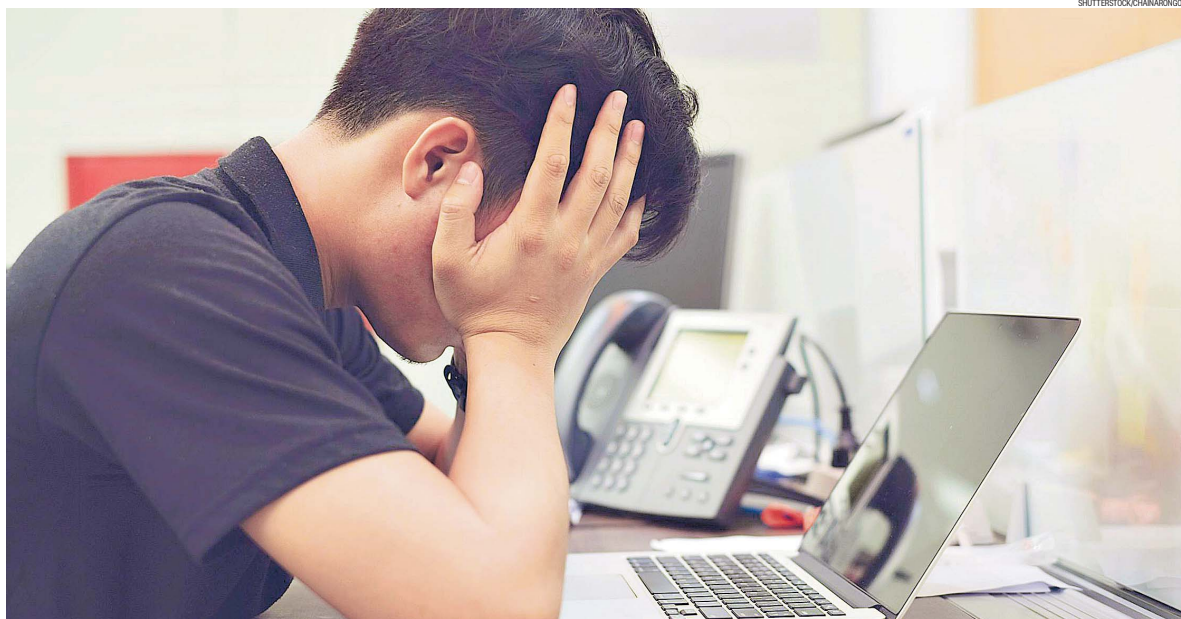


SAÚDE



Trabalhadores ausentes. O alto número de casos da enfermidade compromete desenvolvimento econômico: segundo estudo de 2013, população britânica perde, junta, 25 milhões de dias de trabalho por ano devido à doença

Mal de família

Pesquisa comprova influência da genética no desenvolvimento de casos de enxaqueca

RENATO GRANDELLE
renato.grandelle@oglobo.com.br

A aposentada Elizabete Lago, de 57 anos, lembra-se da primeira vez que teve enxaqueca. Estava no jardim de infância, em um campo aberto e ensolarado, durante uma excursão. E até hoje a claridade lhe aflige. Em dias de clima torrido, sente que não consegue mais enxergar.

— Com a dor de cabeça vem uma perturbação visual, não consigo mais enxergar. Corro para um lugar escuro e fecho os olhos, e fico assim até passar o mal-estar — conta a mineira. — Ando sempre com remédios na bolsa. Até alguns anos atrás, tinha enxaqueca uma vez a cada três meses. Agora passo até um semestre sem registrar um episódio, mas o verão é sempre um problema.

Uma em cada sete pessoas no mundo — em números absolutos, por volta de 300 milhões — sofre de enxaqueca. As crises associadas a ela são classificadas pela Organização Mundial da Saúde como doenças debilitantes tão graves como a psicose e a demência. No entanto, embora sua predisposição genética já fosse conhecida, ainda não havia estudos que mostrassem por que é possível ver tantos casos da enfermidade em uma mesma família.

Para suprir essa informação, pesquisadores da Universidade de Helsinque, na Finlândia, entrevistaram 59 mil pessoas que têm enxaqueca. Após a análise do DNA dos voluntários, encontraram 40 variantes genéticas significativas que aumentariam o risco de uma pessoa registrar a doença.

Essas variantes podem associar-se entre si ou

com variantes detectadas em levantamentos anteriores. Os cientistas, então, calcularam o impacto provocado por essas combinações de genes. Desta forma, criaram uma pontuação com o risco genético da enxaqueca — os tipos mais comuns e que estragos podem provocar no organismo. O levantamento foi publicado ontem na edição on-line da revista "Neuron".

— Nossa maior surpresa foi que, em famílias com muitos casos de enxaqueca, uma parte significativa do risco genético é causada por variantes comuns, as mesmas que conferem o risco da doença no resto da população — explica Aarno Palotie, coautor do estudo e pesquisador do Instituto de Medicina Molecular da Finlândia. — Antes, pensávamos que o principal motivo para tantos casos entre parentes era a presença de genes raros e de grande impacto.

Coordenador de pós-graduação em Neurologia do Instituto de Pesquisa e Ensino Médico (Ipemed), Andre Felício avalia que a ligação entre os genes identificados pela pesquisa contribuirá para o desenvolvimento de novas terapias dedicadas ao combate da enxaqueca.

