

## Escala de pontos ajuda a prever risco de ter Alzheimer

14/05/2009  
Folha de S. Paulo

*Estudo com mais de 3.000 pessoas considerou fatores que influenciam o desenvolvimento da doença em idosos*

Para especialista, índice poderá ser usado na tomada de decisão sobre indicação de remédios e exercícios para pacientes de risco. Um estudo publicado no "Neurology", periódico da Academia Americana de Neurologia, sugere uma escala para detectar o risco de um idoso desenvolver doença de Alzheimer nos próximos seis anos.

Por meio de 12 informações do paciente, como índice de massa corporal, consumo de álcool, tempo gasto para abotoar a camisa, problemas cardiovasculares e avaliações cognitivas específicas, é possível somar 15 pontos. Aqueles que marcam mais de oito pontos têm risco maior que 50% de manifestar a doença em seis anos, de acordo com o estudo.

Para chegarem ao índice, os pesquisadores da Universidade da Califórnia avaliaram durante seis anos dados de 3.375 pessoas sem sinal de demência e com idade média de 76 anos. Ao final do período, 480 delas (14%) desenvolveram sintomas de Alzheimer. Os fatores que melhor predisseram quem apresentaria o problema foram considerados para a escala.

"Vemos a escala como o primeiro passo de um longo processo para criar e validar um índice de risco de demência que possa ser usado no consultório ou em pesquisas para identificar idosos com alto risco", disse à Folha Deborah Barnes, responsável pelo trabalho.

Os fatores de risco para Alzheimer apontados pelo índice são conhecidos, mas a reunião de todos eles em uma escala que prevê as chances de desenvolver a doença é nova.

"Essa escala pode auxiliar na tomada de decisões. Por exemplo, um indivíduo com alto risco deve ser monitorado em intervalos menores, ser medicado para fatores vasculares, caso os tenha, ser incentivado a realizar exercícios físicos e mentais. Mas não serve para avaliar pacientes individualmente. Não é como realizar um exame de sangue que dá positivo para hepatite", afirma a patologista Lea Grinberg, coordenadora do Banco de Cérebros da Faculdade de Medicina da USP.

A eficácia do método ainda precisa ser comprovada em outros estudos e outras populações. Para o Brasil, por exemplo, a escala de escolaridade, usada para determinar alguns quesitos, deveria ser diferente, assim como o nível socioeconômico e o ponto de corte de idade: 60 anos, contra 65 anos em países desenvolvidos.

"Existem fatores que são limitados no Brasil, como o exame de genotipagem do ApoE [que indica predisposição à doença]", acrescenta Grinberg.

Estilo de vida

Estima-se que a doença de Alzheimer comece a se desenvolver até 15 anos antes de os primeiros sintomas surgirem.

Para Paulo Caramelli, neurologista da Universidade Federal de Minas Gerais, médicos poderiam propor, com a ajuda da escala de risco, programas de prevenção a pacientes que têm mais chances de desenvolver demência.

Estudos anteriores mostram que atividades intelectuais como tocar um instrumento e jogos de estratégia protegem o cérebro. O mesmo ocorre com atividades físicas e a dieta do mediterrâneo. "De um lado, há o índice de risco alto, mas você pode tentar jogar com mudanças de hábitos de vida. Para promoção de saúde, esse estudo é muito interessante", diz.

Não há, porém, drogas que previnam a doença. Um diagnóstico precoce é essencial.