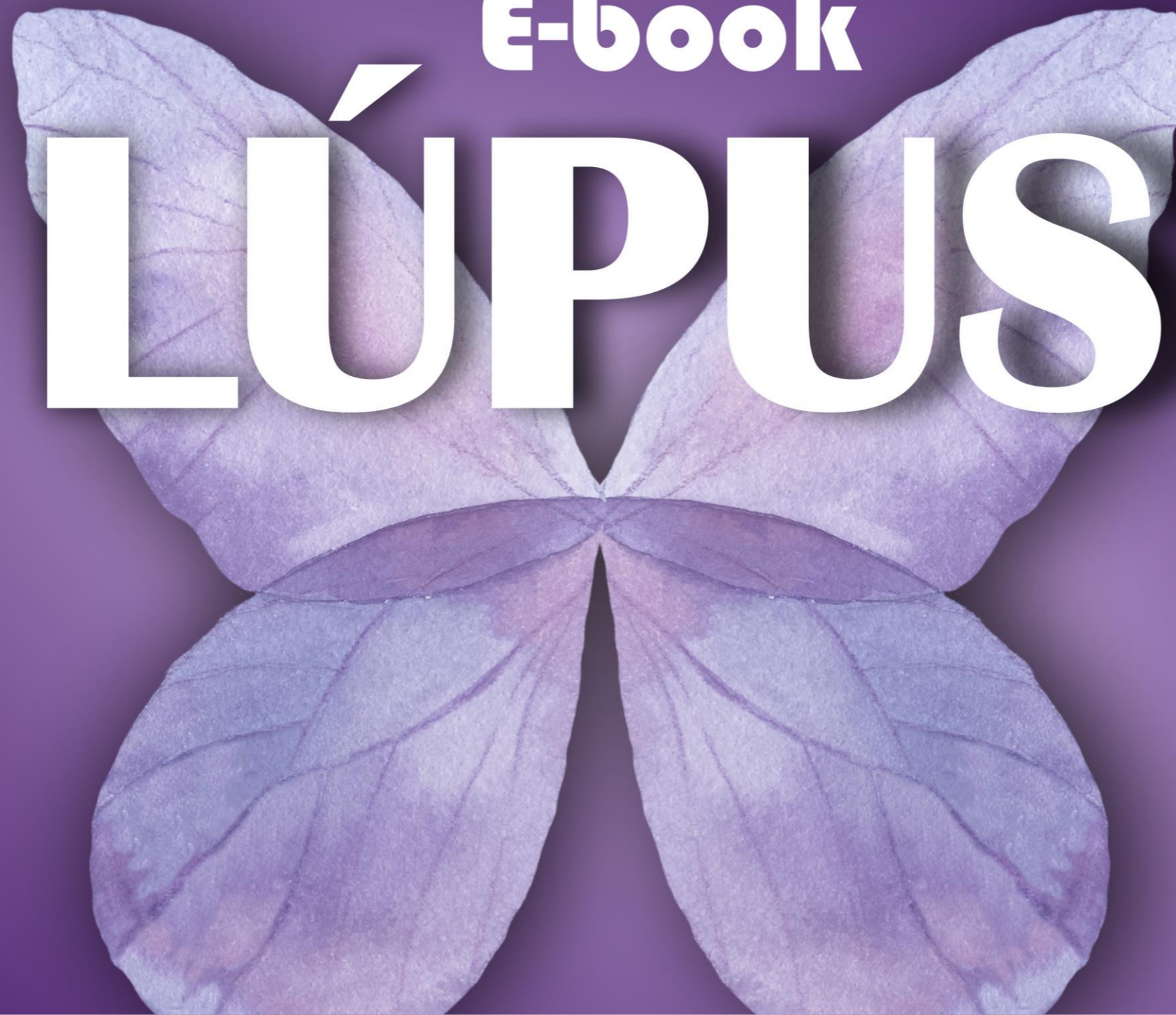


@-saúde

Orientações Gerais de
Saúde aos Beneficiários

Ed. Mar/23

E-book LÚPUS



FORÇA AÉREA BRASILEIRA

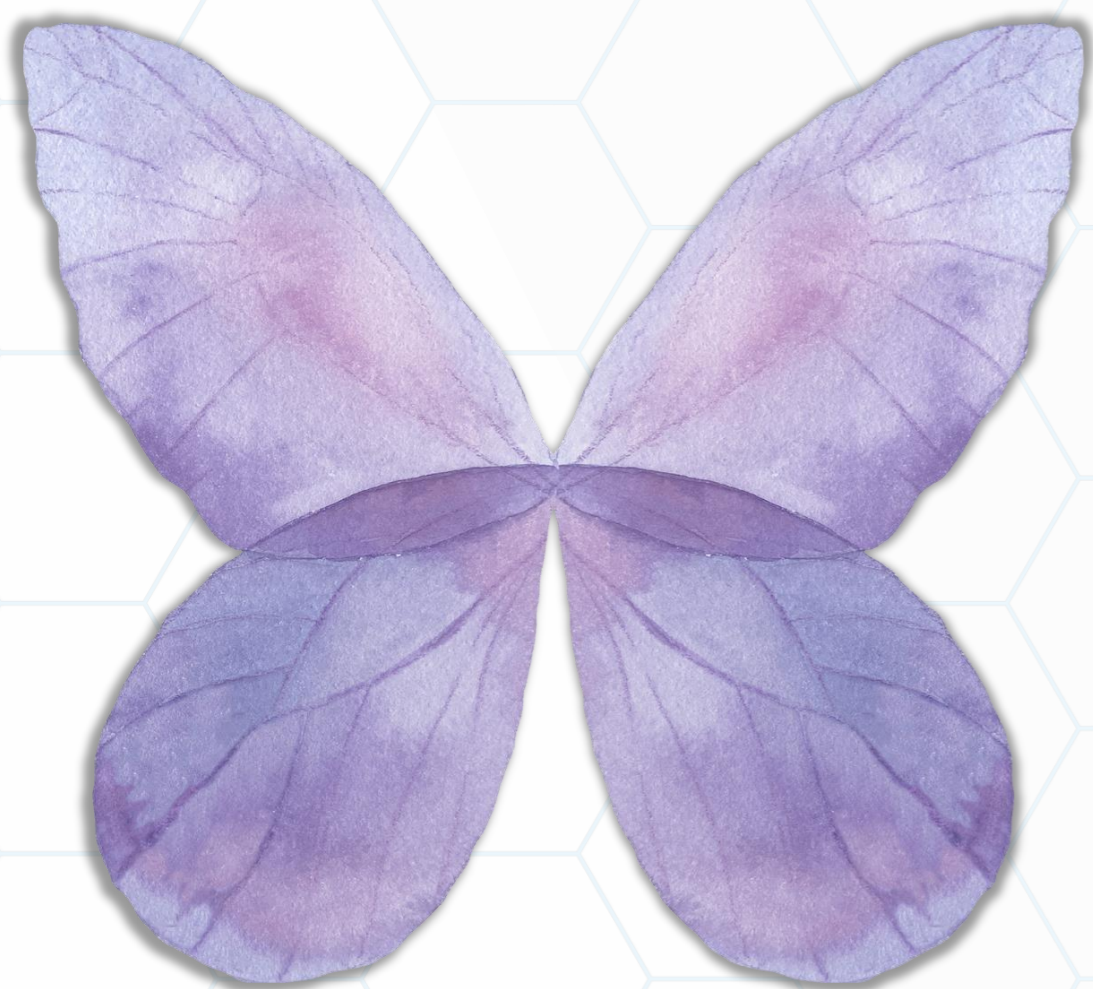
Olá!

No e-saúde você encontrará dicas práticas de cuidados com a saúde para que você possa viver mais e melhor.

Nesta edição vamos falar sobre o tema:

Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES)

Confira!



1. O que é o Lúpus?

Lúpus é uma doença inflamatória autoimune, que pode afetar múltiplos órgãos e tecidos, como pele, articulações, rins e cérebro. Em casos mais graves, se não tratada adequadamente, pode matar. O nome científico da doença é "**Lúpus Eritematoso Sistêmico (LES)**".¹

2. Tipos de Lúpus

Lúpus Discoide:

Esse tipo de lúpus fica limitado à pele da pessoa. Pode ser identificado com o surgimento de lesões avermelhadas com tamanhos, formatos e colorações específicas na pele, especialmente no rosto, na nuca e/ou no couro cabeludo.¹



2. Tipos de Lúpus

Lúpus Sistêmico:

