



Distonia: o que é e como tratar

Cartilha informativa

Nº7

Sobre o canal

Parkinson Hoje

Mais qualidade de vida

O ator Michael J. Fox é uma estrela de Hollywood, pai de quatro filhos e parkinsoniano desde os 29 anos. Ele diz que o seu segredo é nunca deixar a doença definir quem ele é. O canal **Parkinson Hoje** também traz em seu DNA essa inspiração: ajudar pessoas a descobrir como viver com a doença sem serem definidas por ela.

O Parkinson é uma enfermidade grave e complexa. Mas existem várias alternativas de tratamento e muitos recursos disponíveis para enfrentá-lo e reduzir seus efeitos, de aplicativos para smartphones até cirurgias. Temos uma visão de esperança e otimismo em relação aos avanços da medicina nessa área, mas acima de tudo respeitamos os fatos.

Falamos diretamente para quem tem a doença e para todos que convivem com ela “pelo lado de fora”, como cuidadores, parentes, amigos e profissionais de saúde. Em muitos casos, aprender sobre o Parkinson pode ser a ajuda mais valiosa que pode ser dada a um doente. Acreditamos que o acesso a informações relevantes e embasadas cientificamente é o caminho mais curto para uma vida plena, para quem tem Parkinson e para quem vive perto dele. Esta cartilha, portanto, faz parte da nossa missão: trazer conhecimento e promover bem-estar, autonomia e qualidade de vida. Não custa voltar a

esse ponto: ciência não é suficiente sem otimismo, esperança e a motivação para procurar as saídas.

*O conteúdo disponível no canal **Parkinson Hoje** não se destina a substituir orientações médicas, diagnósticos, tratamentos ou qualquer aconselhamento dado por profissionais qualificados sob qualquer circunstância. O leitor não deve se basear nas informações fornecidas no canal **Parkinson Hoje** para elaborar um diagnóstico ou conduzir um tratamento. A palavra final é sempre do médico. Nunca desconsidere ou postergue a busca pela opinião de um médico baseado em conteúdos consultados neste ou em qualquer outro canal que divulgue informações de saúde.*

*O canal **Parkinson Hoje** utiliza-se apenas de fontes reconhecidas pela classe médica e científica pelo rigor no trato das informações. Além disso, a equipe adota critérios jornalísticos de checagem antes de publicar qualquer informação. Pedimos que qualquer erro identificado pelos leitores seja comunicado à nossa equipe. O canal **Parkinson Hoje** tem caráter exclusivo de esclarecimento e educação à sociedade e é produzido de acordo com as normas da resolução CFM N° 1.974/2011.*



Quem somos

Parkinson Hoje é um canal produzido pela Medialogue Digital, com direção técnica do Dr. Erich Fonoff, especialista em doença de Parkinson.

Dr. Erich Fonoff é médico neurocirurgião, professor, pesquisador e um dos principais especialistas brasileiros em neurocirurgia funcional, com ênfase nas áreas de dor, doença de Parkinson e outros distúrbios do movimento.

A sua pesquisa na área de cirurgia de Parkinson registrou avanços significativos nos últimos anos, principalmente no desenvolvimento da Estimulação Cerebral Profunda.

Dr. Erich é professor livre-docente e membro do programa de pós-graduação do Departamento de Neurologia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP). Com mais de 90 artigos

publicados em periódicos científicos internacionais, se consolidou como um dos principais pesquisadores em sua área no Brasil e seu trabalho é reconhecido pelas mais importantes instituições de pesquisa na Europa e nos Estados Unidos.

Sua carreira acadêmica se desenvolveu na FMUSP, onde concluiu seu doutorado pelo Departamento de Neurologia em 2007. Atuou como neurocirurgião no Hospital das Clínicas e coordenou o Laboratório de Neuromodulação de Dor Experimental do Hospital Sírio-Libanês.

*P.S.: Um detalhe importantíssimo: **Parkinson Hoje** é um canal de informação jornalístico de orientação geral. Um médico – e somente um médico – pode fazer um diagnóstico ou recomendar um tratamento.*



DR. ERICH FONOFF

Dr. Erich Fonoff, diretor técnico do canal **Parkinson Hoje**, é médico neurocirurgião, professor, pesquisador e um dos principais especialistas brasileiros em neurocirurgia funcional, com ênfase nas áreas de dor, doença de Parkinson e outros distúrbios do movimento.

