

Epilepsia não impede uma vida normal

A Organização Mundial de Saúde estima que cerca de 50 milhões de pessoas no mundo são epiléticas, sendo que 40 milhões estão em países subdesenvolvidos, em razão das piores condições de nutrição e de saúde enfrentadas por grande parte de suas populações. Apesar desse cenário alarmante, 70% dos casos podem ser tratados com sucesso, desde que usada a medicação correta.

Se é verdade que os portadores de epilepsia sofrem com o preconceito dos que os rodeiam, com a vergonha da doença, com o medo do desconhecido e, muitas vezes, com a falta de remédios nos postos governamentais de distribuição gratuita, muita informação, disciplina e algumas medidas simples podem dar ao epilético uma melhor qualidade de vida.

Crises têm várias origens

A epilepsia é uma doença cerebral não contagiosa caracterizada por convulsões, que variam de quase imperceptíveis a muito graves e freqüentes. As crises ocorrem em razão de descargas elétricas fortes e anormais no cérebro. É como se houvesse uma “tempestade” cerebral, com descargas de impulsos nervosos.

O epilético, além de sofrer com a doença, pode ter que enfrentar preconceito, já que as crises geralmente assustam quem as assiste. Para a criança epilética, o preconceito chega a ser pior que a própria doença.

Causas

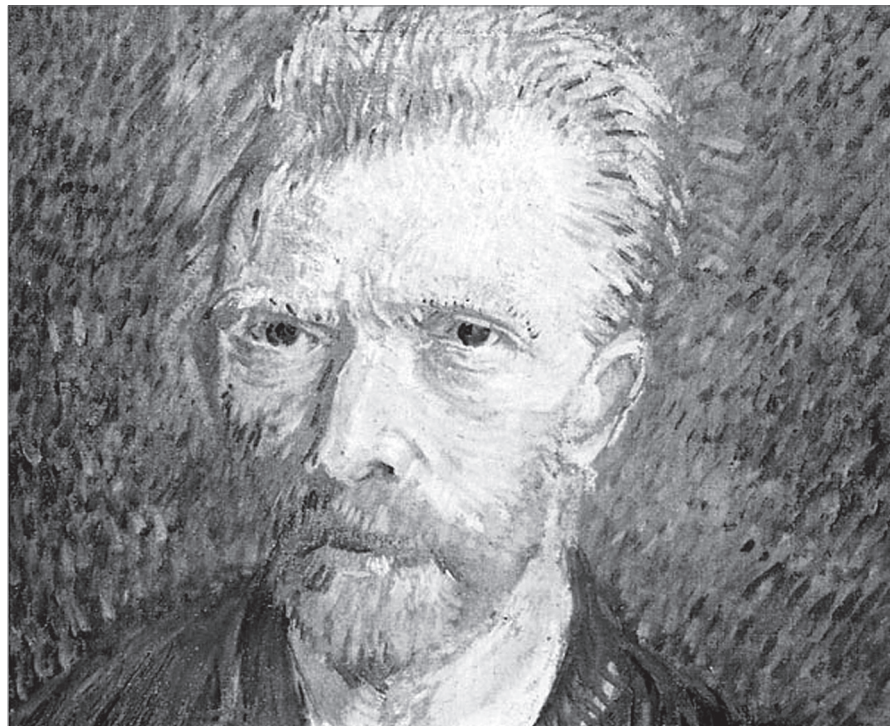
As causas da epilepsia podem ser uma lesão no cérebro (por forte pancada ou problemas no parto, por exemplo), uma hipertensão arterial ou um acidente vascular cerebral, a *neurocisticercose* ou uma

infecção (como a meningite). Muitas vezes não é possível conhecer as causas, assim como não se sabe ao certo o que acontece no cérebro.

Fatores desencadeantes

Baixos níveis socioeconômicos favorecem a ocorrência de fatores que desencadeiam a doença: a má nutrição aumenta a ocorrência de infecções e, conseqüentemente, de febre alta, que pode provocar convulsões em crianças com idade entre seis meses e cinco anos, causando lesões permanentes no cérebro.

As crises epiléticas podem ainda ser desencadeadas pela suspensão abrupta da medicação antiepilética, fadiga física, abuso de bebidas alcoólicas ou de drogas, privação de sono, hiperventilação (respiração forçada), emoções (preocupação, alegria, irritação, tristeza).



REPRODUÇÃO/MUSEU D'ORSEY-PARIS

Auto-Retrato, de Van Gogh, um dos maiores pintores de todos os tempos, que confessou: “Sim, eu tenho a doença das quedas, a qual não é vergonha para ninguém e não impede a vida”

Conheça a doença e saiba como ajudar

As crises epiléticas podem ter as seguintes características:

- ▶ Convulsiva – É a forma mais conhecida, identificada como “ataque epilético”. A pessoa pode cair, ter contrações musculares em todo o corpo, morder a língua, salivar muito, respirar de forma ofegante e até urinar.
- ▶ “Ausência” ou “desligamento” – A pessoa fica com o olhar fixo, perde contato com o meio por alguns segundos. Muitas vezes esse tipo de crise não é percebido pelas pessoas ao redor.
- ▶ Em um outro tipo de crise, a pessoa parece estar alerta, mas não tem controle dos seus atos, fazendo movimentos automáticos, como mastigar, falar de modo incompreensível ou

andar sem direção definida. Em geral, a pessoa não se lembra do ocorrido.

