

texto | **e** | Marisa C. Rodrigues com Paulo Marques  
fotografia Ana Ferreira

► Epilepsia é uma doença do sistema nervoso central que se caracteriza pela ocorrência de crises epiléticas repetidas

► Ter uma só crise convulsiva não é sinónimo de ser epilético. A recorrência é determinante no diagnóstico

► Não existem somente convulsões na epilepsia, embora estas sejam o tipo de crises mais graves e disruptivas

► Sintomas são diversos e podem passar por alterações na visão, alterações sensitivas e perda de consciência

# Flores lilases e coração com slogan: “Eu amo alguém com epilepsia”

Hoje assinala-se o Dia Mundial da Epilepsia e é também dia dos namorados. Por isso, as ações da Liga Portuguesa Contra a Epilepsia aproveitam a coincidência para distribuir à população ramos de flores lilases, cor associada à epilepsia, e um cartão, em formato de coração, com o slogan “Eu amo alguém com epilepsia”

●●● A Liga Portuguesa Contra a Epilepsia (LPCE) celebra, hoje, o Dia Internacional da Epilepsia com uma ação de sensibilização em Coimbra. Cristina Pereira, médica neuropediatra no Centro Hospitalar da Universidade Coimbra (CHUC) e membro da direção da LPCE há 4 anos, admite que o objetivo é “desmistificar o estigma que ainda existe em relação à epilepsia”.

## Delegação da LPCE em Coimbra

Há 51 anos em Portugal e em Coimbra, a Liga é uma entidade sem fins lucrativos. Cristina Pereira define a organização como “uma sociedade técnico-científica, com médicos e outros profissionais de saúde, mas também com pessoas portadoras de epilepsia”.

Organizados em três secções regionais - norte, centro e sul-, todos os anos a equipa de voluntários, composta por profissionais de saúde, reúne-se num encontro de epileptologia, direcionado a médicos e outros técnicos e vocacionado para divulgar os avanços científicos na área assim como discutir casos complexos.

Ao público, chegam através das redes sociais como facebook e instagram e pela sua plataforma oficial: epilepsia.pt. Realizam, ao longo do ano, ações de sensibilização, em especial nas escolas. “Queremos chegar ao máximo de pessoas e somos de fácil acesso”, esclarece a neuropediatra do CHUC.

Cristina Pereira explica que os pais de crianças portadoras de epilepsia têm, por vezes dificuldade em relacionar-se com as instituições de ensino, devido sobretudo ao desconhecimento sobre o que é e como lidar com a epilepsia. “Finalmente, o que se faz em caso de crise convulsiva na escola? A LPCE é a ponte para a formação”, afirma.

A neuropediatra alerta precisamente para os perigos do desconhecimento. Exemplo disso é o mito de



Cristina Pereira, neuropediatra no CHUC e membro da direção da Liga Portuguesa Contra a Epilepsia

que, mediante uma crise convulsiva, o primeiro passo a tomar é inserir algo na boca do doente para evitar o sufocamento. “A força que a pessoa exerce na boca pode quebrar o objeto e acabar por asfixiar. Coloca-se antes a pessoa de lado, para que a língua não caia para trás”, declara.

A Liga luta ainda pela participação de um medicamento de SOS para as crises convulsivas. Várias foram as cartas enviadas ao INFARMED. Até hoje não há resposta.

## Crianças portadoras de epilepsia

Na infância, o diagnóstico até aos três anos de idade é, segundo Cristina Pereira, essencial, uma vez que “o cérebro está em desenvolvimento e, por isso, é quando pode ter um maior impacto no futuro”. A médica considera, porém, que, nos marcos emocionais, são os mais pequenos que estão mais protegidos. “Não têm consciência. Os pais é que sofrem por

eles”, diz.

É à medida que a idade avança que o impacto da epilepsia vai crescendo. Cristina Pereira conta que diagnosticou crianças com epilepsia com episódios de ausência. Estes episódios caracterizam-se pelo estado de perda de consciência da criança que apenas pode pesta-

nejar e não responder.

Estas situações afetam o rendimento escolar. A neuropediatra clarifica que “a criança ter muitas ausências por dia interfere na aprendizagem. Acaba por não fazer a ligação de conteúdos porque perdeu a consciência a meio”.

O facto de a delegação de Coimbra ser composta

essencialmente por profissionais de saúde faz com que muito do apoio ao público passe precisamente pelas unidades hospitalares. Assim, a médica neuropediatra, esclarece que o auxílio é feito por uma equipa multidisciplinar que, além, de médicos, é composta por psicólogos, assistentes sociais, profes-

sos do ensino especial, terapeutas ocupacionais e terapeutas da fala.

“Como médicos podemos estar atentos a determinados aspetos, mas o diagnóstico recente de epilepsia tem impacto na criança a nível emocional. Ter esses terapeutas para fazer uma avaliação mais completa é fundamental para diagnosticar outros problemas associados e tratá-los”, enuncia a médica.

## Diagnóstico na adolescência

A dificuldade em lidar com a condição médica aumenta na adolescência. A consciência é maior, a imprevisibilidade das crises e o receio de passar pela situação em público faz com que o adolescente tenha mais dificuldade na aceitação.

Cristina Pereira confessa que “na adolescência e em jovens adultos é complicado”, pois existem epilepsias que são sensíveis à privação de sono, estímulos luminosos e consumo de álcool. “Como é que dizemos a jovens que querem ir a uma discoteca que não podem privar o sono ou consumir álcool?”, reflete.

A médica reconhece, no entanto, que embora exista um risco acrescido, se a toma da medicação for feita corretamente, esse risco diminui substancialmente.

## Superar os desafios na idade adulta

A LPCE apoia psicologicamente adultos que sentem entraves na empregabilidade. Afinal, muitos empregadores receiam contratar alguém com epilepsia. “Ainda se pensa que a pessoa com epilepsia não é capaz, mas a epilepsia não é uma doença mental”, constata Cristina Pereira.

Segunda a neuropediatra, dois terços das pessoas com epilepsia têm uma vida normal, precisando apenas de medicação, como qualquer doença crónica.

## Ação pública em Coimbra, Cantanhede, Tocha, Leiria e Viseu

# Sensibilizar em Dia dos Namorados

●●● A Liga Portuguesa Contra a Epilepsia (LPCE) celebra, hoje, o Dia Internacional da Epilepsia com uma ação de sensibilização em Coimbra. Prevê-se a distribuição de ramos de flores lilases, cor associada à epilepsia, em pontos estratégicos da cidade, como o centro histórico e agrupamentos de escolas. Com elas segue um cartão, em formato de coração, com o slogan da campanha “Eu amo alguém com epilepsia” e o endereço oficial da página da LPCE.

O dia é comemorado,



anualmente, na 2ª segunda-feira do mês de fevereiro. Este ano cruza-se com o dia dos namorados e foi essa a base de inspiração da campanha e do slogan. A iniciativa terá lugar, também hoje, em Cantanhede, Tocha, Leiria e Viseu.

Cristina Pereira, médica neuropediatra no Centro Hospitalar da Universidade Coimbra (CHUC) e membro da direção da LPCE há 4 anos, admite que o objetivo é “desmistificar o estigma que ainda existe em relação à epilepsia”.