

Respostas dos Exercícios

Cuidador de Idosos Domiciliar Enfoque para a Biogerontologia

Maria Gabriela Valle Gottlieb



editora
VIENA

Edição
Bauru/SP
Editora Viena
2022

Capítulo 1

1.

- A)F
- B)V
- C)F
- D)V
- C)V

2.

A, B, F, G, I, J, K

3.

Preparo de alimentação; trabalhos domésticos; acompanhar o idoso em consultas médicas; auxiliar ou dar banho; buscar, comprar e ministrar os medicamentos; manusear o dinheiro; cuidar de tarefas burocráticas como receber aposentadoria ou pensão; e troca de fralda.

Capítulo 2

1.

- A)V
- B)V
- C)F
- D)V
- E)V

2.

A, B, C, E, G, J

3.

Refere-se à participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de ser parte de uma força de trabalho.

Capítulo 3

1.

- A)F
- B)F
- C)V
- D)V
- E)V

2.

A, B, D, E, G, I, J, K

3.

Porque ele apresenta uma fisiologia mais frágil, órgãos sobrecarregados, faz uso de polifarmácia, portanto tem maior risco de sofrer diversas alterações, como problemas de pressão arterial, glicose, paladar, olfato, movimentação, de humor etc, o que pode colocá-lo em maior risco de quedas, infarto, AVC, depressão, Alzheimer e morte.

Capítulo 4

1.

- A)F
- B)V
- C)F
- D)F
- F)V

2.

B, D, E, F, G, I, K

3.

Ajudar o idoso a sentar e levantar-se da cama, manter os cuidados com a alimentação, movimentação de membros e higiene, mudar de posição a cada duas horas para prevenção de úlceras por pressão.

Capítulo 5

1.

A)F
B)V
C)V
D)V
E)V

2.

A, C, D, F, G, H, J

3.

(1) história familiar de doença arterial coronariana (DAC) prematura (familiar de 1º grau do sexo masculino que apresentou DAC < 55 anos e do sexo feminino com < 65 anos); (2) ser homem > 45 anos e mulher > 55 anos; (3) tabagismo; (4) hipercolesterolemia (LDL-c elevado); (5) hipertensão arterial sistêmica (>90 mmHg e > 140 mmHg); (6) diabetes mellitus tipo 2; (7) obesidade (Índice de Massa Corporal, IMC \geq 30 Kg/m²); (8) gordura abdominal (medida pela circunferência da cintura); (9) sedentarismo; (10) dieta pobre em frutas e vegetais; (11) estresse psicossocial.

4.

A)F
B)F

- C)V
- D)V
- F)V

5.

B, D, F, G, H, I, J

6.

Existem três critérios diagnósticos para a SM: o da OMS, o NCEP-ATPIII e o IDF. Os três avaliam os valores para pressão arterial, glicemia, dislipidemia e obesidade. Porém, o que muda em alguns deles são os valores de referência para os níveis de glicose de jejum e de circunferência da cintura, bem como as condições necessárias ao diagnóstico.

7.

- A)V
- B)V
- C)V ou F
- D)V
- F)V

8.

B, D, F, G, H, I, J

9.

Normotensas: PA=120-139/80-89mmHg e hipertensas: PA= acima de 140/90 mmHg.

10.

- A)V
- B)V
- C)F
- D)V

E)V

11.

B, C, G, I, J, L

12.

Muita sede e fome; ingestão excessiva de água; boca seca; fraqueza; várias micções durante o dia e a noite; perda de peso; infecções urinárias recorrentes; visão embaçada ou turva; dificuldade de cicatrização; formigamento nos pés e nas mãos.

13.

A)V
B)V
C)V
D)V
E)F

14.

A, B, C, E, H, I, K, L.

15.

Redução da circunferência da panturrilha, perda de massa muscular, de força e de mobilidade.

16.

A)F
B)V
C)V
D)V
E)F
F)F

17.

A, B, D, F, H, I, J.

18.

Os hábitos mais importantes para prevenir a perda de massa óssea exagerada são: manter uma alimentação saudável e equilibrada, rica em cálcio e em vitamina D; praticar atividade física regular; e pegar sol.

19.

A)F
B)F
C)V
D)V
E)V

20.

A, B, C, E, G, H, J, K, L.

21.

Perda de apetite e de sono, perda de memória, confusão mental, irritabilidade, ansiedade e até mesmo psicoses e agressividade.

22.

A)F
B)V
C)V
D)F

23.

A, C, D, E, F, G, I, K.

24.

Perda da memória para fatos recentes.

25.

- A)F
- B)V
- C)F
- D)V
- E)F

26.

A, B, C, E, F, H, I, J, K, L.

27.

Prejuízos nas funções de memória, atenção, funções executivas e linguagem, ansiedade, depressão, agitação, irritabilidade, dificuldade de deglutição.

