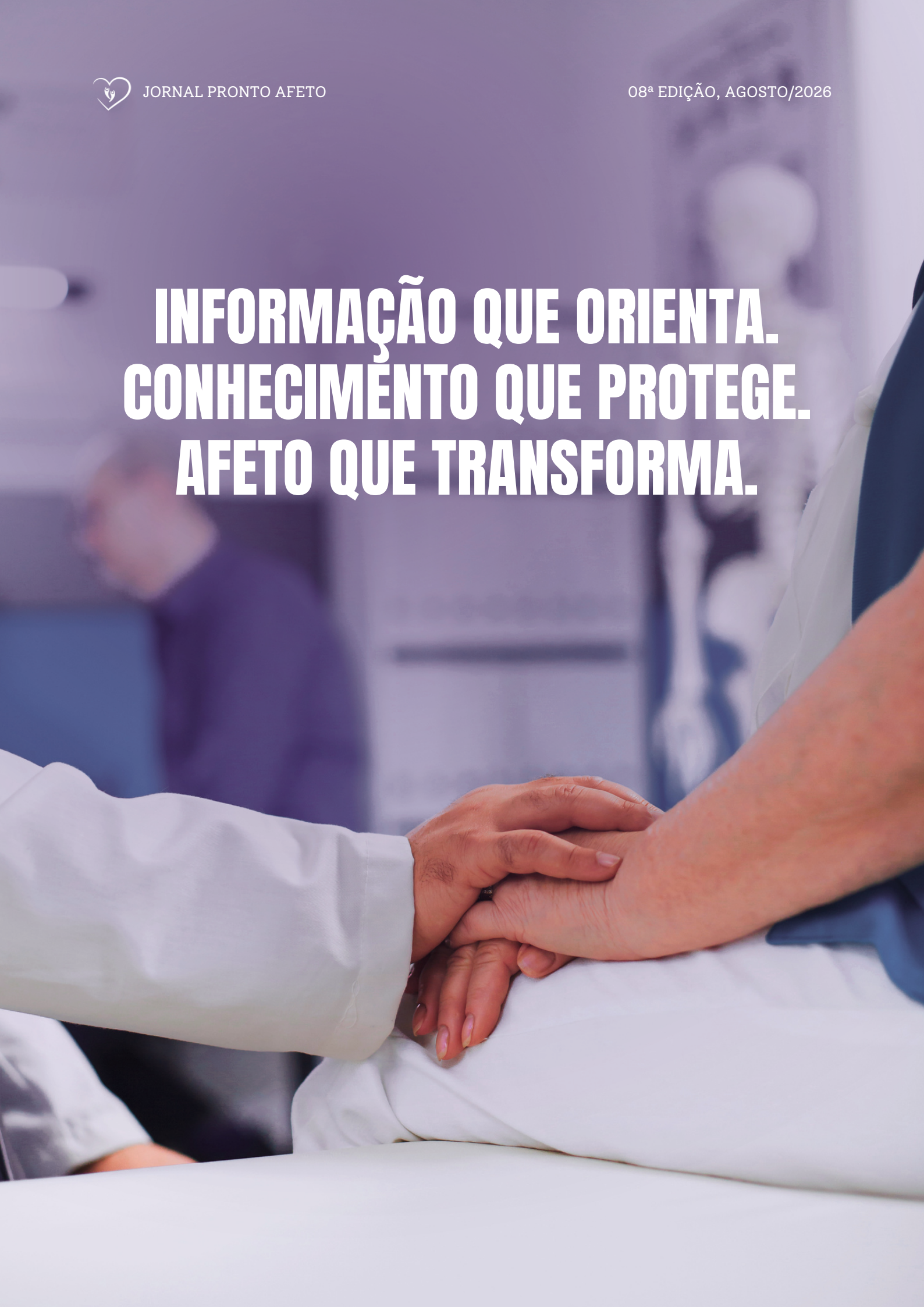




**INFORMAÇÃO QUE ORIENTA.
CONHECIMENTO QUE PROTEGE.
AFETO QUE TRANSFORMA.**



CUIDAR É UMA RESPONSABILIDADE QUE TAMBÉM SE APRENDE

Cuidar de uma pessoa idosa vai muito além de auxiliar nas atividades do dia a dia. Cuidar exige presença, responsabilidade, conhecimento, atualização e, principalmente, respeito à história de quem está sendo cuidado.

Nesta edição do Jornal Pronto Afeto, unimos informação e humanização para falar sobre demência vascular, segurança na administração de medicamentos, atualização profissional, gratidão e o significado de cuidar de alguém que precisa

de ajuda. Nosso propósito é contribuir para que famílias e profissionais da área de saúde compreendam que um cuidado de excelência nasce do encontro entre conhecimento, técnica aplicada e acima de tudo, sensibilidade humana.





