jornal do
# HOSPITAL DO SERVIDOR PÚBLICO MUNICIPAL

HSPM
HOSPITAL DO SERVIDOR PÚBLICO MUNICIPAL

CIDADE DE SÃO PAULO
SAÚDE

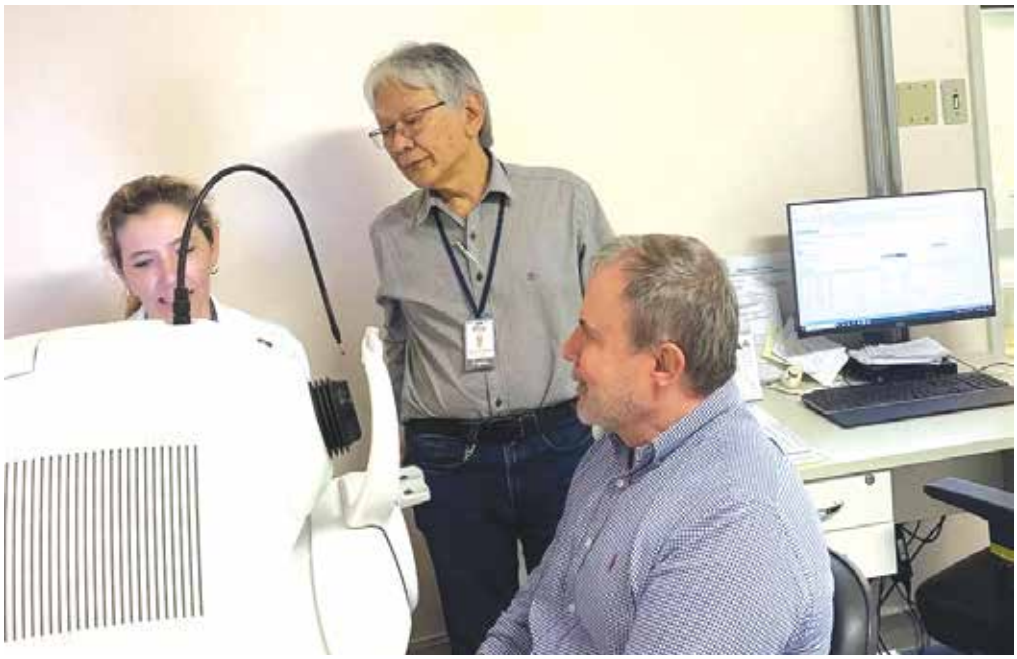
Ano 15 | Edição 187 | Setembro de 2023

# Secretário Municipal da Saúde realiza consulta de rotina no HSPM

No dia 4 de setembro o Dr. Luiz Carlos Zamarco, Secretário Municipal da Saúde de São Paulo, esteve no HSPM para uma consulta de rotina na Clínica de Oftalmologia, no ambulatório de especialidades do 6º andar.

Dr. Zamarco foi recepcionado pela superintendente e atendido pelo Dr. José Carlos Minaguti, coordenador da clínica, e pela ortoptista, Juliana Cinti Garcia.

O Secretário perguntou sobre o número de pacientes atendidos na clínica, que foram, somente em agosto, 2.975 pacientes; além de ter mais informações sobre a melhoria no atendimento através da implementação de modernos equipamentos para exames de diagnóstico. Sobre isso, o Secretário se colocou à disposição para auxiliar e comentou: "Ver como a tecnologia dos exames realizados pelo HSPM evoluiu nos últimos anos, oferecendo diagnósticos mais rápidos e eficientes para os pacientes, nos dá motivação para seguir trabalhando cada vez mais pela saúde do servidor público".



Foi uma honra recebermos a visita do Secretário Municipal da Saúde, Dr. Luiz Carlos Zamarco, que tanto contribui para que o HSPM seja um hospital de ponta e reconhecido como um dos melhores hospitais públicos do Brasil.

## Instalação de quadros para descarte de etiquetas

Foram instalados dois quadros nas entradas principais do hospital para o descarte de etiquetas de atendimento. O objetivo é chamar a atenção e incentivar os pacientes a retirarem os adesivos ao saírem do hospital, evitando assim o descarte irregular no chão e nos corrimãos, do lado interno e externo do hospital. O projeto é do Núcleo Executivo de Planejamento e Qualidade (NEPQ).

