

A15079

NOS CASOS EM QUE NÃO HÁ SINTOMAS, O IDEAL É FAZER OS EXAMES OBRIGATÓRIOS UMA VEZ POR ANO

Doenças silenciosas: é preciso ficar alerta

Hepatite, pressão alta e Aids são algumas das doenças cujos sinais demoram a surgir

MAURÍLIO MENDONÇA
mgomes@redegazeta.com.br

Espirro, tosse, dor de cabeça, dor no corpo... Basta o conjunto desses sintomas, e a gente já se arrisca a diagnosticar: é gripe! Mas algumas doenças dão mais trabalho. Sem dar sinais, não permitem que detectemos o que se passa no organismo e

permanecem "escondidas" até durante anos.

Essas doenças, apelidadas de silenciosas, são consideradas preocupantes pelos médicos, porque os sintomas relacionados a elas demoram a aparecer. Pode ser uma pressão alta representada por fortes dores de cabeça ou tonturas. Uma diabetes

disfarçada na boca que teima em permanecer seca.

Entre as doenças silenciosas há aquelas que não fazem um mínimo ruído se quer. Seja um câncer, que quando descoberto precisa de cirurgia; ou uma hepatite, que aparece do nada, em um simples exame de sangue, mas que está presente há 20 anos. O mesmo acontece com a Aids e seu vírus: o HIV. Ou, ainda, com as doenças renais e ortopédicas.

"Quando há um sintoma qualquer, temos que ficar desconfiados. Pode ser desde al-

go tratado com um analgésico a um problema que só pode ser solucionado com cirurgia", alerta o clínico geral Eurico Aguiar Schmidt.

Nos casos em que não há sinais para se suspeitar, o ideal é fazer os exames obrigatórios, pelo menos uma vez por ano. "Em casos de histórico familiar e outros fatores como fumo, bebidas alcoólicas, excesso de peso e sedentarismo, os riscos de essas doenças aparecerem aumentam; e a frequência para realizar os exames, também", afirma Schmidt.

Quando fazer um exame

Observe alguns fatores que indicam a necessidade de fazer um check-up

1. Leve em consideração:

Idade

Histórico familiar

Estilo de vida

Se há casos de doença na família o médico pede, desde cedo, exames comuns de sangue para conferir se o paciente tem ou é propenso a ter alguma doença



2. Exames para todas as idades:

Hemograma completo - exame em que são contados os três principais tipos de células sanguíneas: glóbulos vermelhos, glóbulos brancos e plaquetas. Com essa amostra verifica-se a necessidade de exames mais específicos

Glicose - para verificar o nível de açúcar no sangue. Acima ou abaixo do ideal o paciente pode sofrer, respectivamente, de diabetes ou hipoglicemia

Colesterol e Triglicérides - mede a concentração de colesterol bom e ruim no sangue. Os triglicérides são um tipo de gordura que circula na corrente sanguínea e é armazenada no tecido adiposo. O excesso do colesterol ruim e de triglicérides pode indicar complicações cardíacas

Creatinina e Ácido Úrico - esses exames de urina ajudam a detectar como está o funcionamento dos rins

Fezes - Pode detectar doenças que evoluem lentamente, como pólipos ou tumores de cólon ou intestino reto. Além de apontar infecções ou contaminação por parasitas

Pressão - Deve ser medida, anualmente, a partir dos 20 anos

3. Quanto maior a idade, maior o número de exames:



10 a 20 anos - Exames de rotina



20 a 30 anos - Os mesmos exames, com intervalos de dois anos para aqueles que não apresentarem complicações, e de um ano para os que precisarem de mais cuidados



30 a 40 anos - Aumenta o número de exames, dependendo do estilo de vida do paciente



40 a 50 anos - Exame de próstata, para os homens, e de mamografia, para as mulheres



50 a 60 anos - Entra na lista o exame de sangue oculto nas fezes para verificar se há algum problema no intestino grosso. E também exames de osteoporose, artrose e artrite, cardiológicos, de diabetes e doenças renais



