

Dr. Judes Poirier  
Dr. Serge Gauthier

DOENÇA DE  
**ALZHEIMER**

O GUIA  
COMPLETO

---

Prefácio de André Chagnon

Posfácio de Michaëlle Jean

*DOENÇA DE ALZHEIMER*

*O guia completo*

Do original em língua francesa  
*La maladie D'Alzheimer – Le guide*

Copyright © 2011 by Les Éditions du Trécaré

Publicado mediante acordo com Groupe Librex Inc., Éditions du Trécaré,  
Montreal, Quebec, Canadá

Direitos desta tradução intermediados por Paul Christoph Agência Literária  
e adquiridos por Summus Editorial

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**

Assistente editorial: **Michelle Neris**

Tradução: **Janaína Marcoantonio**

Revisão técnica: **Dr. João Carlos Papaterra Limongi**

Projeto gráfico de capa e miolo: **Les Éditions du Trécaré**

Diagramação: **Santana**

Impressão: **Intergraf**

*Este livro não pretende substituir qualquer tratamento médico.  
Quando houver necessidade, procure a orientação de um profissional especializado.*

**MG Editores**

Departamento editorial  
Rua Itapicuru, 613 – 7º andar  
05006-000 – São Paulo – SP  
Fone: (11) 3872-3322  
Fax: (11) 3872-7476  
<http://www.mgeditores.com.br>  
e-mail: [mg@mgeditores.com.br](mailto:mg@mgeditores.com.br)

Atendimento ao consumidor  
Summus Editorial  
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado  
Fone: (11) 3873-8638  
Fax: (11) 3872-7476  
e-mail: [vendas@summus.com.br](mailto:vendas@summus.com.br)

Impresso no Brasil

---

# Sumário

PREFÁCIO .....	10
INTRODUÇÃO – <b>A doença de Alzheimer na era dos filhos do <i>baby boom</i></b> .....	13
CAPÍTULO 1 – <b>Professor Alois Alzheimer: um cientista com coração</b> .....	17
O caso de Auguste Deter .....	21
CAPÍTULO 2 – <b>Uma doença de proporções epidêmicas</b> .....	29
CAPÍTULO 3 – <b>O diagnóstico da doença de Alzheimer</b> .....	39
Os primeiros sintomas .....	39
Exames indicados em caso de suspeita de doença de Alzheimer .....	41
O que o médico diz a um paciente diagnosticado .....	43
É necessário consultar um especialista? .....	46
CAPÍTULO 4 – <b>A progressão natural da doença de Alzheimer</b> .....	55
Os estágios da doença de Alzheimer .....	55
O impacto imediato da doença de Alzheimer à medida que progride .....	59

CAPÍTULO 5 – <b>Os tratamentos atuais da doença de Alzheimer</b> .....	65
Estágio 1: ausência de sintomas e de deterioração cognitiva mensurável .....	65
Estágio 2: sintomas leves, sem deterioração cognitiva mensurável .....	67
Estágio 3: sintomas leves, com deterioração cognitiva mensurável, mas sem declínio funcional, ou com dificuldades cognitivas leves .....	69
Estágio 4: demência leve .....	69
Estágios 5 e 6: demência moderada a grave .....	73
Estágio 7: demência muito grave a estágio terminal .....	75
CAPÍTULO 6 – <b>Cem anos de pesquisa sobre as possíveis causas da doença de Alzheimer</b> .....	79
Fatores ambientais .....	80
Fatores genéticos .....	85
Genética e a forma comum de doença de Alzheimer .....	86
Considerações éticas e genética .....	97
CAPÍTULO 7 – <b>Fatores de risco e de proteção na vida cotidiana</b> .....	101
Escolaridade e doença de Alzheimer .....	103
E quanto ao vinho tinto? .....	108
Estilos de vida e estratégias pessoais .....	110
Atividade física .....	110
Atividade intelectual .....	112
Uma dieta saudável e nutritiva .....	112
Uma combinação de intervenções .....	113
Como as pessoas podem participar de pesquisas médicas? .....	114
CAPÍTULO 8 – <b>O que está por vir: pesquisas médicas nos próximos anos</b> .....	117
Amiloides: ensaios de imunização passiva .....	120
Dimebon: agente sintomático ou estabilizador da doença? .....	121
Medicamentos sintomáticos novos e mais potentes? .....	122
Aumento do tempo de vida dos neurônios: fatores de crescimento e células-tronco .....	124
Antioxidantes: vale a pena continuar pesquisando? .....	129
E quanto ao estrogênio para mulheres que já passaram pela menopausa? .....	130
Se a diabetes é um fator de risco, por que não usar insulina? .....	130
Por que não estimular o gene preguiçoso APOE? .....	133
E onde entra a prevenção em tudo isso? .....	135

