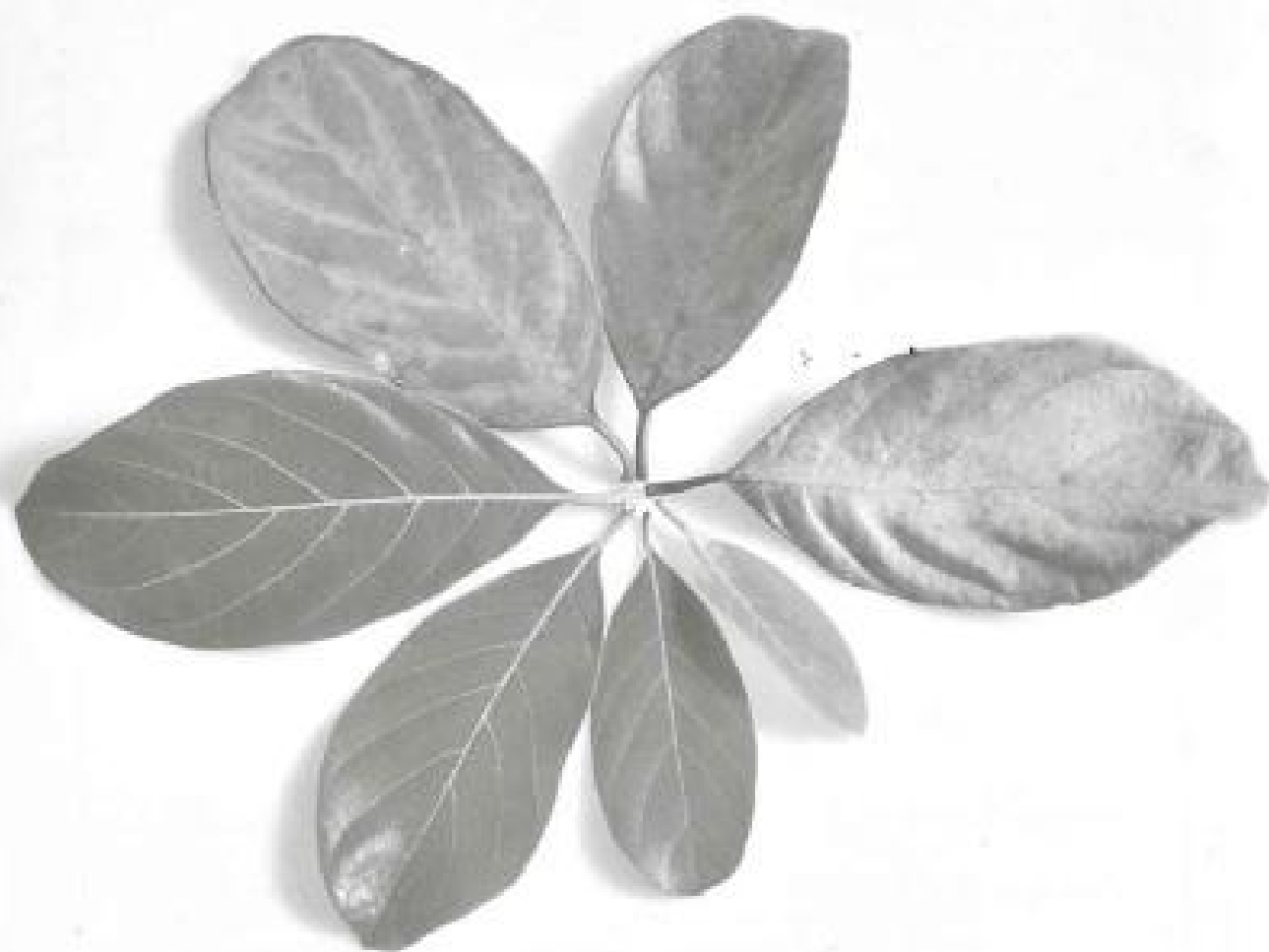


# ENVELHECER SAUDÁVEL

Problemas Clínicos e Promoção da Saúde



**Rose Mari Bennemann**  
**Lucia Elaine Ranieri Cortez**  
**Gilberto Cezar Pavanelli**  
(Organizadores)



1ª Edição - 2017  
Maringá - PR

**Reitor**

Wilson de Matos Silva

**Vice-Reitor**

Wilson de Matos Silva Filho

**Pró-Reitor de Educação a Distância**

Willian Kendrick de Matos Silva

**Pró-Reitor de Ensino**

Valdecir Antônio Simão

**Diretora de Pesquisa**

Ludhiana Ethel Kendrick de Matos Silva

**Diretora do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde**

Solange Lopes

**Capa**  
Gabriel Rodrigues de Andrade

**Normalização**  
Leila Regina do Nascimento

**Produção Gráfica**  
Lícia da Silva Barbosa

**Revisor de Língua Portuguesa**  
Luiz Augusto Elis

**Editores Responsáveis**  
Jeferson Cordeiro Assoni  
Dr. Jorge Guerra Villalobos

**Conselho Editorial**  
Dr.ª Maria das Graças Lima  
Dr.ª Maria Aparecida Cecílio  
Dr. Elias Canuto Brandão  
Dr. Michel Corsi Batista  
Dr. Paulo Inada

