

Atenção aos sintomas

# Reumatismo também na infância

ADOBE STOCK

Pouca gente imagina que uma criança de dois anos possa ser paciente de um reumatologista, afinal, na visão popular, a especialidade médica está ligada apenas aos idosos. Entretanto, cuidadores precisam estar atentos aos sinais, pois doenças reumáticas podem atingir crianças e adolescentes.

Uma das condições reumáticas crônicas mais comuns na faixa infanto-juvenil é a Artrite Idiopática Juvenil (AIJ). A doença é associada à dor, que pode ser intensa, e à incapacidade funcional.

A AIJ é uma condição clínica que engloba sete subtipos da doença, cada um com suas particularidades e tratamento específico, que têm em comum a presença de artrite (inflamação nas articulações) crônica. A identificação da AIJ não é simples, pois os sinais e sintomas podem estar presentes em outras doenças, contribuindo para o atraso diagnóstico e possibilidade de incapacidade física permanente. Por isso, a importância de estar atento e buscar um especialista quando houver aparecimento de dor ou inchaço nas articulações dos pequenos.

O diagnóstico é clínico e feito na presença de artrite em uma ou mais articulações por um período maior ou igual a seis semanas em crianças com idade inferior a 16 anos.



## Sinais e tratamentos

Conforme a reumatologista Gleice Clemente, os sintomas mais comuns da Artrite Idiopática Juvenil são dor e inchaço nas articulações, com rigidez matinal (ou seja, dificuldade de movimentar as articulações após longos períodos de repouso, como ao acordar). Os pacientes podem apresentar ainda inflamação nos olhos, febre, manchas avermelhadas pelo corpo e alteração em órgãos.

“Às vezes a criança com artrite não se queixa de dor, o que pode dificultar a percepção da doença e atrasar o diagnóstico. Nestes casos,

os sintomas podem ser mais sutis como inchaço discreto na articulação, dificuldade em efetuar determinadas tarefas, como alcançar um objeto pesado acima da cabeça, e modificação da forma como desempenham as funções, como mancar ao caminhar e alteração na escrita”, afirma.

O tratamento da doença inclui o uso de medicamentos imunomoduladores, mudanças no ambiente familiar e reabilitação. Atualmente, no Brasil, as opções de terapias são limitadas. O tratamento deve ser feito pelo médico especialista.



Fernanda Ota, dermatologista

## Distúrbio metabólico e os cabelos brancos

Um estudo realizado pela Universidade College London e publicado pela revista Nature revela que 70% do envelhecimento capilar (o surgimento dos cabelos brancos) tem relação com fatores externos como estresse e falta de nutrientes, os outros 30% têm relação com a genética.

A genética não pode ser alterada, mas os outros fatores são facilmente ajustados quando olhamos para o nosso estilo de vida, destaca a dermatologista Fernanda Ota. Segundo a médica, os radicais destroem os melanócitos, que são as células responsáveis pela pigmentação dos fios.

O excesso de cabelos brancos pode sinalizar um distúrbio metabólico. Quanto maior a evolução, mais desgastado está o metabolismo. “Algumas pessoas têm maior tendência a ter cabelos brancos, mas o desgaste metabólico só piora o problema. É importante entender os sinais do corpo e procurar o tratamento.”

## Conta-gotas

### Benefícios do chuchu à saúde

Fonte de cálcio, o consumo de chuchu está relacionado à prevenção da osteoporose. Além disso, possui magnésio e fósforo, que também favorece o fortalecimento ósseo e dos dentes.



Nutrientes como zinco e vitamina E presentes no chuchu contribuem para o fortalecimento e brilho dos cabelos.

E ainda: agentes antioxidantes no chuchu beneficiam a desintoxicação do organismo, desinchando o corpo.

## Atividade ou exercício físico: qual o melhor?



“Atividade física é todo movimento dos músculos com gasto energético, como o deslocamento a pé até o trabalho. Essa atividade, contudo, não garante todos os benefícios físicos possíveis e principalmente mentais, pois não há uma organização específica para sua execução. Ela foi realizada com o objetivo de locomoção e pode ter ocorrido em um contexto de tensão”, explica Silvana Vertematti, médica do exercício e do esporte do Hospital Edmundo Vasconcelos.

O exercício físico, por sua vez, considera itens essenciais para garantir o

bem-estar físico e o mental. Além da organização já citada pela médica, há objetivos e um contexto social e de tempo.

“O exercício físico está ligado a um contexto social em que há concentração e foco para que se atinja um objetivo pré-estabelecido. Há roupas e apetrechos adequados, investimento de tempo e de segurança emocional, algo que vai muito além do ato de apenas se movimentar”, diz, acrescentando que geralmente a resposta do organismo ao exercício físico é alcançada após 30 minutos a 1 hora de prática.



# I SIMPÓSIO DE CARDIOLOGIA HOSPITAL REGINA

18 & 19  
AGO  
2022  
ÀS 20H

PARA INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES  
APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR  
NO QR CODE ABAIXO:



PALESTRANTES  
NACIONAIS

EVENTO HÍBRIDO  
E GRATUITO

INSCRIÇÕES  
LIMITADAS

REALIZAÇÃO: HOSPITAL REGINA

APOIO: AMRIGS 70