Capítulo 6

1.

- A) F
- B) V
- C) V
- D) F
- E) V

2.

A, C, D, E, F, G, I, J.

3.

Porque há redução de pelos, de glândulas, e a pele fica mais fina, prejudicando a regulação da temperatura corporal.

Capítulo 7

1.

- A) F
- B) V
- C) V
- D) F
- E) V

2.

A, B, E, H, I, J, K.

3.

Porque, com o envelhecimento, ocorrem alterações no paladar e no olfato, pois acontecem mudanças degenerativas tanto nas papilas gustativas quanto nas olfatórias.

Capítulo 8

1.

- A)F
- B)V
- C)F
- D)V
- E)V

2.

A, B, C, D, E, G, I, J, K.

3.

Com o envelhecimento, nosso corpo vai diminuindo a produção de determinados hormônios relacionados à qualidade do sono, por exemplo, a melatonina. Além disso, a arquitetura do sono também muda com a idade. Idosos tendem a cochilar

durante o dia, o que diminui a quantidade de sono durante a noite.

Capítulo 9

1.

- A)V
- B)V
- C)V
- D)V
- E)V

2.

A, B, C, G, H, J, K.

3.

Uma alimentação diversificada em proteínas, frutas, legumes, verduras e cereais, uma boa hidratação, pouco sal e pouco açúcar. Investir em uma rotina de horários das refeições, em temperos naturais, e em um ambiente tranquilo para realizar as refeições.

Capítulo 10

1.

- A)F
- B)V
- C)F
- D)V
- E)V

2.

A, B, D, E, F, H, I, J, K.

3.

Porque o gasto energético diminui e, portanto, não há a necessidade de consumo alimentar igual ao de fases mais jovens da vida. Se não houver uma doença crônica e uso de polifarmácia, essa tendência pode ser considerada esperada durante o envelhecimento.

Capítulo 11

1.

- A)V
- B)V
- C)V
- D)F
- E)V

2.

B, C, D, E, F, H, I, J.

3.

As grandes síndromes geriátricas são: incontinências, instabilidade postural, imobilidade, incapacidade cognitiva, iatrogenia, incapacidade de comunicação e insuficiência familiar.

4.

- A)V
- B)V
- C)F
- D)V
- E)F

5.

B, C, E, F, I, K.

6.

Idade avançada; sexo feminino; alterações do sistema sensorial motor; perda de massa muscular e óssea; labirintite; problemas de visão; sedentarismo; obesidade; má nutrição; fraqueza; uso de polifarmácia; insônia; depressão; Parkinson; ambiente externo inseguro, como: tapetes; degraus; desníveis; móveis; calçadas em má condição de preservação; calçados inadequados; pisos encerados ou escorregadios; e falta de iluminação.

7.

A)F

B)F

C)V

D)V

E)V

8.

A, B, C, D, E, F, G, I, K.

9.

Permanecer acamado por mais de 15 dias, acarretando perda do movimento, devido a alterações fisiológicas causadas por ficar restrito ao leito (de hospital ou domiciliar) ou poltrona, sem realizar movimentação, transferência ou deambulação (caminhar, marchar, andar).

10.

A)F

B)V

C)V

D)V

E)V

11.

A, C, D, F, G, H, I, J, K.

12.

Memória, linguagem, gnosis, função executiva, viso-espacial, atenção e praxia.

13.

- A)V
- B)F
- C)F
- D)V
- E)V

14.

A, B, C, D, F, G, H, J, K.

15.

Não pode! O ácido salicílico pode provocar hemorragia, pois interfere na coagulação sanguínea, provocar danos no fígado e úlceras gástricas.

16.

- A)F
- B)F
- C)V
- D)F
- E)V

17.

A, B, C, D, E, F, H, J, K.

18.

As principais delas são: usar frases claras e curtas; falar devagar, com uma boa dicção; fazer perguntas que possam ser respondidas com “sim” ou “não” e, caso o idoso não consiga falar, pedir que ele balance a cabeça ou pisque os olhos; evitar ambientes com muito barulho para poder se comunicar melhor com o idoso; não usar linguagem infantilizada.

19.

- a)V
- b)F
- c)V
- d)V
- e)V

20.

A, B, C, D, F, H, J, K.

21.

Muitos fatores estão associados ao “abandono” familiar, como: inversão dos papéis; conflitos intergeracionais; comprometimento das relações familiares; vulnerabilidade social da família; novos arranjos familiares (família pequena; os filhos que já saíram de casa; priorização dos mais jovens; individualismo; e o fato de não haver nenhum integrante da família que exerça exclusivamente atividades do lar são exemplos disso).

Capítulo 12

1.

- A)F
- B)V
- C)V
- D)F
- E)F

2.

A, B, C, E, F, G, I, J, K.

3.

Abusos físicos, psicológicos, financeiros e negligência.