Os quadros foram feitos pela equipe da Manutenção e a comunicação visual foi realizada pela Assessoria de Comunicação.

## Fraldário

### Onde encontrar?

Novos fraldários foram adquiridos pelo hospital para maior apoio às crianças, mães, pais e responsáveis que passam por consultas e exames no HSPM. Os trocadores estão localizados no seguintes setores: Serviço de Referência à Saúde da Mulher Servidora (4º andar), Centro Diagnóstico (3º andar), Pronto-Socorro Infantil (térreo) e no saguão principal (térreo - próx. da farmácia).

# HSPM recebe nota 10 pela 7ª vez consecutiva no Indicador de Transparência Ativa

Pela 7ª vez consecutiva, o Hospital do Servidor Público Municipal (HSPM) recebeu nota 10 no ranking realizado pela Controladoria Geral do Município (CGM) que analisa o Indicador de Transparência Ativa (ITA) de portais institucionais dos órgãos e entidades que compõem a Administração Pública Municipal, Direta e Indireta. Com a nota máxima, o hospital manteve a 5ª colocação entre os 75 sites institucionais avaliados e o 2º lugar no ranking que inclui apenas portais da administração indireta.

A mensuração aconteceu entre os dias 22 de maio e 30 de junho e considerou os botões de "Acesso à Informação" e de "Participação Social" das páginas das unidades, totalizando 51 itens avaliados, de acordo com as informações requeridas na legislação. O HSPM atendeu a todos os requisitos que visam disponibilizar as informações de forma transparente, facilitando a comunicação dos usuários com a gestão municipal.

O Índice de Transparência Ativa foi criado em 2017 e faz parte do Índice de Integridade, previsto na Meta 75 do Programa de Metas 2021-2024 da Prefeitura do Município de São Paulo. A intenção é verificar em que medida estão sendo seguidos os parâmetros previstos em lei (conformidade legal) e nas recomendações internas da Controladoria e da Secretaria de Comunicação (SECOM), o grau de integração das informações disponibilizadas de maneira ativa e se há promoção de boas práticas de gestão da informação e de acessibilidade. A avaliação é realizada semestralmente.

Há quatro anos, o HSPM apresentava números muito diferentes dos atuais: estava na 65ª posição (nota 3,07) e foi alcançando posições mais altas no ranking a cada avaliação.

A permanência dos altos resultados alcançados e mantidos se deve às atualizações constantes da página do hospital, realizadas pela Comunicação e com o apoio de outros setores do HSPM. Desde 2020 o site do hospital está entre os dez melhores da Administração Pública Direta e Indireta.

**Os melhores desempenhos na edição Junho/2023 – panorama geral**

| ITA – Edição Junho/2023 | | | | |
|---|---|---|---|---|
| POSIÇÃO | ÓRGÃO/ENTIDADE | SIGLA | CATEGORIA | NOTA |
| 1º | Controladoria Geral do Município | CGM | Secretaria | 10,00 |
| 2º | Secretaria Municipal de Justiça | SMJ | Secretaria | 10,00 |
| 3º | Empresa de Tecnologia da Informação e Comunicação do Município de São Paulo | PRODAM | Empresa | 10,00 |
| 4º | Secretaria Municipal de Educação | SME | Secretaria | 10,00 |
| 5º | Hospital do Servidor Público Municipal | HSPM | Autarquia | 10,00 |
| 6º | São Paulo Transporte | SPTrans | Empresa | 10,00 |
| 7º | Secretaria de Governo Municipal | SGM | Secretaria | 10,00 |
| 8º | São Paulo Urbanismo | SP Urbanismo | Empresa | 10,00 |
| 9º | São Paulo Parcerias | SP Parcerias | Empresa | 10,00 |
| 10º | Secretaria Municipal da Saúde | SMS | Secretaria | 10,00 |

