

ARTRITE REUMATOIDE

Um guia para pacientes
e seus familiares



Programa
Viva

ARTRITE REUMATOIDE

Um guia para pacientes e seus familiares

A artrite reumatoide não é o único desafio na vida dos pacientes. Mas muitos problemas podem ser aliviados à medida que se tem informações, orientações, apoio e mudanças de atitude em relação à doença.

Este é o objetivo do *Programa Viva*. Um projeto pioneiro, sem fins lucrativos, que procura oferecer informações que levem os portadores de artrite reumatoide a melhorar sua qualidade de vida. Aqui você conhecerá mais sobre artrite e outras doenças, bem como os tratamentos, as suas causas e dicas de como conviver com tudo isso, além de colocar você a par de outras curiosidades e atualizações de um modo geral.

1. Qual a diferença entre reumatismo e artrite?

Reumatismo significa que existe algum problema nas juntas ou articulações.



Há alguns tipos de reumatismo, a saber:

- **Artrose** ou **osteoartrose** - aquela dor que pode aparecer nos joelhos e dedos das mãos de pessoas mais idosas.
- **Gota** - dor muito forte que surge de repente, geralmente no pé ou no joelho, e está relacionada ao aumento de ácido úrico no sangue.

Crianças podem se queixar de dor e inchaço nas articulações após uma dor na garganta – é a chamada **febre reumática**.

Artrite significa inflamação nas juntas.

Ou seja: quando uma das juntas fica quente, avermelhada, inchada e dolorida, dizemos que ela está inflamada e que a pessoa tem uma artrite. Ela é uma das formas de apresentação do reumatismo. Esse tipo de reumatismo chama-se **artrite reumatoide (AR)**.

2. O que é artrite reumatoide?

É uma doença das articulações, que se caracteriza por inflamação (dor, inchaço, calor e, às vezes, vermelhidão) em várias juntas.

Geralmente, os pacientes chegam ao consultório queixando-se de dor nos dedos das mãos, punhos, cotovelos, ombros e joelhos.

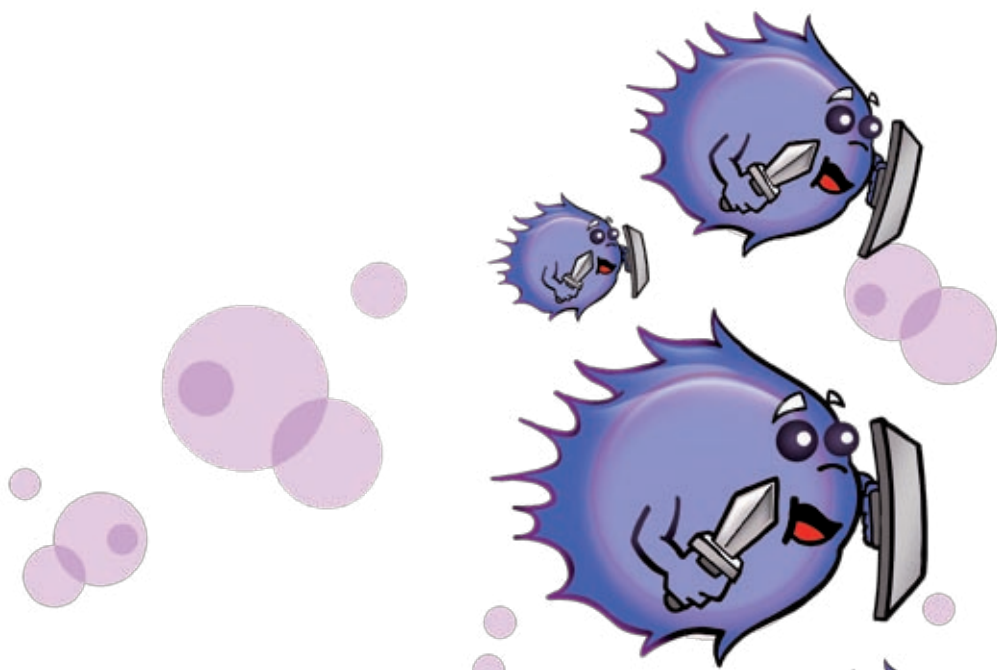
A dor e o inchaço geralmente aparecem nos dois lados do corpo. Por exemplo, doem as duas mãos, os dois ombros ou os dois joelhos.



