**Parkinson: sintomas, tratamentos e causas**

Parkinson tem cura?

Se não for tratada, a doença piora até a pessoa se tornar completamente inválida. O Parkinson pode levar à deterioração de todas as funções cerebrais e à morte prematura.

A maioria das pessoas responde bem aos medicamentos. A eficácia dos medicamentos em aliviar os sintomas e a duração desse efeito pode ser diferente em cada pessoa. Os efeitos colaterais dos medicamentos podem ser graves.

Visão Geral

O que é Parkinson?

Parkinson é uma doença progressiva do sistema neurológico que afeta principalmente o cérebro. Este é um dos principais e mais comuns distúrbios nervosos da terceira idade e é caracterizado, principalmente, por prejudicar a coordenação motora e provocar tremores e dificuldades para caminhar e se movimentar. Não há formas de se prevenir o Parkinson.

Causas

As células nervosas usam uma substância química do cérebro chamada dopamina para ajudar a controlar os movimentos musculares. O Parkinson ocorre quando as células nervosas do cérebro que produzem dopamina são destruídas lenta e progressivamente. Sem a dopamina, as células nervosas dessa parte do cérebro não podem enviar mensagens corretamente. Isso leva à perda da função muscular. O dano piora com o tempo.

A causa exata do desgaste destas células do cérebro é desconhecida, mas os médicos acreditam que uma mistura de fatores possa estar envolvida:

* Genética: mutações genéticas específicas podem estar envolvidas nas causas do Parkinson, mas estes casos são raros, acontecem geralmente com membros da família afetados pela doença de Parkinson. No entanto, algumas mutações genéticas parecem aumentar o risco de doença
* Meio ambiente: a exposição a determinadas toxinas ou fatores ambientais podem aumentar o risco de doença de Parkinson no futuro, mas o risco é relativamente pequeno.

Fatores de risco

Alguns fatores são considerados de risco para o desenvolvimento do Parkinson. Veja:

* Idade: jovens adultos raramente apresentam a doença de Parkinson, pois ela é mais comum em pessoas na terceira idade. O risco do Parkinson aumenta com a idade. As pessoas costumam desenvolver a doença em torno de 60 anos de idade ou mais
* Hereditariedade: Ter um parente próximo com a doença de Parkinson aumenta as chances de uma pessoa desenvolver a doença. No entanto, os riscos ainda são pequenos, a menos que a pessoa tenha muitos parentes que apresentem a doença
* Gênero: homens são mais propensos a desenvolver a doença de Parkinson do que mulheres
* Exposição a toxinas: exposição contínua a herbicidas e pesticidas pode colocar uma pessoa em um risco ligeiramente aumentado de doença de Parkinson.

Sintomas de Parkinson

O Parkinson pode afetar apenas um ou ambos os lados do corpo, e o grau de perda de funções causada pela doença pode variar dependendo do caso.

Os sintomas costumam ser suaves no início, incluindo:

* Tremores
* Lentidão dos movimentos
* Rigidez muscular.

Mais para frente, conforme o quadro evolui, os sintomas mais significativos são:

* Inclinação do corpo para frente
* Passos mais curtos
* Redução do movimento dos braços ao andar.

Além disso, o Parkinson avançado apresenta outros sintomas motores como:

* Diminuição ou desaparecimento de movimentos automáticos (como piscar)
* Tendência a babar
* Dificuldade de engolir
* Falta de expressão no rosto (aparência de máscara)
* Dores musculares (mialgia)
* Dificuldade para começar ou continuar o movimento, como começar a caminhar ou se levantar de uma cadeira
* Perda da motricidade fina (a letra pode ficar pequena e difícil de ler, e comer pode se tornar mais difícil)
* Tremores que desaparecem durante o movimento.

Também há a presença de sintomas não motores como:

* Intestino preso e constipação
* Pode piorar com o cansaço, excitação ou estresse
* Voz para dentro, mais baixa e monótona
* Ansiedade, estresse e tensão
* Confusão
* Demência
* Depressão
* Desmaios
* Alucinações
* Perda de memória.

Flutuação motora

Pacientes em tratamento do Parkinson pode apresentar a chamada flutuação motora, em que os sintomas oscilam conforme o efeito da medicação: tendo um ápice de melhora quando o medicamento faz efeito e depois uma queda desta sensação. Isso é causado quando o paciente toma doses muito altas de levodopa, um dos principais medicamentos contra o Parkinson.

Diagnóstico e Exames

Buscando ajuda médica

Procure um médico se você apresentar qualquer um dos sintomas descritos acima e que se encaixem com os de Parkinson. Busque ajuda médica, também, se os sintomas piorarem ou caso apareçam novos sintomas.

O especialista que você deve consultar é um neurologista.

Na consulta médica

Leve todas as suas dúvidas sobre a doença para o consultório médico e aproveite para sanar todas elas. Pergunte tudo ao médico e responda a todas as perguntas que ele lhe fizer de forma clara e objetiva.

Ajude-o também a confirmar o diagnóstico: descreva seus sintomas com detalhes.

Veja abaixo exemplos do que o médico poderá lhe perguntar:

* Quando seus sintomas começaram?
* Os sintomas são frequentes ou ocasionais?
* Há alguma medida que possa melhorar ou piorar seus sintomas?