DEMÊNCIA VASCULAR

QUANDO ALTERAÇÕES NA CIRCULAÇÃO CEREBRAL AFETAM A COGNIÇÃO

A demência vascular está relacionada a alterações no fluxo sanguíneo cerebral e pode ocorrer após um acidente vascular cerebral (AVC) ou em decorrência de danos aos vasos sanguíneos que comprometem progressivamente determinadas áreas do cérebro. Ela apresenta características que podem diferenciá-la de outras causas de demência, embora os sintomas possam se sobrepor e algumas pessoas apresentem quadros mistos.



SINAIS DE ALERTA

Alterações de atenção, raciocínio, organização e velocidade de pensamento, além de mudanças na marcha, equilíbrio, comportamento e autonomia nas atividades diárias. A avaliação médica é essencial para identificar a causa.

PAPEL DO CUIDADOR

Observar mudanças no cotidiano e comunicar alterações repentinas de comportamento, fala, força, equilíbrio ou consciência. Rotina organizada, ambiente seguro, comunicação respeitosa e prevenção de quedas também fazem parte do cuidado.

EXISTE TRATAMENTO?

O tratamento é individualizado e pode incluir controle de fatores de risco vascular, acompanhamento de doenças associadas e reabilitação. Hipertensão, diabetes, colesterol e tabagismo exigem atenção. Quanto antes percebidas as alterações, mais rápida a avaliação.

A young man with dark hair, wearing a light-colored sweater, is hugging an elderly man from behind. The elderly man has white hair and a beard, wearing a light blue shirt and a green jacket. They are indoors, with a lamp visible in the background.

DIA DOS PAIS

QUANDO O TEMPO MUDA OS PAPÉIS, O AMOR PODE CONTINUAR CUIDANDO

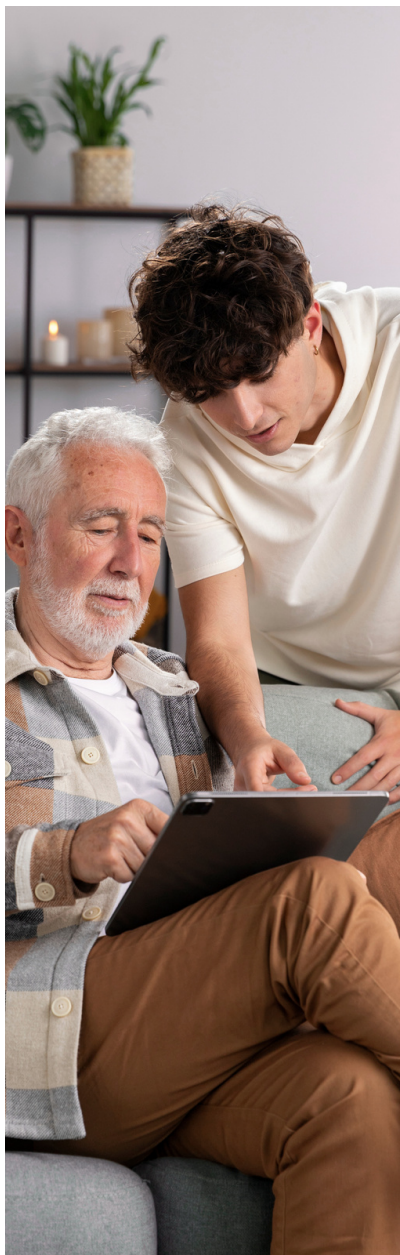
Durante muitos anos, foram suas mãos que nos seguraram, protegeram e ensinaram. Com o tempo, pode chegar o momento em que aquelas mãos precisem das nossas.

Ajudar a caminhar, organizar medicamentos, acompanhar uma consulta ou simplesmente estar ao lado também são formas de retribuir esse cuidado.

Envelhecer não diminui a história de ninguém. Neste Dia dos Pais, a Pronto Afeto homenageia os pais idosos e todos aqueles que continuam sendo referências afetivas para suas famílias.

*Que nunca nos falte tempo para oferecer
presença, carinho e cuidado.*

Feliz dia dos Pais!



O CUIDADO TAMBÉM É UMA FORMA DE AGRADECER

O Dia dos Pais também nos convida a olhar para as relações que construímos ao longo da vida. Muitos pais dedicaram anos ao cuidado, à proteção e à construção da família. Com o envelhecimento, os papéis podem mudar, e o cuidado passa a ser também uma forma de reconhecer e retribuir tudo o que foi vivido.