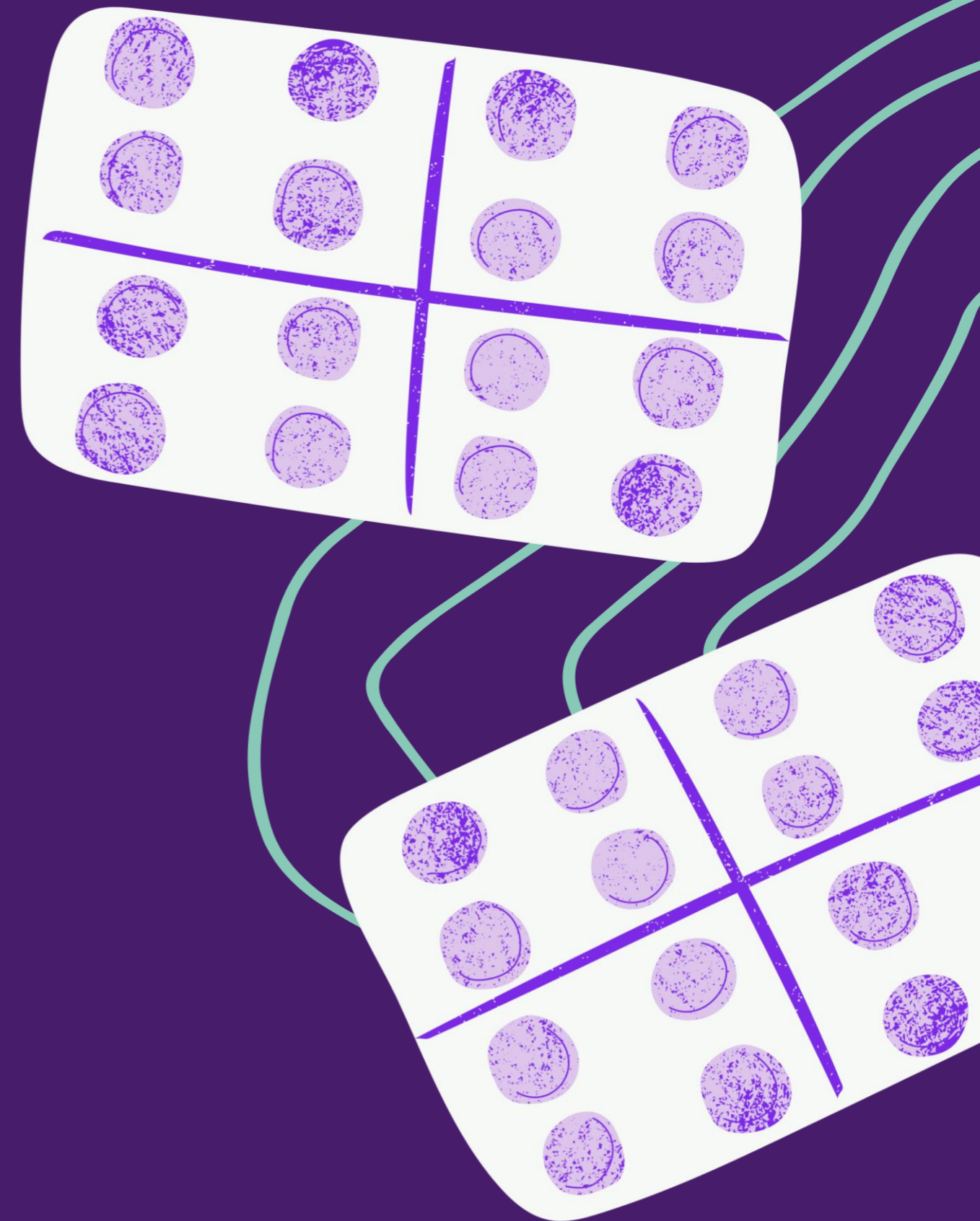
Esse tipo de lúpus é o mais comum e pode ser leve ou grave, conforme cada situação. Nessa forma da doença, a inflamação acontece em todo o organismo da pessoa, o que compromete vários órgãos ou sistemas, além da pele, como rins, coração, pulmões, sangue e articulações.¹



2. Tipos de Lúpus

Lúpus induzido por drogas:

Essa forma do lúpus também é comum e acontece porque substância de algumas drogas e/ou medicamentos podem provocar inflamação com sintomas parecidos com o lúpus sistêmico. No entanto, a doença tende a desaparecer assim que o uso da substância terminar.¹



2. Tipos de Lúpus

Lúpus neonatal:

Esse tipo de lúpus é bastante raro e afeta filhos recém-nascidos de mulheres que têm lúpus. Normalmente, ao nascer, a criança pode ter erupções na pele, problemas no fígado ou baixa contagem de células sanguíneas, mas esses sintomas tendem a desaparecer naturalmente após alguns meses.¹



3. Causas

Não se sabe ao certo o que causa o Lúpus, tendo em vista que o sistema imunológico atacar e destruir tecidos saudáveis do próprio corpo é um comportamento anormal do organismo. Entretanto, estudos apontam que as doenças autoimunes podem ser uma combinação de fatores, como: ¹

- **Hormonais;**
- **Infecciosos;**
- **Genéticos; e**
- **Ambientais.**

4. Gatilhos

Os gatilhos para desencadear o Lúpus, de acordo com a ciência, são:

LUZ SOLAR: a exposição à luz do sol, de forma inadequada pode iniciar ou agravar uma inflamação preexistente a desenvolver lúpus.

INFECÇÕES: ter uma infecção pode iniciar lúpus ou causar uma recaída da doença, o que pode gerar um quadro leve ou grave, conforme cada situação.