**Os 5 melhores desempenhos Administração Indireta**

| ENTIDADE | SIGLA | NOTA |
|---|---|---|
| Empresa de Tecnologia da Informação e Comunicação do Município de São Paulo | PRODAM | 10,00 |
| Hospital do Servidor Público Municipal | HSPM | 10,00 |
| São Paulo Transporte | SPTrans | 10,00 |
| São Paulo Urbanismo | SP Urbanismo | 10,00 |
| São Paulo Parcerias | SP Parcerias | 10,00 |

**Acesse o relatório completo:**
**https://bit.ly/3PtLwav**

**Reunião abordou ações voltadas à saúde dos professores**

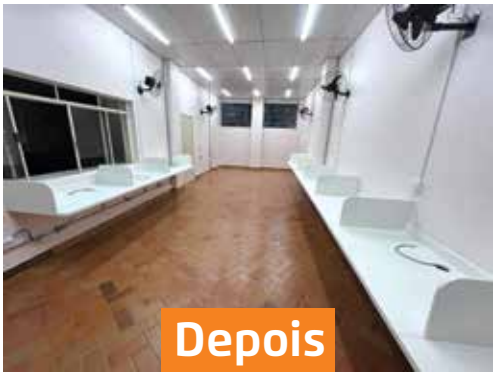
No dia 25 de setembro, a Secretária Executiva da Secretaria Municipal de Educação de São Paulo, Sra. Malde Vilas Bôas, foi recebida pela Superintendente do HSPM, Dra. Elizabete Michelete, e pela Chefe de Gabinete, Dra. Flávia Ivana Pallinger; acompanhadas pela Dra. Daniela Ione Yguchi Perez (médica da Gerência de Prática Assistencial do Departamento de Atenção à Saúde) e Dra. Regina Saito (médica assistente da Clínica de Ortopedia).

A reunião aconteceu na sala da Superintendência do HSPM e teve como pauta o andamento a uma parceria que pretende ampliar os cuidados com a saúde e a qualidade de vida dos professores da Rede Municipal de Educação de São Paulo.

A Dra.Regina Saito realizou uma apresentação sobre o tema, foram sanadas dúvidas e abordados os próximos passos, como a estruturação do protocolo assistencial para viabilizar as ações.

São feitos ajustes nas macas-leitos do Pronto-Socorro Adulto, para segurança e melhor adaptação do equipamento para cada paciente. Os serviços são realizados diariamente pela equipe de Manutenção do hospital.

A Gerência Técnica de Engenharia e Manutenção realizou manutenção corretiva e melhorias no Almoxarifado do térreo. Foram realizados serviços de pintura, troca de pisos, troca da rede elétrica interna e confecção de bancadas.




O espaço reservado à Seção Técnica de Material Esterilizado (CME) foi dividido e uma nova sala foi feita para acomodação de materiais consignados.

## ACONTECEU

# Clínica de Ortopedia recebe equipamento de Raio-x

O equipamento já está em funcionamento na Clínica de Ortopedia, no 4º andar do hospital. O aparelho de raio-x foi adquirido em substituição ao antigo que vinha sendo utilizado e apresentava restrições para a realização de exames e procedimentos.

O espaço onde é realizado o exame foi totalmente adequado, com modernização das instalações físicas e infraestrutura elétrica. Além disso, a localização da sala, próxima às salas de atendimento do ambulatório, reduz a necessidade de mobilidade dos pacientes pelo hospital.

Os recursos para aquisição do novo equipamento de raio-x provêm da emenda parlamentar da Vereadora Luana Alves, no valor total de R$ 105.000,00. Foram investidos R$ 369.963,08 para adequação da sala, com recursos do próprio hospital.

# HSPM é reconhecido na categoria Ouro na premiação do Selo SINASC

No dia 1 de setembro foi realizada mais uma edição da Premiação do Selo Sinasc, que certifica a qualidade do preenchimento dos dados sobre recém-nascidos no Sistema de Informação sobre Nascidos Vivos (SINASC).

O Hospital do Servidor Público Municipal (HSPM) foi premiado na maior categoria, Ouro, pelo cumprimento do padrão de qualidade, agilidade e pontualidade na coleta e consistência do registro das informações dos nascimentos dos bebês nas Declarações de Nascidos Vivos (DNVs), durante o período de um ano.

