

CONSULTÓRIO SAÚDE

■ HIPERMETROPIA

Quem tem hipermetropia pode se submeter às tradicionais cirurgias a laser?
Maria José Arruda, Sudoeste

Nos Estados Unidos, a cirurgia de hipermetropia já foi aprovada pelo governo. No Brasil, ainda está em fase de aprovação. Existem vários Centros de Laser que fazem a cirurgia de hipermetropia com autorização do paciente. Mas não são todos os hipermetropes que podem ser submetidos a esta cirurgia.

Existem vários fatores importantes que têm de ser levados em conta para a indicação cirúrgica. A idade mínima é de 18 anos, desde que o grau seja estável. Alterações na curvatura, espessura e células endoteliais corneanas, bem como doenças inflamatórias oculares podem ser contra-indicações para a cirurgia.

Existem duas técnicas utilizadas atualmente: o *Lasik*, que corrige graus de + 1,00a + 5,00D; e o *PRK*, que corrige de + 1,00a + 3,00D (esses valores podem variar de acordo com a experiência de cada cirurgião e seus aparelhos).

A hipermetropia na presbiopia (conhecida como "vista cansada", que aparece em torno dos 40 anos de idade) pode ser operada para diminuir o grau, mas geralmente há necessidade de usar óculos para perto, mesmo após a cirurgia. A indicação cirúrgica vai depender de cada caso e somente o seu oftalmologista poderá informá-la sobre os detalhes do procedimento, os resultados e a expectativa da não dependência de óculos ou lentes de contato após a cirurgia.

Luiz Cláudio Knust
Oftalmologista
Tel.: (61) 245-4242

■ CONTAMINAÇÃO

Ouvi um relato no qual duas pessoas bebidas haviam tomado, por engano, sangue contaminado com HIV. Essas pessoas podem ficar doentes?
Gleidson Alves, Taguatinga

Realmente beber sangue contaminado trata-se de um caso bastante inusitado. Situações semelhantes certamente já ocorreram em trabalhos laboratoriais como, por exemplo, pipetar sangue contaminado. Porém, não há casos como esse relatados na literatura médica.

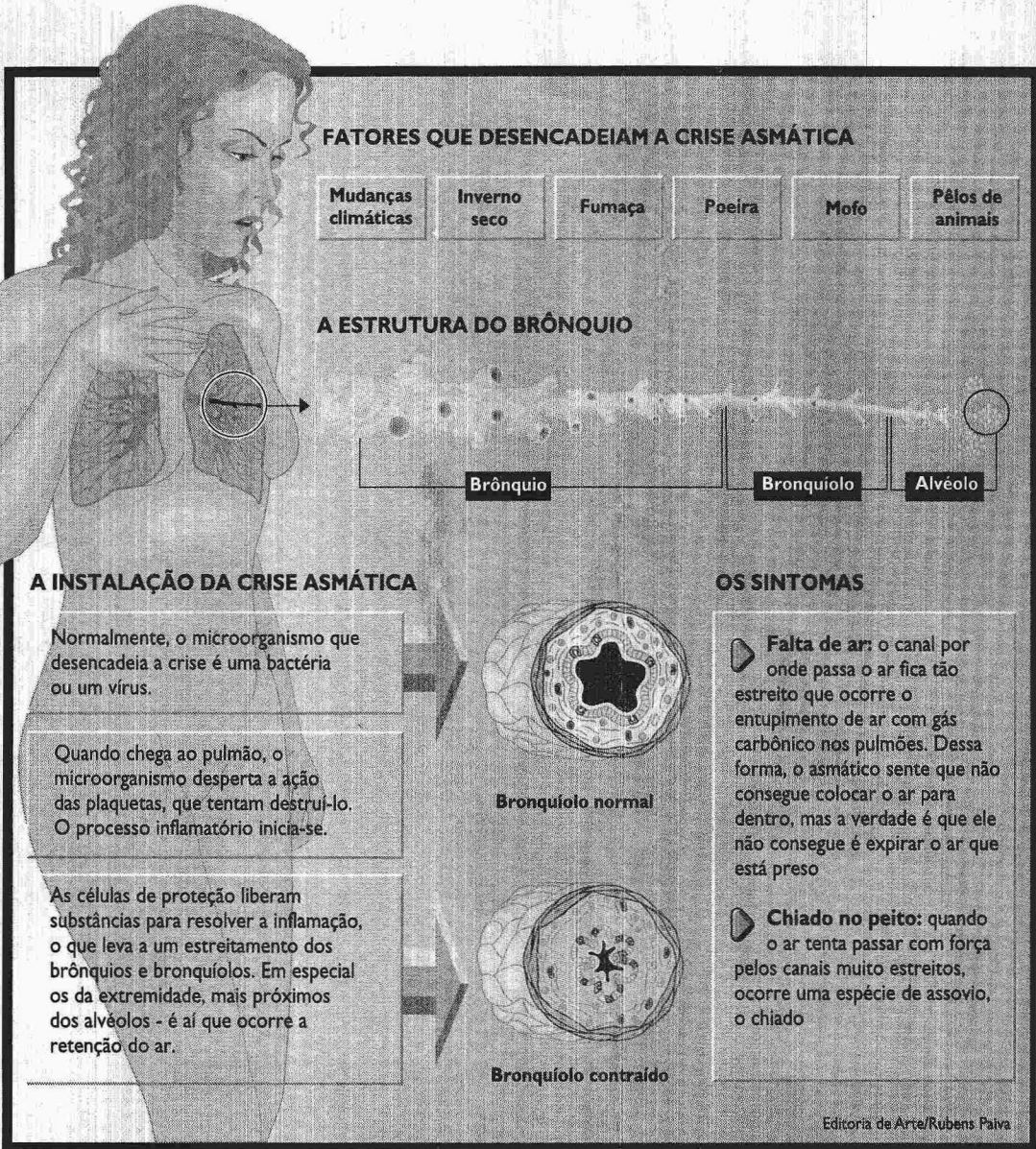
Apesar disso pode-se afirmar que beber sangue contaminado pelo vírus HIV poderia infectar o paciente desde que o mesmo apresentasse algum tipo de ferida na mucosa da boca ou no esôfago, por exemplo. Para segurança dessas pessoas que beberam sangue contaminado, é recomendado que elas façam um teste laboratorial para pesquisa do vírus HIV, dois meses depois do acidente.

