

ENTENDENDO A DOENÇA DE PARKINSON:

o que é, quais são os sintomas, sobre a sua
prevenção, tratamento e como ter qualidade de vida

INFORMATIVO
ABRIL 2022



CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Curitiba



Índice



- 01.** Introdução
- 02.** Mas, afinal, o que é a Doença de Parkinson?
- 03.** Quais são os sintomas?
- 04.** Como é feito o diagnóstico para a Doença de Parkinson?

- 05.** Causas
- 06.** Como prevenir a Doença de Parkinson?
- 07.** Quais são os tratamentos disponíveis?
- 08.** É possível ter qualidade de vida e conviver com a Doença de Parkinson?

Índice



01 Introdução

Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) mostram que aproximadamente **1% da população mundial** com idade superior a 65 anos tem a Doença de Parkinson. No Brasil, estima-se que **200 mil pessoas** sofram com o problema. Para que você se informe mais sobre a doença e entenda as suas causas, tratamentos, prevenção e demais questões, a Unimed Curitiba preparou este informativo. **Boa leitura!**



02

Mas, afinal, o que é a Doença de Parkinson?

A Doença de Parkinson é uma doença crônica e degenerativa do sistema nervoso central. Ela é considerada como a segunda causa mais comum de doenças neurodegenerativas, atrás apenas do Alzheimer. A enfermidade pode acometer homens e mulheres de todas as faixas etárias, sendo mais comum em idosos e um pouco mais predominante no sexo masculino.



03 Quais são os sintomas?

Os sintomas mais comuns da Doença de Parkinson são tremor, rigidez e movimentos mais lentos. Geralmente, esses sintomas começam de forma muito sutil e, por isso, nem sempre são notados numa fase mais inicial. No entanto, com o passar de alguns meses, ou anos, é comum perceber o seu avanço, pois ela torna-se cada vez mais evidente. O ideal é que se tente identificar a doença o mais cedo possível, para iniciar o tratamento adequado e evitar o agravamento acelerado do Parkinson, melhorando a qualidade de vida da pessoa.

Além desses 3 principais sintomas, devemos ficar atentos aos seguintes sinais que também podem indicar a Doença de Parkinson:



Sintomas



- **Letra pequena:** uma mudança na caligrafia, como o tamanho das letras ou palavras agrupadas, pode ser um sinal da Doença de Parkinson, chamada micrografia (letra pequena).
- **Perda do olfato:** se surgirem problemas para sentir o cheiro de alimentos, como bananas, café ou peixes, pergunte ao seu médico sobre a Doença de Parkinson.
- **Problemas para dormir:** movimentação excessiva (e às vezes até violenta) durante os sonhos pode ser um sinal da Doença de Parkinson.
- **Constipação:** constipação intestinal pode ser um sinal precoce da Doença de Parkinson e você deve conversar com seu médico.
- **Mudança na voz:** tom de voz mais baixo é um sintoma da Doença de Parkinson.
- **Face em máscara:** as pessoas notaram que você passou a ter uma expressão séria, deprimida ou apática no rosto, mesmo quando não está de mau humor? Isso geralmente é chamado de Face em máscara. Nesse caso, esse também pode ser um sinal da Doença de Parkinson.
- **Tonturas ou desmaios:** sentir tonturas ou desmaios pode ser um sinal de pressão arterial baixa e pode estar relacionado à Doença de Parkinson.
- **Postura curvada:** se você, sua família ou amigos perceberem que você parece estar curvado, inclinado ou relaxado ao se levantar, isso pode ser um sinal da Doença de Parkinson.

Sempre que existir alguma suspeita, é aconselhado consultar um neurologista ou um geriatra, caso o paciente seja idoso, para confirmar o diagnóstico e iniciar o tratamento.



04

Como é feito o diagnóstico para a Doença de Parkinson?

O diagnóstico da Doença de Parkinson, principalmente no seu início, pode ser um grande desafio em alguns casos e frequentemente costumam exigir mais de uma consulta ao neurologista. O diagnóstico inicia com avaliação neurológica feita em consultório, quando se destacam estes sinais: presença de tremores, rigidez nas pernas, braços e tronco, lentidão e diminuição dos movimentos e instabilidade na postura.

