

CONSULTÓRIO SAÚDE

AS PERGUNTAS PARA ESTA SEÇÃO DEVEM SER ENVIADAS PARA CORREIO BRAZILIENSE
REDAÇÃO — SIG QUADRA 2, LOTE 340, BRASÍLIA, DF. CEP: 70.610-901 — saude@cbdata.com.br

ATENDIMENTO AO LEITOR: 342-1111

MÃOS TRÊMULAS

Tenho 27 anos e estou muito preocupado, pois tenho tremores nas mãos. Tremo constantemente e com mais intensidade quando estou nervoso. Gostaria de saber a causa e a solução para esses tremores?

Oswaldo, Guará

Segundo o seu relato, trata-se de tremores em membros superiores e em uma pessoa jovem. Mas precisamos analisar alguns aspectos, tais como se o tremor ocorre em situação de repouso e qual a sua intensidade, se você está usando algum medicamento, se na sua família existem casos de tremor, de mal de Parkinson ou de outras doenças neurológicas e qual a frequência em que eles ocorrem.

O tremor é manifestação de várias desordens, como o tremor essencial, mal de Parkinson, tremor ortostático, doença cerebelar, neuropatias periféricas, abstinência ao álcool. Em jovens como você, estatisticamente, o tremor crônico mais comum é o tremor essencial. O tratamento depende do seu tipo. Existem várias drogas, com diversos efeitos colaterais ou benefícios específicos. Antes de mais nada, aconselho você a procurar um neurologista para diagnóstico preciso. Boa sorte

Luiz Cláudio Pereira
Neurocirurgião
Tel.: 345-8492



MEDICAÇÕES QUE CAUSAM TREMOR

- Cafeína
- Fluoxetine (Prozac)
- Haloperidol (Haldol)
- Litium
- Methylphenidate (Ritalina)
- Metoclopramide (Plasil)
- Phenylpropanolamina
- Pseudoephedrina
- Teofilina
- Ácido Valproico

OUTRAS CAUSAS

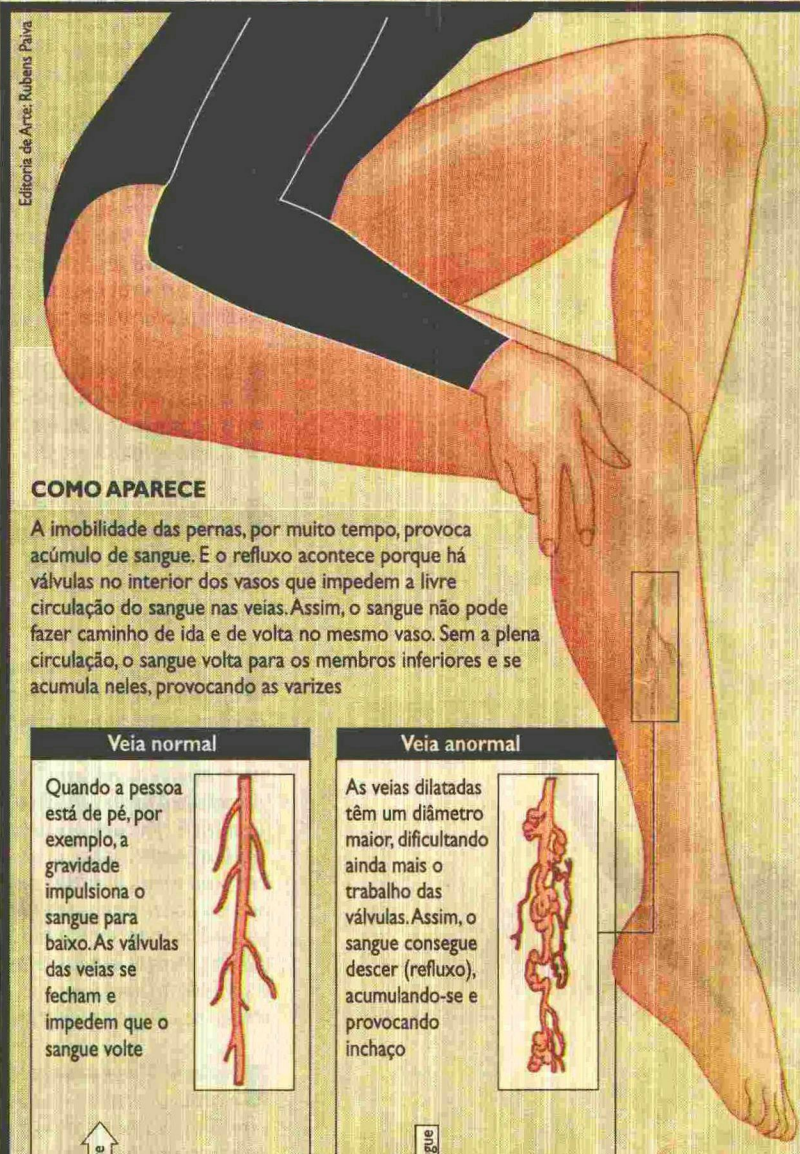
- Abstinência ao álcool ou drogas
- Abscesso cerebral
- Tumor cerebral
- Esclerose Múltipla
- Neuropatia Periférica
- Feocromocitoma
- Psicogênica
- Tireotoxicose