A cerimônia aconteceu na Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo e contou com a presença do Dr. Marcos Yoshio Yano, diretor do Departamento de Atenção à Saúde (DAS), e funcionários envolvidos no trabalho de registro dos nascimentos. Entre os funcionários estavam presentes: Marinês Sena Flausina Lopes, Rita de Cassia Souza, Daniela Avancini, Lais Fernanda Cremonesi Cassiolato e Márcia Alves Coelho.

Lançado em 2008 pela Secretaria Municipal da Saúde (SMS), a PremiaçãoSelo SINASC possui dois tipos de certificação: ouro e prata. A SMS reconheceu neste ano 60 instituições públicas e privadas, entre hospitais, maternidades e casas de parto. Desse total, 52 receberam selo ouro e oito receberam o selo prata.

O SINASC se trata de um cadastro nacional, que tem como objetivo monitorar os quadros gerais de saúde de uma população específica, a fim de desenvolver políticas públicas voltadas à melhoria das condições de saúde das mães e dos bebês.

No total, foram registrados um total de 132.061 nascidos vivos no município de São Paulo em 2022, sendo 61% dos partos ocorridos em estabelecimentos de saúde municipais, estaduais e conveniados com o SUS do Município de São Paulo.

# Celebrações para a chegada da Primavera

A Central de Ação Voluntária (CAV) realizou ações nos dias 26 e 27 de setembro, em celebração à Primavera. No primeiro dia de evento, para a chegada da estação mais alegre, florida e colorida, fomos presenteados com uma apresentação do coral da Polícia Militar de São Paulo.

A apresentação foi realizada no saguão principal por onde transitam funcionários, pacientes, acompanhantes, que puderam presenciar e participar de uma atmosfera de descontração com as canções apresentadas. Aproveitando o clima, foi apresentado o painel confeccionado pelos voluntários e a flor gigante doada pela artista plástica Darlene Dutra, para esta comemoração.

Já no dia 27 de setembro, com a presença da voluntária Luiza Kato e da estagiária em Serviço Social, Aline Ferreira, foram entregues 27 kits entregues pela ONG parceira Rosa Mulher. Além disso, foram entregues mini rosas, confeccionadas pelo corpo de voluntários da CAV, aos pacientes da Clínica da Oncologia.

Para quem perdeu a belíssima apresentação musical da Polícia Militar no HSPM, informamos que as datas das próximas apresentações serão: 17/10, 09/11 e 05/12, sempre no saguão principal do hospital, às 11h. Participe!

## Reunião da Qualidade (NEPQ) no mês de setembro

No dia 19 de setembro, a reunião mensal do Núcleo Executivo de Planejamento e Qualidade (NEPQ) teve como tema o Departamento de Atenção à Saúde do HSPM. Os servidores que assistiram à apresentação puderam conhecer melhor a estrutura da diretoria, composta por 1.481 funcionários. O departamento é responsável por 45 especialidades médicas e 182 subespecialidades, tendo realizado 277.200 atendimentos nos ambulatórios de janeiro a agosto de 2023 e 63.003 atendimentos no Pronto-Socorro.

Durante a reunião, a Dra. Flávia Ivana Pallinger - Chefe de Gabinete do HSPM - lembrou que, mais importante que termos todos os protocolos e documentação, é aplicarmos na prática diária aquilo que está preconizado.

As reuniões realizadas mensalmente pelo Programa da Qualidade têm como objetivo desenvolver uma visão sistêmica nos servidores do hospital, a fim de que todos caminhem juntos no cumprimento da missão do hospital: "Atender, Cuidar e Ensinar com Excelência".

A próxima reunião da Qualidade terá como tema o Departamento de Administração e Infraestrutura (DAI) e será realizada às 9h do dia 24 de outubro, no anfiteatro do 9º andar do hospital.

## Superintendência foi revisitada pela Qualidade

Em continuidade à agenda do NEPQ do dia 19, foi feita a revisita na Superintendência, completando 50 unidades do HSPM que passaram pela Auditoria de Conformidade de Avaliação do Compromisso com a Qualidade Hospitalar (CQH) em 2023.

