

DIA 21 DE JUNHO É O DIA DA **ESCLEROSE LATERAL AMIOTRÓFICA**, OU **E.L.A.**, PARA SER MAIS CURTO.

EM PORTUGAL SÃO DIAGNOSTICADOS 200 NOVOS CASOS TODOS OS ANOS. TALVEZ CONHEÇAM PESSOAS QUE A TENHAM TIDO.

ATUALMENTE NÃO TEM CURA, E É A TERCEIRA DOENÇA NEURODEGENERATIVA PROGRESSIVA MAIS PREVALENTE, DEPOIS DAS DOENÇAS DE ALZHEIMER E DE PARKINSON.

OU INICIATIVAS QUE FORAM FEITAS PARA PROMOVER O CONHECIMENTO SOBRE A E.L.A.

ICE BUCKET CHALLENGE

STEPHEN HAWKING **ZECA AFONSO**

FATORES HEREDITÁRIOS APENAS EXPLICAM MENOS DE 20% DOS CASOS, E PARA ESSES PODE PENSAR-SE EM TERAPIA GÊNICA.

PARA OS RESTANTES PRESUME-SE QUE HAJA CAUSAS AMBIENTAIS, E TERÃO DE SE ESTUDAR OUTRAS ESTRATÉGIAS.

MAS A VERDADE É QUE NÃO SABEMOS EXATAMENTE O QUE CAUSA A E.L.A., SENDO NECESSÁRIOS NOVOS MEIOS DE DIAGNÓSTICO, COMO BIOMARCADORES.

SABEMOS, SIM, QUE A **E.L.A.** RESULTA DE UMA FALHA DE COMUNICAÇÃO ENTRE NERVOS E MÚSCULOS, QUE LEVA À PERDA DE ATIVIDADE MUSCULAR.

NORMAL

NEURÓNIO SAUDÁVEL MÚSCULO CONTRAI

ESCLEROSE LATERAL AMIOTRÓFICA

NEURÓNIO NÃO SAUDÁVEL MÚSCULO NÃO CONTRAI

É POR ISSO QUE OS SINTOMAS INCLUEM FRAQUEZA MUSCULAR, INSUFICIÊNCIA RESPIRATÓRIA, PERDA DE FALA E DIFICULDADES EM ENGOLIR, QUE CAUSAM PROBLEMAS NA ALIMENTAÇÃO E PERDA DE PESO.

ANTIOXIDANTES

AS MITOCÔNDRIAS, QUE FUNCIONAM COMO AS BATERIAS DAS NOSSAS CÉLULAS, ENCONTRAM-SE DISFUNCIONAIS E COM NÍVEIS ELEVADOS DE STRESSE OXIDATIVO. PODEMOS USAR **ANTIOXIDANTES** E TENTAR "RECARREGAR" AS MITOCÔNDRIAS.

MAS O MAIS IMPORTANTE É A GRANDE REDE DE LABORATÓRIOS EM TODO O MUNDO, UNIDOS PARA TENTAR ENCONTRAR SOLUÇÕES QUE INFELIZMENTE AINDA NÃO EXISTEM.



NÃO HAVENDO UMA TERAPIA FARMACOLÓGICA EFICAZ, O TRATAMENTO PASSA POR TERAPIA DA FALA, NUTRIÇÃO, FISIOTERAPIA E APOIO PSICOLÓGICO.

É UM PROCESSO COMPLEXO, E UMA CORRIDA CONTRA O TEMPO. SOBRETUDO PORQUE EXIGE UMA EQUIPA VERDADEIRAMENTE MULTIDISCIPLINAR, QUE NEM SEMPRE ESTÁ DISPONÍVEL.

É E
M A
M A
M A



MAS HÁ ASSOCIAÇÕES QUE PODEM AJUDAR, ACOMPANHANDO OS DOENTES EM TODA A EVOLUÇÃO DA DOENÇA, TRABALHANDO COM ENTIDADES LOCAIS PARA QUE ESTAS ESTEJAM SENSÍVEIS ÀS SUAS NECESSIDADES, E FORNECENDO OS MAIS DIVERSOS TIPOS DE APOIO.

A INVESTIGAÇÃO CIENTÍFICA PODE AJUDAR A ENCONTRAR NOVAS SOLUÇÕES, MAS É IMPORTANTE NÃO NOS ESQUECERMOS DAS NECESSIDADES REAIS DOS DOENTES NO MEIO DAS NOSSAS EXPERIÊNCIAS.

TEMOS DE ABORDAR A E.L.A. POR TODOS OS LADOS, DE TODOS OS PONTOS DE VISTA, E SÓ JUNTOS CONSEGUIREMOS.