



## Saiba diferenciar Alzheimer e envelhecimento

Esquecimentos, mudança brusca de humor e falta de iniciativa exigem atenção.

O mal de Alzheimer é uma doença degenerativa que ataca o cérebro e provoca a perda das funções cognitivas, como memória, capacidade de orientação no tempo e/ou espaço e capacidade de planejamento. O problema tem início com alterações na memória e avança progressivamente até a dependência total do paciente.

Porém, os sintomas do Alzheimer vão além do simples esquecimento do dia a dia. Portadores da doença têm dificuldade para se comunicar, aprender e raciocinar. Essas mudanças impactam o trabalho e atividades sociais e familiares. Como a doença é difícil de diagnosticar é fundamental que pessoas com mais de 60 anos procurem um médico para entender melhor os sintomas. A descoberta precoce é a chave para uma melhor qualidade de vida e controle da doença.

A Alzheimer Association, nos Estados Unidos, desenvolveu um teste para ajudar a diferenciar sinais normais da idade com o mal de Alzheimer. Confira os sintomas:

### **Perda de memória**

Esquecer informações aprendidas recentemente é um dos primeiros sintomas da doença. Não se assuste: confundir nomes e compromissos ocasionalmente é normal. O que é preciso prestar atenção, na verdade, é se a pessoa esquece coisas com mais frequência e fica incapaz de lembrar o assunto posteriormente.

### **Dificuldade para realizar atividades rotineiras**

Portadores de Alzheimer têm dificuldade para planejar e completar tarefas do dia a dia, como preparar uma refeição, fazer uma ligação ou jogar um jogo. Já esquecer ocasionalmente o que você ia dizer ou o que você ia fazer é normal.

### **Esquecimentos**

Pacientes com Alzheimer podem se esquecer de onde estão e de como chegaram até determinado local. Além disso, perder-se na própria vizinhança ou esquecer o caminho de casa são comuns lapsos comuns entre os portadores da doença.

### **Poder de julgamento e raciocínio abaixo do normal**

Vestir-se de forma inapropriada, com várias camadas de roupa em dias quentes ou pouca vestimenta em dias frios pode ser um sinal de que o cérebro não vai bem. Pacientes de Alzheimer mostram pouca capacidade de julgamento, como doar alta soma de dinheiro sem motivo específico.

### **Problemas com pensamento abstrato**

Dificuldade acima do comum para realizar raciocínios mentais, como esquecer para que servem os números ou como devem ser usados, é outro sinal da doença. Já achar difícil decifrar ou desenvolver uma fórmula matemática é normal.

### **Errar o lugar as coisas**

Pessoas com Alzheimer podem errar o lugar de coisas usuais. Por exemplo: colocar o ferro de passar no freezer é um sintoma comum da doença. Entretanto, é normal colocar as chaves do carro ou carteira em lugar estranho de vez em quando.

### **Mudanças de humor e comportamento**

Rápida alternância de humor e comportamento também é um sinal da doença. Pacientes mudam de humor muito rápido e sem motivos aparentes. Eles podem ir de um estado calmo ao depressivo e raivoso em pouco tempo.

A personalidade de pessoas com Alzheimer pode mudar drasticamente. Elas se tornam confusas, desconfiadas, medrosas ou dependentes de um membro da família. Entretanto, com o passar dos anos, é normal ocorrer alguma mudança na personalidade. Fique atento se a transformação for mais severa que o usual.

### **Perda de iniciativa nas atividades**

As pessoas com Alzheimer tornam-se muito passivas. Ficam, por exemplo, horas em frente à TV, dormem mais do que o normal e, normalmente, não têm disposição para realizar tarefas usuais.

### **Problemas com a linguagem**

Esquecer palavras simples, substituir palavras comuns e usuais, dificultar a forma de falar ou escrever pode ser um sinal da doença. Por exemplo: um portador do problema não consegue encontrar a escova de dente e, ao invés de perguntar "onde está minha escova de dente?", perguntaria "onde está o objeto de limpar a boca?".

Fonte: [minhavidacom.br](http://minhavidacom.br)