CAPÍTULO 9 – <b>As principais decisões a ser tomadas no</b>	
<b>decurso da doença de Alzheimer</b> .....	145
A primeira consulta médica .....	145
Quando o diagnóstico é confirmado, a pessoa deve ser informada? .....	148
Procuração para cuidados de saúde em caso de incapacidade e procuração de plenos poderes .....	149
A pessoa deve tomar medicamentos para tratar a doença de Alzheimer? .....	150
A pessoa ainda pode dirigir? .....	151
A pessoa pode morar sozinha em segurança? .....	152
A pessoa pode sair de casa sozinha? .....	152
Que fazer se a pessoa ficar irritada? .....	154
Quando é a hora de a pessoa ir para um asilo? .....	155
A pessoa pode parar de tomar medicamentos? .....	155
Um caso de pneumonia deve ser tratado? .....	156
Quando adotar medidas para proteger a saúde do cuidador? .....	156
CONCLUSÃO – <b>Cem anos de progresso e esperança</b> .....	161
POSFÁCIO .....	165
PARA SABER MAIS .....	168
Referências na internet .....	171
OS AUTORES .....	172

---

# Prefácio

Se há um assunto que não sai da minha cabeça há anos é a doença de Alzheimer, pois minha esposa, Lucie, sofre desse mal. Como muitas famílias, estamos lidando com a situação e aprendendo a lamentar a perda de uma série de prazeres que só a morte deveria ter levado embora. A comunicação, a proximidade e os sonhos compartilhados já não são possíveis. É claro que Lucie não é a única pessoa com essa doença. Há 40 milhões de vítimas no mundo, e estima-se que venham a ser 80 milhões daqui a uma geração.

A doença de Alzheimer começa a assumir proporções epidêmicas e vem afetando um número cada vez maior de pessoas, tendo em vista que nossa população está cada vez mais idosa. Para-

fraseando Jean de La Fontaine, o famoso escritor de fábulas, pode-se afirmar que, ainda que nem todos venhamos a ser vítimas da doença, seremos todos afetados por ela. Sem dúvida, veremos membros de nossa família ou do círculo de amigos recebendo o diagnóstico e necessitando de cuidados.

Diariamente, os cuidadores precisam de incentivo, apoio e conselhos para desempenhar sua função e tomar decisões acertadas. Quanto à próxima geração, precisa saber se as pesquisas estão progredindo e se pode ter esperanças de um futuro menos preocupante do que o de seus pais e avós. Este livro responde a ambas as perguntas em termos claros e facilmente compreensíveis. Oferece conselhos a cuidadores e derruba mitos

com explicações médicas e dados precisos para ajudar os leitores mais jovens a compreender o assunto.

Renomados por seu conhecimento nessa área, Judes Poirier e Serge Gauthier fazem uma excelente análise das pesquisas passadas e atuais e propõem, inclusive, uma breve incursão no futuro. Eles abordam os aspectos que nos interessam de maneira direta e rigorosa. Genética, fatores de risco, diagnóstico, progressão da doença, tratamentos, prevenção – está tudo aqui. Temos muita sorte de tantos clínicos e pesquisadores estarem dedicando tamanha energia para avançar com os estudos nessa área. Nesse sentido, as informações fornecidas pelos autores oferecem uma espécie de apoio reconfortante.