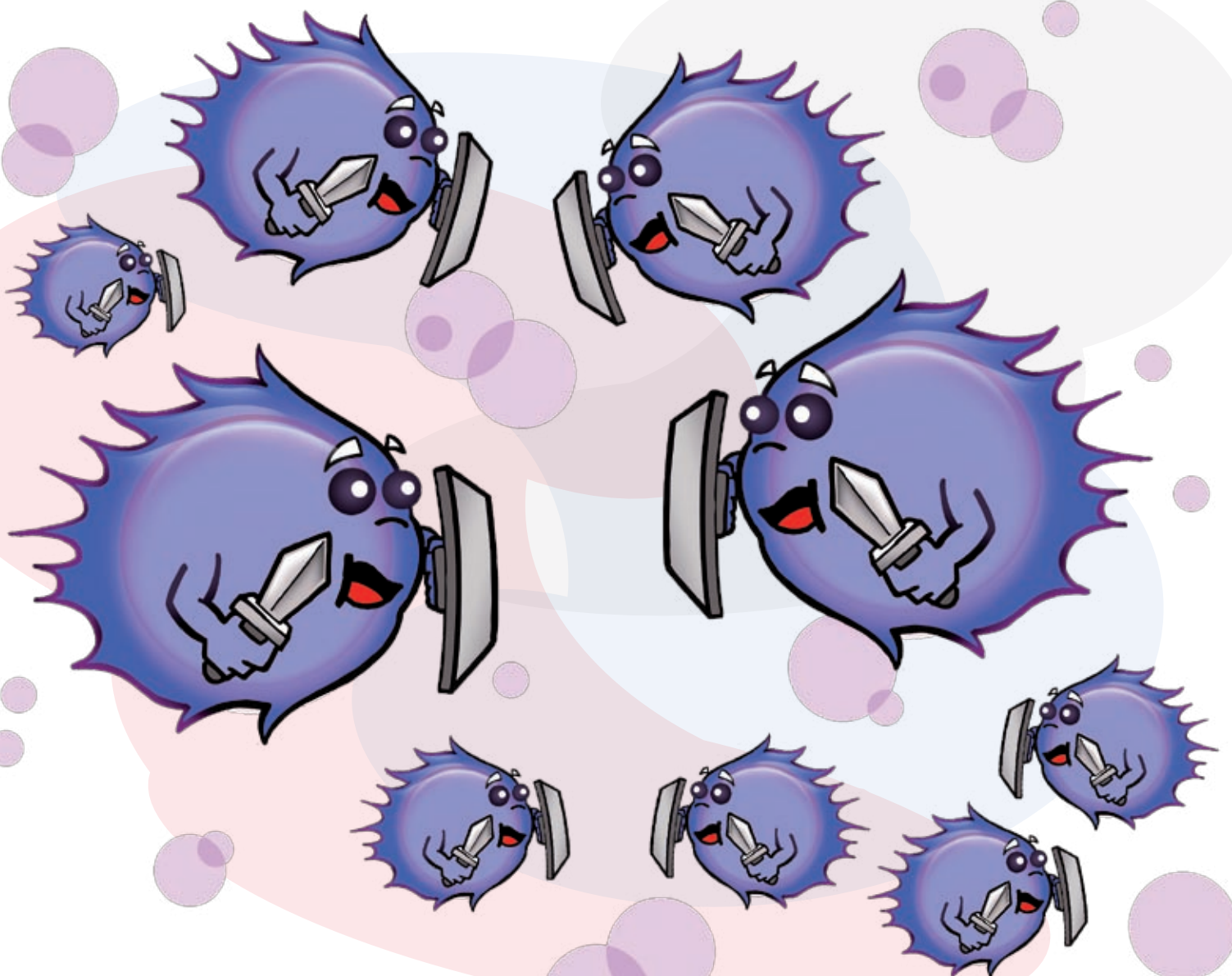
3. Qual a causa da artrite reumatoide?