Distonia: o que é e como tratar

Movimentos estranhos, contrações musculares fortes, problemas na postura e dor. Essa é a descrição da distonia, um dos transtornos do movimento mais comuns e que atinge cerca de 40% dos pacientes de Parkinson. Com origem genética ou consequência de doenças, a distonia nem sempre tem sua causa esclarecida. Em parkinsonianos, este sintoma está, frequentemente, associado ao uso prolongado da medicação levodopa. E, enquanto é leve para uns, ela pode ser totalmente incapacitante para outros. A seguir, veja o que é a distonia e como ela pode ser controlada, com terapias, medicamentos e até cirurgia, uma vez que ainda não existe cura.

1

O QUE É DISTONIA?

A distonia é um distúrbio do movimento, no qual um músculo – ou um grupo muscular – se contrai de forma involuntária e repetitiva. Estas contrações, que podem ser bastante doloridas, levam a movimentos e posturas anormais. Para muitos pacientes, a distonia, embora seja um problema diferente, provoca sensações bem semelhantes à câimbra. É importante saber que estes espasmos têm duas formas distintas: a distonia primária, quando ela é a doença em si, e a distonia sintomática ou secundária, quando está diretamente associada a outra doença, como o Parkinson.

2

O QUE CAUSA A DISTONIA?

Durante as sessões de aplicação de estimulação magnética transcraniana, o paciente usa uma touca, onde está representado o alvo no qual, através de uma bobina, são aplicados os estímulos magnéticos. Antes disso, porém, o paciente é avaliado quanto ao melhor alvo para a aplicação. Ou seja, são escolhidos os alvos terapêuticos no cérebro, que podem levar à melhora dos sintomas motores (dificuldade de marcha e falta de coordenação), e cognitivos, (atenção, memória e concentração).

NOSSOS CANAIS



parkinsonhoje.com.br



facebook.com/parkinsonhoje



youtube.com/parkinsonhoje

**3**

COMO A DISTONIA AGE NO ORGANISMO?

As torções da distonia, geralmente, começam em uma região do corpo, como pescoço, rosto, cordas vocais, braços ou pernas e se espalham para outras partes. Na maior parte dos casos, a distonia ocorre ou até piora durante os movimentos voluntários. Ela pode acontecer nas mãos durante o ato de escrever e nos pés ao caminhar. A distonia também pode afetar as cordas vocais e, conseqüentemente, a fala, assim como os músculos das pálpebras e os movimentos dos olhos.

Outra característica deste sintoma é se agravar em fases de estresse e fadiga ou diante de algum transtorno emocional. Ele, por outro lado, tende a diminuir durante o sono e o repouso. Muitas pessoas que convivem com distonia podem suprimir temporariamente seus sintomas usando 'truques sensoriais'. Ou seja, ao tocar a parte afetada ou a parte adjacente do corpo, é possível diminuir a puxação ou reorganizar a postura.

4

COMO A DISTONIA ESTÁ RELACIONADA AO PARKINSON?

Alguns estudos sugerem que quase metade dos pacientes de Parkinson apresentam, em algum momento da doença, uma forma de distonia. Ela pode acontecer como um sintoma em estágios iniciais ou como efeito colateral da medicação antiparkinsoniana. Segundo os especialistas, a distonia está muito associada aos efeitos da levodopa, principal droga usada no tratamento da doença. Quando o paciente apresenta "períodos off" (intervalos de tempo entre as doses nos quais a medicação perde a eficácia), a distonia pode ser frequente. Neste cenário, os espasmos acontecem até que a dose seguinte passe a fazer efeito. A distonia também pode ocorrer quando a levodopa está no seu auge. A explicação é que, neste ponto, o cérebro está mergulhado em dopamina, o que estimula os músculos de forma excessiva.

Distonia: o que é e como tratar

5 QUAL É O TRATAMENTO PARA DISTONIA?

O primeiro passo é descobrir o que causa a distonia. Para isso, é importante sempre anotar quando e como os movimentos se iniciam e a intensidade deles, para que o médico especialista possa avaliar. A partir daí, há opções de tratamento, muitas vezes semelhantes ao tratamento da própria doença de Parkinson:

Medicamentos

Quando a distonia é efeito colateral da levodopa, por exemplo, uma alteração na medicação ou na dose pode ser sugerida. Vale também ver com o especialista como reduzir os “períodos off” para, assim, atenuar a distonia.