ZUMBIDOS

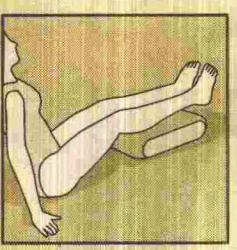
Faz dois meses que sofro de um terrível zumbido dentro da cabeça, mais intenso no lado esquerdo. Tenho 75 anos, sou aviador militar na reserva, mas os resultados dos exames foram normais. Esse problema tem cura? Existe algum centro especializado no Brasil ou no exterior para tratamento?

Paulo Leal, por e-mail

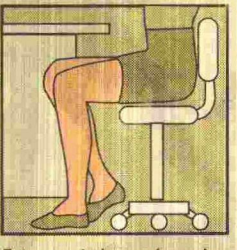
Os zumbidos (ou acúfenos) costumam ser definidos como a sensação de percepção sonora na ausência de som ambiental. Variam muito em suas características, apresentando sons de grilos, de cachoeira, es-



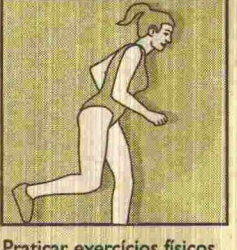
CONSELHOS



Colocar as pernas para cima para facilitar a circulação



Evitar períodos prolongados com as pernas para baixo ou paradas



Praticar exercícios físicos regularmente para estimular a circulação



Usar meia de compressão, que empurra o sangue para o sistema venoso profundo



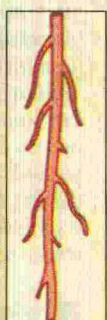
Evitar sapato de salto alto. Subir escada, porém, não causa varizes

COMO APARECE

A imobilidade das pernas, por muito tempo, provoca acúmulo de sangue. E o refluxo acontece porque há válvulas no interior dos vasos que impedem a livre circulação do sangue nas veias. Assim, o sangue não pode fazer caminho de ida e de volta no mesmo vaso. Sem a plena circulação, o sangue volta para os membros inferiores e se acumula neles, provocando as varizes

Veia normal

Quando a pessoa está de pé, por exemplo, a gravidade impulsiona o sangue para baixo. As válvulas das veias se fecham e impedem que o sangue volte



Veia anormal

As veias dilatadas têm um diâmetro maior, dificultando ainda mais o trabalho das válvulas. Assim, o sangue consegue descer (refluxo), acumulando-se e provocando inchaço



TIPOS DE VARIZES

- **Microvarizes** — dilatações finas espalhadas pelas pernas, sobretudo nas mulheres. Não afetam a saúde, apenas a estética.
- **Varizes primárias ou essenciais** — veias maiores dilatadas, alongadas e tortuosas. Formam novos (nós) nas pernas.
- **Varizes secundárias** — acontecem quando há um entupimento no sistema venoso profundo e não são aparentes. Má formação congênita nas veias também as provocam. Nesses dois casos podem afetar a saúde.

