BMJ Best Practice

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Nov 16, 2023

Doença de Alzheimer e outros tipos de demência: quais tratamentos funcionam?

Muitos de nós começam a se esquecer de coisas à medida que envelhecemos. Mas se alguém tiver a doença de Alzheimer ou outro tipo de demência, esse esquecimento se torna muito grave. Os sintomas pioram com o tempo.

Não há cura para o mal de Alzheimer e para a maioria dos outros tipos de demência. Mas há algumas maneiras de ajudar a lidar com isso. Alguns medicamentos podem ajudar um pouco com o esquecimento e a confusão. O tratamento deve se basear nas necessidades individuais da pessoa e em sua situação (por exemplo, se ela mora sozinha).

Quando alguém é diagnosticado pela primeira vez, deve ser encaminhado a um assistente social ou profissional de saúde mental para que receba o apoio adequado. Eles, seus cuidadores e familiares também devem ser informados sobre os serviços comunitários que podem ajudar.

As pessoas com demência eventualmente precisarão de muita ajuda para cuidar de si mesmas. Para saber mais sobre o que acontece na demência e seus sintomas, consulte o folheto *Alzheimer's disease and other types of dementia (Doença de Alzheimer e outros tipos de demência*).

Tratamentos para ajudar na memória e no raciocínio

Talvez você ouça os problemas de memória e raciocínio causados pela demência serem chamados de**comprometimento cognitivo**". Há vários tipos de medicamentos que podem ajudar com esses problemas. Eles se dividem em dois grupos principais:

- inibidores da colinesterase
- Antagonistas do receptor NMDA.

Pesquisas descobriram que esses medicamentos podem ajudar algumas pessoas com demência a se lembrarem melhor das coisas. Eles podem ajudar algumas pessoas a cuidar de si mesmas por mais tempo.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Mas esses medicamentos não ajudam a todos, e é improvável que você veja uma grande melhora.

Esses medicamentos podem ter efeitos colaterais. Algumas das mais comuns são sentir-se mal, ter diarreia ou não sentir vontade de comer. Se os efeitos colaterais se tornarem um problema, mudar para um tratamento diferente ou uma dose diferente pode ajudar, portanto, converse com seu médico.

Tratamentos não medicamentosos

Algumas pessoas experimentam um remédio herbal chamado Ginkgo biloba para os sintomas da demência. Mas os médicos não costumam recomendá-lo porque não há evidências confiáveis de que ele ajude.

Também não é recomendado com frequência porque os produtos fitoterápicos não são testados da mesma forma que os medicamentos. Nem sempre é possível ter certeza da pureza de um produto.

O Ginkgo biloba não tem muitos efeitos colaterais. Entretanto, as pessoas que tomam Ginkgo devem informar seu médico. Isso porque ele pode ser prejudicial se tomado com alguns medicamentos, especialmente os que previnem coágulos sanguíneos (como aspirina ou varfarina).

Obtendo o máximo da vida

Para ajudar as pessoas com demência a aproveitar ao máximo a vida, os terapeutas geralmente as incentivam a ser o mais independentes possível e a fazer coisas de que gostam. Se você estiver próximo de alguém com demência, talvez queira tentar algumas dessas ideias.

Alguns terapeutas usam coisas como jogos de palavras ou números, praticam com dinheiro ou olham fotos de rostos famosos. Isso é chamado de **estimulação cognitiva**. Para ajudar uma pessoa com demência a se sentir envolvida com a vida, ela pode ser incentivada a falar sobre as pessoas nas fotografias de família, jogar jogos ou fazer quebra-cabeças. Um calendário grande ou um quadro negro pode ser usado para lembrar as pessoas sobre o que está acontecendo naquele dia. Esse tipo de abordagem é chamado de **orientação para a realidade**.

