



— FEVEREIRO — ROXO

Conscientização e prevenção
sobre Alzheimer,
Fibromialgia e Lúpus.



Alzheimer, lúpus e fibromialgia são doenças diferentes, mas que apresentam dois pontos em comum: são doenças crônicas e incuráveis.

A Campanha Fevereiro Roxo vem para conscientizar a população para que estas doenças sejam identificadas ainda na fase inicial, para que seus sintomas sejam controlados ou retardados, oferecendo melhor qualidade de vida aos pacientes acometidos por estas patologias.

Por isso, o Comitê Nacional de Saúde e Qualidade de Vida dos Institutos Federais (UNIFICA), em alusão à Campanha Fevereiro Roxo, elaborou uma cartilha contendo uma série de informações sobre o assunto, explicando as principais características das doenças e mostrando que o diagnóstico precoce ajuda a manter a qualidade de vida.

É importante destacar que quanto mais cedo o diagnóstico, maiores as chances de resposta positiva ao tratamento dos sintomas associados às doenças, podendo até mesmo retardá-los.



Alzheimer



O que é?

A Doença de Alzheimer (DA) é um transtorno neurodegenerativo progressivo e fatal que se manifesta pela deterioração cognitiva e da memória, comprometimento progressivo das atividades de vida diária e uma variedade de sintomas neuropsiquiátricos e de alterações comportamentais.

Como é realizado o diagnóstico?

O diagnóstico da Doença de Alzheimer é por exclusão. O rastreamento inicial deve incluir avaliação de depressão e exames de laboratório com ênfase especial na função da tireoide e nos níveis de vitamina B12 no sangue.

Qual médico pode diagnosticar e tratar o Mal de Alzheimer?

O Alzheimer pode ser tratada pelo psiquiatra geriatra ou por um neurologista especializado no tratamento da Doença de Alzheimer.

Como saber se uma pessoa está com Alzheimer?

O diagnóstico do Alzheimer no paciente que apresenta problemas de memória é baseado na identificação das modificações cognitivas específicas. Exames físicos e neurológicos cuidadosos acompanhados de avaliação do estado mental para identificar os déficits de memória, de linguagem, além de visoespaciais, que é a percepção de espaço.



Alzheimer



Importante: Quanto maior for a estimulação cerebral da pessoa, maior será o número de conexões criadas entre as células nervosas, chamadas neurônios. Esses novos caminhos criados ampliam a possibilidade de contornar as lesões cerebrais, sendo necessária uma maior perda de neurônios para que os sintomas de demência comecem a aparecer. Por isso, uma maneira de retardar o processo da doença é a estimulação cognitiva constante e diversificada ao longo da vida.

Sintomas do Alzheimer

O primeiro sintoma, e o mais característico, do Mal de Alzheimer é a perda de memória recente. Com a progressão da doença, vão aparecendo sintomas mais graves como, a perda de memória remota (ou seja, dos fatos mais antigos), bem como irritabilidade, falhas na linguagem, prejuízo na capacidade de se orientar no espaço e no tempo.

Entre os principais sinais e sintomas do Alzheimer estão:

- Falta de memória para acontecimentos recentes;
- Repetição da mesma pergunta várias vezes;
- Dificuldade para acompanhar conversações ou pensamentos complexos;
- Incapacidade de elaborar estratégias para resolver problemas;
- Dificuldade para dirigir automóvel e encontrar caminhos conhecidos;
- Dificuldade para encontrar palavras que expressem ideias ou sentimentos pessoais;
- Irritabilidade, suspeição injustificada, agressividade, passividade, interpretações erradas de estímulos visuais ou auditivos, tendência ao isolamento.

Alzheimer



Tratamento

O tratamento do Alzheimer é medicamentoso e os pacientes têm à disposição a oferta de medicamentos capazes de minimizar os distúrbios da doença, que devem ser prescritos pela equipe médica. O objetivo do tratamento medicamentoso é, também, propiciar a estabilização do comprometimento cognitivo, do comportamento e da realização das atividades da vida diária (ou modificar as manifestações da doença), com um mínimo de efeitos adversos.

Vale ressaltar que o diagnóstico precoce, o tratamento adequado e em tempo oportuno é fundamental para possibilitar o alívio dos sintomas e a estabilização ou retardo da progressão da doença.



Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES)



O diagnóstico precoce adequado associado ao tratamento correto permitem que a maioria dos pacientes com Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES) tenham uma vida normal, com poucos ou até nenhum sintoma. Entretanto, um atraso ou tratamento inadequado podem resultar em danos graves aos órgãos nobres e até morte.

O que é?

O LES é uma doença reumática inflamatória, crônica e de origem autoimune que ocorre em 0,2% da população. Predomina em mulheres, sendo 90% dos casos.

Geralmente os sintomas se iniciam entre 20 a 30 anos de idade, mas também podem ocorrer em idosos e crianças.



Como se manifesta?

O Lúpus frequentemente acomete as articulações, resultando em dor, inchaço e dificuldade para movimentação.

