

## Como se trata (continuação)

- **Envolvimento pulmonar:** quando o pulmão está atingido usam-se medicamentos dirigidos ao controlo do processo, denominados imunossuppressores e podem associar-se corticoides. Nos doentes que desenvolvem hipertensão pulmonar a terapêutica é individualizada à gravidade da situação e complicações associadas e deve ser instituída em centros especializados.

- **Sintomas músculo-esqueléticos:** se existir inflamação das articulações podem usar-se agentes específicos para controlo destes sintomas em associação a analgésicos e anti-inflamatórios não esteroides. O exercício físico e fisioterapia podem ser benéficos.

- **Outros cuidados:** uso de roupa e calçado adequados são importantes não só para proteção contra o frio, mas também para proteção contra pequenos traumatismos. Nos doentes com ES a circulação periférica está comprometida e como tal, mesmo traumatismos pequenos podem tornar-se problemáticos por deficiente cicatrização.

## A importância de um diagnóstico precoce

Por ser uma doença rara, crónica e degenerativa, quanto mais cedo for feito o diagnóstico mais cedo se podem ir controlando, quer os efeitos provocados pela manifestação dos sintomas, quer a evolução da própria doença, retardando ao máximo o aparecimento de envoltimentos mais graves ao nível dos órgãos internos.



## Uma atitude positiva pode ajudar!



Como em todas as doenças, uma **atitude positiva** pode ajudar. Existem profissionais de saúde (**medicação e apoio psicológico**) e voluntários (**outros doentes com quem falar**) que lhe poderão prestar ajuda. Um **melhor entendimento dos problemas psicológicos e físicos** causados pela doença por parte da **família** e dos **amigos** pode ser conseguido através do **diálogo franco**. **Com frequência esta atitude poderá ajudá-los e ajudá-lo a si quando mais precisar.**

**A doença pode mudar a sua aparência, mas não deve alterar a sua forma de ser.**

Para mais informações sobre o Núcleo de Esclerodermia da LPCDR contacte:

**Helena Gaspar:** [es2015nuc@gmail.com](mailto:es2015nuc@gmail.com) ou

**Facebook:**  
<https://www.facebook.com/capazescomesclerodermia/>

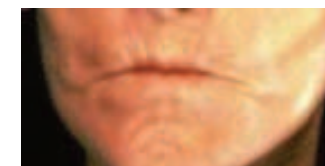
## Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas

Rua Quinta do Loureiro, 13—Loja 2  
1350-410 Lisboa  
Horário: 2.ª a 6.ª feira das 14h00 às 18h00  
☎ 21 364 87 76 📠 92 560 99 37 Apoio ao Doente 📞 92 560 99 40  
Email: [lpcdr@lpcdr.org.pt](mailto:lpcdr@lpcdr.org.pt) [www.lpcdr.org.pt](http://www.lpcdr.org.pt)



## Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas

## Uma doença rara que importa conhecer!



  
núcleo de **Esclerodermia**



**A sua ajuda será para nós a garantia de um Futuro melhor**



## O Que é

A **Esclerose Sistêmica (ES)** é uma doença sistêmica inflamatória crônica, que se caracteriza por inflamação e fibrose dos tecidos e alterações dos vasos sanguíneos, afetando vários órgãos, sobretudo a pele, tubo digestivo, pulmões, rins e coração. É uma doença muito **rara**, atingindo mais as mulheres. Pode ocorrer em qualquer idade, mas é mais comum entre os 25 e os 55 anos.

## Queixas / Sintomas

A manifestação mais característica da ES é o **Fenómeno de Raynaud (FR)**, que consiste na alteração da cor dos dedos (primeiro ficam pálidos, depois azulados e por último ruborizados), habitualmente ocasionada pelo frio ou *stress* devido a vasoconstricção dos vasos sanguíneos. A **pele** é atingida em quase todos os doentes, ocorrendo o seu **endurecimento** e **espessamento**. Os dedos, mãos e face são habitualmente as primeiras zonas afetadas. Comichão, inchaço, **úlceras** nos dedos, lesões com cicatriz/crosta na polpa dos dedos, **telangiectasias** (pontinhos vermelhos que são vasos sanguíneos dilatados) e **calcinose** (nódulos duros debaixo da pele resultantes da deposição de cálcio). Havendo envolvimento do **tubo digestivo** surgirá **azia**, **náuseas**, **enfartamento**, **disfagia** (**difficuldade em engolir**), **engasgamento**, dor abdominal, obstipação e diarreia. As manifestações podem ser várias consoante os órgãos atingidos. Outras manifestações incluem **dispneia** (**falta de ar**) com os esforços, **tosse seca**, **dores articulares e musculares**, **fadiga** e disfunção erétil.

# Capazes com Esclerodermia

## Causas

A sua **causa é desconhecida**. Pensa-se que fatores genéticos possam influenciar a suscetibilidade da doença. Também a infeção por alguns vírus e a exposição ambiental a determinados produtos químicos e alguns medicamentos podem desencadear a doença em indivíduos geneticamente suscetíveis.

## Diagnóstico

O diagnóstico é feito pelo **médico reumatologista** com base nas manifestações clínicas do doente, e recorrendo a alguns exames complementares que, não só auxiliam no diagnóstico, como permitem avaliar o envolvimento de órgãos. Destacam-se a pesquisa de anticorpos anti nucleares (ANAs) no sangue, capilaroscopia, provas de função respiratória e ecocardiograma. Poderá ser necessário pedir TAC, endoscopia digestiva, manometria esofágica, entre outros. Existem três formas de ES:

**Forma cutânea limitada:** as alterações cutâneas ficam confinadas à face e extremidades e habitualmente surgem vários anos após o FR; o envolvimento visceral é mais tardio.

**Forma cutânea difusa:** as lesões da pele envolvem uma maior área do corpo e surgem mais cedo após aparecimento do FR; o envolvimento de órgãos internos acontece cedo (pulmões, rins, coração, aparelho gastro-intestinal)

**ES sine scleroderma:** a pele não é atingida mas ocorre doença visceral.

## Como se trata

Presentemente não há nenhum medicamento que trate todas as manifestações da ES, ou seja, não existe nenhum tratamento globalmente efetivo específico para a doença. A abordagem é baseada nos sintomas e manifestações de cada doente e o tratamento é dirigido a cada órgão envolvido.

- **Fenómeno de Raynaud e úlceras digitais:** importante evitar exposição ao frio, *stress*, cafeína e tabaco; alguns medicamentos reduzem a frequência e severidade do FR, outros previnem as úlceras digitais enquanto outros ajudam no tratamento das úlceras ativas.

- **Esclerose cutânea:** são utilizados medicamentos que atuam no sistema imunitário e há vários estudos em curso nesta área; o exercício físico e fisioterapia são importantes para manter a flexibilidade e limitar as contraturas. Hidratação da pele com cremes adequados e hidratação das mucosas (por exemplo lágrimas artificiais no caso de secura ocular que o justifique) são também medidas importantes, já que a secura de pele e mucosas é um sintoma proeminente em alguns doentes.

- **Manifestações gastrointestinais:** usam-se sobretudo agentes que reduzem a acidez gástrica), que ajudam a acelerar o trânsito intestinal, e podem ser usados antibióticos nos casos de diarreia/obstipação significativas.

- **Atingimento renal:** vigiar a **tensão arterial (TA)** é muito importante e os doentes devem adotar um estilo de vida saudável com cuidados de alimentação que evitem o sal. Quando há lesão do rim são usados medicamentos específicos de controlo da TA.