Gratidão não significa ignorar dificuldades. É reconhecer aprendizados, conquistas, vínculos e momentos que fazem parte da nossa história. No envelhecimento, esse olhar pode valorizar trajetórias e fortalecer relações entre pais, filhos e familiares.

Prosperidade também vai além das conquistas materiais. Ter relações saudáveis, manter-se ativo, adquirir conhecimento, encontrar propósito e envelhecer com dignidade também são formas de prosperar.

Cuidar de quem cuidou de nós é uma forma de gratidão. E reconhecer essa história também é construir um envelhecimento com mais afeto, significado e dignidade.

**O QUE
FALAM DA
PRONTO
AFETO?**

Suzana d'El- Rey



“Sempre um serviço de excelência da Pronto Afeto. Atendimento e suporte nota 10! Até a próxima”



QUANDO O TRABALHO DE ALGUÉM SE TRANSFORMA EM SEGURANÇA PARA OUTRA PESSOA

Existe algo profundamente humano no ato de cuidar.

Existe algo profundamente humano no ato de cuidar.

Para muitas pessoas idosas, atividades aparentemente simples podem representar grandes desafios. Levantar-se, tomar banho, alimentar-se, caminhar ou simplesmente ter alguém por perto pode fazer enorme diferença na experiência daquele dia.

É por isso que o cuidador não deve enxergar apenas tarefas. Existe uma pessoa por trás de cada necessidade. Existe uma história, com preferências, medos, lembranças, hábitos e uma identidade que precisam ser respeitados.

Ao final de um plantão, talvez o cuidador não perceba a dimensão do que realizou. Mas alguém esteve mais seguro porque ele estava ali. Alguém recebeu atenção. Alguém teve companhia.



CUIDAR É UMA PROFISSÃO. HUMANIZAR ESSE CUIDADO É UMA ESCOLHA DIÁRIA.



QUEM ESCOLHE CUIDAR TAMBÉM PRECISA ESCOLHER APRENDER



Dois profissionais podem possuir o mesmo certificado e exercer a mesma função, mas apresentar resultados completamente diferentes. Um deles limita-se ao conhecimento adquirido no curso. O outro continua estudando, pesquisa sobre demências, aprende sobre prevenção de quedas, procura compreender alterações comportamentais e atualiza seus conhecimentos sobre segurança, comunicação, primeiros socorros e envelhecimento.

Com o passar do tempo, essa diferença aparece. O profissional que se mantém atualizado tende a desenvolver melhor capacidade de observação, comunicação e tomada de decisões dentro dos limites de sua atuação. Famílias percebem segurança, equipes reconhecem comprometimento e empresas identificam profissionalismo.

Não espere que uma empresa seja a única responsável pelo seu desenvolvimento profissional. Leia, estude, participe de capacitações, faça perguntas e procure fontes confiáveis. O certificado pode abrir uma porta. Mas é o conhecimento, aliado à postura profissional, que ajuda você a permanecer e crescer.

MENSAGEM AO CUIDADOR

Talvez ninguém veja os pequenos gestos da sua rotina: oferecer água, repetir uma orientação com paciência, ajeitar um travesseiro ou simplesmente estar ao lado de quem precisa.

Continue estudando, aperfeiçoando-se e respeitando os limites da profissão. E nunca permita que a rotina faça esquecer que, antes de existir um paciente ou uma escala, existe uma pessoa. Conhecimento torna o cuidado mais seguro. Responsabilidade fortalece o profissional. E humanidade transforma assistência em afeto.



SEGURANÇA DO IDOSO: ATENÇÃO NUNCA É DEMAIS QUANDO SE TRATA DE MEDICAMENTOS



A administração de medicamentos exige responsabilidade e atenção rigorosa. O cuidador deve seguir as orientações estabelecidas para aquela pessoa e nunca decidir, por conta própria, iniciar, suspender, substituir ou alterar doses e horários.

Antes da administração, é fundamental conferir a pessoa, o medicamento, a dose prescrita, o horário e a via de administração, além da validade e das condições do

produto e das orientações presentes na prescrição e no plano de cuidados.

Também é importante observar possíveis reações e comunicar intercorrências à família e aos profissionais responsáveis.

O cuidador não deve administrar medicamentos que dependam de prescrição sem orientação válida, nem utilizar produtos indicados informalmente por vizinhos,

amigos ou familiares. Mesmo medicamentos considerados comuns podem provocar interações e efeitos adversos, especialmente entre pessoas idosas que utilizam vários medicamentos no dia a dia.

