

## Doenças reumáticas

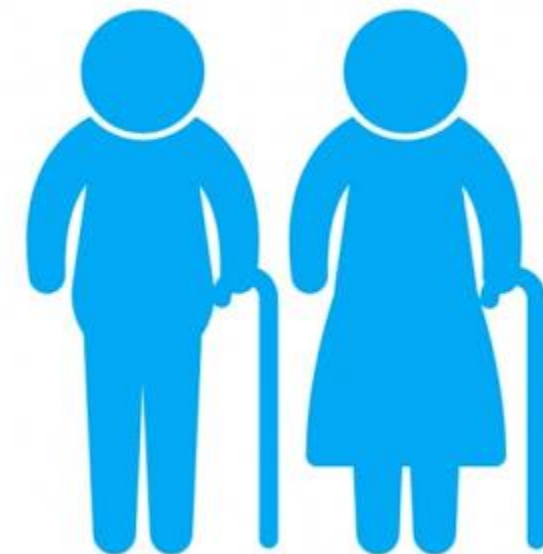
UFCD 10173

**Formadora:** Joana Oliveira Gama Soares

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu



# O que são doenças reumáticas?

- ▶ Existem mais de 100 tipos de doenças reumáticas.
- ▶ São doenças que afetam o sistema musculoesquelético, isto é, músculos, ossos, cartilagem, e/ou estruturas periarticulares (como tendões, ligamentos, fáscias, entre outras).
- ▶ Estas doenças podem ser agudas, crônicas ou recorrentes, afetando pessoas de todas as idades (bebês e crianças inclusive) e de ambos os sexos - embora as mulheres, especialmente depois dos 65 anos, sejam as mais afetadas.



# Doenças reumáticas mais comuns

- ▶ **Lombalgia** - dor na região da coluna lombar, geralmente entre as últimas costelas e acima dos glúteos. A lombalgia, com frequência, acompanha-se de dor que irradia para os membros inferiores. As causas mais comuns da lombalgia são alterações musculoesqueléticas relacionadas com processos degenerativos, inflamatórios, infecciosos, tumorais, traumáticos ou posturais.

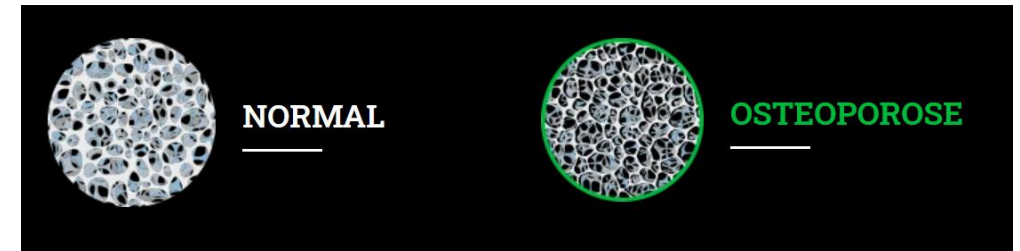


- ▶ **Osteoartrose** - ou artrose, acontece quando a cartilagem que reveste a extremidade dos ossos se desgasta ao longo do tempo. Na osteoartrose esta superfície torna-se irregular e áspera, aumentando a fricção, podendo evoluir até ao ponto em que os próprios ossos se movem em contacto direto. Clinicamente há dor articular, rigidez e limitação da função. Ocorre com maior frequência nas mãos, joelhos e ancas. A população em risco é constituída, sobretudo, por pessoas idosas, em particular do sexo feminino, com obesidade, que têm as articulações sujeitas a sobrecarga devido à profissão ou por motivos desportivos.



# Doenças reumáticas mais comuns

- ▶ **Osteoporose** - redução da massa óssea, que leva a que os ossos fiquem mais porosos e quebradiços. A fratura dos ossos - **especialmente do punho, vértebras ou anca** - são a principal consequência da osteoporose. As mulheres a partir da menopausa são o grupo de maior risco. Mas, a partir dos 65 anos, tanto homens como mulheres podem ser afetados.