Estiveram presentes a Dra. Elizabete, Superintendente do HSPM, a Dra. Flávia Ivana Pallinger (Chefe de Gabinete), membros do NEPQ e da Superintendência.

## Simulado de incêndio no hospital

A manhã do dia 15 de setembro se iniciou com bastante atividade e reuniu os servidores de diversos setores para o simulado prático de incêndio realizado no prédio da Anatomia Patológica.

A atividade contou com a participação de 98 servidores do HSPM, dos setores: Departamento de Atenção à Saúde (DAS), Velório, Pós-consulta, Arquivo Médico, NEPI, Núcleo Especializado em Saúde do Trabalhador – Segurança do Trabalho (NEST) e da empresa terceirizada de higiene PROVAC.

Três bombeiros civis, sete Técnicos de Segurança do Trabalho e quatro "vítimas" conduziram o trabalho, que durou 21 minutos, durante os quais foram realizadas as ações: acionamento do alarme de incêndio, abandono total do prédio da anatomia patológica, resgate de quatro vítimas, ações de combate a incêndios usando extintores e rede de hidrantes, encontro final de todos os participantes no Ponto de Encontro, no pátio superior do estacionamento. Posteriormente, houve uma reunião com os líderes das ações do simulado para avaliação.

A responsabilidade da elaboração do Plano do Simulado de Incêndio é do Comitê da Brigada do Hospital e da equipe de Segurança do Trabalho/ NEST, do Departamento de Gestão de Talentos (DGT).

# 34ª Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho e Meio Ambiente

Nos dias 11, 12 e 14 de setembro foi realizada a 34ª Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho e Meio Ambiente (SIPAT-MA) no anfiteatro Dr. Argos Meirelles.

Os servidores de todas as unidades participaram e puderam atualizar seus conhecimentos sobre temas relacionados à promoção à saúde e preservação contra riscos existentes na rotina de trabalho.

A solenidade de abertura contou com a presença da Superintendente, do Presidente da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA), Sr. Edson Mariano Silva e dos diretores dos departamentos do hospital.

Durante o evento a Dra. Elizabete ressaltou a importância de reconhecermos o valor do hospital "Aqui vocês têm atendimento em um hospital reconhecido como de excelência em todo o país. Por isso, é importante cada um de nós cuidarmos do hospital com carinho". Já o Sr. Edson Mariano Silva realizou abordou sobre os protocolos de trabalho e as legislações da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA).

Um dos pontos altos do evento foi a palestra ministrada pela Coordenadora de Gestão de Saúde do Servidor (COGESS), Dra. Valéria Pugliesi, que discorreu sobre os impactos na saúde mental pós-pandemia. Houve a apresentação de dados sobre o quadro de saúde dos servidores públicos municipais, além de terem sido oferecidas informações sobre os fatores de risco e de proteção à saúde mental e, por fim, foram oferecidas dicas sobre como lidarmos melhor com as nossas emoções e com a nossa saúde mental.

Além da palestra da Dra. Valéria Pugliesi, o Técnico de Segurança do Trabalho, Carlos Eduardo Aniceto, apresentou o tema: NR-32: riscos e proteção dos profissionais de saúde na programação do primeiro dia.

Na abertura do segundo dia, o evento contou com a presença da Chefe de Gabinete do HSPM, Dra. Flávia Ivana Pallinger, que agradeceu o empenho da equipe na organização e a participação de todos os servidores no evento e comentou: "Cuidar da saúde e da segurança de todos os funcionários é parte da missão do HSPM". A Coordenadora de Gestão de Saúde do Servidor (COGESS), Maria do Socorro, apresentou o tema: As atribuições da CIPA no assédio moral. Também no segundo dia de evento foi aplicado, na teoria e prática, o simulado de incêndio e rota de fuga, ministrado e conduzido pelo Engenheiro de Segurança do Trabalho, Carlos Alberto Durso Carneiro.

No terceiro e último dia, aconteceram as palestras: Saúde do trabalhador com ênfase em ergonomia, ministrada pela Técnica de Enfermagem e Segurança do Trabalho do HSPM, Rosana Hamada Sato; e Diálogo diário de segurança, que teve como palestrante o Técnico de Segurança do Trabalho do HSPM, Ernandes Miranda Lima.

