



Doenças autoimunes: a luta é dia a dia

Aumento de casos dessas condições em todo o mundo chama a atenção de especialistas. São mais de cem enfermidades deste tipo, que podem ter sintomas e tratamentos dos mais simples aos mais complexos.

‘Quando o médico me falou, disse que era uma doença que eu teria que tratar para o resto da vida, mas que tinha um ótimo controle. Mas, assim, eu não sabia o que era e não sabia a gravidade do problema.’

‘Tem fases que você lida bem com a doença e tem fases que você fica completamente revoltada. Aí não tem como não se sentir triste, decepcionado, volta a ter sintomas de depressão. Então, assim, são ciclos.’

‘Eu recebi muito mal o diagnóstico, porque eu não estava esperando, nem sabia o que era. Fiquei assustadíssima. Agora eu tenho tentado entender como é esta doença o tempo todo, eu me tornei amiga dela.’

Patrícia, Simone e Márcia sofrem de doenças autoimunes; quando o sistema imunológico, que deveria estar defendendo e protegendo o corpo das infecções e de inimigos externos, passa a atacar as células do próprio organismo. Existem mais de 100 tipos de doenças, que podem ter manifestações mais das simples até as mais raras e complexas.

No entanto, por menos complicados que sejam os sintomas ou o tratamento, o diagnóstico de uma doença autoimune é sempre acompanhado de uma lição básica: é preciso aprender a conviver com ela ao longo de toda a vida. Para muitos pacientes, a principal queixa é a falta de informação.

Simone Canelada recebeu o diagnóstico de psoríase aos três anos de idade e conta que, só depois de adulta, quando começou a conhecer outras pessoas com a mesma condição, começou a entender a doença.

‘Conheci pessoas que têm a doença, que vivem a dificuldade no dia a dia, descobri o que elas fazem para enfrentar as tarefas diárias.’

As doenças autoimunes podem afetar um órgão específico, como o diabetes tipo 1 que ataca o pâncreas, mas também podem afetar vários órgãos e tecidos, como é o caso do [lúpus](#) ou [artrite reumatoide](#).

O acompanhamento costuma ser feito por médicos especialistas nos órgãos ou sistemas atacados pela enfermidade e poucas vezes são analisadas por profissionais que tratam especificamente a área afetada. Mas para o reumatologista e imunologista Morton Scheinber, o ideal seria que o paciente fosse acompanhado por um profissional que tratasse do sistema imunológico de maneira mais ampla.

‘Na teoria faz sentido, mas na prática, talvez não seja viável porque quem está mais familiarizado com os órgãos acometidos é o especialista. No caso do intestino o gastro, no caso da esclerose múltipla é o neurologista...’

Não se conhecem as causas exatas para que o sistema imunológico fique desregulado. Mas especialistas afirmam que seja por uma combinação de fatores genéticos e ambientais. O estilo de vida nem sempre é determinante, mas exerce um papel fundamental para o aparecimento dessas enfermidades e é uma das razões para o aumento da incidência delas em todo mundo.

Nos Estados Unidos, por exemplo, a incidência das doenças autoimunes triplicou nos últimos 50 anos e, hoje, afetam mais de 50 milhões de norte-americanos, de acordo com a Associação Americana das Doenças autoimunes. Estresse, alimentação inadequada, altos índices de poluição acabam afetando o organismo, tornando-o mais sensível a inflamações e desregulações, como explica a imunologista Ekaterine Simões Goudouri:

‘A gente sabe que nos últimos anos isso tem aumentado. E aí tem muitas hipóteses do por quê tem aumentado e uma delas é a modificação do microbioma, que são bactérias, fungos e vírus que habitam o nosso corpo. O modo de vida contemporâneo, estresse, alimentação, uso excessivo de antibiótico, parto cesárea, faz com que o ambiente de microorganismos se modifique e se torne mais pró-inflamatório.’

Apesar do componente genético e hereditário de algumas doenças autoimunes, ainda não se pode falar em prevenção das enfermidades autoimunes. Além dos cuidados básicos com a saúde, a principal recomendação de médicos e especialistas é detectá-las o mais cedo possível, para evitar que os sintomas se intensifiquem.

Fonte: [CBN](#)

[Read More](#)