Diagnóstico de Parkinson

Não existem exames disponíveis para diagnosticar Parkinson. Um neurologista irá diagnosticar a doença com base no histórico médico do paciente e na revisão de seus sinais e sintomas, além de um exame neurológico e físico.

O médico pode, ainda, solicitar alguns exames para descartar outras condições que possam estar causando os sintomas.

Além de exames, o médico pode lhe receitar carbidopa-levodopa, a medicação típica da doença de Parkinson. Melhoras significativas nos sintomas após o início de uso desta medicação, muitas vezes, pode confirmar o diagnóstico de Parkinson.

Às vezes é preciso tempo para diagnosticar a doença de Parkinson. Os médicos podem recomendar consultas de acompanhamento regulares com neurologistas especialistas em distúrbios do movimento para avaliar a condição do paciente e os sintomas ao longo do tempo para, só aí, poderem diagnosticar ou não a doença de Parkinson.

Tratamento e Cuidados

Tratamento de Parkinson

Não há cura conhecida para o Parkinson. O objetivo do tratamento é, prioritariamente, controlar os sintomas. Para isso, são usados basicamente medicamentos. Mas uma cirurgia pode ser necessária em alguns casos.

O médico também poderá recomendar mudanças no estilo de vida do paciente, especialmente a inclusão de exercício aeróbio contínuo no dia a dia da pessoa doente. Em alguns casos, a terapia física também será necessária para melhorar o senso de equilíbrio do paciente.

Medicamentos

Medicamentos podem ajudar a tratar problemas com o andar, movimentos e tremor, aumentando a quantidade de dopamina no cérebro.

Você haver uma melhora significativa dos sintomas após o início do tratamento. Ao longo do tempo, no entanto, os benefícios dos medicamentos frequentemente diminuem ou tornam-se menos consistentes, embora os sintomas geralmente possam continuar a ser razoavelmente bem controlados.

O médico pode prescrever derivados da levodopa, anticolinérgicos, amantadinas, entre outros.

É comum que aconteça a flutuação motora em pacientes que tomam levodopa, em que a intensidade dos sintomas varia ao longo do dia, conforme o pico de ação do medicamento. Normalmente isso pode ser controlado distribuindo melhor as doses ou fazendo associações medicamentosas.

Cirurgia

Com menor frequência, a cirurgia pode ser uma opção para pacientes com Parkinson severo que já não responda a muitos medicamentos. Essas cirurgias não curam o Parkinson, mas podem ajudar alguns pacientes:

* Na estimulação cerebral profunda (DBS), o cirurgião implanta estimuladores elétricos em áreas específicas do cérebro para ajudar o movimento
* Outro tipo de cirurgia destrói os tecidos cerebrais que causam os sintomas do Parkinson.

Medicamentos para Parkinson

Os medicamentos mais usados para o tratamento da doença de Parkinson são:

* Carbidol

Somente um médico pode dizer qual o medicamento mais indicado para o seu caso, bem como a dosagem correta e a duração do tratamento. Siga sempre à risca as orientações do seu médico e NUNCA se automedique. Não interrompa o uso do medicamento sem consultar um médico antes e, se tomá-lo mais de uma vez ou em quantidades muito maiores do que a prescrita, siga as instruções na bula.

Convivendo (prognóstico)

Convivendo/ Prognóstico

Se você foi diagnóstico com o Parkinson, você vai precisar trabalhar em conjunto com o a equipe médica para encontrar um plano de tratamento que oferece o maior alívio dos sintomas e com menos efeitos colaterais possíveis. Certas mudanças de estilo de vida também podem ajudar a fazer a vida com a doença de Parkinson mais fácil, a exemplo de:

* Boa nutrição e saúde geral
* Exercícios, mas ajustando o nível de atividade de acordo com os níveis flutuantes de energia
* Períodos regulares de descanso e evitar o estresse
* Fisioterapia, fonoaudiologia e terapia ocupacional
* Corrimãos colocados em áreas comumente usadas na casa
* Utensílios especiais para comer

Os assistentes sociais ou outros serviços de aconselhamento podem ajudar você a lidar com a doença e obter assistência (como onde encontrar serviços de comida em domicílio).

Convivendo com Mal de Parkinson

Complicações possíveis

A doença de Parkinson é muitas vezes acompanhada por alguns problemas adicionais, que podem ser tratáveis:

* Dificuldade de memória, surgimento de problemas cognitivos, demências e dificuldades de raciocínio
* Depressão e alterações emocionais
* Você também pode experimentar outras alterações emocionais, como o medo, a ansiedade ou a perda de motivação. O médico pode dar-lhe medicamentos para tratar esses sintomas
* Dificuldades com a deglutição
* Problemas e distúrbios do sono
* Problemas de bexiga
* Prisão de ventre
* Alterações da pressão arterial
* Problemas de olfato
* Fadiga excessiva e prostração
* Dor. Muitas pessoas com doença de Parkinson experiência de dor, seja em áreas específicas de seus corpos ou em todo o corpo
* Disfunção sexual

Prevenção

Prevenção

Infelizmente não existe como prevenir o aparecimento do Parkinson em pessoas predispostas a esta doença. No entanto sabe-se que pessoas com melhor condições físicas, principalmente condicionamento físico, são menos propensas a apresentar a doença e também apresentam melhor evolução.

Além disso, indivíduos com o hábito de tomar café parecem ter menos risco de apresentar o quadro.