	49

1 | Introdução

O real não está na saída nem na chegada; ele se dispõe para a gente é no meio da travessia (Guimarães Rosa, 2001, p. 80)¹.

Não se constitui tarefa das mais simples cuidar de uma pessoa idosa com alguma patologia; quando essa patologia é Alzheimer, a tarefa não só se qualifica pelo alto grau de exigência física e emocional de quem cuida, mas pelos requerimentos de criatividade e sabedoria para lidar cotidianamente com o portador da doença que, como dizem Jytte Lokvig et al²., “não está propriamente doente, mas sim em um estado mental alterado e ainda é capaz de ter uma vida plena”, inde-

¹ ROSA, J.G. **Grande Sertão**: veredas. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

² LOKVIG, Jytte; BECKER, John D. **Alzheimer de A a Z. Tudo o que você precisa saber sobre Alzheimer**. Campinas, SP: Verus, 2005.

pendente do estágio da doença.

Assim, é muito comum que uma parcela significativa de cuidadores compreenda e sinta que a função de cuidar de uma pessoa com Alzheimer é uma experiência dolorosa, frustrante e estressante.

A doença de Alzheimer (DA), apesar dos avanços científicos experimentados na última década, continua cercada de muitas interrogações, não só em torno de suas causas, mas de sua evolução.

Hoje, é qualificada como uma doença neurológica de caráter progressivo e irreversível que deteriora o cérebro, deixando sequelas que podem se estender por um período de vida que oscila entre dois e 20 anos, chegando irremediavelmente à morte da pessoa afetada.

Embora não existam regras que sejam válidas para todas as pessoas e circunstâncias, pois cada pessoa é única, é diferente da outra, há sintomas que são comuns para todos os portadores de Alzheimer. Esta é a razão que nos levou a elaborar este pequeno Manual, com o propósito de colaborar com os cuidadores naquilo que é comum, naquelas situações em que muitas pessoas, muitas famílias, em dife-

rentes espaços, enfrentam dia e noite com seu familiar portador da DA.

O cuidador deve ser uma pessoa bem informada sobre a doença de Alzheimer e seu processo de evolução, sobre as decisões da família em relação à pessoa doente e as orientações médicas a respeito do tratamento.

Mas o cuidador deve ter claro, também, que cuidar de alguém com DA é trabalhar todo o tempo com flexibilidade, considerando: 1) que a pessoa já é idosa; 2) ela tem uma história e experiência de vida; 3) quais os fatos característicos em cada uma das etapas da doença e 4) as condições de adaptação e de ajuda que a família, a comunidade (vizinhos, amigos, parentes, igreja) e o poder público oferecem.

O conhecimento e a consciência desses múltiplos aspectos ajudam o cuidador a construir um plano de trabalho adequado à realidade da pessoa que está sendo cuidada, da mesma forma que ajuda a considerá-la um ser humano digno do respeito e merecedor da qualidade de vida a que tem direito como ser humano.

O portador da doença de Alzheimer

tem necessidades que precisam ser atendidas, especialmente por já se encontrarem em idades superiores a sessenta anos, em que modificações bioquímicas, funcionais e morfológicas determinam diminuição da capacidade do indivíduo. Essas necessidades se materializam em: um ambiente físico adequado à sua condição de idoso e de portador de uma doença que o faz esquecer até mesmo a própria identidade; pessoas capacitadas, compreensivas e amorosas a sua volta; profissionais de diversas áreas, como o neurologista (que o acompanhe, oriente e prescreva a sua medicação), o nutricionista (que oriente a família sobre a alimentação adequada nos diferentes estágios da doença), o fonoaudiólogo (que oriente nos exercícios para a manutenção da fala, na ingestão e deglutição dos alimentos), o fisioterapeuta (para auxiliar na postura correta, na acessibilidade e funcionalidade dos movimentos), o educador físico (que o mantenha em movimento), o terapeuta ocupacional (para mantê-lo em atividades criativas durante o dia, ajudando-o a reduzir a inquietação pela ociosidade).