Acima de 60 anos - A regularidade aumenta. Em casos mais sérios, pede-se exames de três em três meses ou de seis em seis meses

Pressão controlada



SUSTO. Depois de três anos com fortes dores de cabeça a dona de casa Solange Lorençoni Farnaglia, 41 anos, descobriu que a dor que sentia era sintoma de pressão alta. "Passei por vários médicos. Cheguei a parar em pronto-socorro. Minha respiração era ofe-

gante, sentia uma dor forte na nuca e não conseguia dormir", conta. O problema foi controlado quando ela procurou um cardiologista e constatou a hipertensão arterial. "Hoje, a controle com medicamento, alimentação correta e exercício físico." FOTO: GILDO LOYOLA

QUANDO ACENDE A LUZ AMARELA!

Cardiovasculares (enfarto, angina e insuficiência cardíaca)

■ Principalmente falta de ar, dor no peito, palpitações e inchaço

Câncer

■ Em caso de qualquer anormalidade no corpo, como manchas na pele, nódulos ou dores, é aconselhado um exame. Alterações de determinadas taxas no sangue também pedem uma análise

queza e sintomas miccionais (ardor para urinar, sensação de bexiga cheia, etc)

Artrose

■ Está vinculada ao envelhecimento das articulações e inicia-se a partir dos 40 anos, mas pode aparecer precocemente. Os sintomas são dor e limitação da função articular - como nos joelhos, calcanhares, pulsos e coluna vertebral

Artrite

Hepatite leva dez anos para aparecer

Entre as doenças silenciosas, a hepatite C pode ser considerada a mais quieta. Os sintomas são de difícil identificação, mas normalmente começam a aparecer depois de dez anos da contaminação do sangue. Mas, durante esse período, o fígado do paciente fica com feridas. É a famosa cirrose que, nesse caso, não depende de bebida al-

coólica para aparecer.

“Como é uma doença que demora muito tempo para mostrar os sintomas – pode passar dos 20 anos – as pessoas vivem décadas sem desconfiar de nada”, explica o médico Moacir Soprani, coordenador do programa estadual de prevenção e controle das doenças hepáticas virais.

O problema maior é que essa hepatite foi descoberta apenas em 1989 e os bancos de sangue começaram a usar os exames a partir de 1992. “São 15 anos de exames efetivos. Nos últimos três a cinco anos os casos da hepatite C começaram a aparecer”, afirma Soprani. Os riscos são maiores para

aqueles que sofreram uma transfusão até 1992.

Ainda não há vacinação para a hepatite C. “Mas se o vírus é descoberto com antecedência, dependendo do tipo, pode haver uma melhora de 80%”, explica Soprani. Essa melhora, junto com alimentação correta e exercícios físicos, ajuda no controle do vírus.

Alto-astral contra a hepatite C



LUTA. Foram 20 anos sem saber que tinha hepatite C. Mas em 2004 um médico achou estranho o número baixo de plaquetas no sangue de Eliane Cardoso, 53 anos. “Sempre tive imunidade baixa. Mas ela estava mais baixa ainda. Fiz outros exames e pronto: era hepatite C. Fui contaminada em uma transfusão pós-cirurgia”, explica. Eliane não está curada. Ela ainda tem hepatite e, também, cirrose hepática. “Tive que parar o tratamento. Meu corpo não aguentava”, conta. Atualmente, Eliane controla a doença com medicamento e alimentação correta. “Não me deixo abalar”, destaca. FOTO: EDSON CHAGAS

HEPATITE E OS TIPOS DA DOENÇA

■ **O que é.** Pode ser avaliada como toda inflamação no fígado. No Brasil, as mais comuns são virais

■ **Hepatite A.** É a conhecida há mais tempo; transmitida por ingestão de alimentos ou por água contaminada. Há vacina, mas não é gratuita. São necessárias duas doses

■ **Hepatite B.** Pode evoluir para doença crônica. A vacina é gratuita em postos de saúde para pessoas de até 19 anos, em três doses (a segunda

com 30 dias para a primeira e a terceira depois de seis meses da segunda). É transmitida por meio de contato com sangue contaminado (transfusão, seringas, cortes) ou relação sexual

