



Distonia: Factos Essenciais Para Os Doentes

O QUE É A DISTONIA?

Os doentes com distonia sofrem de espasmos musculares involuntários ou contracções, causando movimentos bruscos ou de torção, e posturas corporais incomuns. A distonia pode afectar praticamente qualquer parte do corpo, mas, mais frequentemente, apenas uma área é afectada.

Algumas das distonias incluem:

- As contracções dos músculos do pescoço que causam torção ou inclinação anormal da cabeça, sendo muitas vezes combinada com movimentos bruscos. Esta condição é conhecida como *distonia cervical* ou *torcicolo*;
- As contracções musculares faciais levam a um aumento do pestanejo ou espasmos dos músculos dos olhos, também conhecidos como *blefaroespasma*. Isto pode também ocorrer simultaneamente com espasmos da face e é conhecido como a *Síndrome de Meige*. Quando a mandíbula e/ou língua são afectadas, é conhecida como distonia oromandibular;
- Na *disfonia espasmódica* ou *distonia das cordas vocais*, os doentes sofrem de voz tensa ou rouca;
- Outras áreas frequentemente afectadas incluem a mão ou o pé. Quando a mão é envolvida, habitualmente isso ocorre com actividades específicas, tais como escrever ou tocar um instrumento musical. Estas distonias são conhecidas como *distonias específicas de tarefa*;
- Em alguns casos, várias partes do corpo são afectadas. Em casos raros, geralmente quando a distonia começa na infância, muitas regiões são afectadas, sendo conhecida como *distonia generalizada*.

QUAL É A CAUSA?

Existem muitas causas diferentes para as distonias. Algumas pessoas desenvolvem distonia porque herdaram um gene responsável pela doença. Outras pessoas têm distonia por causa de um evento como uma lesão cerebral traumática, infecção, ou exposição a um fármaco ou produto químico. Algumas pessoas podem desenvolver distonia depois de muitos anos de uma actividade muito repetitiva, como escrever (*câimbra do escritor*) ou tocar um instrumento musical (*distonia do músico*). No entanto, a maioria dos casos de distonia não tem uma causa clara.

COMO É QUE A DISTONIA É DIAGNOSTICADA?

O médico, muitas vezes especialista em doenças do movimento, faz o diagnóstico através do exame neurológico. Para alguns

doentes, análises ao sangue ou exames de imagem cerebral podem ser recomendados. O médico usará a seguinte informação:

- A idade de início dos sintomas;
- A zona do corpo afectada;
- Se a distonia começou subitamente ou de forma progressiva;
- Se existem outros problemas de saúde associados.

No entanto, pode não ser possível ao médico encontrar uma causa e muitos doentes não são diagnosticados inicialmente. Por outro lado, os doentes com distonia ligeira podem não procurar especialistas e permanecem sem diagnóstico.

EXISTE UM TRATAMENTO?

Pode haver tratamento para a distonia. Se o médico encontrar uma causa, recomendará um tratamento específico para essa causa. Caso contrário, existem medicamentos que podem oferecer pelo menos algum alívio. Os medicamentos mais frequentemente utilizados incluem:

- Anticolinérgicos;
- Benzodiazepinas;
- Baclofeno;
- Relaxantes musculares.

Os medicamentos podem, muitas vezes, ser dados numa base de tentativa e erro, procurando encontrar um equilíbrio entre os benefícios contra potenciais efeitos adversos. Outros doentes com distonia podem beneficiar de injeções com toxina botulínica, devendo estas ser realizadas por especialistas. Estas injeções com toxina enfraquecem temporariamente os músculos para reduzir as contracções/espasmos e geralmente precisam ser administradas três a quatro vezes por ano. Quando os medicamentos e as injeções com toxina não oferecem alívio suficiente, pode haver indicação para tratamento cirúrgico.

O doente deve falar com o seu médico sobre as opções terapêuticas.

O QUE POSSO EU ESPERAR UMA VEZ QUE VIVO COM DISTONIA?

Para a maioria das pessoas, a distonia desenvolve-se ao longo de um período de alguns meses, ou às vezes alguns anos. Geralmente, os sintomas não continuam a agravar. Em alguns doentes, a distonia pode progredir de uma zona do corpo para outra, ou outros problemas podem-se desenvolver.