

Vencendo a artrite reumatoide

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, 1% da população global sofre com artrite reumatoide. Dayane Ferreira, de 28 anos, descobriu a doença há seis anos e encontrou na multiplicação de informação correta e de qualidade uma forma de vencer os sintomas. Colaboradora do Blog Artrite Reumatoide (www.artritereumatoide.blog.br), contou ao **Jornal Dor** quais foram seus principais desafios e mudanças na rotina; além de como foi participar do Congresso Sul Brasileiro de Dor.

Como descobriu que tinha artrite reumatoide?

Logo após um impacto emocional, acordei com meu dedo polegar rígido. Depois de alguns dias, passou a estender-se a todo lado esquerdo do meu corpo. Comecei a sentir dor e quando fui ao pronto-socorro disseram que era só mal estar e passaram anti-inflamatório. Aguardei mais uma semana e a dor foi se estendendo pra todo o corpo, as articulações ficaram vermelhas e inchadas. Tinha dificuldade para andar. Então, fui ao posto de saúde e relatei meus sintomas e histórico familiar de artrite reumatoide – a médica logo me diagnosticou. Por quase um ano de tratamento não tive efeito dos medicamentos, ficando cada

vez mais debilitada. Fiquei um tempo sem andar e engordei 15 quilos; tive várias complicações por causa do corticoide. Foi só quando reformulei toda minha terapêutica, tomando biológicos, tive resultado.

O que mudou em sua rotina por causa da doença?

De repente, não podia fazer faxina na casa e trabalhar. Não podia mais fazer dança, caminhar, pegar ônibus, subir e descer escadas. Tinha o的习惯 de sempre mudar os móveis de lugar, mas não posso mais. Assim como também não conseguia mais fazer escova e passar chapinha no meu cabelo – por isso passei pela transi-

ção capilar, livrando-me da progressiva e assumindo os cachos.

Qual foi a motivação para fazer parte do blog?

Quando iniciei o tratamento com o biológico, passei a ficar muito tempo na internet procurando informações e vi que eram pouquíssimos os meios que falavam de artrite. Conheci a Priscila Torres (fundadora do blog Artrite Reumatoide) por meio do site Reumatoguia, que funcionava como um Facebook para quem tem AR. Migramos, mais tarde, para o próprio Facebook, em um grupo, no qual sempre fui muito ativa. Passei a buscar mais informações sobre a doença e a passar para as pessoas. Priscila já tinha o blog e eu comecei a ajudá-la a escrever. Hoje sou parceira editorial.

Para você, qual a importância do blog?

Muita gente não tem acesso à informação de qualidade. Transmitir conhecimento da forma que fazemos ajuda as pessoas, sobretudo por conhecermos suas dúvidas e angustias – também somos pacientes.

Como foi participar do Congresso Sul Brasileiro de Dor?

Consegui esclarecer muitas dúvidas e ter acesso ao embasamento científico. Foi importante para eu conhecer e poder mostrar opções alternativas e seguras para as pessoas, que podem ser feitas com acompanhamento de um profissional.