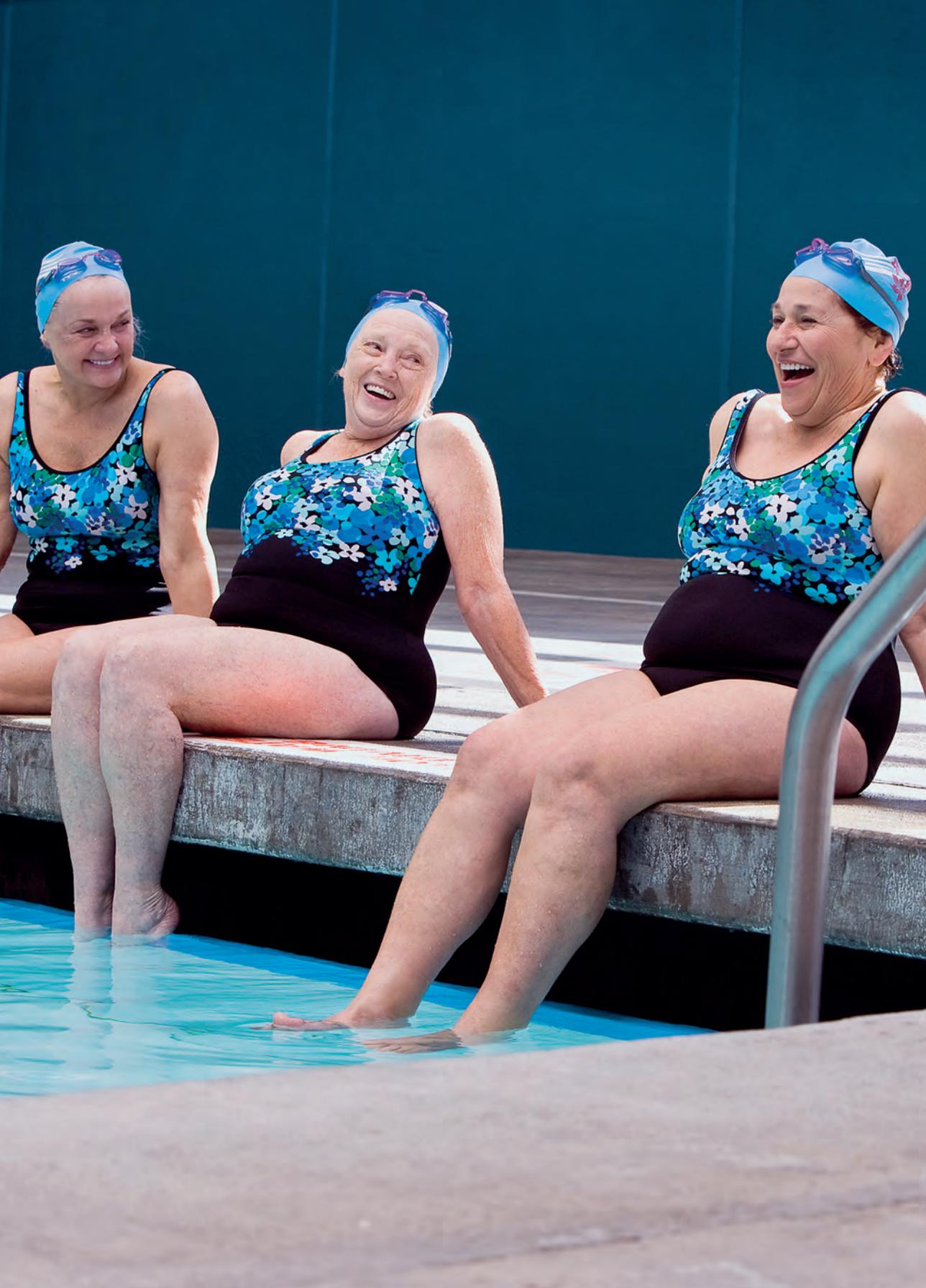
Se me fosse concedido um desejo, eu pediria que o livro *Doença de Alzheimer – O guia completo* chegasse à casa das pessoas antes mesmo de surgirem os sintomas. Há uma razão simples para isso: é muito mais fácil lidar com o assunto quando ninguém na família tem a doença. A pessoa que lê este livro só depois de suspeitar que o cônjuge esteja manifestando sinais da doença corre o risco de enfrentar deste uma reação furiosa, caso ele descubra o que ela vinha lendo. Todas as situações de conflito desnecessário envolvendo um indivíduo com doença de Alzheimer devem ser evitadas, em nome de uma abordagem compreensiva, respeitosa e amorosa. Precisamos entender que a grande maioria das

pessoas na fase inicial da doença tende a negar que apresenta os sintomas e a se recusar até mesmo a discuti-los.

Ninguém pode afirmar que medidas preventivas sejam eficazes em todos os casos, mas certamente não fazem mal. Uma dieta saudável e atividade física e intelectual, entre outras, sempre serão garantia de uma melhor qualidade de vida, devendo ser encorajadas. Embora a missão da Fundação Lucie e André Chagnon não seja prevenir a doença de Alzheimer, a prevenção está no cerne de suas ações. Em todos os campos, acredito que a prevenção deva ser a prioridade; isso faz ainda mais sentido no caso das pesquisas sobre a doença, pois os custos humanos e financeiros para nossa sociedade aumentarão drasticamente nos próximos anos.