**Comissão Científica**  
Norma Segagatt i Hahn - UEM  
Carla Simone Pavanelli - UEM  
Ana Carolina F. Lacerda Sakamoto - UFPB  
Carlos Edmundo Rodrigues Fontes - UEM  
Nelson Barros Colauto - UNIPAR  
Jorge da Costa Eiras - Un. Porto, Portugal  
Roberto Barbosa Colauto - UEM  
Sônia Cristina Vermelho - UFRJ

Todos os direitos reservados ao autores. Proibida reprodução, mesmo parcial, por qualquer processo mecânico, eletrônico, reprográfico, etc., sem autorização por escrito, dos autores. Todos os direitos reservados dessa edição 2017 para os autores.

Impresso no Brasil / Printed in Brazil  
2017 / 1ª Edição

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
(Biblioteca Central - UEM, Maringá, PR, Brasil)

E61            Envelhecer saudável: problemas clínicos e promoção da saúde / orgs. Rose Mari Bennemann, Lúcia Elaine Ranieri Cortez, Gilberto Cezar Pavanelli. 1. ed. -- Maringá : Iceti, 2017. 258 p. : il.

ISBN: 978-85-8017-179-2

1. Envelhecimento - Saúde. 2. Envelhecimento - Promoção da saúde. 3. Envelhecimento saudável. 4. Envelhecimento - Prevenção quaternária. 5. Idoso - Doenças da idade. I. Bennemann, Rose Mari, org. II. Cortez, Lúcia Elaine Raineri, org. III. Pavanelli, Gilberto Cezar, org. IV. V. Título.

CDD 21.ed.362.6



**Massoni**

Impressão Gráfica e Editora

# Sumário

Prefácio.....	7
Apresentação.....	9
<b>01. TRANSIÇÃO EPIDEMIOLÓGICA E SAÚDE DOS IDOSOS .....</b>	<b>15</b>
Considerações.....	15
Senescência, senilidade e fragilidade.....	19
A saúde do idoso sob o olhar psicossocial .....	21
Referências .....	24
<b>02. DIABETES E PROMOÇÃO DA SAÚDE NO ENVELHECIMENTO .....</b>	<b>29</b>
Referências .....	40
<b>03. DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM IDOSOS .....</b>	<b>43</b>
Referências .....	55
<b>04. PROMOVENDO A SAÚDE DE IDOSOS COM DOENÇAS     OSTEOARTICULARES: OSTEOPOROSE E OSTEOARTRITE.....</b>	<b>65</b>
Osteoporose.....	66
Osteoartrite .....	72
Referências .....	77
<b>05. NEOPLASIAS MALIGNAS .....</b>	<b>87</b>
Neoplasias malignas.....	88
Epidemiologia do câncer .....	89
Câncer de próstata .....	89
Câncer colorretal.....	92

Câncer de mama.....	94
Referências .....	97
<b>06. DEPRESSÃO GERIÁTRICA .....</b>	<b>105</b>
Introdução .....	105
Epidemiologia.....	106
O papel do estresse crônico na gênese da depressão .....	108
Perda de Qualidade de Vida.....	109
Falta de apoio social.....	110
Depressão geriátrica .....	111
Diagnóstico .....	113
Tratamento .....	114
Promoção da saúde.....	115
Conclusão .....	116
Referências .....	116
<b>07. DEMÊNCIA DE ALZHEIMER.....</b>	<b>119</b>
O que é demência e o que é demência de Alzheimer? .....	119
A doença é frequente? .....	120
O que acontece no cérebro da pessoa que tem Alzheimer? .....	120
Quais são os sintomas?.....	121
Qual é o impacto desta doença em nossa sociedade?.....	122
O que é estresse do cuidador? É possível prevenir? .....	122
Quais são os fatores de risco? Eu posso ter Alzheimer? .....	124
Como é feito o diagnóstico? .....	125
Existe tratamento? Quais estão disponíveis?.....	127
É possível melhorar os sintomas sem medicações? Como é feita a reabilitação cognitiva?.....	128
Como devo proceder para reduzir o risco de acidentes dentro e fora de casa? .....	131
Como cuidar dos aspectos nutricionais e dificuldades de comunicação? .....	134
Como posso prevenir as complicações? .....	135
O que são sintomas psicológicos e comportamentais da demência? Quais as opções terapêuticas?.....	136
É possível prevenir a doença? .....	140
Referências .....	140
<b>08. SAÚDE SEXUAL E O LONGEVIVER FEMININO .....</b>	<b>147</b>
Saúde sexual e o longeviver feminino .....	147
Saúde sexual e sexualidade de mulheres no climatério .....	149

