



Sociedade Brasileira de
Geriatria e Gerontologia

SBGG ARTIGOS COMENTADOS JUNHO 2019

Por Rubens De Fraga júnior

geripar@gmail.com

Indivíduos com risco elevado de doença de Alzheimer podem apresentar alterações na memória até 40 anos antes do início

Um estudo realizado com cerca de 60 mil pessoas, sugere que pessoas com maior risco de desenvolver a doença de Alzheimer devido à história familiar, podem demonstrar mudanças no desempenho da memória já na faixa dos 20 anos.

Pesquisadores do Translational Genomics Research Institute (TGen), da Universidade do Arizona, reuniram dados através de um teste de memória online chamado

MindCrowd, uma das maiores avaliações científicas do mundo sobre como funcionam os cérebros saudáveis. Publicado na revista científica eLife, os dados do estudo sugerem que pessoas com histórico familiar de doença de Alzheimer e com menos de 65 anos, em média, não têm um desempenho tão bom quanto seus pares que não têm histórico familiar da doença.

Os resultados do estudo sugerem que o efeito da história familiar é particularmente pronunciado entre os homens, bem como aqueles com menor escolaridade, diabetes e portadores de uma alteração genética comum na APOE, um gene há muito associado ao risco de doença de Alzheimer.

"Neste estudo, mostramos que a história familiar está associada ao desempenho reduzido de aprendizado até quatro décadas antes do início típico da doença de Alzheimer", disse Matt Huentelman, professor de neurogenômica do TGen e autor sênior do estudo.

Fonte: Joshua S Talboom et al. Family history of Alzheimer's disease alters cognition and is modified by medical and genetic factors, *eLife* (2019). DOI: [10.7554/eLife.46179](https://doi.org/10.7554/eLife.46179)

Estudo mostra que 70% dos pacientes não têm Diretivas Antecipadas de Vontade antes de cirurgia eletiva

A maioria das pessoas que visitam clínicas de exames pré-operatórios antes de uma cirurgia eletiva não

tem uma Diretiva Antecipada (DA) em caso de complicações cirúrgicas. Isso pode levar a situações em que familiares dos pacientes são forçados a tomar decisões difíceis sobre o cuidado de seus entes queridos.

Um estudo de pesquisadores do Instituto Regenstrief, descobriu que apenas 30% dos pacientes têm alguma forma de DA, documentando seus desejos em relação ao atendimento médico de emergência. No entanto, apenas 16% tinham um arquivo em seu prontuário eletrônico, no qual um médico poderia acessá-lo no momento da cirurgia. Quando não há registro de preferências de cuidados, as famílias devem decidir que tipo de atendimento de emergência seu ente querido recebe.

"Quando uma DA não está disponível em casos de emergência, isto cria uma situação complexa para os prestadores de cuidados e os tomadores de decisão substitutos. As emoções costumam ser altas e os membros da família podem ter dificuldade para tomar a melhor escolha para seu parente. "disse o Dr. Torke. "Trabalhar com as DA é muito importante", finaliza

Essas descobertas sugerem que há uma oportunidade de melhorar o planejamento de cuidados avançados no cenário clínico.

Fonte: Shilpee Sinha et al, Advance Care Planning in A Preoperative Clinic: A Retrospective Chart Review, *Journal of General Internal Medicine* (2019). DOI: [10.1007/s11606-018-4744-8](https://doi.org/10.1007/s11606-018-4744-8)

Pessoas com HIV estão envelhecendo - e a sociedade não está pronta para isso

A boa notícia é que as pessoas com HIV estão vivendo muito mais tempo do que costumavam; estima-se que até 2020, 70% das pessoas que vivem com o HIV nos Estados Unidos terão 50 anos ou mais, em comparação com 10% durante os primeiros 20 anos da epidemia. Com essa longevidade, surgem desafios que nosso sistema de saúde não está preparado para enfrentar.

Muitas pessoas que vivem com o HIV têm taxas mais altas de fatores de risco para câncer e doenças crônicas, como doenças cardiovasculares e diabetes, do que a população em geral. Esses fatores incluem tabagismo, uso de álcool e drogas e má nutrição, além de outros fatores relacionados diretamente à doença e ao seu tratamento, diz Michael Relf, professor de enfermagem.

"A inflamação do HIV ao longo do tempo, mesmo quando as cargas virais são suprimidas, cria vias no corpo que aumentam o risco de doença cardiovascular e alguns antirretrovirais podem aumentar profundamente o risco de distúrbios lipídicos, resistência à insulina e distúrbios endócrinos". diz Relf, que estuda o HIV e o envelhecimento.

O HIV também aumenta os riscos para o surgimento de condições como a necrose avascular - a morte do tecido ósseo devido à interrupção do fornecimento de sangue -, que pode levar a necessidade de uma substituição do quadril.

Relf também acha que os profissionais de saúde precisam desenvolver conhecimentos interdisciplinares. "Os especialistas em HIV precisam ser capazes de cuidar dos

problemas geriátricos, os gerontologistas devem ser capazes de lidar com as questões de HIV e os provedores de cuidados primários devem ser capazes de fazer as duas coisas", diz ele. "Na maioria dos lugares, ainda não chegamos lá", finaliza.

Fonte: David E. Vance et al. Revisiting Successful Aging With HIV Through a Revised Biopsychosocial Model, *Journal of the Association of Nurses in AIDS Care* (2019). DOI: [10.1097/JNC.0000000000000029](https://doi.org/10.1097/JNC.0000000000000029)

Ioga melhora a saúde na velhice, diz estudo

Os idosos que praticam ioga são mais propensos a estar em melhor forma física e mental, sugere pesquisa.

Ioga melhora a função física e o bem-estar mental em adultos saudáveis com mais de 60 anos, segundo o estudo. Os benefícios físicos da ioga - uma prática antiga que inclui o uso de posturas e respiração regular - melhoraram força muscular, equilíbrio e flexibilidade.

A ioga melhora os sintomas de depressão, qualidade do sono e vitalidade nos idosos. Pesquisadores revisaram 22 estudos que investigaram os efeitos do ioga no bem-estar físico e mental em idosos. Os programas de ioga variaram em duração de um mês a sete meses, e a duração das sessões variou de 30 a 90 minutos. A análise estatística combinou os resultados dos estudos para ver os efeitos do ioga em comparação com nenhuma atividade e em comparação com outras atividades, como andar.

Com base neste estudo, podemos concluir que o ioga tem um grande potencial para melhorar importantes aspectos físicos e psicológicos do idoso. “Ioga é uma atividade suave que pode ser modificada para se adequar a pessoas com doenças e condições crônicas relacionadas à idade”, diz Divya Sivaramakrishnan, do Centro de Pesquisa em Atividade Física para a Saúde.

Fonte: Divya Sivaramakrishnan et al. The effects of yoga compared to active and inactive controls on physical function and health related quality of life in older adults-systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* (2019). DOI: [10.1186/s12966-019-0789-2](https://doi.org/10.1186/s12966-019-0789-2)