A musicoterapia também pode ser usada para tentar ajudar alguém com demência a se sentir mais feliz ou mais relaxado. Isso pode envolver ouvir uma gravação, ir a um show, dançar ou tocar instrumentos. Algumas pesquisas sugerem que a música pode ajudar as pessoas a se sentirem menos inquietas e perturbadas.

A terapia ocupacional tem como objetivo ajudar as pessoas a continuarem cuidando de si mesmas por mais tempo. Um terapeuta ocupacional pode dar conselhos sobre como facilitar as coisas do dia a dia. Eles também podem sugerir como adaptar a casa da pessoa para ajudá-la a lidar com a situação.

Um tratamento chamado **terapia de reminiscência** tem como objetivo ajudar as pessoas a exercitar sua memória. As pessoas com demência geralmente se lembram melhor de

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

coisas que aconteceram há muito tempo do que de coisas que aconteceram recentemente. Um terapeuta pode fazer perguntas a uma pessoa sobre sua infância ou sugerir que ela manuseie objetos de seu passado. Não há muitas pesquisas sobre isso, mas pode ajudar.

Até mesmo coisas simples, como brincar com um animal de estimação, podem ajudar uma pessoa com demência a se sentir mais feliz com a vida.

Tratamentos para pessoas que estão agitadas ou angustiadas

Algumas pessoas com demência ficam muito angustiadas às vezes. Elas podem ficar perturbadas e ansiosas ou se convencer de que coisas desagradáveis estão acontecendo ao seu redor. Algumas pessoas ficam irritadas ou agressivas. Se essas coisas acontecerem com seu parente ou ente querido, há várias técnicas e tratamentos que o médico pode sugerir.

Antes de considerar os medicamentos, pode ser útil pensar se alguma mudança nos cuidados com a pessoa poderia ajudá-la a ficar menos angustiada. Por exemplo, uma pessoa pode gostar de mais privacidade ou querer ficar ocupada a maior parte do tempo. Um ambiente calmo e técnicas como a distração podem ajudar. Quaisquer outras doenças ou problemas que a pessoa possa estar enfrentando (por exemplo, dor) também devem ser tratados.

Os tratamentos médicos para angústia e inquietação podem ter efeitos colaterais perigosos. A sonolência é um efeito colateral comum e pode ser grave a ponto de fazer com que alguém desmaie. Não deixe de conversar com seu médico sobre os efeitos colaterais.

Um medicamento diferente ou uma mudança na quantidade de medicamento que a pessoa está tomando pode ajudar a evitar os efeitos colaterais. Se um médico prescrever um medicamento para alguém que está angustiado, o tratamento deve ser examinado regularmente para verificar se ainda é o tratamento correto. Ele deve ser interrompido se não for mais necessário ou não ajudar mais.

Alguns tipos de medicamentos chamados antipsicóticos podem ajudar as pessoas que têm delírios (acreditam ou pensam coisas que não são verdadeiras). Mas eles podem causar efeitos colaterais graves. Os medicamentos antipsicóticos aumentam o risco de derrame e de morte precoce quando são usados para tratar idosos com demência. Na maioria dos casos, os médicos não devem prescrever medicamentos antipsicóticos para pessoas com demência.

Outros medicamentos, como antidepressivos (medicamentos usados para tratar a depressão) e medicamentos usados para epilepsia, às vezes são usados para tratar pessoas com demência que estão perturbadas e angustiadas. Mas isso é incomum.

Onde obter mais ajuda

Se souberem que você tem demência ou se estiver cuidando de alguém com demência, certifique-se de obter toda a ajuda possível: por exemplo, da sua família e dos serviços sociais. Há também grupos locais de cuidadores que podem lhe dar apoio. Por exemplo, no Reino Unido, você pode entrar em contato com a Alzheimer's Society(alzheimers.org.uk),

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Alzheimer Scotland(alzscot.org), e Carers UK(carersuk.org). Seu médico também poderá sugerir onde você pode procurar ajuda em sua região.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com . Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information . A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.