VARIZES

Tenho varizes desde a puberdade e não me incomodo muito com isso. Estou com 36 anos e elas estão cada vez mais evidentes. Em alguns locais da minha perna, os vasos parecem formar nós. Devo me preocupar? A cirurgia é apenas por motivos estéticos ou devo me tratar para evitar problemas de saúde?

Vânia, Asa Norte

Devemos distinguir. Microvarizes são vasos finos isolados ou em teias que se distribuem subjacentes à

pele e que constituem um problema meramente de estética. Podem ser tratadas com escleroterapia.

As varizes são veias dilatadas (flebetasias), tortuosas, em "nós" e "cordões". É uma doença da circulação periférica e merece atenção, cuidados e tratamento, pois pode evoluir com complicações como trombose e flebite. Além de alteração da nutrição da pele, que pode resultar em úlceras na perna, principalmente perto do tornozelo. Sugiro uma consulta ao especialista para fazer o tratamento correto.

Paulo Horta
Angiologista
Tel.: 226-9922

talos, apitos e outros. A intensidade e a frequência também são extremamente variáveis. Alguns pacientes relatam sintomas ocasionais e de leve intensidade. Outros, são infernizados por ruídos constantes e intensos, afetando seriamente a sua capacidade profissional e a sua vida social.

Clinicamente, existem dezenas de causas e, em princípio, qualquer doença que compromete a audição também pode provocar zumbidos e vertigens. Entre as mais comuns podemos citar distúrbios circulatórios (hipertensão arterial sistêmica, insuficiência vértebro-basilar e

outras doenças vasculares obstrutivas), metabólicos (diabetes, dislipidemias, hipotireoidismo), infecciosos (otomastoidites, labirintites, meningites, neurites vestibulo-cocleares), traumáticos (traumatismo crânio-encefálico, trauma acústico, trauma labiríntico), hereditários (otosclerose, malformações congênitas), tóxicos (uso de drogas ototóxicas), tumorais (tumores glômicos, Schwannomas vestibulares, outros tumores do ângulo ponto-cerebelar, carcinomas do ouvido externo e médio), articulares (artroses cervicais e disfunções das articulações têmporo-mandibulares) e

psicogênicos (ansiedade, neuroses, depressão).

É óbvio que o tratamento deverá ser direcionado à causa do problema. Em muitos pacientes, a despeito de todos os exames, não conseguimos chegar a um diagnóstico. Nesses casos são feitos tratamentos sintomáticos, os quais incluem medidas gerais (evitar uso de cafeína, açúcar, chocolate, alimentos gordurosos e condimentados, mascaramento do ruído) e uso de diversos medicamentos.

No seu caso, parece que quase todos os recursos diagnósticos e terapêuticos já foram explorados. Quero parabenizá-lo por ter apenas esse pequeno transtorno perturbando a sua melhor idade. Sugiro ao senhor que procure o Ambulatório de Zumbido do Serviço de Otorrinolaringologia do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo (USP).

Oswaldo Nascimento Júnior
Otorrinolaringologista
Tel.: 327-2600

PÊLOS BRANCOS

Quando criança fui medicada para tratamento de alergia. Com 11 anos de idade já tinha pelos no púbis e axilas. Ao tornar-me adulta fiquei com excesso de pelos no corpo, principalmente na virilha. Agora os fartos pelos

do púbis estão ficando completamente brancos. Essa transformação é normal para uma mulher de 43 anos?

Maria Conceição, Guará

A descrição que a senhora faz do desenvolvimento dos seus pelos ao longo de sua vida não é necessariamente indicativa de nenhum distúrbio endocrinológico. A idade de aparecimento dos caracteres sexuais secundários, dentre eles os pelos pubianos e axilares, varia dentro de critérios raciais e até mesmo familiares. As idades referidas não indicam, obrigatoriamente, doenças. Obviamente, a senhora precisa ser examinada por um especialista, e se for o caso, traçar um perfil de seus hormônios masculinos e femininos para saber se alguma glândula foi afetada por algum remédio. É importante saber detalhes sobre o remédio, qual a sua dose e por quanto tempo a senhora fez uso dele. Mas, a princípio, é pouco provável, pelo seu relato, que tenha havido alguma interferência externa no aparecimento de seus pelos.

