

**projeto vivermelhor** REALIZAÇÃO: **GRUPO RAC** PATROCÍNIO: **Amil**

Destacar temas ligados à saúde e ao bem-estar, enfatizando condutas simples que possam promover uma vida muito mais saudável, em todas as idades. Este é o objetivo do *Projeto Viver Melhor*, que o **Correio Popular** trará neste espaço, todos os domingos, de maio a outubro deste ano, em parceria com a **Amil**.

SAÚDE III CORPO E MENTE

# Aprendendo a lidar com a esclerose

Doença autoimune que ataca sistema nervoso central assusta, mas sintomas podem ser controlados

**Inaê Miranda**  
DA AGÊNCIA ANHANGUERA  
inae.miranda@rac.com.br

Dificuldade para enxergar em determinados momentos do dia, visão embaçada e escura. Como qualquer outra pessoa, a arquiteta Rosângela Ribeiro, de 54 anos, procurou um médico oftalmologista. Mal desconfiava que o diagnóstico da doença que apresentava seria dado dois anos depois por um neurologista. Rosângela descobriu há 20 anos que era portadora de esclerose múltipla, uma doença classificada como autoimune, que atinge o Sistema Nervoso Central (SNC) provocando sintomas sensitivos, como dormência, formigamento, perda visual, dificuldade de movimento, fraqueza dos membros e falta de equilíbrio.

## Problema evolui para casos graves em 15% dos pacientes

Segundo o neurologista Benito Pereira Damasceno, professor titular da neurologia da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), a esclerose múltipla atinge principalmente mulheres jovens, na faixa de 20 a 40 anos, como foi o caso de Rosângela. “Estava com 34 anos quando comecei a ter os sintomas visuais. Ia no oftalmologista, mas não aparecia nenhuma alteração. Em seguida, os sintomas evoluíram para adormecimento nos braços. Só dois anos depois, por meio de uma ressonância magnética tive a confirmação”, afirmou.

A Esclerose Múltipla é caracterizada pela destruição da bainha e mielina do sistema nervoso e da medula espinhal, segundo Damasceno. Essa membrana protetora, que reveste as fibras nervosas e é responsável pela transmissão dos impulsos

do cérebro para as demais partes do corpo, passa a transmitir mal os impulsos elétricos, levando parte dessas fibras à degeneração. “Elas acabam morrendo, mas a maior parte regenera a bainha destruída através de células especiais — as células gliais —, melhorando os sintomas. E os impulsos nervosos voltam a transmitir os impulsos normalmente”, explica.

O conjunto de sintomas varia de paciente para paciente, pode durar semanas ou meses e é chamado de surto da doença. Em muitos casos eles aparecem e desaparecem total ou parcialmente, algumas vezes até sem tratamento, mas podem deixar sequelas. “Uma minoria, de 10% a 15% dos casos, progride de maneira mais grave, sem melhora desde o início. Nos 85% restantes, a pessoa tem melhora total ou parcial dos sintomas.” O neurologista afirma que as causas da doença ainda não são conhecidas, mas sabe-se que o próprio organismo, por meio de glóbulos brancos autorreativos, penetram no tecido nervoso, ativando células gliais e outras células, causando inflamação no local. “O próprio organismo se ataca, por isso dizemos que é autoimune.”

O diagnóstico da doença costuma ser um desafio e exige especialização e muita experiência do neurologista, já que existem vários outros males que se comportam do mesmo modo. “O diagnóstico de esclerose múltipla é por exclusão de outras doenças. É quando não existe uma outra causa que explique melhor os sintomas”, disse Damasceno. A exclusão é feita por meio de ressonância magnética do cérebro e medula espinhal e exame do líquido, além de exames para afastar outras doenças e infecções. O tratamento é feito com droga imunomoduladora, que controla a atividade dos glóbulos brancos, impedindo que provoquem inflamação no tecido nervoso.