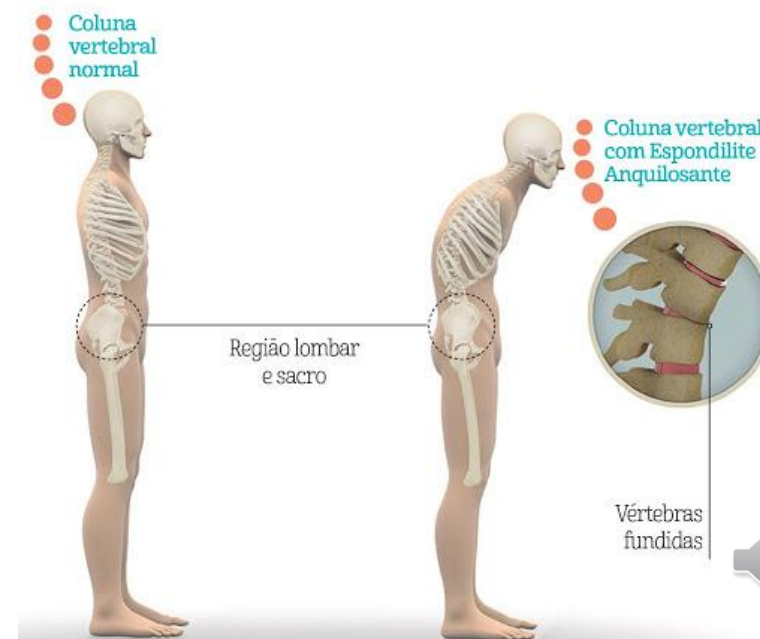


- ▶ **Fibromialgia** - é uma síndrome crônica caracterizada por dores neuromusculares difusas e pela presença de pontos dolorosos em regiões anatomicamente determinadas. Não existe uma causa definida para a dor persistente, mas sabe-se que pode estar relacionada com um evento traumático passado, físico ou psicológico.



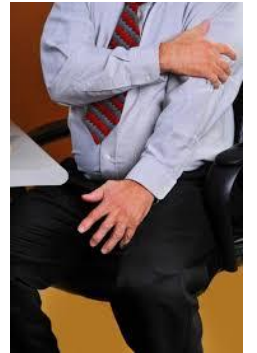
# Doenças reumáticas mais comuns

- ▶ **Artrite reumatoide** - Artrite reumatoide é uma doença autoimune crônica que provoca dor e inflamação nas articulações. É uma doença progressiva, destrutiva e deformante, podendo levar a alguns graus de incapacidade motora.
- ▶ **Espondilartrites** - A forma mais comum é a espondilite anquilosante, que afeta sobretudo a coluna. Este grupo de patologias engloba a artrite reativa, a artrite da psoríase e as artrites associadas a doenças inflamatórias do intestino (colite ulcerosa e doença de Crohn). As espondilartrites diferem de outras artrites porque envolvem os ligamentos e os tendões, causando inflamação, dor e rigidez. Pode ser hereditária estando ligada à mutação de genes específicos.



# Doenças reumáticas mais comuns

- ▶ **Patologia periarticular** - é um conjunto de situações que representam sumariamente inflamações ao nível dos tendões e estruturas adjacentes (músculo, fascias, ligamentos, etc) que se podem, direta ou indiretamente, relacionar com a realização de uma determinada atividade profissional, desportiva ou de lazer.
- ▶ **Gota** - Deposição de microcristais de monourato de sódio (em pessoas com níveis elevados de ácido úrico) nas articulações que provocam inflamação da articulação, dor intensa, e na sua forma crónica destruição da articulação.



# Impacto das doenças reumáticas

- ▶ Estas doenças são o maior gerador de incapacidade funcional e laboral.
- ▶ Pela sua elevada incidência e como causadora de incapacidade, representa uma das doenças com maior impacto na economia (reformas antecipadas, remuneração de incapacidades e gastos elevados com medicação e tratamentos médicos crónicos).
- ▶ Um dos maiores problemas é o diagnóstico tardio que leva à reversão mais complicada da doença. A pessoa muitas vezes quando é diagnosticada já tem uma incapacidade considerável.





# Epidemiologia

- ❖ Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), as doenças reumáticas e músculo-esqueléticas (DRM) representam cerca de metade da prevalência de doenças crónicas em pessoas com mais de 50 anos e são a categoria mais destacada no grupo destas doenças não transmissíveis.

## Prevalências de Doenças Reumáticas na população Portuguesa

	Prevalência Geral	Prevalência Mulheres	Prevalência Homens
Lombalgia	26.4%	29.6%	22.8%
Fibromialgia	1.7%	3.1%	0.1%
Osteoartrose do Joelho	12.4%	15.8%	8.6%
Osteoartrose da Mão	8.7%	13.8%	3.2%
Osteoartrose da Anca	2.9%	3.0%	2.9%
Osteoporose	10.2%	17.0%	2.6%
Patologia Periarticular	15.8%	19.1%	12.0%
Artrite Reumatóide	0.7%	1.1%	0.3%
Espondilartrites	1.6%	2.0%	1.2%
Lúpus Eritematoso Sistémico	0.1%	0.2%	0.04%
Polimialgia Reumática	0.1%	0.1%	0.06%
Gota	1.3%	0.08%	2.6%



Para o cálculo das prevalências foi elaborado um ponderador de acordo com o desenho do estudo, dimensão populacional e idade. O ponderador foi desenvolvido pela Nova School of Statistics and Information Management (ISEGI/UNL).