Nem todos os sintomas precisam ser constatados para se suspeitar da doença, mesmo sintomas mais leves podem ser



evidentes aos olhos de um especialista. Por ainda não existir um único exame que constate a doença, é recomendado que, ao aparecerem quaisquer desses sintomas, o médico neurologista seja procurado o mais rápido possível. Com acompanhamento adequado, diminuem as chances de evolução que possam trazer limitações para a vida do paciente.



05

Causas da Doença de Parkinson

Por se tratar de uma doença degenerativa, secundária à morte dos neurônios produtores de dopamina, a dúvida fica: o que provocaria a perda desses neurônios? Os principais fatores relacionados ao desenvolvimento da doença, até o momento, são:



Genéticos: cientistas já identificaram mutações genéticas que podem levar ao desenvolvimento da Doença de Parkinson. Felizmente, essas mutações não são comuns e, quando detectadas, ocorrem em famílias com múltiplos casos da doença. A maioria dos parkinsonianos não têm anormalidades nos genes.



Ambientais: existem evidências científicas de que fatores ambientais, como o contato a longos períodos com químicos tóxicos, pesticidas, metais pesados e inseticidas podem provocar a morte dos neurônios responsáveis pela produção da dopamina, levando as pessoas com predisposição à doença a terem Parkinson.

60+

Idade: os médicos são unânimes em afirmar que a principal causa da Doença de Parkinson é a idade. Após os 60 anos, o risco de desenvolver a enfermidade gira em torno de 2 a 4%, enquanto na população geral é em torno de 1 a 2%.

06

Como prevenir a Doença de Parkinson?

Infelizmente, ainda não existe uma prevenção para a Doença de Parkinson. Até o momento, os médicos trabalham com tratamentos eficientes e cada vez mais modernos e seguros para controlar os sintomas e aumentar a autonomia dos seus pacientes.





07

Quais são os tratamentos disponíveis?

A Doença de Parkinson é tratável e geralmente seus sinais e sintomas respondem de forma satisfatória às medicações existentes. Esses medicamentos, entretanto, são sintomáticos, ou seja, eles repõem parcialmente a dopamina que está faltando e, desse modo, melhoram os sintomas da doença.

Os medicamentos devem ser usados durante toda a vida da pessoa que apresenta a doença. Hoje em dia, existem diversos tipos de medicamentos antiparkinsonianos disponíveis, que

devem ser usados em combinações adequadas para cada paciente e fase de evolução da doença, garantindo, assim, melhor qualidade de vida e independência. Também existem técnicas cirúrgicas para atenuar alguns dos sintomas da Doença de Parkinson, que devem ser indicadas caso a caso.

Um tratamento com equipe multiprofissional é muito recomendado, além de atividade física regular. O objetivo do tratamento, incluindo medicamentos, fisioterapia, fonoaudiologia, suporte psicológico e nutricional e exercícios físicos é melhorar a qualidade de vida do paciente, reduzindo o prejuízo funcional decorrente da doença, permitindo que, mesmo com certas limitações, a pessoa tenha uma vida mais autônoma por mais tempo.



08

É possível ter qualidade de vida e conviver com Parkinson?

A Doença de Parkinson pode ser extremamente desafiante. Já que lidar com sintomas como tremores, lentidão e dificuldades de comunicação, muitas vezes dificulta a autonomia e a qualidade de vida da pessoa portadora do problema. Mas, sim! É possível ter qualidade de vida mesmo possuindo essa condição. Além de fazer acompanhamento médico com um neurologista e seguir as terapias recomendadas, é essencial que as pessoas que convivem com o paciente estejam cientes de que é natural a redução do ritmo de suas atividades, como se levantar de uma

cadeira, pegar um objeto ou fazer uma refeição. Paciência e compreensão são, portanto, parte do tratamento para o Parkinson.

Por fim, com essas orientações em mente, as perspectivas de uma vida longa e saudável são bem grandes. Lembre-se disso e procure lidar com o Parkinson de uma forma diferente, mais resiliente e otimista, sendo essa pessoa da sua própria família ou qualquer outra com quem você conviva socialmente.



CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



 unimedcuritiba.com.br

 [@unimedcuritibaoficial](https://www.instagram.com/unimedcuritibaoficial)

 [/UnimedCuritiba](https://www.facebook.com/UnimedCuritiba)

 [/company/unimed-curitiba](https://www.linkedin.com/company/unimed-curitiba)