

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Sep 14, 2022

Doença de Parkinson: o que é?

Pode ser uma surpresa descobrir que você ou alguém próximo a você tem Parkinson. Você pode estar preocupado com o que isso significará para o futuro. Mas seus sintomas podem não incomodá-lo muito por vários anos. Quando isso acontece, há tratamentos que podem ajudar.

O que acontece na doença de Parkinson?

A doença de Parkinson afeta a sua capacidade de se movimentar. Um sinal precoce costuma ser um leve tremor em uma das mãos. Com o tempo, você começa a fazer as coisas cada vez mais lentamente à medida que seus músculos ficam rígidos. Você pode perder o equilíbrio com mais facilidade.

A doença de Parkinson ocorre quando o cérebro deixa de produzir uma quantidade suficiente de uma substância química chamada **dopamina**. As células cerebrais precisam de dopamina para enviar mensagens ao redor do cérebro e aos nervos e músculos de todo o corpo.

Por exemplo, a dopamina ajuda a evitar que você tropece no meio-fio ao entrar em uma rua. E ajuda a mover os dedos para amarrar os cadarços dos tênis. Com menos dopamina, você não consegue controlar seus movimentos da maneira habitual.

Os médicos não sabem por que algumas pessoas deixam de produzir dopamina suficiente. Os genes que você herdou de seus pais podem desempenhar um papel, assim como coisas que acontecem durante sua vida ("fatores ambientais"). Mas sabemos que a chance de contrair Parkinson aumenta com a idade.

Quais são os sintomas?

A doença de Parkinson pode afetá-lo de quatro maneiras principais:

- **Tremores** (os médicos chamam isso de tremor): Sua mão pode tremer, especialmente quando você está relaxando ou se sentindo estressado. Muitas pessoas esfregam o polegar e o indicador juntos como se estivessem enrolando um comprimido. O tremor também pode afetar o pescoço, o queixo e a cabeça.

Doença de Parkinson: o que é?

- **Músculos rígidos** (rigidez): Você pode ter dificuldade para se movimentar. Por exemplo, você pode ter dificuldade para se levantar de uma cadeira. Seu rosto pode parecer menos expressivo porque os músculos não estão se movendo tão bem quanto o normal.
- **Movimentos lentos** (bradicinesia ou acinesia): Você pode ter dificuldade para começar a se movimentar e pode ficar na mesma posição por mais tempo do que normalmente ficaria. Mas sua capacidade de se mover pode ir e vir, de modo que você pode estar se movendo facilmente em um minuto e, de repente, precisar de ajuda.

Tarefas que antes eram feitas com rapidez e facilidade, como lavar e vestir-se, podem levar muito mais tempo para serem realizadas. Sua caligrafia pode parecer pequena e com arranhões.

- **Equilíbrio ruim** (instabilidade postural): Você pode se inclinar para frente ou para trás e cair facilmente, além de ter problemas para caminhar. Você pode congelar no meio do caminho e não conseguir dar o próximo passo. (Os médicos chamam isso de congelamento da marcha, ou FOG, na sigla em inglês). Você pode dar passos rápidos, pequenos e arrastados.

A doença de Parkinson afeta cada pessoa de forma diferente. Provavelmente, você não apresentará todos esses sintomas. E, no início, seus sintomas provavelmente serão leves. Eles tendem a progredir lentamente e em nenhuma ordem específica.

Não há exames especiais para a doença de Parkinson. O médico geralmente faz o diagnóstico depois de conversar com você sobre os sintomas e fazer um exame físico. Algumas pessoas podem fazer **exames de sangue** ou uma **tomografia cerebral**, geralmente para descartar outras doenças.

É importante acompanhar seus sintomas para que você possa dizer ao médico como eles mudaram desde a sua última consulta. Talvez você queira manter um **diário de seus sintomas** para mostrar ao médico. Essas informações ajudarão seu médico a decidir quando você deve iniciar o tratamento e quando precisa mudar o tratamento.

Se os seus sintomas forem leves e não o incomodarem muito, pode levar muitos anos até que você precise de algum tratamento para Parkinson.

O que vai acontecer comigo?

Ninguém pode dizer com certeza o que acontecerá com você se tiver Parkinson. A maneira como a doença afeta você pode ser muito diferente da maneira como afeta outra pessoa.

Algumas pessoas mal percebem os sintomas nos estágios iniciais do Parkinson e levam uma vida plena por muitos anos. Mas os sintomas geralmente pioram com o passar do tempo e o cérebro produz cada vez menos dopamina.

Cada pessoa é diferente. Mas um padrão típico para muitas pessoas com Parkinson é mais ou menos assim:

- A maioria das pessoas acha que o tratamento faz uma grande diferença por vários anos. Seus sintomas podem desaparecer completamente

Doença de Parkinson: o que é?

- após cerca de cinco anos, o tratamento também deixa de funcionar e os sintomas pioram
- o estágio seguinte é que os sintomas, como congelamento, queda e demência, podem piorar muito. Isso pode acontecer dentro de alguns anos ou pode levar muitos anos.

Algumas pessoas têm outros problemas relacionados à doença de Parkinson, como

- depressão
- fadiga
- problemas do sono
- constipação e
- redução da capacidade mental.

Não deixe de conversar com seu médico sobre qualquer problema, pois pode haver tratamentos que podem ajudar.

É importante manter-se positivo, se possível. Faça **exercícios regularmente** e continue fazendo as coisas de que gosta. Talvez você também queira participar de um **grupo de apoio** para pessoas com Parkinson. Todas essas coisas podem ajudá-lo a lidar com sua condição.

Se estiver cuidando de alguém com Parkinson, talvez você também precise de apoio. Se achar que não consegue lidar com a situação ou se ficar deprimido, seu médico ou outro profissional de saúde poderá colocá-lo em contato com grupos de apoio e organizações locais que oferecem assistência.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