Meirione Costa e Silva
Hematologista
Tel.: (61) 366-1889

■ MENSTRUÇÃO

Ultimamente, minha menstruação está vindo coagulada, em forma de grossas placas de sangue, que têm a consistência gelatinosa. Isso é normal?
Mariana, Asa Sul

Mariana, o fato do sangramento menstrual vir com consistência gelatinosa não é anormal. Considera-se normal o sangramento menstrual que vem com intervalo de 23 a 35 dias, dura de três a sete dias, e tem quantidade de 20 a 80 ml. Como se vê, os parâmetros de normalidade são: intervalo, duração e quantidade. A consistência gelatinosa



ASMA

Qual a diferença entre asma, bronquite e bronquite asmática?
Carlos Oliveira, Lago Oeste

Na realidade, não existe nenhuma diferença. Porém, a nomenclatura correta é asma. Bronquite, bronquite alérgica e bronquite asmática são nomes usados por leigos e, às vezes, até por médicos, com a intenção de aliviar a gravidade da doença. Existe um preconceito sobre a asma. Principalmente, por parte das mães que sempre acham esse problema mais grave do que a bronquite. É importante saber que existe asma em diferentes intensidades. E que a maioria das

crianças apresenta uma forma mais branda da doença, da fácil controle quando o tratamento é adequado. É esta asma mais branda, que a maioria chama de bronquite.

A asma é uma doença dos brônquios. Nos asmáticos acontecem três reações: estreitamento dos brônquios por contração de sua musculatura, maior produção de secreção, e inflamação. O brônquio passa a reagir de forma anormal e mais intensa após receber estímulos que podem ser — ambientais (por exemplo: pó, mofo, umidade, odores fortes e variações de temperatura), exercícios físicos e emoções. A inflamação é o principal componente da

asma, e quando não tratada adequadamente, os sintomas persistem e tendem a tornarse mais intensos. Geralmente, os pacientes acham que asma é sinônimo de falta de ar. No entanto, há outros sintomas: tosse persistente, sensação de asfixia, falta de ar durante esforços ou nas crises asmáticas. Esses sintomas podem aparecer em qualquer hora do dia mas, geralmente, manifestam-se à noite ou no início da manhã. Também podem aparecer em qualquer época da vida, sendo a maior incidência na infância.

Paulo Feitosa
Pneumologista
Tel.: (61) 273-3093

deve-se ao fato de o sangramento sair coagulado, o que não é anormal.

