



demenz.lu



Mais do que simples esquecimentos?

Quando é aconselhável que
seja feito um diagnóstico?



Simples descuido ou demência?

Como seres humanos, somos dotados das chamadas capacidades «cognitivas», como a memória, a atenção, a orientação e a linguagem. Estas faculdades estão em constante evolução ao longo da vida. Com a idade, é normal que algumas delas diminuam. Mas, por vezes, o processo de declínio fica muito acentuado. Coloca-se então a questão de saber se estamos a lidar com alguma forma de distúrbios neuro-cognitivos.

Não tem motivos para se preocupar se perder os óculos de vez em quando ou se esqueceu se trancou a porta. Os problemas de memória são uma das pistas mais conhecidas, mas geralmente não são os únicos sintomas a manifestarem-se.

Aqui está uma lista dos principais sintomas que podem ocorrer:

- ☐ *Problemas de memória*
- ☐ *difficuldade em encontrar palavras*
- ☐ *problemas ocasionais de orientação*
- ☐ *pouca energia*
- ☐ *difficuldades na realização dos atos habituais*
- ☐ *comportamento invulgar*
- ☐ *desconfiança*
- ☐ *confusão de pessoas e objetos*

Estes sintomas geralmente não aparecem todos de uma vez. Na maioria das vezes, apenas alguns desses sintomas se manifestam. A sua intensidade também pode ser muito diferente. O quadro clínico é, portanto, muito diferente de uma pessoa para outra.

Como fazer a diferença entre esquecimento relacionado com a idade e um distúrbio neurocognitivo?

Esquecimento relacionado com a idade

Esquecimentos apenas **temporários** e ocasionais.

Ao **pensar intensamente** ou ao concentrar-se, a pessoa em questão geralmente lembra-se do que se esqueceu.

Por vezes, **perde** objetos (por exemplo, óculos, telecomando, carteira, etc.).

A pessoa sabe recorrer a **auxílios para memorização** (recados escritos, fichas).

A pessoa pode seguir **instruções** orais ou escritas

Distúrbio neurocognitivo

Os esquecimentos **persistem** e tornam-se mais frequentes com o passar dos meses.

A pessoa não se lembra, apesar duma reflexão intensa.

Frequentemente, põe objetos em lugares **não habituais**.

Os blocos de notas e os lembretes não ajudam.

A pessoa não sabe seguir instruções orais ou escritas



Investigação das causas das anomalias

Se notar que em si mesmo tem quaisquer sinais potenciais de distúrbios cognitivos, aconselhamo-lo a falar com o seu médico de **família, geriatra e/ou neurologista**. Se aparecerem sinais semelhantes numa pessoa que lhe é próxima, é importante não os minimizar («é completamente normal»), nem os dramatizar, mas incentivar a pessoa a consultar um médico.

Estes podem ser sinais ou sintomas de **uma doença possivelmente curável**. O estresse, um sintoma de esgotamento («burnout»), carências na alimentação ou uma desidratação, um traumatismo cranioencefálico ou doenças da tiroide e certas doenças cerebrais podem ser causas possíveis destes sinais.

Portanto, os sintomas seriam, em princípio, curáveis. Por vezes, é difícil distinguir entre uma depressão e a fase inicial da demência. Ambos são suscetíveis de levar a problemas de memória, baixa energia, lentidão na tomada de decisões, perceções erradas e afastamento social.



Algumas pessoas não querem um diagnóstico e não querem de forma alguma serem associadas a expressão estigmatizante de «demência». É um direito delas! No entanto, recomenda-se um rastreio médico. Ele vai permitir avaliar se existe uma **causa reversível** para os sintomas observados, e se a pessoa pode ser tratada.

Mesmo que seja uma demência, que não tem cura, o diagnóstico precoce é uma vantagem. O tratamento pode ser iniciado suficientemente cedo e a pessoa afetada e os seus familiares têm a oportunidade de se habituarem à doença. e à nova situação de vida.

Para mais informações, consultar:

<https://demenz.lu/fr/troubles-de-la-memoire-demenche-et-autres/>

(disponível em alemão e francês)



A utilização da forma feminina ou masculina inclui todas as identidades de género



Em outras perguntas sobre esquecimento ou demência? Estamos aqui para o ajudar!

A nossa equipa oferece consultas gratuitas
com ou sem marcação prévia.

Contacte-nos:

(+352) 26 47 00

info@demenz.lu

14a, rue des Bains, L-1212 Luxembourg



demenz.lu



Info-Zenter
Demenz



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de la Famille, des Solidarités,
du Vivre ensemble et de l'Accueil