Na dúvida, não improvise. Comunique a família, registre qualquer intercorrência e procure orientação da equipe de saúde responsável. A segurança do idoso deve vir em primeiro lugar.



AGOSTO: UM MÊS PARA FALAR SOBRE PREVENÇÃO, PROTEÇÃO E CUIDADO



Agosto reúne importantes ações de conscientização em saúde no Brasil. Entre elas está o Agosto Dourado, relacionado à promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno. O Ministério da Saúde também desenvolve e divulga ações

de prevenção e promoção da saúde ao longo do período.

Para quem atua no cuidado da pessoa idosa, agosto também é uma oportunidade para reforçar temas para um envelhecimento saudável.

SAÚDE CARDIOVASCULAR

Acompanhar pressão arterial, diabetes, colesterol e outros fatores de risco contribui para proteger a saúde do coração e do cérebro.

VACINAÇÃO

Pessoas idosas devem manter a situação vacinal acompanhada conforme as recomendações oficiais para sua faixa etária e condições de saúde.

ALIMENTAÇÃO E HIDRATAÇÃO

A ingestão adequada de líquidos e uma alimentação equilibrada devem fazer parte da rotina, sempre respeitando as necessidades individuais.



PREVENÇÃO DE QUEDAS

Ambientes organizados, boa iluminação, atenção a tapetes, calçados e obstáculos ajudam a reduzir riscos.

SAÚDE INTEGRAL

Alterações cognitivas, emocionais, funcionais ou comportamentais não devem ser naturalizadas simplesmente porque a pessoa envelheceu. Alterações significativas merecem avaliação profissional.

PARA INFORMAÇÕES SOBRE CAMPANHAS, VACINAÇÃO E RECOMENDAÇÕES VIGENTES, CONSULTE OS CANAIS OFICIAIS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE E DO SUS

O QUE FALAM DA PRONTO AFETO?

Bárbara Santana



“Utilizei os serviços da Pronto Afeto para minha tia Irene, meu tio Wilfredo, minha sogra Nilza e em fevereiro de 2026 para minha mãe Eliete que precisou ficar hospitalizada no hospital de Brotas. Eles são excelentes. Com certeza indicarei a todos. Estou muito satisfeita”



QUANDO OS DIAS MUDAM, NOSSO CÉREBRO TAMBÉM PERCEBE

O INVERNO INFLUENCIA NOSSAS EMOÇÕES?

Durante períodos com menor exposição à luz natural, podem ocorrer alterações nos ritmos circadianos, sistema biológico que ajuda a organizar sono, vigília, liberação hormonal e diferentes funções do organismo.

A luz que chega aos olhos fornece ao cérebro informações importantes sobre o horário do dia e ajuda a sincronizar o chamado relógio biológico. Por isso, mudanças na duração e intensidade da luz ao longo das estações podem influenciar o sono, a disposição e o humor em algumas pessoas.



O QUE PODE MUDAR NO INVERNO?

No inverno, algumas pessoas podem perceber mais sonolência, alterações no sono, menor energia e disposição, dificuldade de concentração, mudanças no apetite e maior tendência ao isolamento.

Em regiões com pouca luz natural, pode ocorrer transtorno afetivo sazonal, mas isso não significa que o inverno cause depressão. No Brasil, esses efeitos variam conforme região, rotina, hábitos e condições de saúde.

E A PESSOA IDOSA DURANTE O INVERNO?

O frio pode aumentar o tempo em casa e reduzir passeios, exposição à luz natural, atividade física e interação social, favorecendo o isolamento.

O cuidador deve observar mudanças no humor, sono, apetite e disposição, preservando, quando possível, uma rotina regular, contato com a luz natural, atividades físicas, convivência social e lazer. Alterações significativas merecem avaliação profissional.

PARA O CUIDADOR REFLETIR

O ambiente também participa do cuidado. Luz, sons, aromas, temperatura, conversas e rotina fornecem estímulos ao cérebro e influenciam emoções, memória e comportamento. Cuidar, portanto, é olhar além do corpo e compreender como ambiente e relações também fazem parte do bem-estar.

Cuidar também é compreender o que o cérebro sente, mesmo quando as palavras não conseguem explicar.



POR QUE UM SIMPLES CHEIRO PODE MUDAR NOSSO ESTADO MENTAL?

Você já sentiu um perfume e, imediatamente, lembrou de uma pessoa, de uma casa, de uma comida da infância ou de um momento especial?

Isso acontece porque o olfato possui uma relação próxima com circuitos cerebrais envolvidos na emoção e na memória. Quando moléculas odoríferas chegam ao nariz, os sinais iniciados pelos receptores olfatórios seguem para o bulbo olfatório e se conectam a diferentes regiões cerebrais, entre elas estruturas relacionadas ao processamento emocional e à formação e recuperação de memórias, como a amígdala e o hipocampo.