Avelar de Holanda Barbosa
Ginecologista
Tel.: (61) 223-0284



■ ANSIEDADE

Levo sustos muito facilmente. Por exemplo, quando alguém toca em mim pelas costas ou no cinema. O que é isso?
Léia Menezes, Guarã

Léia, levar sustos toda hora pode não ter nenhum significado clínico, mas pode também ser, até mesmo, um quadro de Transtornos de Ansiedade. É importante associarmos esse aspecto com outras queixas suas. Este quadro que você descreve, mostra que tudo que lhe acontece é uma surpresa, pois está sempre muito desatenta, porém, alerta, achando que algo ruim pode acontecer a qualquer hora. Podemos definir susto como sendo uma reação a um perigo inesperado, deno-

tando que o elemento surpresa é quem distingue o susto do medo e da apreensão. No susto, o organismo tomado de surpresa é sobrepujado pela excitação, diferente do medo e da apreensão.

Antônio Geraldo
Psiquiatra
Tel.: (61) 443-9999

■ PRÓSTATA

Tenho 40 anos e estou constrangido em fazer exame de próstata. Há alguma alternativa para o exame de toque?
Leonardo Silveira, Taguatinga

Sem dúvida este passa a ser o grande dilema dos homens após os 40 anos. Vamos entender um pouco melhor o exame da próstata. A avaliação da próstata é feita por meio de um protocolo internacional, que corresponde a quatro etapas: 1- Consulta com urologista, o qual irá fazer uma série de perguntas seguindo um protocolo já estabelecido internacionalmente (ISSP=Índice do Score de Sintomas Prostáticos); 2-Exame de Ultrassonografia da Próstata; 3- Exame de PSA (Exame de Sangue); 4- Toque Retal. A avaliação desses quatro exames em conjunto é o que possibilita o urologista de informar, com segurança, o real estado de saúde de sua próstata. Em relação ao toque prostático, há um protocolo médico já estabelecido que é o seguinte: homens com idade entre 40 e 45 anos e que na família não tenham nenhum caso de câncer de próstata, estão liberados do toque, devendo apenas seguir os três

primeiros exames mencionados acima. Por outro lado, homens que tenham antecedentes familiares de câncer de próstata, devem iniciar o exame de toque a partir dos 40 anos. Já os homens com mais de 45 anos devem fazer o exame de próstata anualmente. Com o correr da evolução tecnológica provavelmente o toque prostático, no futuro, não fará parte rotineira do check-up prostático, a não ser em situações especiais. Mas se você, hoje, quer ficar despreocupado com a sua próstata, siga o protocolo acima recomendado.

Mário Delgado
Urologista
Hospital Santa Paula, em São Paulo



■ ENXAQUECA

Tenho crises de enxaqueca frequentemente. Gostaria de saber se a alimentação pode agravar o problema.
Flávia Duarte, Cruzeiro

Sim. Teoricamente, há um risco de os alimentos desencadearem crises de enxaqueca.

Isto se deve às substâncias vasodilatadoras, como os nitratos contidos na salsa (que podem causar cefaléia do cachorro-quente) e o glutamato de sódio da comida chinesa, além de queijos amarelos e vinho tinto. Contudo, a diversidade de alimentos que podem desencadear crises de enxaqueca é tão grande que se torna inviável apresentar uma lista aos pacientes. O ideal é observar, caso a caso, os alimentos que fazem mal e evitá-los.

Renata Faria Simm
Neurologista
Hospital Santa Paula, em São Paulo

■ REFRIGERANTE

Sou viciada em refrigerantes. Não consigo viver sem eles. Mas tenho gastrite e não sei se devo largá-los de vez ou se ainda posso satisfazer minha vontade.
Paula Costa e Silva, Octogonal

Gastrite é uma inflamação do estômago. O tratamento é individualizado e baseado em alimentos e situações que causam desconforto. Como se trata de um órgão do aparelho digestivo, o alimento terá um papel importante nesse processo. Ele envolve não só qualidade, mas também quantidade, frequência das refeições, e até a forma como são ingeridos (mastigação). Assim, a formação de bons hábitos se faz necessária. Como qualquer vício, tomar refrigerantes em excesso é algo prejudicial e, por isso, não deve ser reforçado.

