

ID: 117458959

31-05-2025

# Esclerose Múltipla: Conhecimento e Inovação ao Serviço dos Doentes

A esclerose múltipla é uma das doenças neurológicas mais prevalentes em jovens, estimando-se que, em Portugal, mais de 8000 pessoas vivam com esta condição. A 30 de maio, assinala-se o Dia Mundial da Esclerose Múltipla, uma oportunidade para reforçar o compromisso com os cuidados de saúde e a investigação.

A esclerose múltipla é uma doença autoimune, em que o sistema imunitário reconhece como alvo, de forma inapropriada, componentes do próprio corpo — neste caso, sobretudo o cérebro e a medula espinhal. Ocorre maioritariamente entre os 20 e os 40 anos, sendo três vezes mais frequente em mulheres. A sua origem é multifatorial: resulta da interação entre predisposição genética e fatores ambientais, como baixos níveis de vitamina D, infeções virais, tabagismo ou obesidade.

Os sintomas variam consideravelmente entre indivíduos. Tipicamente, a esclerose múltipla pode manifestar-se com perda de força, desequilíbrio, alterações sensitivas ou visuais. Além disso, a disfunção cognitiva é também reconhecida como uma manifestação comum e impactante, com uma prevalência estimada entre 40 e 70%. Enquanto médico no Hospital de Braga, docente e investigador na Universidade do Minho, lidero uma equipa de investigação que tem estudado precisamente estas alterações cognitivas. Em particular, temos investigado se pessoas com esclerose múltipla apresentam défices de memória social, a memória que temos uns dos outros, e quais as regiões do cérebro que podem estar na origem dessa disfunção, num trabalho em processo de publicação.

A forma mais comum da



TORCATO MEIRA

Médico Neurorradiologista da ULS Braga

## Voz à Saúde

doença segue um curso “surto-remissão”, com episódios de agravamento e períodos de recuperação. Com o tempo, alguns desses casos podem evoluir para uma forma progressiva, caracterizada por um agravamento contínuo dos sintomas. Já a forma “primária progressiva” caracteriza-se por

agravamento contínuo desde início.

O diagnóstico baseia-se em critérios clínicos e suporta-se em exames como a ressonância magnética e a análise do líquido cefalorraquidiano, o fluido que envolve o cérebro e a medula espinhal. A identificação precoce é importante para iniciar tratamento com fármacos “modificadores de doença”, que reduzem a frequência dos surtos e atrasam a progressão. Como multidisciplinar, a abordagem terapêutica pode incluir reabilitação física, gestão sintomática, seguimento psicológico e psiquiátrico.

Persistem, todavia, mitos que importa esclarecer: a esclerose múltipla não é contagiosa e não deve ser confundida com outras doenças neurológicas, como a esclerose lateral amiotrófica, uma condição com evolução extremamente diferente. Muitos doentes mantêm vidas pro-

fissionais e familiares ativas durante décadas, sobretudo quando têm acesso a cuidados especializados e seguimento regular com médicos neurologistas. Ainda é frequente a ideia errada de que esta doença conduz inevitavelmente a uma perda de autonomia funcional, mas os avanços farmacológicos das últimas décadas mudaram radicalmente a história natural da doença. Hoje, com diagnóstico precoce e seguimento adequado, é possível viver com qualidade e com níveis de incapacidade reduzidos ou controlados.

Neste Dia Mundial da Esclerose Múltipla, é fundamental lembrar que a informação é poder. Quanto melhor conhecermos esta doença, mais eficazmente poderemos combater o isolamento, o medo e a desinformação e mais próximos estaremos de um futuro em que viver com esclerose múltipla não signifique viver com limites.