# Workshop: Segurança do Paciente

Em celebração ao Dia Mundial de Segurança do Paciente - lembrado em 17 de setembro – o HSPM ofereceu uma programação de palestras com profissionais de diferentes especialidades da área da saúde, que abordaram conteúdos como as metas de segurança e a importância da notificação dos eventos adversos.

Realizado pela Gerência Técnica de Capacitação e Desenvolvimento – Educação Continuada, com o apoio do Núcleo de Segurança do Paciente e de empresas parceiras, o workshop aconteceu nos dias 20 e 21 de setembro, no anfiteatro do 9º andar e contou com 166 participantes.

Na cerimônia de abertura estiveram presentes a Superintendente do HSPM, Dra. Elizabete Michelete, o Diretor do Departamento de Atenção à Saúde, Dr. Marcos Yoshio Yano, a Assessora do DAS, Sra. Márcia Cristina Amaro e a representante do Núcleo de Segurança do Paciente e Farmacêutica do HSPM, Sra. Graziela Roberta Rocha Suzuki.

Destaca-se a palestra ministrada pelo Dr. José Antônio Volpiani, que abordou sobre a "Segurança do Paciente e Qualidade em Saúde. O coordenador do Pronto-Socorro Adulto do HSPM trouxe um contexto histórico da Segurança do Paciente, apresentou dados de notificações em Vigilância Sanitária, falou sobre o Programa Nacional de Segurança do Paciente (PNSP), pontuou atribuições do Núcleo de Segurança do Paciente e chamou a atenção para a importância do rigor no cumprimento de protocolos, enriquecendo a palestra com situações práticas vivenciadas em sua trajetória profissional.

O workshop foi avaliado como ótimo por todos os participantes que fizeram a avaliação.

# Ajudar sempre e fazer tudo com muito amor

*Com emoção e alegria, Ivone Francisca Silva Moreira Leite relembra seus 45 anos de trajetória no HSPM*

*Ivone Francisca Silva Moreira Leite*

A coluna do Jornal **"Histórias que Inspiram"** foi idealizada para aproximar os colegas servidores do HSPM por meio de suas trajetórias e experiências em comum. Conhecer melhor uns aos outros nos permite trocas de experiências profissionais e contribui para nosso desenvolvimento pessoal e profissional.

Nesta edição conheceremos a trajetória da servidora Ivone Francisca Silva Moreira Leite, relações públicas que atua como analista de informações na Gerência Técnica de Atendimento do HSPM.

Há 45 anos trabalhando no Hospital do Servidor, Ivone iniciou sua trajetória como escriturária no setor de Expediente de Protocolo. Em 1981 graduou-se em Comunicação: Relações Públicas, pela Universidade de Mogi das Cruzes (UMC) e, alguns anos depois, foi convidada para trabalhar como relações públicas no setor de Comunicação Social. Em 2002, após 15 anos, iniciou suas atividades na Gerência Técnica de Atendimento, onde atua até hoje.

Seguindo um dos valores do hospital: o atendimento de excelência, Ivone comenta sobre sua rotina: "O meu dia a dia é prestar atendimento humanizado, pessoalmente e por telefone, tendo sempre o compromisso de dar informações com clareza, cordialidade, ética e respeito".

Relembrando os momentos mais marcantes de sua história no hospital, lembra-se sobre um desafio superado: "Um dos desafios que tive foi a implantação do projeto de humanização na saúde. Neste projeto, houve uma considerável mudança no perfil do atendimento dado pelos funcionários aos usuários, onde a mesma foi perceptível e, inclusive, foi pauta do seminário de humanização do HSPM. Foi um projeto audacioso, desafiador, mas muito valioso para o atendimento humanizado."

Refletindo sobre o que mais a emociona em sua carreira nestes 45 anos, Ivone comenta: "tenho recebido, por anos, muitos feedbacks e homenagens a respeito do meu bom trabalho e atendimento. Ver tudo isso refletido no carinho dos usuários e colegas é muito gratificante."