Câncer de mama.....	94
Referências .....	97
<b>06. DEPRESSÃO GERIÁTRICA .....</b>	<b>105</b>
Introdução.....	105
Epidemiologia.....	106
O papel do estresse crônico na gênese da depressão .....	108
Perda de Qualidade de Vida.....	109
Falta de apoio social.....	110
Depressão geriátrica .....	111
Diagnóstico .....	113
Tratamento .....	114
Promoção da saúde.....	115
Conclusão.....	116
Referências .....	116
<b>07. DEMÊNCIA DE ALZHEIMER.....</b>	<b>119</b>
O que é demência e o que é demência de Alzheimer? .....	119
A doença é frequente? .....	120
O que acontece no cérebro da pessoa que tem Alzheimer? .....	120
Quais são os sintomas?.....	121
Qual é o impacto desta doença em nossa sociedade?.....	122
O que é estresse do cuidador? É possível prevenir? .....	122
Quais são os fatores de risco? Eu posso ter Alzheimer? .....	124
Como é feito o diagnóstico? .....	125
Existe tratamento? Quais estão disponíveis?.....	127
É possível melhorar os sintomas sem medicações? Como é feita a reabilitação cognitiva?.....	128
Como devo proceder para reduzir o risco de acidentes dentro e fora de casa? .....	131
Como cuidar dos aspectos nutricionais e dificuldades de comunicação?.....	134
Como posso prevenir as complicações?.....	135
O que são sintomas psicológicos e comportamentais da demência? Quais as opções terapêuticas?.....	136
É possível prevenir a doença? .....	140
Referências .....	140
<b>08. SAÚDE SEXUAL E O LONGEVIVER FEMININO .....</b>	<b>147</b>
Saúde sexual e o longeviver feminino .....	147
Saúde sexual e sexualidade de mulheres no climatério .....	149

Aspectos epidemiológicos da saúde sexual de mulheres no climatério: contexto americano .....	150
Modelos brasileiros de ações com foco no envelhecimento feminino .....	153
Percurso metodológico em unidade de saúde da mulher do município de Aracaju – Sergipe - Brasil: Em busca de respostas .....	155
Estratégias de enfrentamento das questões relacionadas à saúde sexual de mulheres em climatério .....	163
“Suporte, autoconhecimento e cuidado de si”: breve relato de experiência de intervenção interdisciplinar com mulheres em climatério .....	164
Considerações Finais.....	166
Referências .....	166
<b>09. INCONTINÊNCIA URINÁRIA .....</b>	<b>171</b>
Referências .....	179
<b>10. HIV EM IDOSOS .....</b>	<b>185</b>
Introdução .....	185
Terapia antirretroviral e aumento da expectativa de vida das pessoas vivendo com HIV/AIDS.....	189
Características das pessoas vivendo com HIV/AIDS na terceira idade .....	191
Comportamento de risco e transmissão do HIV entre idosos .....	191
Comorbidades não-transmissíveis associadas à idade em idosos com HIV/AIDS ....	192
Aceleração e acentuação do envelhecimento .....	193
Políticas públicas e programas para os idosos .....	194
Referências .....	198
<b>11. ADESÃO ÀS TERAPIAS FARMACOLÓGICAS E NÃO FARMACOLÓGICAS.....</b>	<b>205</b>
Introdução .....	205
Diabetes .....	207
Doenças cardiovasculares.....	208
Hipertensão.....	209
Doença de Alzheimer.....	210
Doença de Parkinson.....	212
Depressão .....	214
Neoplasias .....	215
Doenças osteoarticulares.....	217
Osteoporose.....	218
Osteoartrite .....	219
Incontinência urinária .....	219
HIV/AIDS.....	221

Considerações finais .....	222
Referências .....	223
<b>12. PREVENÇÃO QUATERNÁRIA.....</b>	<b>237</b>
Introdução .....	237
A evolução da medicina e as implicações terapêuticas - o surgimento da prevenção quaternária .....	238
Excessos terapêuticos - a polifarmácia em idosos .....	242
Excesso de rastreamento - os achados ao acaso .....	243
Excesso de Diagnósticos - “a promoção da doença” .....	245
Operacionalização da Prevenção Quaternária .....	247
Considerações finais.....	249
Refêrencias .....	249
<b>13. LISTA DE AUTORES .....</b>	<b>253</b>