### SAIBA MAIS

Mais informações sobre como participar do Grupo de Esclerose Múltipla de Campinas e Região ou de como colaborar podem ser obtidas pelo e-mail [gempcampinas@gmail.com](mailto:gempcampinas@gmail.com)



Pacientes praticam ioga em atividade promovida pelo Grupo Esclerose Múltipla de Campinas e região: apoio

rose múltipla é por exclusão de outras doenças. É quando não existe uma outra causa que explique melhor os sintomas”, disse Damasceno. A exclusão é feita por meio de ressonância magnética do cérebro e medula espinhal e exame do líquido, além de exames para afastar outras doenças e infecções. O tratamento é feito com droga imunomoduladora, que controla a atividade dos glóbulos brancos, impedindo que provoquem inflamação no tecido nervoso.

Entre as medicações para tratamento da esclerose múltipla estão os interferons beta, o acetato de glatiramer, natalizumab e o fingolomod. Eles são capazes de reduzir de 30% a

70% a taxa anual de surtos e a ocorrência de novas lesões em quase 80%. “O tratamento imunomodulador tem eficácia parcial enquanto o paciente estiver usando. Dessa forma, tem tratamento e controle, mas ainda não há cura.” O valor mensal do tratamento é de aproximadamente R\$ 5 mil, mas a medicação é fornecida gratuitamente pelo Estado. O médico ressalta, no entanto, que tanto o tratamento como a assistência ao paciente deve ser multidisciplinar. “Com neurologista capaz de identificar a doença para traçar diagnóstico e tratamento e também com psicólogo, psicoterapia de apoio e fisioterapia.”

O neurologista afirmou que

alguns pacientes entram em depressão ao receber o diagnóstico, mas destacou que a própria esclerose múltipla leva à depressão pelas lesões e processos inflamatórios cerebrais, assim como os efeitos colaterais de alguns medicamentos. Também ressaltou a importância do paciente se manter ocupado profissionalmente. “A doença costuma dar algum problema de memória e rapidez de raciocínio, mas a pessoa pode perfeitamente manter suas atividades dependendo da função e desde que não tenha cegueira. Mas tudo tem que ser feito para o indivíduo ser bem tratado e voltar à atividade para evitar sintoma depressivo.”

## Grupo oferece apoio e ações gratuitas

O Grupo Esclerose Múltipla de Campinas e Região (Geme) oferece apoio e atividades gratuitas a pacientes. Cerca de 250 pessoas estão inscritas na organização sem fins lucrativos, entre elas a arquiteta Rosângela Ribeiro, que ajudou a fundar o grupo. Segundo o presidente Luís Antônio Costa, a entidade promove palestras uma vez por mês com médicos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, além de atividades como ioga, aulas de pintura, shiatsu e acupuntura. “A missão do grupo é apoiar o paciente, promovendo ações que amparem e possibilitem seu fortalecimento na superação dos problemas gerados pela patologia.” Além das atividades, os pacientes recebem apoio psicológico e no grupo conseguem trocar informações sobre a doença, avanços na medicina e caminhos para a aquisição de medicamentos. “O maior apoio que tem é o psicológico. Quando a pessoa recebe o diagnóstico ela entra em desespero e quando tem um grupo que oferece esse apoio, abre-se um clarão. No grupo ela tem orientação por meio das palestras dos médicos e troca informações com as pessoas que convivem com a esclerose múltipla.” (IM/AAN)

**NÃO É APENAS UMA QUESTÃO DE COMER MELHOR. É, PRINCIPALMENTE, DE VIVER MELHOR.**

A alimentação é um dos primeiros passos para você ter uma vida mais saudável. Então cuide-se, procure sempre alimentos saudáveis, evite gorduras em excesso e, principalmente, procure sempre se alimentar de 4 em 4 horas. Cuide bem de você para viver melhor.

ANS - nº 326305

O MAIOR PLANO DE SAÚDE DO PAÍS TEM A MAIOR ATENÇÃO PELA SUA SAÚDE.

**Amil**

CENTRAL DE VENDAS:  
(19) 3737-1000  
amil.com.br