▶ Existem outros tipos de crises que provocam quedas sem que haja movimento ou contrações musculares, ou fazem com que o epilético tenha visões ou alterações transitórias da memória ou ainda ouça ruídos estranhos.

Como ajudar

- ▶ Fique calmo e peça a todos ao redor que fiquem tranquilos.
- ▶ Não busque parar a crise.
- ▶ Cuide para que a pessoa não se machuque.
- ▶ Não coloque nada na boca.
- ▶ Deite a pessoa de lado para que possa respirar bem.
- ▶ Espere que a crise termine e

fique com a pessoa até que ela se recupere.

▶ Procure cuidado médico se a crise durar mais de dez minutos, se se repetir em intervalos breves, ou se a pessoa tiver sofrido algum tipo de ferimento.

Professor: explique as crises aos seus alunos

Quando um estudante sofre uma crise epilética na escola, deve-se aproveitar a oportunidade para explicar aos outros alunos o que ocorreu e como eles podem ajudar. Esclareça que as crises não doem e não são contagiosas. A conversa aberta e sem preconceito, com a participação do epilético, ajuda a desenvolver uma atitude de aceitação.

Neurocisticercose

A neurocisticercose é uma doença que ocorre quando a pessoa ingere carne de porco infectada pela *Taenia solium* (solitária). Os ovos desse verme podem se alojar e crescer em vários órgãos e também no cérebro, onde causa crises epiléticas. Em geral a carne dos porcos mortos em abatedouros clandestinos e sem nenhum cuidado com a higiene tem esse verme, capaz de resistir, inclusive, ao cozimento. Por isso, é fundamental adquirir carne de comerciantes fiscalizados, vinda de abatedouros inspecionados pelos serviços de vigilância sanitária.

Epilepsia e direção

A princípio, ser epilético não impede a pessoa de dirigir. No entanto, doentes cujas crises não estejam controladas não devem fazê-lo. Cabe ao candidato informar sua situação ao médico perito durante o exame. Se mentir

ou omitir, ou se, dirigindo, causar dano à saúde, ao patrimônio e à vida de alguém, poderá ser responsabilizado penalmente por crime de falsidade ideológica e ter a carteira de habilitação cassada.

Gravidez e amamentação

Antes de engravidar ou no início da gestação, a mulher com epilepsia deve conversar com o médico responsável pelo seu tratamento. Alguns remédios podem afetar o desenvolvimento do bebê e o médico deve adequar o medicamento, para minimizar os riscos. A grande maioria das epiléticas tem gravidez e crianças saudáveis.

Recomendações

▶ Amamente e troque seu filho num colchão forrado com

cobertores, colchas ou almofadas.

▶ Intercale a mamadeira com o peito, para poder dormir e não ficar tão cansada.

▶ Após amamentar, observe se seu bebê está com sonolência ou agitação excessivas. Se estiver, ele está sendo afetado pelos remédios. Procure logo seu médico e informe o problema.

▶ Transporte a criança sempre no carrinho e evite o *baby-bag*.

Remédios ou cirurgia?

A cura da epilepsia é mais fácil quanto mais precoces forem o diagnóstico e o tratamento. Os remédios mais usados são as drogas anticonvulsivas, que não têm efeito imediato e, portanto, não resolvem se usadas só nas crises e sem acompanhamento médico. O tratamento é longo e exige persistência e disciplina e os remédios estão na lista para distribuição gratuita.

Cirurgia

Outra forma de tratar a epilepsia é operar o cérebro. São necessários vários exames para se ter certeza de que é possível retirar a área causadora do problema sem prejudicar outras funções cerebrais. Só se deve optar pela cirurgia quando os benefícios esperados são muito maiores que os riscos.

Outro tratamento, indicado para crianças, é a dieta citogênica, rica em gorduras e pobre em açúcar e proteínas, calculada de acordo com a idade e peso do paciente. Com a dieta, cerca de 33% das crianças têm suas crises controladas, enquanto outras 33% melhoram significativamente.

Para viver melhor

É grande a lista de figuras ilustres que tiveram a doença, entre eles Gustave Flaubert e Dostoiévski, dois dos maiores escritores de todos os tempos, e ainda assim produziram obras notáveis. Veja como conviver melhor com a doença:

- ▶ Consulte o médico periodicamente (a cada 2 ou 3 meses)
- ▶ Não suspenda a medicação antiepilética e respeite os horários e as doses
- ▶ Não use outros remédios sem orientação médica
- ▶ Durma o suficiente e regularmente
- ▶ Não fique em jejum, faça as refeições em horários regulares
- ▶ Não use bebidas alcoólicas ou drogas
- ▶ Faça um calendário, tentando relacionar as crises com eventos do dia-a-dia, e conte ao seu médico
- ▶ Anote suas dúvidas e converse com seu médico ou com a equipe que o acompanha
- ▶ Caso perceba qualquer efeito colateral dos remédios, converse com seu médico.

Saiba mais: informação ajuda no tratamento

Liga Brasileira de Epilepsia
Av. Teodoro Sampaio, 741/94
CEP 05405-050 – São Paulo (SP)
(11) 3085-6574
www.epilepsia.org.br

Escola Paulista de Medicina
Rua Botucatu, 740
São Paulo (SP) – CEP 04023-900
(11) 5576-4000/4522
www.unifesp.br

Assoc. Brasileira de Epilepsia
www.epilepsia.org.br
Ministério da Saúde
Disque saúde: 0800 61-1997
portal.saude.gov.br