— A combinação dessas variantes genéticas dificulta muito a elaboração de um diagnóstico específico do paciente, já que cada um traz a sua mutação — comenta Felício, que não participou da pesquisa. — As 40 variantes genéticas podem se associar em centenas ou milhares de maneiras.

O estudo nos ajudará a descobrir quais são os genes mais importantes para a formação da enxaqueca. Quando eles forem identificados, poderemos criar remédios mais eficientes.

Felício ressalta que a enxaqueca não tem cura. Pode, no máximo, ser atenuada, caso o paciente tome medicamentos preventivos por até seis meses.

Célia Roesler, diretora da Sociedade Brasileira de Cefaleia, destaca que até 15% da população brasileira, ou 30 milhões de pessoas, têm enxaqueca.

Enfermidade é cada vez mais comum devido a fatores como alimentação precária, sono irregular e estresse

— Sempre houve a suspeita da hereditariedade da enxaqueca, e o estudo comprova que existe uma composição genética pelo menos nas formas hemiplégicas, que são muito severas e induzem sintomas similares ao de uma paralisia em um lado do corpo — explica.

Além da predisposição genética, outros fatores servem como gatilho à enxaqueca. Aproximadamente 70% dos casos ocorrem em mulheres, devido às alterações hormonais. Também é mais comum na faixa etária entre 25 a 40 anos, quando as pessoas estão mais ativas no mercado de trabalho.

— Nunca houve tantos fatores desencadeadores para a enxaqueca: hoje, as pessoas dormem menos, se cobram muito, trabalham excessivamente, comem mal — condena Célia. — É a forma mais incapacitante entre os mais de 150 tipos conhecidos de dor de cabeça.

Célia ressalta que existem dois tipos de enxaqueca: a que não tem aura é uma dor de cabeça latejante, que dura de quatro horas a três dias. Pode vir acompanhada de náuseas e vômitos, e pode piorar com fatores como odores, luminosidade, ruídos e movimento.

PREJUÍZO BILIONÁRIO

Essas características também são encontradas na enxaqueca com aura, mas nela podem ser registradas ainda perdas súbitas de visão e alterações sensitivas, como dormência. São crises tão graves que podem comprometer o desempenho de uma pessoa em seu emprego. Segundo um estudo publicado pela revista "Cephalalgia" em 2013, estima-se que a população do Reino Unido perca 25 milhões de dias de trabalho ou escola a cada ano por causa da enxaqueca, provocando um prejuízo equivalente a R\$ 9,5 bilhões à economia do país.

— As pessoas não estão se cuidando — assinala Célia. — O jejum prolongado, por exemplo, é cada vez mais comum, já que as pessoas estão sobrecarregadas, e é capaz de favorecer a enxaqueca.

Elizabete lembra que já teve enxaqueca antes de uma entrevista de trabalho, e por isso participou do encontro praticamente sem enxergar. Em 2006, a aposentada teve um AVC isquêmico. Os médicos constataram que seu colesterol e a pressão sanguínea não estavam altos.

— Aparentemente o motivo foi o estresse, que também provoca enxaqueca — opina. — Durante muito tempo tomei remédios pensando que o que eu tinha era uma dor de cabeça normal. Na verdade, é mais grave do que isso. ●

Dieta com poucas frutas e muito fast-food dificulta concepção

Estudo analisou o impacto da alimentação na infertilidade

Um estudo da Sociedade Europeia de Reprodução Humana e Embriologia, divulgado ontem, revelou que mulheres que comem poucas frutas e muito fast-food levam mais tempo para engravidar e têm menor probabilidade de iniciar uma gestação em um período de um ano.

— Ao analisar o impacto da dieta na infertilidade, os pesquisadores identificaram que, para as mulheres que consumi-

am menos frutas, o risco de não conseguir gerar um bebê passou de 8% para 12%. Já a ingestão constante de fast-food por quatro ou mais vezes por semana fez com que o risco de infertilidade passasse de 8% para 16%.

5.598 MULHERES ANALISADAS

Segundo a pesquisa, mulheres que ingeriram frutas de uma a três vezes no prazo de um mês demoraram mais para engravidar na comparação com aquelas que haviam comido fruta três ou mais vezes por dia no mesmo período.

— Esses resultados mostram que ter uma dieta de boa qualidade, que inclui frutas e minimi-

za o consumo de fast-food, melhora a fertilidade e reduz o tempo para conseguir engravidar — afirmou Claire Roberts, pesquisadora que coordenou o estudo.

No total, foram analisadas 5.598 mulheres no Reino Unido, na Irlanda, na Nova Zelândia e na Austrália. As gestantes, que estavam na primeira gravidez, foram entrevistadas por perguntas que perguntaram sobre suas dietas. Entre as participantes, 94% não tinham recebido tratamento de fertilidade.

Foram considerados fast-food alimentos como pizza, frango frito, batata frita e hambúrguer, comprados em lanchonetes ou deliseries. Comidas como essas compradas no mercado e con-



Comida 'trash'. Foram considerados pelo estudo alimentos como hambúrguer e batata frita

somadas em casa não foram levadas em consideração.

— Ajustamos as relações com a dieta pré-gravidez para levar em conta vários fatores conhecidos por aumentar o risco de

infertilidade, como índice de massa corporal (IMC) e idade materna, tabagismo e consumo de álcool. Como a dieta é um fator modificável, os resultados apontam a importância de con-

siderar a dieta anterior à concepção para respaldar uma gestação no tempo ideal para as mulheres que planejam engravidar — afirmou Jessica Grieger, autora principal da pesquisa. ●