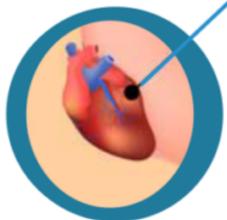
É bastante comum o acometimento de pele com manchas vermelhas, especialmente no rosto e em área expostas ao sol, como braços, antebraços, colo e dorso e também a queda do cabelo.

A inflamação da doença também pode ocorrer nos rins, pulmões, coração, células do sangue e cérebro.

Lúpus Eritematoso Sistêmico Sintomas



Fotossensibilidade



Hipertensão
Pericardite
Miocardite
Endocardite

Sangue na urina
Inflamação nos rins
(nefrite)



Anemia
Plaquetas baixas
Leucócitos baixos
Trombose
Vasculite



Fenômeno de
Raynaud

Dor de cabeça,
Depressão
Psicoses



Úlceras
orais



Dor abdominal
Perda de apetite

Pneumonia
Pleurite
Tosse seca
Falta de ar



Dor muscular,
nas juntas/
articulações



Como é realizado o diagnóstico?

Através de um conjunto de sinais e sintomas associados a exames básicos e autoanticorpos específicos.

A história clínica detalhada e o exame físico realizado de forma cuidadosa pelo seu médico permitem um diagnóstico preciso, na maioria dos casos.

Como se trata o Lúpus?

O tratamento depende do tipo de manifestação e deve portanto ser individualizado, podendo ser usado um, dois ou mais medicamentos em uma fase (fase ativa da doença) e, poucos ou nenhum medicamento em outras fases (fase inativa ou remissão). Os medicamentos podem ser corticoides, antimaláricos como hidroxicloroquina, imunomoduladores como azatioprina, ciclofosfamida e outros.

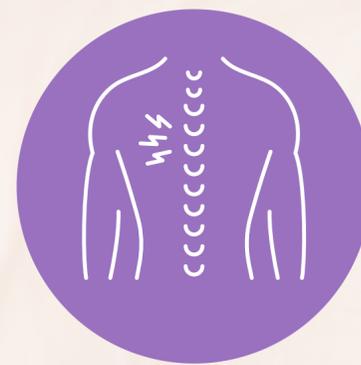
O uso dos fotoprotetores é essencial e devem ser aplicados diariamente em todas as áreas expostas à claridade. O produto deve ser replicado ao longo do dia, para assegurar seu efeito protetor.

As informações aqui contidas são gerais e não representam obrigatoriamente todos os aspectos clínicos possíveis de serem encontrados em pessoas com LES.

Em caso de dúvida converse com seu médico/reumatologista.



Fibromialgia



A Fibromialgia caracteriza-se por dor crônica que migra por vários pontos do corpo e se manifesta especialmente nos tendões e nas articulações. Trata-se de uma patologia relacionada com o funcionamento do sistema nervoso central e o mecanismo de supressão da dor que atinge, em 90% dos casos, mulheres entre 35 e 50 anos, mas também pode ocorrer em crianças, adolescentes e idosos.

Causa

A causa específica da doença é desconhecida. Sabe-se, porém, que os níveis de serotonina são mais baixos nos portadores e que desequilíbrios hormonais, tensão e estresse podem estar envolvidos em seu aparecimento.

Sintomas da fibromialgia:

- Dor generalizada e recidivante;
- Fadiga;
- Falta de disposição e energia;
- Alterações do sono que é pouco reparador;
- Síndrome do cólon irritável;
- Sensibilidade durante a micção;
- Cefaleia;
- Distúrbios emocionais e psicológicos.



Diagnóstico da fibromialgia

Os critérios de diagnóstico da fibromialgia são:

- a) Dor por mais de três meses em todo o corpo e
- b) Presença de pontos dolorosos na musculatura (11 pontos, de 18 que estão pré-estabelecidos).

Deve-se salientar que muitas vezes, mesmo que os pacientes não apresentem todos os pontos, o diagnóstico da doença é feito e o tratamento iniciado.

Recomendações para quem tem fibromialgia

A partir do diagnóstico médico, o tratamento da fibromialgia costuma merecer uma abordagem multidisciplinar. Os possíveis atores envolvidos costumam ser: paciente, médico, fisioterapeuta, profissional de saúde mental, entre outros profissionais de saúde.

Entre as modalidades de tratamento, podemos citar:

- realização de exercícios físicos aeróbicos como andar, nadar ou pedalar. De preferência, acompanhadas de exercícios de alongamento muscular;
- acupuntura;
- tratamento medicamentoso.



Referências

BRASIL. Alzheimer: o que é, causas, sintomas, tratamento, diagnóstico e prevenção. Ministério da Saúde. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/Alzheimer>> Acesso em: 21 de Jan. 2023.

LES Lúpus Eritematoso Sistêmico Cartilha para pacientes - Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2011.

MARQUES, A. P.; ASSUMPÇÃO, A.; MATSUTANI, L. A. Fibromialgia e Fisioterapia: avaliação e tratamento. São Paulo: Manole, 2007.

Responsável técnico: Dr. Evandro Barbosa dos Anjos - Médico IFNMG Campus Arinos.





— FEVEREIRO — ROXO

**Se não houver cura, que ao menos
haja conforto!**



COMITÊ NACIONAL DE SAÚDE E
QUALIDADE DE VIDA DOS INSTITUTOS FEDERAIS