Injeções de toxina botulínica

Em casos de distonia focal, ou seja, em uma área específica do corpo, a toxina botulínica é eficiente para controlar e paralisar esta musculatura.

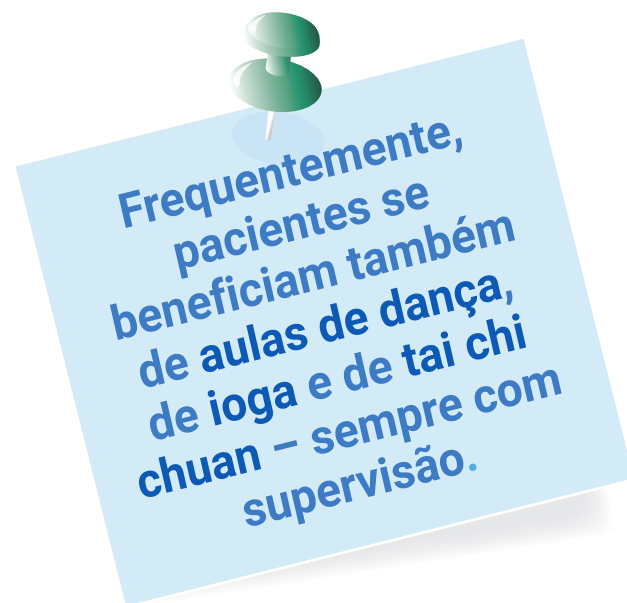
Estimulação cerebral profunda

Para pacientes com distonia severa, a DBS (sigla em inglês para deep brain stimulation) pode ser uma alternativa.

A DBS, conhecida como cirurgia de Parkinson, leva estímulos elétricos a regiões específicas do cérebro.

Atividade física

Mais uma vez, exercícios entram como parte importante do tratamento na doença de Parkinson e no controle de seus sintomas. Ao movimentar o corpo regularmente, os pacientes ganham mais mobilidade, flexibilidade, disposição e equilíbrio.



6 EXISTE CURA PARA A DISTONIA?

Infelizmente, não. Existem diversas pesquisas em andamento e o empenho dos médicos especialistas para atenuar os quadros severos. Mas ainda são necessários mais estudos.

Cartilhas Parkinson Hoje

Baixe todas em www.parkinsonhoje.com.br



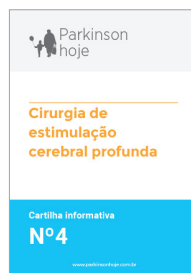
CARTILHA Nº 1
Como reconhecer os 10 sinais da doença de Parkinson



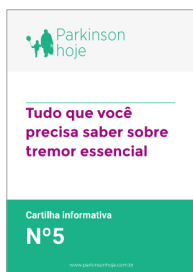
CARTILHA Nº 2
Aprenda como manter sua casa segura



CARTILHA Nº 3
Respondemos as principais dúvidas sobre a doença de Parkinson



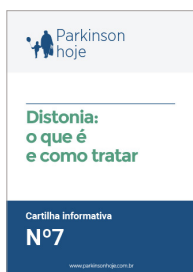
CARTILHA Nº 4
Tudo que você precisa saber sobre cirurgia de estimulação cerebral profunda



CARTILHA Nº 5
Tudo que você precisa saber sobre tremor essencial



CARTILHA Nº 6
Como fortalecer a memória e aumentar a concentração



CARTILHA Nº 7
Distonia:
o que é
e como tratar



CARTILHA Nº 8
Em breve



CARTILHA Nº 9
Em breve



CARTILHA Nº 10
Em breve

NOSSOS CANAIS



parkinsonhoje.com.br



facebook.com/parkinsonhoje



youtube.com/parkinsonhoje

MEDIALOGUE

Diretor
Gabriel Attuy

Diretora de conteúdo
Rachel Campello

www.medialogue.com.br
contato@medialogue.com.br

Rua Cardeal Arcoverde, 745, conj. 701
São Paulo | CEP 05407-001
Telefone: +55 (11) 2592-0700

medialogue medialoguebr medialogue