



## Você sabe o que é Lúpus?

Lúpus é uma doença autoimune, ou seja, ela faz com que as células de defesa do nosso corpo ataquem as células saudáveis, o que pode causar algumas reações inflamatórias em locais como a pele, os olhos, os pulmões, o coração, os rins, o cérebro e as articulações.

Normalmente o lúpus atinge, em sua grande maioria, as mulheres. Os sintomas podem se manifestar desde o nascimento, porém, muitas vezes, as pessoas descobrem a doença apenas durante a adolescência ou na fase adulta. Isso porque podem surgir crises de sintomas após infecções ou pelo uso de certos medicamentos e também por alta exposição ao sol.

O lúpus ainda não tem cura, contudo, hoje em dia existem diversos [tratamentos](#) que podem melhorar muito a qualidade de vida do paciente, fazendo com que, em alguns casos, ele leve uma vida o mais normal quanto seja possível.

### Entenda os diferentes tipos de lúpus

- Lúpus eritematoso sistêmico (LES): este causa inflamações em várias partes do corpo – pele, articulações, coração, pulmões e rins – e os sintomas se manifestam de maneiras diferentes, de acordo com a parte do corpo que for afetada;
- Lúpus induzido por medicamentos: É um tipo de inflamação temporária causada pelo uso prolongado de alguns remédios – como procainamida, hidralazina e isoniazida. Esse é o tipo de lúpus mais comum que afeta os homens os seus sintomas podem desaparecer alguns meses após o uso do medicamento;
- Lúpus neonatal: essa é uma das formas de lúpus mais rara e difícil de ser vista. É um fator hereditário que pode ser passado da mãe com lúpus ao bebê em seu nascimento;
- Lúpus cutâneo ou discoide: esse tipo de lúpus faz com que apareçam lesões na pele e, em alguns casos, o lúpus cutâneo pode evoluir para o lúpus sistêmico com o passar do tempo.

Quais são os principais sintomas do lúpus?

Os sintomas do lúpus normalmente aparecem de maneira regular em épocas nas quais o paciente está passando por crises da doença e, em alguns casos, duram dias ou semanas. Contudo, existem algumas situações em que os sintomas da doença relatados pelo paciente se mantêm constantes.

Por se tratar de uma doença capaz de atacar qualquer parte do corpo, podem ocorrer sintomas parecidos com os de outras doenças. Logo, os sintomas podem ser muito variados, porém existem alguns mais comumente encontrados, tais como:

- Manchas avermelhadas na pele e, principalmente, no rosto;
- Dor muscular;
- Inchaço e dor nas articulações;
- Sensibilidade a luz;
- Queda de cabelo;
- Cansaço excessivo;

Como diagnosticar o lúpus?

O diagnóstico do lúpus muitas vezes é demorado. Normalmente ele é feito através do reconhecimento dos sintomas. Porém, as alterações encontradas em exames de sangue e urina são os principais fatores determinantes para o diagnóstico final da doença.

Não existe um exame exclusivo para diagnosticar o lúpus, porém um exame conhecido como FAN (fator antinuclear) ou ANA (anticorpo nuclear), quando apresenta taxas elevadas em resultados de pessoas que já apresentam os sintomas da doença, favorece o diagnóstico.

Existem outros testes como anti-DNA e anti-Sm que são exames um pouco mais específicos, e ocorrem normalmente em 40% a 50% dos pacientes com lúpus.

Como é feito o tratamento do lúpus

Apesar do lúpus ainda ser uma doença sem cura, o tratamento é feito para que a qualidade de vida dos pacientes afetados seja melhorada ao máximo. Controlar os sintomas e diminuir as crises são os principais objetivos.

O tratamento do lúpus é feito por um médico reumatologista, e inclui o uso de medicamentos e a mudança de alguns hábitos rotineiros, observando as necessidades de cada paciente.

Como o lúpus pode afetar muitas áreas do corpo, é comum que o tratamento seja feito por uma equipe multidisciplinar, além de reumatologistas, contando também com cardiologistas, dermatologistas e nefrologistas.

Adotar hábitos saudáveis como a prática de exercícios físicos e uma dieta balanceada pode ajudar muito no controle da doença, principalmente em casos de crianças e adolescentes. Além disso, o lúpus pode afetar também a vida social e o emocional dos pacientes, por isso, durante o tratamento, é também interessante realizar um acompanhamento psicológico, usando a psicoterapia para trabalhar e manter a saúde emocional.

Como lidar com a doença

No dia 10 de maio acontece o [Dia Mundial da Conscientização sobre lúpus](#), essa é uma ótima oportunidade para entender mais sobre o lúpus. Se você ou alguém conhecido tem lúpus, é muito

importante que procure um médico para se informar sobre a doença, quais os melhores recursos disponíveis e quais são os riscos.

Procure evitar fatores de risco para o desencadeamento da doença como a exposição exagerada ao sol e aos raios UV, o uso de drogas e o tabagismo. O autocuidado é sempre importante, mas não esqueça de que consultar um reumatologista é indispensável.

Fonte: [Dra. Juliana Valim – Reumatologista](#).

[Read More](#)

---