A sua relação com colegas de trabalho é muito boa e, sempre que recebe um amigo ou colega em sua sala de trabalho, compartilha uma foto em sua rede social, com o título "visita ilustre". Como as postagens têm se tornado populares, novos colegas e amigos aparecem para uma visita, para estarem também no mural da Ivone.

Por fim, a relações públicas compartilha uma mensagem com os futuros profissionais, a partir dos aprendizados vivenciados em sua trajetória profissional: "Estude, siga suas intuições, faça tudo com muito amor, ética, moral, respeito, justiça, solidariedade, diálogo, honestidade, responsabilidade, compromisso, humildade, coragem, integridade, clareza e precisão".

HSPM NA MÍDIA

## 6º Encontro Brasileiro de Serviços de Cuidados Paliativos

No dia 22 de setembro, a Dra. Dalva Yukie Matsumoto realizou uma apresentação sobre a Hospedaria de Cuidados Paliativos do HSPM em "Relatos de Serviços", durante o 6º Encontro Brasileiro de Serviços de Cuidados Paliativos, que aconteceu nos dias 21, 22 e 23 de setembro de 2023, no Centro de Convenções do IAMSPE (Hospital do Servidor Público Estadual), em São Paulo. O evento possibilita a participação, troca de ideias, iniciativas e boas práticas no vasto campo dos Cuidados Paliativos desenvolvidos em espaços privados ou públicos dos serviços de saúde.

## Congressos de Infectologia

O Dr. Marcos Antonio Cyrillo, coordenador da Seção Técnica de Controle de Infecções Hospitalares do HSPM, apresentou a palestra "Papel do Laboratório Clínico na Promoção à Saúde" durante o 55º Congresso Brasileiro de Patologia Clínica – Medicina Laboratorial, que aconteceu na cidade de São Paulo, entre os dias 5 e 8 de setembro.

O médico também participou do XXIII Congresso Brasileiro de Infectologia, realizado entre os dias 19 e 22 de setembro, em Salvador – BA. Na programação do evento, ministrou o curso "Antimicrobianos", no dia 19 de setembro, e participou na Mesa-redonda "Manejo da infecção de trato urinário comunitária complicada. O que você não pode deixar de fazer", no dia 21 de setembro.

# Alzheimer: tomar medidas proativas é mais importante que o tempo em que o diagnóstico aconteça

## Segundo o World Alzheimer Report 2022, no Brasil as taxas de subdiagnóstico de demência atingem quase 80%

Em 21 de setembro lembramos o Dia Mundial do Alzheimer, data que tem como objetivo esclarecer sobre a doença e ressaltar a importância do tratamento. Entrevistamos a Dra. Taís Benevides, **Neurologista do HSPM**, que traz informações acerca da prevenção, diagnóstico e tratamento do Alzheimer.

### 1) Quais são os principais sintomas relacionados ao Alzheimer?

O principal sintoma da Doença de Alzheimer é a perda de memória, especialmente a de fatos mais recentes. Esses esquecimentos pioram aos poucos e, em geral, associam-se a dificuldades na realização de tarefas cotidianas, na fala, no aprendizado e na orientação espacial. Com isso, por exemplo, é comum que o paciente se perca em locais que costuma frequentar. Além disso, alterações comportamentais podem ocorrer, desde apatia até agressividade, incluindo acusações infundadas de furtos, infidelidade e outras ideias delirantes.

### 2) Outras doenças podem ser confundidas com o Alzheimer por terem sintomas parecidos?

A Doença de Alzheimer se tornou tão famosa que, para os leigos, ela virou sinônimo de demência, mas, na verdade, ela é apenas uma das condições que podem levar ao quadro demencial. O conceito de demência é caracterizado por déficits na cognição, ou seja, em diversos aspectos envolvidos no nosso raciocínio que, ao irem se agravando, prejudicam a realização de tarefas cotidianas.

### 3) Existe alguma faixa etária em que a doença apareça com mais frequência?

A Doença de Alzheimer é a causa mais comum de demência no idoso, sendo a idade o principal fator de risco para o seu desenvolvimento. Considera-se que, após os 60 anos de vida, a incidência da doença cresça, mas a faixa etária mais acometida é a população ainda mais idosa, com 85 anos ou mais.