Os tratamentos progrediram bastante desde que a doença foi identificada, há cem anos, e os médicos encontraram formas mais sofisticadas de atender seus pacientes. Tenho a oportunidade de ver isso o tempo todo com o dr. Gauthier, que cuida da minha esposa desde 2004. Por meio de sua abordagem humana, ele conseguiu, ao longo dos anos, criar um forte vínculo com Lucie e com nossa família, pelo qual sou profundamente grato.

André Chagnon  
PRESIDENTE E DIRETOR  
EXECUTIVO DA FUNDAÇÃO LUCIE E  
ANDRÉ CHAGNON



# A doença de Alzheimer na era dos filhos do *baby boom*

Durante muitos anos, a medicina tendeu a associar a perda gradativa de memória ao processo normal de envelhecimento. Daí a estatística surpreendente de que um percentual significativo (mais de 50%) dos portadores de doença de Alzheimer incipiente não recebe o diagnóstico, ou o recebe mas não é tratado. É importante compreender que durante muito tempo a grande família de demências, à qual pertence a doença de Alzheimer, foi de pouco ou nenhum interesse para os médicos, já que seus principais sintomas eram considerados consequências naturais do envelhecimento.

Nem todos a consideravam uma doença no verdadeiro sentido da palavra, com progressão clínica previsível e sinto-

mas mensuráveis; em vez disso, era vista como consequência do avanço da idade. Por vezes, os sintomas iniciais do Alzheimer têm um impacto muito pequeno nas atividades cotidianas do indivíduo. Portanto, é raro ver portadores da doença no estágio inicial irem ao médico por conta própria para discutir seus sintomas. Geralmente, alguém próximo da pessoa (o cônjuge, um parente) a convence de que ela precisa se submeter a uma avaliação médica. Na mente do indivíduo afetado, está tudo bem, não havendo necessidade de consultar um médico.

A Figura 1 ilustra a progressão relativa dos principais sintomas de uma pessoa com doença de Alzheimer durante seus oito a 12 anos de duração. Como se pode observar, a primeira fase, em que

o dano cerebral ocorre lentamente ao longo de uma ou duas décadas, é silenciosa, sem sintomas visíveis. Quando os primeiros sintomas aparecem, como o declínio da memória de curto prazo ou a necessidade de procurar palavras, a doença é diagnosticada. Não é incomum, nesse estágio, que o paciente ou a família postergue a consulta a um médico, acreditando que a perda de memória seja completamente normal em pessoas de certa idade.

Observou-se que distúrbios de memória são os sintomas predominantes no início da doença e pioram ao longo do tempo. Assim, ocorre perda gradativa da independência funcional – a capacidade de administrar as próprias finanças, dirigir, cozinhar e, finalmente, cuidar de si mesmo e atender a suas necessidades básicas. Mais tarde, com fre-

quência aparecem problemas comportamentais, que variam de um indivíduo para outro e também segundo o gênero. Entre estes podemos citar explosões de raiva sem motivo, agressividade ou, ao contrário, apatia e falta de interesse. Nos estágios finais, surgem problemas motores em grande parte das pessoas afetadas, privando-as de sua independência física.

Como se pode ver, a doença de Alzheimer é muito mais do que uma enfermidade que afeta a memória. Desenvolve-se lentamente nas pessoas acima de 65 anos e atinge várias regiões do cérebro, onde estão situados a memória, o aprendizado, o discernimento, as emoções e até mesmo o movimento. E o fato é que os primeiros filhos do *baby boom*, os adultos em idade avançada que nasce-

