

CLÍNICA UPTIME

TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

LÚPUS – DOENÇA DE AUTOAGRESSÃO

Nas doenças auto-imunes o sistema imunológico da própria pessoa passa a agredir seu organismo, ao invés de defendê-lo. Podem ser **doenças sistêmicas**, isto é, que afetam o organismo por inteiro, como no caso do lúpus, da artrite reumatóide, da esclerose sistêmica e da dermatomiosite, ou das **doenças localizadas** num órgão, como a tireoidite de Hashimoto (tireóide).

Os portadores de lúpus desenvolvem anticorpos que agredem suas próprias células. Podemos dizer que a pessoa se torna **alérgica** a ela mesma, o que caracteriza o lúpus como doença auto-imune.

O lúpus é uma doença de causa desconhecida, mas não é uma doença contagiosa ou maligna. A orientação do seu médico é fundamental no controle da doença. Os sintomas variam de pessoa a pessoa. Os casos simples exigem pouca intervenção médica, mas os casos mais graves, que afetam órgãos vitais como pulmões, rins e cérebro necessitam de maior controle médico. A doença evolui por períodos de **atividade** intercalada por períodos de **inatividade** que podem durar semanas, meses ou mesmo anos.

O lúpus é mais freqüente em mulheres (15-40 anos) na proporção de 1/2000, uma mulher afetada para cada 2000 sadias. O lúpus afeta mais mulheres do que homens, na proporção de 10 para 1.

TIPOS DE LUPUS

Existem três tipos de lúpus: 1) **lúpus discóide**, com inflamações na pele, principalmente no rosto. 2) **lúpus sistêmico**, que afeta todo o organismo e é o mais grave. 3) **lúpus induzido por remédios**, com sintomas semelhantes ao sistêmico. Em pessoas pré-dispostas, os medicamentos para tratamento da pressão alta (hidralazina), arritmias cardíacas (procaïnamida), tuberculose (hidrazina) e epilepsia (difenil-hidantoina) desencadeiam-se sintomas semelhantes aos do lúpus. Quando o remédio é retirado, o paciente se normaliza.

FATORES AGRAVANTES

Os fatores ambientais e genéticos podem influir na evolução do lúpus. Fatores ambientais como infecções, remédios, luz ultravioleta e estresse podem despertar ou agravar os sintomas da doença. Nas famílias em que há pessoas afetadas, a possibilidade de os descendentes terem a doença é de 10%, principalmente as mulheres. Até hoje não se descobriu nenhum gene responsável pela transmissão dessa doença.

SINAIS DE ALERTA: É HORA DE PROCURAR AJUDA MÉDICA

CLÍNICA UPTIME

TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

O diagnóstico é feito por meio da história clínica do paciente e exames laboratoriais. Apesar de a doença afetar qualquer parte do organismo, os sintomas podem ficar restritos a alguns órgãos e por isso o lúpus pode ser confundido com outras doenças, o que torna seu diagnóstico difícil. Quando alguém apresentar pelo menos 4 dos sinais seguintes, o **sinal vermelho** foi aceso:

- 1- Feridinhas na boca e no nariz, sem dor e persistentes por mais de 15 dias.
- 2- Duas ou mais juntas com dor ou inchadas persistentemente por mais de 3 meses.
- 3- As pontas dos dedos ficam pálidas ou roxas quando o tempo está frio ou em contato com água fria.
- 4- Lesões avermelhadas nas maçãs do rosto.
- 5- Lesões na pele, principalmente nas áreas expostas ao sol ou à luz ultravioleta.
- 6- Queda de cabelo mais acentuada que a normal.
- 7- Dificuldade ou dor para respirar que podem durar alguns dias, sem causa aparente. Principalmente ao respirar fundo.
- 8- Acesso ou convulsão.
- 9- Presença de proteínas no exame de urina.
- 10- Alterações psicológicas sem explicação, como depressão e tristeza.

INFLUÊNCIAS DAS EMOÇÕES

Os fatores psicológicos são importantes no lúpus. A perda de um ente querido ou a separação de um casal podem desencadear os sintomas da doença. A doença em estado inativo pode ser reativada por emoções negativas. Embora os fatores emocionais não sejam a causa básica da doença, podem contribuir com sua exacerbação.

A doença pode cursar com quadro depressivo. Uma questão muito difícil de ser resolvida é se a depressão é provocada pelo estresse e pelo sacrifício da doença ou se a depressão é responsável pelo desencadeamento das crises agudas.

As doenças crônicas cursam com alterações diárias do humor, o que não deve ser confundido com os sintomas da depressão doentia.

No **lúpus sistêmico**, os sintomas da depressão como apatia, fadiga, perda de interesse, insônia, dores generalizadas, falta de apetite, desempenho sexual... podem ser atribuídos à doença. Desta maneira, sua importância é minimizada, o médico assistente não valoriza a depressão e a situação pode se agravar de maneira insuportável para o paciente.

O lúpus é uma doença crônica e seu portador necessita de acompanhamento médico prolongado para ter boa qualidade de vida e assim trabalhar e cuidar da sua família; enfim, viver sua vida.

CLÍNICA UPTIME

TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

Aquele que não aceita o fato de ter lúpus geralmente não faz as mudanças necessárias e as coisas ficam difíceis. O segredo da doença crônica é compreendê-la e trabalhar para que ela se torne inativa.

As pessoas portadoras de emoções negativas (depressão, tristeza, ódio...) nem sempre percebem que elas estão presentes. Além do mais, muitas emoções negativas estão represadas atrás de doenças crônicas como enxaqueca, psoríase, gastrite... e também o lúpus, o que torna essas situações mais complexas.

CUIDADOS MÉDICO E PSICOLÓGICO

Um panorama geral para tratamento do lúpus: cada paciente deve ter seu médico assistente, pois a este cabe fazer as avaliações periódicas e prescrever a medicação e os cuidados necessários. Alguns cuidados são importantes, como evitar sol, álcool e fumo, e alimentar-se adequadamente. Os exercícios são importantes, mas podem ser feitos apenas em determinados momentos.

As técnicas de **Programação NeuroLingüística** e de **Técnica de Pensamento Ativo** são úteis para solucionar aspectos emocionais negativos e melhorar o astral do paciente.

Dr. Luiz Carlos Bertoni

(43) 324-3303

www.pnl-uptime.med.br

Londrina (PR), 22 de abril de 2002