Por isso, determinados aromas podem funcionar como pistas de memória autobiográfica.

O AROMA PODE MODIFICAR NOSSO ESTADO EMOCIONAL?

Aromas podem influenciar emoções, mas seus efeitos variam conforme as experiências e memórias de cada pessoa. Cheiros familiares, como café, comidas, flores ou produtos de casa, podem despertar lembranças, promover conforto e estimular conversas.

No cuidado, podem contribuir para um ambiente acolhedor e atividades de reminiscência, mas não substituem tratamentos para demência. Também é importante evitar aromas intensos e ter atenção a alergias, problemas respiratórios e sensibilidade a odores.

Às vezes, uma memória que parecia distante encontra no aroma uma pequena porta para voltar.



29 DE AGOSTO / DIA NACIONAL DE COMBATE AO FUMO

CUIDAR DOS PULMÕES TAMBÉM É CUIDAR DO CÉREBRO, DO CORAÇÃO E DA LONGEVIDADE

Instituído pela Lei nº 7.488/1986, o Dia Nacional de Combate ao Fumo é uma oportunidade para conscientizar sobre os danos causados pelo tabagismo e incentivar escolhas que favoreçam a saúde e a qualidade de vida.

O cigarro não afeta somente os pulmões. O tabagismo está relacionado ao desen-

volvimento e agravamento de diversas doenças, incluindo doenças cardiovasculares, respiratórias e diferentes tipos de câncer. Para a população idosa, essa conscientização ganha ainda mais importância. Ao longo dos anos, a exposição às substâncias presentes no tabaco pode contribuir para danos aos vasos sanguíneos e aumentar o risco de pro-

blemas cardiovasculares e cerebrovasculares, incluindo o AVC.

Existe também uma relação importante com o cérebro: fatores que prejudicam a saúde vascular podem comprometer a saúde cerebral. O tabagismo é reconhecido como um fator de risco modificável associado ao declínio cognitivo e demências.

NUNCA É TARDE PARA PARAR

A ideia de que parar de fumar depois de muitos anos não faria diferença é equivocada. Faz. Abandonar o cigarro traz benefícios à saúde em qualquer idade, reduzindo progressivamente os riscos relacionados ao tabaco.

A pessoa que deseja parar deve ser acolhida. A dependência da nicotina pode exigir acompanhamento e estratégias específicas. O SUS oferece tratamento para o tabagismo, e a Unidade Básica de Saúde é uma importante porta de entrada.

Também é importante prevenir o tabagismo passivo. Manter os ambientes de convivência livres da fumaça protege a saúde da pessoa idosa e de todos ao redor.





*Nunca é tarde para escolher cuidar
melhor da própria saúde. Cada
mudança representa mais
possibilidades para o futuro.*

Cuidar não significa apenas estar presente quando a doença aparece. Cuidar também é prevenir. É orientar, apoiar e informar.


Pronto Afeto

*Cuidando com afeto de
quem cuidou de você*



NOSSOS ANIVERSARIANTES DO MÊS

NOSSAS FELICITAÇÕES AOS ANIVERSARIANTES!

QUE ESTE NOVO CICLO TRAGA
AINDA MAIS FELICIDADE E
REALIZAÇÕES À VIDA DE
CADA UM.

CUIDADORES PRESTADORES DE SERVIÇO:

03 - Marcia Nascimento
08 - Francineide Alves
08 - Susana Santos
13 - Heloisa Santos
14 - Adriana Pereira
17 - Jaqueline Silva
24 - Maria Silva
24 - Talita Silva
30 - Caroline Melo
30 - Eliene Santos

30 - Francine Souza
30 - Cristiana de Oliveira

CUIDADOS:

12 - Raimundo Santos
18 - Carolina Moitinho
28 - José Molinero
31 - Taciane Magalhães

EQUIPE PRONTO AFETO:

09 - Felipe Mesquita

PARCEIROS



CONTATOS IMPORTANTES

SAMU: 192 | DISQUE SAÚDE: 136



Pronto Afeto

Assistência Domiciliar e Hospitalar

✉ Atendimento@prontoafeto.com.br
☎ (71) 99166-2126
🌐 www.prontoafeto.com.br

📍 Edif. Tecnocentro, R. Mundo, 121 Parque Tecnológico andar 4 – Troboggy.

Sócias

Cléo Santana - (71) 99166-2126
Lívia Medrado - (71) 99998- 9833
Adelita Mesquita - (71) 99983 - 4123