



Porque a artrite reumatoide afeta mais as mulheres?

A artrite reumatoide (AR) é uma doença inflamatória crónica que envolve sobretudo as articulações, mas que pode também envolver outros órgãos. Também sabemos que é uma doença mais frequente nas mulheres, ou seja, afeta três ou quatro mulheres, por cada homem afetado. Esta diferença, em termos de impacto, deve-se a algumas diferenças associadas à predisposição genética e também à componente hormonal, nomeadamente à associação do estrogénio com processos inflamatórios.

Apesar de não conhecermos a causa para o aparecimento da artrite reumatoide, como existe, por exemplo, para as doenças infecciosas que são causadas por um micro-organismo, sabemos que há um terreno genético mais propenso a desenvolver a doença e que alguns fatores são considerados gatilhos ou desencadeantes, como infeções virais ou stresse, que induzem alterações no sistema imune. Nesta doença, o componente inflamatório entra num círculo vicioso de cada vez mais inflamação, havendo, por isso, o perpetuar da doença, que se torna crónica. Também se considera que quer a flora da mucosa oral, quer da intestinal podem interferir na patogénese da doença.

Perante esta realidade, é preciso ter atenção aos sinais e sintomas! A AR é uma doença que surge mais frequentemente por volta dos 45 anos, mas pode ocorrer em qualquer idade e ao longo da vida, é caracterizada por dor nas articulações e tem uma topografia articular muito típica. Envolve os punhos, as pequenas articulações da mão, particularmente as metacarpo falângicas e as interfalângicas proximais dos dedos. De uma forma geral, podemos referir que afeta as articulações periféricas distais: os joelhos, os cotovelos, os punhos, as mãos e os pés.


Além da dor, pode acompanhar-se de sinais inflamatórios. É importante mencionar que as dores são de características inflamatórias, o que quer dizer que ocorrem mais de manhã ou ao final da noite, melhorando ao longo do dia, associando-se

a uma sensação de rigidez matinal das articulações que estão perras ou de difícil mobilização pela manhã prolongando-se essa rigidez ao longo da manhã. E, ao contrário das artroses, que quanto mais se mexem mais doem, o estado da AR piora quanto menor o movimento. Referindo que outra característica muito peculiar é ser simétrica (na metade esquerda e direita do corpo), além de aditiva (envolve cada vez mais articulações).

Perante este impacto, o diagnóstico precoce é fundamental, porque estas alterações conduzem a um círculo vicioso de cada vez mais inflamação e destruição, o que pode levar mesmo à erosão das articulações, nomeadamente da membrana sinovial aumentada e destruição da cartilagem que envolve as articulações e do osso à volta das articulações. Este diagnóstico pode ser feito pela clínica, com uma análise aos fatores de risco, através de ecografia, para avaliar se há inflamação na articulação e se há líquido na mesma, e análises clínicas.

Este diagnóstico precoce também é fundamental para definirmos a terapêutica adequada, em que, atualmente, temos várias opções de tratamento para atingir objetivos ambiciosos de obter a remissão ou a baixa atividade da doença. Medicamentos biológicos ou biotecnológicos ou os mais recentes inibidores do JAK podem, caso se falhe medicamentos modificadores da doença sintéticos ou convencionais, fazer uma extraordinária diferença na vida, mesmo nos casos mais graves de artrite reumatoide.

O objetivo é que os doentes mantenham a inflamação completamente suprimida e consigam ter uma boa qualidade de vida. Junte-se ainda a implementação de hábitos de vida saudáveis, alimentação adequada e reabilitação em caso de destruição das articulações.

É crucial reforçar que o reumatologista assume um papel fulcral para diagnosticar e tratar estes doentes, estabelecendo também a ponte com a área de Medicina Geral e Familiar. Referindo ainda que uma abordagem multidisciplinar com outras especialidades, mediante os órgãos afetados, é fundamental. 

Infeções virais e stresse são considerados gatilhos ou desencadeantes da doença