### 4) Há hábitos ou métodos de prevenção contra o Alzheimer?

Até o momento, a melhor maneira de prevenir a Doença de Alzheimer é investir em qualidade de vida: alimentação balanceada, bom padrão de sono e, principalmente, atividade física. Outra questão importante é o estímulo mental, como leituras e aprendizagem de novas línguas. Concluindo, não há medicação ou procedimento específico para a prevenção do Alzheimer, no entanto, medidas simples como estímulo físico e mental trazem benefícios consideráveis.

### 5) Como a doença é adquirida?

A Doença de Alzheimer não é contagiosa, e sim, neurodegenerativa; porém ainda é desconhecido todo o seu mecanismo. Entretanto, com as descobertas das últimas três décadas, tornou-se mais clara a ideia de que a doença se desenvolve silenciosamente por cerca de 10 anos antes do aparecimento dos primeiros sintomas. Alterações cerebrais vão se acumulando, como placas neuríticas com amilóide AB, emaranhados neurofibrilares no citoplasma neuronial e AB42 nas paredes arteriais dos vasos sanguíneos cerebrais, e ainda não se entende direito o que leva ao início desse processo nem os efeitos diretos dessas modificações na nossa capacidade cognitiva. No entanto, elas culminam numa importante atrofia cerebral em função da morte de neurônios. A idade avançada, o sexo feminino, um menor nível educacional, fatores de risco cardiovasculares (hipertensão arterial, diabetes, obesidade, sedentarismo, entre outros) e alguns componentes genéticos são fatores de risco para a Doença de Alzheimer e devem exercer algum papel nesse contexto.

### 6) O Alzheimer tem cura?

Infelizmente, a Doença de Alzheimer ainda não tem cura, sendo a sua busca um dos maiores desafios da ciência atual.

### 7) Caso o paciente suspeite que esteja com Alzheimer, como ele deve proceder para realizar o diagnóstico da doença?

O paciente com suspeita deve ir a um neurologista para ser adequadamente avaliado. É essencial que o profissional analise as queixas e o quadro clínico do paciente e realize testes cognitivos, como o Mini Exame do Estado Mental (MEEM). Diante disso, o neurologista deve avaliar a possibilidade de outros diagnósticos associados a alterações de memória, sendo a depressão, o hipotireoidismo e a neurossífilis alguns deles. Caso o médico realmente considere possível o diagnóstico de Alzheimer, ele deve pedir exames de sangue e uma neuroimagem, preferencialmente uma ressonância magnética de crânio.

### 8) Como é o tratamento?

Infelizmente, ainda não há nenhuma medicação que modifique o curso da Doença de Alzheimer. Todavia, existem condutas e remédios que melhoram a qualidade de vida do paciente e, consequentemente, do seu cuidador. Em relação a medidas comportamentais, o estabelecimento de uma rotina diária fixa de tarefas; a elaboração de cadernos e lembretes; a manutenção de ambientes seguros e não alterados; e o estímulo físico e mental do paciente parecem trazer benefícios importantes. Além disso, é válido ressaltar que contradizer ou brigar com o paciente não é recomendável, sendo mais interessante concordar e acalmá-lo para, depois de algumas horas, voltar ao tópico com a informação correta. Já sobre as medicações, as mais usadas são as da classe dos inibidores da colinesterase, que ajudam no tratamento de déficits cognitivos e alterações comportamentais. Por fim, os cuidadores dos pacientes com Alzheimer costumam ficar sobrecarregados e deve-se prestar atenção em como eles estão lidando psicologicamente com um quadro tão delicado envolvendo uma pessoa querida, podendo-se indicar grupos de apoio locais e nacionais.

**EXPEDIENTE**
**Jornal do HSPM**

Superintendente: Dra. Elizabete Michelete
Assessoria de Relações Institucionais
Publicitária: Daniela Avancini | MTB 6486
Relações Públicas: Luísa de F. Carvalho
Fotografia: Régis Silva e Dayane Tavares
Rua Castro Alves, 63/73 - 7º andar
Aclimação - São Paulo - SP

**www.hspm.sp.gov.br**