Tabela 1. Prevalência das doenças reumáticas em Portugal, no total e por sexos

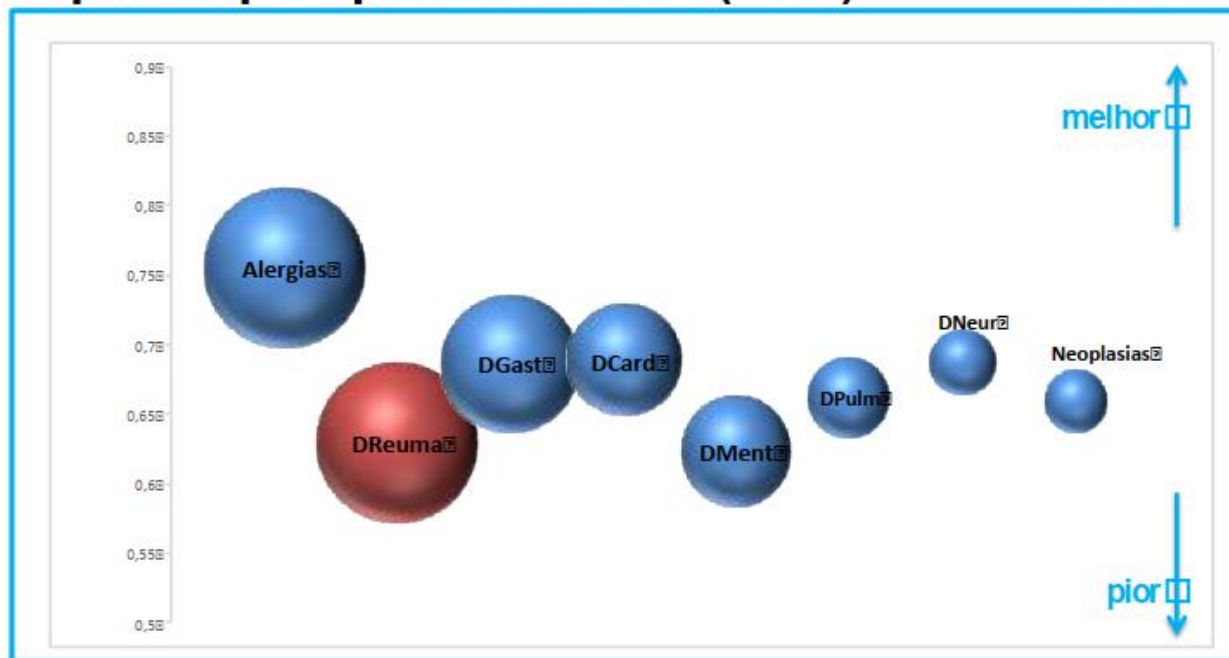




# Epidemiologia

Os doentes reumáticos são os doentes crónicos que reportam pior qualidade de vida (EQ5D) □

Reuma  
Census  
2011-2013



**Figura 2.** Qualidade de vida calculada pelo EQ5D (menor score = pior qualidade de vida)



# Fatores de risco

Cada doença reumática tem fatores de risco específicos, existem alguns comuns às várias doenças, como:

- sexo
- idade
- tabagismo
- obesidade
- toma de determinados fármacos
- ingestão excessiva de bebidas alcoólicas



# Sintomas

Cada doença reumática tem sinais e sintomas específicos. No entanto, alguns são comuns às várias doenças reumáticas:

- Dor
- Inflamação (edema, calor, rubor)
- Limitação do movimento
- Fadiga
- Rigidez perante certos movimentos
- Falta de energia



# Diagnóstico

**A Sociedade Portuguesa de Reumatologia recomenda:**

- na presença de dores, rigidez ou inchaço numa articulação durante um período superior a 15 dias dever-se-á consultar um reumatologista - deste modo, é possível um diagnóstico precoce e um tratamento mais eficaz.

**Tipos de diagnóstico, dependendo da doença:**

- Exame físico;
- Imagiologia (ecografia tecidos moles, TAC, Radiografia, etc)
- Marcadores bioquímicos (ácido úrico, mediadores inflamatórios, anticorpos, etc)
- Testes genéticos (no caso das doenças hereditárias)



# Tratamento

Dependendo da doença podemos ter diferentes tipos de abordagem. Mas todas têm o objetivo de minimizar a dor e diminuir o grau de incapacidade ou prevenir a sua progressão. Podemos então ver as seguintes abordagens terapêuticas nas doenças reumáticas:

- Tratamento farmacológico (analgésicos e anti-inflamatórios)
- Repouso
- Prática de exercício físico
- Alimentação adequada
- Fisioterapia
- Hidroterapia
- Dispositivos de contenção
- Cirurgia, em determinados casos