## PROGRESSÃO DA DOENÇA DE ALZHEIMER

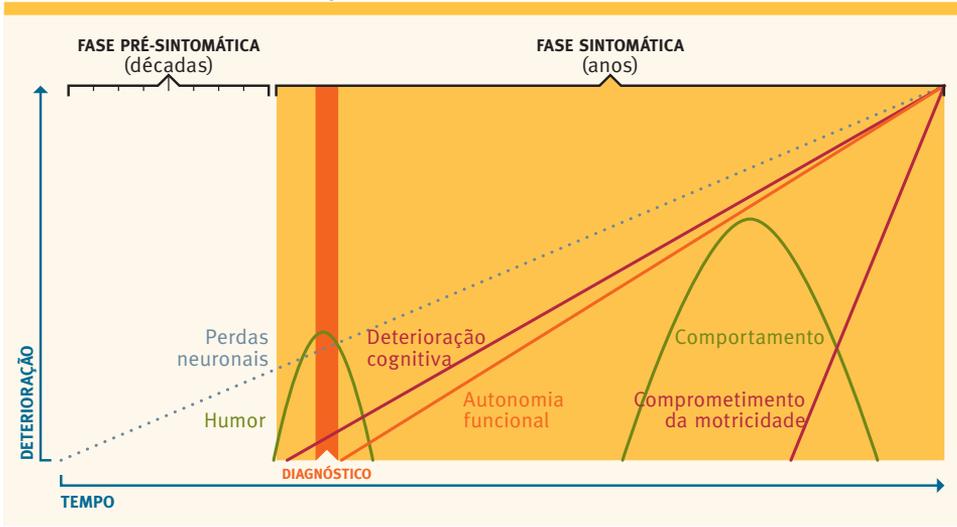


FIGURA 1

ram após a Segunda Guerra Mundial, acabaram de completar 65 anos – idade em que a prevalência da doença de Alzheimer começa a crescer quase de forma exponencial. Este livro oferece uma análise detalhada do estado atual do distúrbio, de sua progressão ao longo do tempo e dos esforços que vêm sendo feitos por várias equipes médicas para desacelerar seu avanço ou efetivamente controlar alguns de seus sintomas mais problemáticos. Acima de tudo, a obra tenta desmistificar a doença como um todo e responder às perguntas mais comuns feitas por pacientes ou por seus familiares. Apresenta uma revisão sistemática de mais de cem anos de pesquisa médica, incluindo resultados promissores e outros nem tanto. Oferece uma visão regional e global da doença de Alzheimer hoje e das escolhas que nossa sociedade terá de fazer no futuro relativamente próximo.

Aqui o leitor encontrará uma visão geral das últimas novidades médicas e científicas sobre os avanços recentes em pesquisa, as causas e os tratamentos da doença de Alzheimer, formas de prevenção que vêm sendo desenvolvidas e hábitos e estilos de vida, validados cientificamente, que podem desacelerar ou impedir a progressão sintomática da

doença. Entre os muitos fatores discutidos estão a dieta e a atividade física, duas escolhas pessoais que não requerem receita nem consulta médica.

Dados demográficos coletados por várias associações de Alzheimer em todo o mundo pintam um quadro um tanto funesto das próximas três décadas: cada vez mais pessoas afetadas, despesas astronômicas com assistência à saúde, tratamentos que parecem ter efeitos limitados e pouco compromisso com investimentos em pesquisa. Dito isso, sentimos ser importantíssimo explicar a situação mais detalhadamente aos leitores, derrubar certos mitos que persistem ainda hoje e descrever, de forma mais humana, os vários estágios da doença e as escolhas que a família deve fazer em cada um deles. Em suma, sentimos que devíamos mostrar as coisas como são, sem ser alarmistas nem cair em debates rasos. Entendemos a doença muito melhor do que há cinco anos. Passamos da fase em que diagnosticar a doença era difícil para a etapa de desenvolver estratégias de prevenção sofisticadas. É essa nova compreensão das causas e dos tratamentos que queremos compartilhar com os leitores de maneira menos técnica e mais acessível.



# Professor Alois Alzheimer: um cientista com coração

Nascido em 14 de junho de 1864, na pequena cidade bávara de Marktbreit, na Alemanha, Aloysius ou Alois Alzheimer foi o segundo filho do notário real Eduard Alzheimer. Seu nascimento ocorreu sem percalços. Ele foi batizado duas semanas depois, de acordo com o ritual católico da época, na casa do pai. Restaurada em 1995 pela empresa farmacêutica Eli Lilly, a casa se tornou, desde então, um museu e um renomado centro de convenções internacional.

O pequeno Alois teve uma infância tranquila. Ele frequentou a escola das redondezas até 1874, ano em que seu pai decidiu enviá-lo para morar com o tio em Aschaffenburg, onde continuaria os estudos na escola da cidade. Depois de Alois, nasceram outros cinco filhos

na família; precisando de mais espaço, foram todos morar com o irmão mais velho de seu pai em Aschaffenburg.

Em 1883, ele concluiu o ensino médio. Seus professores escreveram em sua avaliação final: “Este candidato demonstrou conhecimento excepcional em ciências naturais, assunto pelo qual mostrou particular preferência durante seus anos de estudo”. Ele perdeu a mãe logo depois de concluir o ensino médio. Anos depois, seu pai se casou novamente e teve mais um filho.

O interesse por outros seres humanos era uma tradição na família Alzheimer e levou vários de seus membros a se dedicar à docência ou ao sacerdócio. Quanto a Alois, ele viu na profissão médica a oportunidade de combinar seu