A artrite reumatoide é uma doença crônica que se caracteriza pela inflamação de várias articulações. Essa inflamação é provocada por alterações importantes no sistema de defesa do corpo, também chamado de **sistema imune**.

Esse sistema é formado por uma rede de órgãos, tecidos e células especializadas e tem como função manter a integridade do nosso organismo, protegendo-o de agressões, como uma infecção.



Algumas vezes, ocorre um desequilíbrio, e o sistema imune ataca o próprio organismo, provocando uma inflamação que pode danificar vários órgãos e resultar em doenças autoimunes. A artrite reumatoide é uma delas.



4. O que sente uma pessoa com artrite reumatoide?

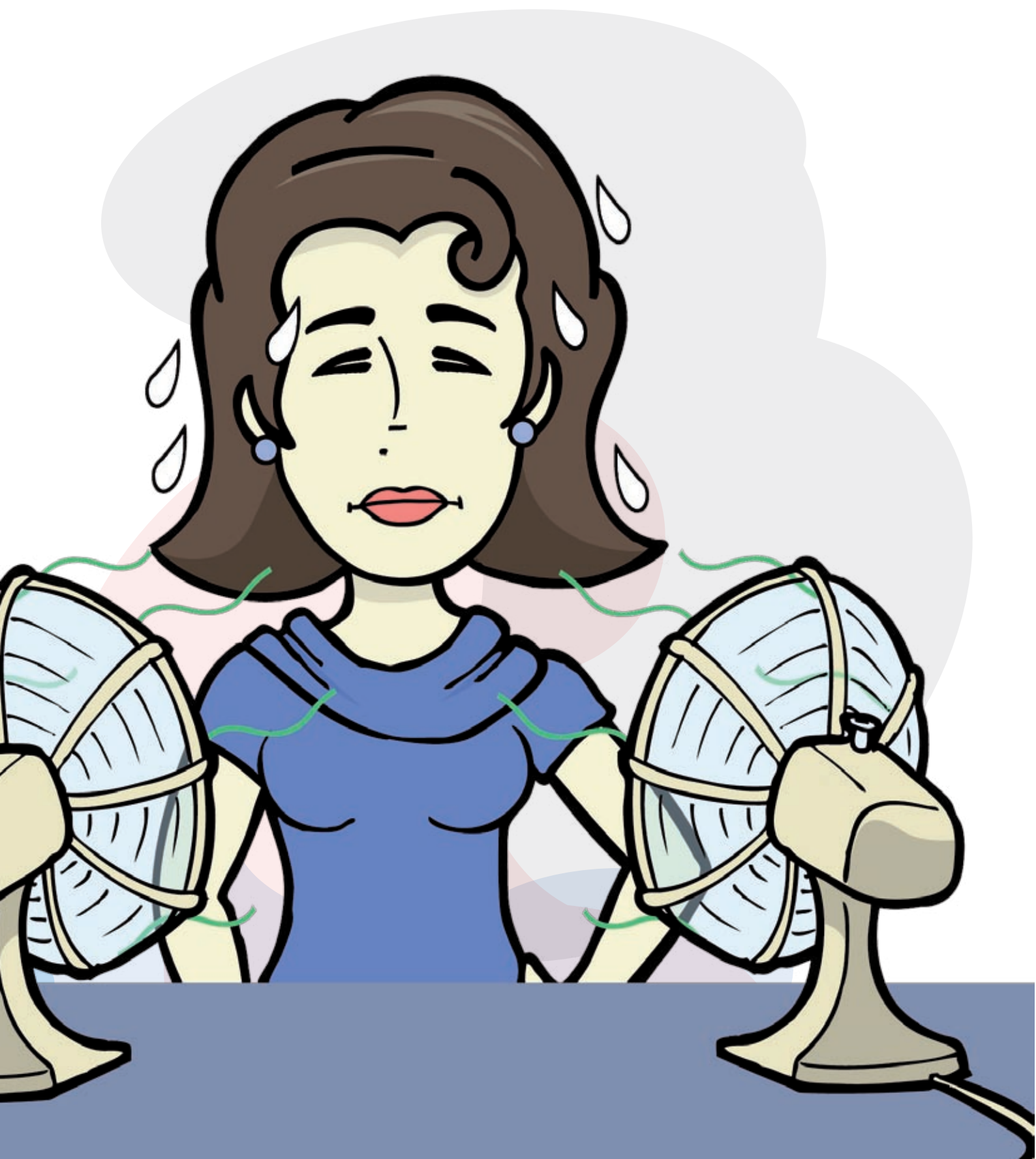
Os principais sintomas da artrite reumatoide são dor, inchaço, calor e, às vezes, vermelhidão nas juntas.

