



Concentração de Pessoas com Esclerose Múltipla, seus Familiares e Amigos

Coimbra, 29 de maio de 2013

Na última 4ª feira do mês de maio celebra-se o Dia Mundial da Esclerose Múltipla (EM). A EM é uma doença inflamatória crônica do Sistema Nervoso Central (SNC) que atinge essencialmente jovens e adultos jovens, entre os 15 e 40 anos de idade. Predomina nas mulheres numa proporção de aproximadamente 2/1. Os primeiros sintomas podem manifestar-se por:

- Visão dupla ou turva
- Alteração da força ou sensibilidade num dos membros (dormência, formigueiro, sensação de queimadura)
- Fadiga/cansaço anormal
- Desequilíbrio

Esta doença requer um diagnóstico e acompanhamento precoces.

A causa da *esclerose múltipla* ainda está por esclarecer, existindo teorias que defendem que o seu aparecimento depende da conjugação entre fatores imunológicos, genéticos, ambientais, infecciosos e geográficos.

A progressão da *esclerose múltipla* caracteriza-se pela ocorrência de surtos, com períodos de exacerbação e remissão. No início, normalmente ocorre recuperação completa ou parcial das manifestações, porém com a progressão da doença, a recuperação tende a ser incompleta levando a um aumento progressivo da incapacidade.

A incapacidade funcional está diretamente relacionada com as áreas que sofreram lesão: do cérebro, da medula espinal ou de ambas.

Intervenções possíveis

Devido à grande variabilidade de localizações anatómicas e sequência temporal das lesões na EM, as suas manifestações clínicas variam de pessoa para pessoa (os sinais e sintomas variam em função da intensidade, duração e progressão).

Apesar de apresentar um percurso variável e imprevisível, foram definidas categorias para descrever a evolução da esclerose múltipla: surto-remissão, primária progressiva, secundária progressiva.

Pode-se intervir na progressão da doença, de duas formas: o tratamento farmacológico (tratamentos modificadores da doença e dos sintomas) e reabilitação motora e cognitiva.

Os tratamentos farmacológicos modificadores da esclerose múltipla têm como objetivo diminuir a atividade da doença e a progressão da incapacidade.

O tratamento sintomático pretende aliviar os sintomas causados pela esclerose múltipla, nomeadamente: a fadiga, a dor, a espasticidade, a incontinência urinária, etc....

O papel dos enfermeiros na Esclerose Múltipla

Os enfermeiros, nomeadamente os enfermeiros especialistas em Enfermagem de Reabilitação (EEER), acompanham a pessoa nesta fase de transição de vida, ajudando-a a aceitar mais facilmente o seu estado de saúde, a viver com a sua situação de doença. O indivíduo é alertado para a importância da adesão ao tratamento e para a prevenção de complicações, treinando, em conjunto com o enfermeiro, as capacidades necessárias para gerir o seu regime terapêutico.

Os EEER também promovem a qualidade dos padrões do movimento (a força, coordenação, e postura) e o desenvolvimento cognitivo da pessoa com EM, tendo como objetivo a autonomia no autocuidado e a aprendizagem de capacidades motoras (manutenção da força muscular, da coordenação motora, padrão de marcha, e estabilidade postural) e cognitivas (restauração da função cognitiva deficiente e manutenção das áreas preservadas).

As metas de um programa de reabilitação têm como princípios: melhorar a sintomatologia, melhorar ou manter o nível ótimo de funcionamento físico, psicológico e intelectual e impedir ou atenuar o aparecimento de complicações.

No sentido de sensibilizar a população para as necessidades da pessoa com esclerose múltipla, a Ordem dos Enfermeiros (OE) e a Mesa do Colégio de Enfermagem de Reabilitação, em colaboração com a Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla (SPEM) – Delegação de Coimbra, a Associação Portuguesa dos Enfermeiros de Esclerose Múltipla (APEEM) e a Associação Portuguesa dos Enfermeiros de Reabilitação (APER), organizam uma **concentração em Coimbra, no Parque Verde da cidade, com início pelas 17H00, para a qual convidam – desde já – todos os doentes com esclerose múltipla, os familiares, os amigos e demais população que se queira associar ao evento.**

Participe!