MEDICAMENTOS: o lúpus também pode estar relacionado ao uso de determinados antibióticos, medicamentos para controlar convulsões e para pressão alta. **Informe seu médico se notar qualquer sintoma estranho.**



5. Fatores de Risco

O lúpus não tem fatores de risco pré-determinados e pode se manifestar em pessoas de qualquer idade, raça e sexo. Entretanto, algumas variáveis podem facilitar a incidência da doença:¹

Gênero: É mais comum em mulheres do que em homens, mas pode se manifestar em ambos os sexos.

Idade: A maior parte dos diagnósticos acontece entre os 15 e os 40 anos, mas pode surgir em qualquer faixa etária.

Etnia: A incidência chega a ser de três a quatro vezes maior em mulheres negras do que em mulheres brancas, além de ser mais comum em pessoas afro-americanas, hispânicas e asiáticas.



6. Sinais e Sintomas

A maioria dos pacientes com lúpus apresenta sintomas moderados, que surgem esporadicamente, em crises, nas quais os sintomas se agravam por um tempo e depois desaparecem. Os sintomas podem também variar de acordo com as partes do corpo que foram afetadas pela doença.¹



Os sintomas mais comuns são:¹

- Febre;
- Fadiga;
- Feridas na boca;
- Dificuldade para respirar;
- Dor no peito ao inspirar profundamente;
- Desconforto geral, ansiedade, mal-estar;
- Dor nas articulações, rigidez muscular e inchaços;
- Dor de cabeça, confusão mental e perda de memória;



Os sintomas mais comuns são:¹

- Linfonodos aumentados;
- Sensibilidade à luz do sol;
- Lesões na pele que surgem ou pioram quando expostas ao sol; e
- **Rash cutâneo** - vermelhidão na face em forma de "**borboleta**" sobre as bochechas e a ponta do nariz. Afeta cerca de metade das pessoas com lúpus. O *rash* piora com a luz do sol e também pode ser generalizado.



7. Diagnóstico

Ainda não há nenhum exame ou teste específico para diagnosticar o lúpus, mas isso pode ser feito com segurança a partir de exames de sangue, urina e dos sintomas clínicos apresentados ao médico durante exame físico.¹




8. Prevenção

Ainda não existem formas conhecidas de se prevenir o Lúpus, tendo em vista que as causas da doença ainda não são totalmente conhecidas e também não há vacinas. No entanto, evitar gatilhos para o Lúpus se desenvolver são fundamentais. **Procure sempre:**¹

 **Ter hábitos e estilo de vidas saudáveis;**

 **Ter uma alimentação saudável.;**

 **Evitar exposição ao sol;**

 **Cuidar da sua saúde regularmente;**



A prevenção e a promoção da saúde são sempre as melhores formas de evitar doenças.

9. Tratamento

O tratamento do Lúpus, assim como para outras doenças crônicas como câncer, hipertensão e diabetes, é mais paliativo e tem por objetivo controlar os sintomas, melhorando a qualidade de vida da pessoa. O tratamento é diferenciado para cada caso, conforme os níveis de intensidade e agressividade da doença.¹



10. Tem cura?

A medicina e a ciência ainda não encontraram uma cura para Lúpus, no entanto o prognóstico, ou seja, o tratamento paliativo, quando aplicado de forma adequada, pode controlar e até fazer desaparecer os sintomas da doença. Por isso, com o acompanhamento e tratamento corretos, ambos oferecidos de forma integral no CAIS, **é possível levar uma vida normal.**¹



VOCÊ CONHECE O CAIS?

CAIS significa **Centro de Atenção Integral à Saúde**.

É a nova porta de entrada dos beneficiários da Força Aérea Brasileira no sistema de saúde da Aeronáutica. Antes, a Atenção Primária à Saúde era realizada somente pelo PASIN (Programa de Assistência Integral à Saúde), que disponibilizava apenas consultas médicas ambulatoriais. Com o CAIS, ampliamos o espectro do nosso serviço de atenção e agora, contamos com a presença de uma equipe multidisciplinar composta por médicos, dentistas, enfermeiros, farmacêuticos, entre outros profissionais de saúde, oferecendo diversos tipos de serviços a partir de um modelo de cuidado integral e coordenado, moderno e adequado às necessidades dos usuários.



A white outline of a laptop is positioned on the left side of the slide. The screen area of the laptop is filled with a dark purple color, matching the background, and contains the text 'Referências Bibliográficas' in white.

Referências Bibliográficas

1 - BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde de A à Z. Lúpus. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/l/lupus>. Acesso em 18 de fevereiro de 2023.

ASAS QUE CUIDAM



FORÇA AÉREA BRASILEIRA

Asas que protegem o País