Quanto ao aparecimento excessivo de pelos, devemos saber se eles ocorrem em excesso, mas respeitam o padrão feminino de distribuição de pelos ao longo do corpo (o que denominamos hipertricose) ou se eles, além de excessivos, também estão distribuídos numa forma masculina (hirsutismo). Os casos de hipertricose, como parece ser o seu caso, geralmente não estão relacionados a problemas endócrinos, mas costumam ser raciais. Já os de hirsutismo requerem uma avaliação mais rigorosa. A canície (branqueamento dos cabelos) é perfeitamente normal aos 43 anos, mesmo que em outras áreas do corpo ainda haja pelos de cor normal.

Certamente, se o excesso de pelos parece incomodá-la, a senhora pode procurar métodos de redução progressiva e definitiva de pelos, como a eletrólise ou o laser de diodo, para removê-los o quanto antes. Isto porque ainda que os lasers sejam o melhor método para removê-los, nenhum laser é eficiente na remoção de pelos já brancos. Assim sendo, a princípio, tudo o que foi relatado pode ser normal, mas seria muito interessante a senhora procurar o seu dermatologista para esclarecer melhor o seu caso. E tentar resolver já aquilo que lhe incomoda por tantos anos.

Francisco Leite
Dermatologista
Tel.: 327-2324 / 344-0088



QUELÓIDES

Tenho quelóide e gostaria de saber se posso fazer lipoaspiração sem correr o risco

de ficar com uma cicatriz feia?

Hiveliny, por e-mail.

Não. O risco existe. Porém, no caso específico de lipoaspiração, as incisões cirúrgicas na pele são mínimas, em torno de 5 milímetros. Esta vantagem permite ao cirurgião escolher áreas do corpo pouco expostas, pouco visíveis e posicionadas estrategicamente.

O quelóide se forma pela excessiva produção de colágeno na área da cicatriz, e vários fatores influenciam no seu aparecimento, tais como raça, idade e hereditariedade. Algumas áreas do corpo, como região anterior e posterior do tórax, ombros, lóbulos de orelhas, entre outras são mais propensas.

Vários métodos ou a combinação de métodos são usados no tratamento, e os resultados são variáveis. Um planejamento estratégico com a orientação do cirurgião e a participação do paciente, principalmente nos seis primeiros meses de pós-operatório são de fundamental importância para diminuir ou até eliminar o risco de uma cicatriz queloidiana.

Fausto Pagay
Cirurgião Plástico
Tel.: 345-9285

RUGAS

Gostaria de saber se o Botox (toxina botulínica) serve para eliminar rugas preenchendo-as ou melhorando a qualidade da pele. Quanto tempo permanece sua ação?

Glória, Asa Sul

O Botox é uma substância produzida em laboratório desde os anos 50 e tem capacidade de diminuir muito a força de contração de alguns músculos na face.

Dentre esses músculos, temos os que fazem as linhas da testa, entre as sobrancelhas e o "pé-de-galinha". Assim, ao injetarmos o Botox nestes músculos, os mesmos não se contraem quando a pessoa sorri ou franze as sobrancelhas. Portanto, a ação do Botox é de relaxamento dos músculos que fazem as rugas de expressão sem, contudo, mudar os traços fisionômicos do paciente. Quando existem rugas profundas, deve-se preenchê-las com substâncias como gordura, metilmetacrilato, artecol, colágeno, etc. De acordo com a experiência do cirurgião.

Quanto à qualidade da pele, devem-se fazer peelings que a esfoliam (quando se raspa a derme) e melhoram a qualidade do colágeno (proteína que dá sustentação à pele). Quanto ao tempo de ação, o efeito do Botox é de quatro a seis meses, sendo que esse período tende a aumentar à medida que são feitas aplicações regulares.

Múcio Porto
Cirurgião Plástico
Tel.: 364-3005 / 364-3006