■ **Hepatite C.** Descoberta no final da década de 80, e somente depois de 1992 com exames específicos. É transmitida quando há contato com sangue contaminado, principalmente por transfusão e demora entre dez e 20 anos para aparecerem sinto-

mas. Não há vacina. O tratamento e o exame são custeados pelo Estado

■ **Hepatite D.** Surge junto da B, piorando os sintomas dessa. Não há registros no Estado. São mais comuns na Região Norte do Brasil. A vacina da hepatite B também previne a D

■ **Hepatite E:** Parecido com a A é transmitida por meio de alimentos e água contaminada. Não há vacinação e, também, registros no Estado

■ **A e B:** Na maioria das vezes surgem com um quadro parecido a de uma gripe, com mal estar, fraqueza, febre, dores e náuseas. Quadros mais intensos podem vir com um amarelamento da pele e dos olhos e urina escura

■ **C:** Como ocorre uma destruição lenta das células do fígado, que aos poucos vão se regenerando ou formando cicatrizes, quando descoberta o paciente pode estar com cirrose ou, até, um câncer. É difícil aparecer sintomas

Osteoporose

■ Geralmente é diagnosticada quando o paciente sofre alguma fratura. Para evitá-la, aconselha-se fazer exames periódicos

Diabetes

■ Entre os sintomas estão a sede excessiva e aumento no volume de urina

Glaucoma

■ É causado pelo aumento da pressão dentro do olho. Na maioria dos casos, as pessoas não apresentam sintomas até o nervo óptico ser atingido. Nesse caso, a visão fica comprometida

Doenças renais (cálculo renal, tumores e infecções renais, por exemplo)

■ Os sintomas mais frequentes são dor na região lombar, alterações da cor da urina (mais escura), febre, fra-

Artrite

■ Provoca dor e redução de movimentos das articulações. Os sintomas são rigidez nos ossos da coluna lombar e dores lombares. Dependendo do tipo de artrite, pode aparecer a partir dos 15 anos

Hipertensão arterial

■ Na maioria dos casos, a pressão alta não apresenta nenhum sintoma, mas há quem sinta dores de cabeça, tonturas, zumbido no ouvido, dor no peito e fraqueza

HIV/Aids

■ Os sintomas iniciais; na maioria dos casos, são febre; calafrios; dores musculares, de cabeça e de garganta; manchas na pele, gânglios ou ínguas sob o braço, no pescoço ou na virilha. A ausência de sintomas não exclui a presença do vírus HIV. A Aids, propriamente dita, pode levar anos para aparecer

Preconceito: uma dificuldade a mais

Muitos pacientes de hepatite C, além de passar anos sem saber que estão contaminados, são vítimas de preconceito da família, de amigos e até de si mesmos. Como a doença só é transmitida pelo sangue, há quem ligue o vírus – assim como fazem com o HIV – a uma vida marcada por sexo e drogas.

“Mas o risco maior de pegar o vírus é na transfusão, quando há um contato bem maior com o sangue contaminado”, explica o médico Moacir Soprani. Mesmo assim, os próprios pacientes ficam com medo da reação das pessoas.

“Algumas pessoas não contam, não querem ajuda nem falam do vírus. Têm medo de ser discriminados pela sociedade”, afirma Eliane Cardoso, diretora da Ong Vitória para a Vida. Para ela, além do preconceito,

há a dificuldade do tratamento. “É um processo demorado, cansativo e caro, muito caro.” Cada ampola custa, para o Estado, cerca de R\$ 480,00 e dura, em média, uma semana. “Lutamos muito para garantir esse valor. Antes, ficava em torno de R\$ 3 mil”, frisa.

O exame também é custeado pelo governo estadual. “Mas são feitos de 100 em 100 pacientes. Demora uns 20 dias para juntar o grupo”, explica Eliane.

Onde pedir ajuda

- Organização Não-Governamental (ONG) Vitória para a Vida
- Telefone: 9862-3434
- E-mail: vitvida@hotmail.com