

O USO DAS TERAPIAS HOLÍSTICAS SOBRE A SAÚDE FÍSICA E MENTAL DE IDOSOS COM ALZHEIMER: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Mattheus Lucas Neves de Carvalho¹; Amauri Miranda Esteves²; Bianca Leão Pimentel³; Ivanete Miranda Castro de Oliveira⁴; Stephany Siqueira Braga⁵

¹Graduando em Enfermagem, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

²Especialização em Dermatologia, Universidade Federal do Pará (UFPA);

³Graduando em Enfermagem, UEPA;

⁴Graduando em Enfermagem, UEPA;

⁵Graduando em Enfermagem, UEPA

mattheuslucas00@gmail.com

Introdução: Com a atual demanda da população de idosos no Brasil, pôde-se refletir acerca das questões de apoio a esse grupo específico com vertentes à saúde, bem como o bem-estar, com ênfase nas doenças degenerativas, as quais são altamente prevalentes nesta população, implicando também nas diretrizes de autonomia deste grupo social. A doença de Alzheimer (D.A), neste contexto, está inserida como um agravante neurodegenerativo que afeta principalmente a fase senil e traz como consequências as disfunções ativas e não ativas do sistema nervoso central, mais especificamente a morte neuronal e a deterioração do hipocampo, região responsável pela memória, agregando também o comprometimento da integridade física, mental e social¹. Logo, a doença de Alzheimer não tem cura conhecida, de modo que o seu tratamento terapêutico é baseado no critério de sintomas, onde são utilizados medicamentos farmacológicos de bases colinérgicas, os quais costumam ocasionar fortes efeitos colaterais. Nesta perspectiva, o Sistema Único de Saúde (SUS) disponibiliza os medicamentos: rivastigmina, donepezil e galantamina para o tratamento da doença em questão. Esse tratamento não impede a evolução da doença e possibilita a ação farmacológica somente nas fases iniciais e moderadas da doença de Alzheimer, necessitando de auxílio de terapias alternativas que proporcione um amparo para que esses indivíduos disponham de suas atividades de vida diária (AVD). Com relação ao tratamento não farmacológico, este é visado como, junto ao tratamento farmacológico, potencialmente importante no tratamento da pessoa com D.A. Os medicamentos ministrados aos portadores de DA, segundo Resende et al. ¹, são importantes para amenizar sintomas provenientes da DA, contudo é imprescindível a adoção de tratamentos não farmacológicos com a finalidade de promover um melhor convívio social e familiar, além de auxiliar no processo cognitivo destas pessoas. A estimulação cognitiva é essencial no tratamento desses pacientes, e tem como objetivo ajudar pacientes e familiares a conviver ou superar os déficits cognitivos e as limitações emocionais, ambientais e sociais, proporcionando melhora na qualidade de vida, incluindo melhor interação social. Em geral, estas estratégias trazem maior benefício quando o paciente ainda está em fases precoces da doença, ou quando o cuidador o auxilia no uso dos recursos, segundo estudos de Bottino². **Objetivos:** Demonstrar a significativa melhora na qualidade de vida dos idosos portadores do mal de Alzheimer, bem como listar atividades que auxiliam no tratamento da doença e quais os benefícios específicos que cada uma proporciona. **Descrição da Experiência:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, desenvolvido por acadêmicos do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade do Estado do Pará (UEPA), com 12 idosas portadoras de Alzheimer acolhidas no abrigo São Vicente de Paulo, situado na cidade de Belém/Pa. Inicialmente antecederam-se duas visitas no local para a observação-diagnóstica e coletas de dados, por meio de conversas informais com as residentes do lar e com suas cuidadoras, após esse momento, foram socializados as informações entre os acadêmicos e planejado a atividade de

relaxamento, elegendo duas terapias para ser aplicada com o público alvo; a musicoterapia e arteterapia. Logo, a ação contou com aplicação destas terapias, uma em subsequência da outra, a fim de promover o relaxamento e bem-estar físico e mental das participantes. A atividade deu-se em dois momentos, no primeiro momento foi orientado que todas as idosas se apresentassem ao som de fundo que estimulasse tranquilidade e serenidade, utilizando a terapia com música do começo ao final da atividade. No segundo momento, foi direcionado às idosas que desenhassem algo significativo em suas concepções e descrevessem o que cada desenho representava para elas. **Resultados:** Percebeu-se grande participação dos idosos residentes no local para com as atividades executadas, os mesmos disponibilizaram tempo e atenção para as tarefas realizadas e através do diálogo com os pacientes pode-se ter a validação da eficácia de tais terapias. A estimulação cognitiva, que é essencial no tratamento desses pacientes, vem para ajudar pacientes e familiares a conviver ou superar os déficits cognitivos e as limitações emocionais, ambientais e sociais proporcionando assim uma maior interação do público com as pessoas e melhorando sua qualidade de vida. Através dos relatos dos idosos, pode-se perceber que houve externalização de seus sentimentos através da pintura, e grande tranquilidade no momento em que realizavam a tarefa. A musicoterapia, teve grande êxito, pois deixou o público bem relaxado e calmo; as músicas lentas e com sons que remetiam à natureza os levavam para um lugar individual em seu eu interior; sentimentos antigos foram despertados e boas lembranças vieram à tona. Os idosos que praticaram as atividades de musicoterapia se afastaram da solidão, e com isso se sentem mais apoiados, felizes e com uma ótima qualidade de vida. Dentre todos estes benefícios observados pode-se notar ainda a redução os níveis de estresse, visto que a interação e os momentos de boa disposição servem como forma de descarregar o estresse, evitando o aumento da pressão arterial e frequência cardíaca. Esta atividade ajudou a compartilhar as preocupações que surgem naturalmente com a idade, evitando o desenvolvimento de problemas psicológicos como depressão. **Conclusão ou Considerações Finais:** Sendo assim, pode-se aferir a eficácia das terapias holísticas, junto ao tratamento farmacológico, no tratamento de pacientes com Alzheimer, e como tais métodos contribuem para uma assistência mais humanizada, subsidiando os profissionais na garantia de um tratamento integral. Nesta perspectiva, observa-se uma acentuada melhora na qualidade de vida e saúde desta população.

Descritores: Terapias Alternativas, Doença de Alzheimer, Saúde Mental.

Referências:

1. RESENDE, JGOS et al. A utilização da musicoterapia para o paciente portador da doença de Alzheimer: desafios para a enfermagem. Rev Sab Interdisc. 2013: 1-14.
2. BOTTINO, CMC et al. Reabilitação Cognitiva em pacientes com doença de Alzheimer. Relato de trabalho em equipe multidisciplinar. Revista Arq Neuro psiqatr. 2001; 60: 70-79.