Geralmente, a dor começa em uma ou duas juntas e “se espalha”.

A dor é muita intensa e, para a maioria das pessoas, impede a realização das atividades normais do dia a dia, chegando até a causar dificuldades para dormir.

Normalmente, a dor nas articulações não varia com mudanças do tempo, porém alguns pacientes sentem mais desconforto nos dias mais frios.





5. Como é feito o diagnóstico da “AR”?

O médico primeiro conversa com o paciente para conhecer a história de seus sintomas e, depois, realiza um **exame físico** à procura de sinais que caracterizem a doença. A história é muito importante, pois os diagnósticos da artrite reumatoide, em sua maioria, são feitos apenas pela descrição dos sintomas.

Relembrando esses sintomas: presença de rigidez matinal prolongada, de artrite simétrica, ou seja, dos dois lados do corpo, de artrite em várias articulações, bem como a persistência de dor intensa, são, em conjunto, características importantes do histórico de um paciente com artrite reumatoide.



6. Crianças e adolescentes podem ter artrite reumatoide?

Sim! Quando a doença tem início antes dos 16 anos de idade, recebe o nome de **artrite reumatoide juvenil**. De acordo com o número de articulações envolvidas nos primeiros seis meses de história clínica, a artrite reumatoide juvenil pode ser dividida em três tipos:

- 1) Pauciarticular ou oligoarticular** - podendo ser apenas uma articulação, como o joelho.
- 2) Poliarticular** - devido ao envolvimento de cinco ou mais articulações. O quadro clínico nesse tipo assemelha-se muito ao visto na artrite reumatoide do adulto.

3) Sistemático ou doença de Still -
caracteriza-se pela presença
de dores articulares, febre,
vermelhidão na pele e
aumento de tamanho
do fígado e do baço.



7. Como se trata a artrite reumatoide?

O tratamento tem como objetivo eliminar a inflamação das articulações e evitar que ocorra deformidade nas juntas.

O tratamento é planejado para cada pessoa, e leva em conta a intensidade da doença, outros problemas de saúde concomitantes (pressão alta, diabetes etc.) e as atividades diárias.

A “AR” deve ser sempre avaliada por um médico especialista em reumatismo, o **reumatologista**.



8. Pacientes com AR podem realizar exercícios?

Sim! Os exercícios realizados moderadamente e com regularidade ajudam a fortalecer músculos e ossos, diminuem fadigas, aumentam a flexibilidade e promovem sensação de bem-estar. Nos pacientes com artrite reumatoide, os exercícios devem ser evitados apenas quando causam dor.





Programa
Viva

www.programaviva.com.br

O **Programa Viva** é mais uma iniciativa da sanofi-aventis, um grupo de saúde global, com foco nas necessidades dos pacientes.

sanofi aventis

O essencial é a saúde

Viva Programa
www.programaviva.com.br

sanofi aventis
O essencial é a saúde