Existem uma série de alimentos que devem ser evitados na medida do possível, por não serem considerados saudáveis. Isto é, não deveriam pelo menos fazer parte da nossa rotina diária e, dentre eles, temos os refrigerantes que não apresentam qualquer valor nutricional e são considerados irritantes. Além de serem bebidas carbonatadas, os tipos de cola contêm cafeína que tem efeito significativo no aumento da secreção gástrica. Além do mais, os refrigerantes são geralmente consumidos durante ou logo após as grandes refeições provocando distensão gástrica e reforçando o prejuízo da mucosa.

Maria Héli da Logrado
Nutricionista
Tel.: (61) 273-8034

■ TATUAGEM

Tenho uma grande tatuagem no ombro e, hoje em dia, sinto uma enorme vontade de retirá-la. Quais são as técnicas disponíveis e qual o preço estimado para a remoção de uma com cerca de 10 cm? Os métodos são seguros?
Rafael Brumm, Asa Norte

O melhor método para remover tatuagens que a medicina oferece no momento é o laser. Eficiente, seguro e não deixa cicatrizes. Ocorre que existem tatuagens de diversos tamanhos, com somente uma cor ou multicoloridas, assim como amadoras ou profissionais. Essa variação, muitas vezes, dificulta o tratamento, exigindo muitas sessões e um tempo longo para eliminação total da tatuagem. Apesar de que, após cada aplicação, a coloração vai desaparecendo.

As tatuagens profissionais e multicoloridas são mais difíceis de serem removidas porque é depositado um grande número de pigmento quando utilizada máquina.

Para a remoção de cada cor do desenho é utilizado um tipo de laser diferente. Um só tipo de aparelho dificilmente removerá uma tatuagem multicolorida por inteiro. Os lasers mais utilizados são: o Nd:YAG 532 (laranja e amarela); Nd:YAG 755 (Alexandrita - tons azul claro e verde); Nd:YAG

1064 (tons escuros, tipo azul marinho e preto). O laser de rubi e a luz pulsátil - uma espécie de laser - também são indicados.

O laser de CO2 e Erbium não são indicados para remover tatuagens. Além dos lasers, os métodos cirúrgicos de remoção cirúrgica da tatuagem (quando é pequena e local favorável) e o dermoabrasão (lixamento) podem eliminar a tatuagem, mas, sempre deixam cicatriz no local.

João Carlos Pereira
Dermatologista em São Paulo



■ ÁLCOOL

Gostaria de saber se tomando uma taça de vinho, três vezes por semana, estou sujeita a ter algum prejuízo no cérebro.
Creusa, por e-mail

Creusa, o uso continuado de bebida alcoólica pode, sem que você perceba, levá-la de usuário habitual a usuário dependente. O vinho é muito difundido em algumas culturas. Existem diferentes opiniões acerca do mal que pode acontecer, pois depende desde o tipo de vinho, até o tempo de uso. A recomendação básica é que não se use mais de uma vez por semana, pois o intervalo de sete dias consecutivos entre o uso de bebidas alcoólicas permitirá o reajuste das funções bioelétricas e bioquímicas do cérebro. A preocupação não pode e não deve ser apenas com a ocorrência de transtornos mentais. Não se esqueça de que podemos ter também outros órgãos afetados: fígado, pâncreas, etc.

Antônio Geraldo
Psiquiatra
Tel.: (61) 443-9999

■ MONÍLIA

Tenho 28 anos e estou com um problema ginecológico. É uma simples doença, mas muito insistente. Essa doença está sempre voltando. Eu não sei a causa, mas o nome é monília. Eu já usei todo tipo de medicamento, remédios orais, pomadas locais, etc. No momento do uso dos medicamentos parece que estou curada, porém, após pouco tempo a doença volta como se nada tivesse sido usado. Eu gostaria de saber se existe algum tipo de tratamento ou alguma pessoa especializada no assunto.
Laura, Asa Sul

A monília é um fungo que geralmente é muito sensível aos medicamentos usados para seu tratamento. A sintomatologia de irritação e prurido vulvar rapidamente melhora com a medicação utilizada.

Acontece que em alguns casos a recidiva (que torna a acontecer) é muito frequente e aí transforma-se num problema mais sério.

Várias causas já foram identificadas como recidivas: cuidados de higiene pessoal, parceiro sexual não tratado e algumas doenças sistêmicas como diabetes, Aids e outras. Seria interessante que você procurasse um ginecologista para ajudá-la a descobrir qual a causa da Monília se repetir sistematicamente em você.

Avelar de Holanda Barbosa
Ginecologista
Tel.: (61) 223-0284