Epilepsia e atividades físicas

Profa. Claudia Forjaz

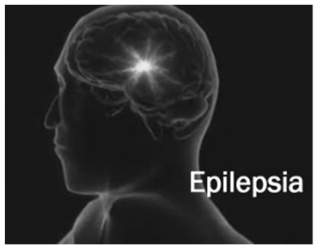
adaptado de

Prof.ª Carolina K. Moriyama

EPILEPSIA

- **Diferentes formas de definição, diagnóstico e tratamento ao longo da história**
- **Dificuldade de aceitação da doença**
- **Altamente estigmatizada**
- **Associada a possessão demoníaca, doenças contagiosas e loucura**

DEFINIÇÃO

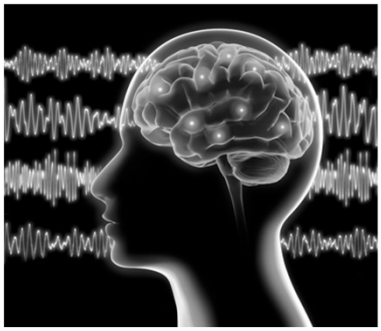


Uma afecção crônica de etiologia diversa caracterizada por crises espontâneas e recorrentes originadas por descargas excessivas de um grupo neuronal hiperexcitável e que se associa com diferentes manifestações clínicas.

PREVALÊNCIA

- **Cerca de 1% da população**
- **Países desenvolvidos: 0,5% da população**
- **Brasil: 3.000.000**
- **São Paulo: 13,3/1.000 habitantes**
- **América Latina: 1,5 a 2% da população**

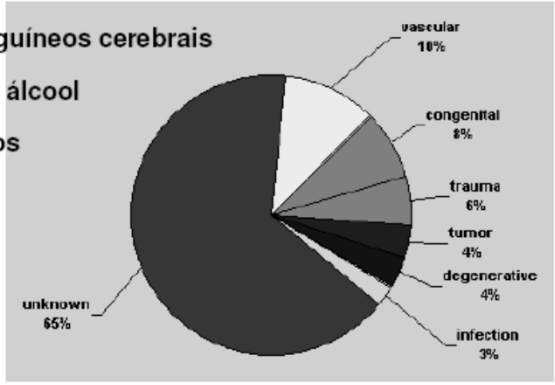
FISIOPATOLOGIA



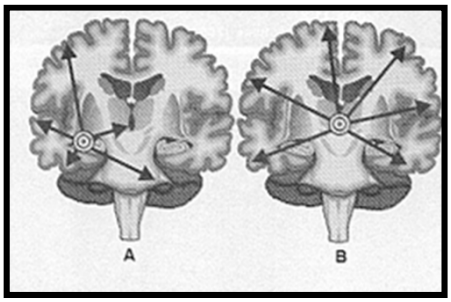
- **Descargas neuronais excessivas e síncronas**
- **Excesso de excitação (Glutamato)**
- **Falta de inibição (GABA)**

FATORES QUE CONTRIBUEM PARA EPILEPSIA

- Dano cerebral relacionado ao nascimento
- Anomalia cerebral congênita
- Predisposição genética, hereditariedade
- Infecções, tumores, lesões cerebrais
- Anomalias no vasos sanguíneos cerebrais
- Uso de drogas de abuso, álcool
- Exposição a gases tóxicos
- Hipoglicemia



CLASSIFICAÇÃO



- **Parciais: apenas uma parte de um hemisfério cerebral (corticais)**
- **Generalizadas: envolve uma área mais extensa dos dois hemisférios (talâmicas)**

CLASSIFICAÇÃO

I. Crises Parciais: apenas uma área do cérebro

a. Parciais Simples

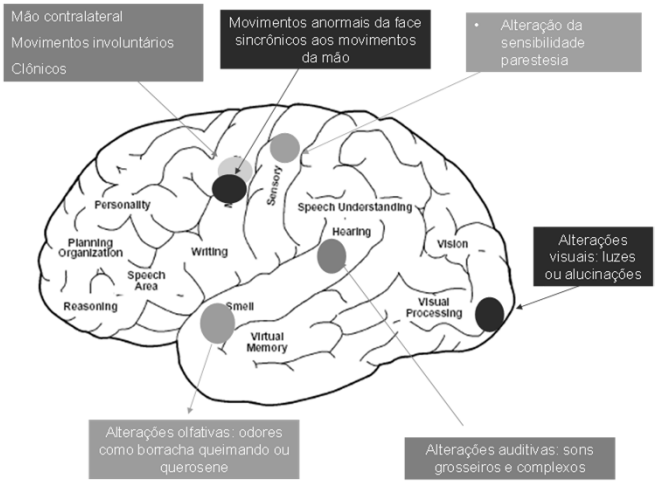
b. Parciais Complexas

c. Secundariamente Generalizada

International League Against Epilepsy

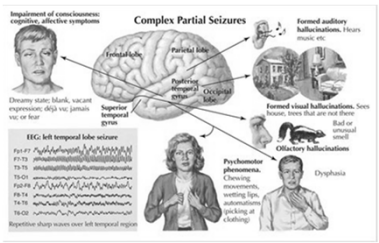
PARCIAL SIMPLES

- **Não altera consciência**
- **Efeito do local hiperestimulado**



CRISES PARCIAIS COMPLEXAS

- **Comprometimento transitório da consciência**
- **Normalmente tem aura**

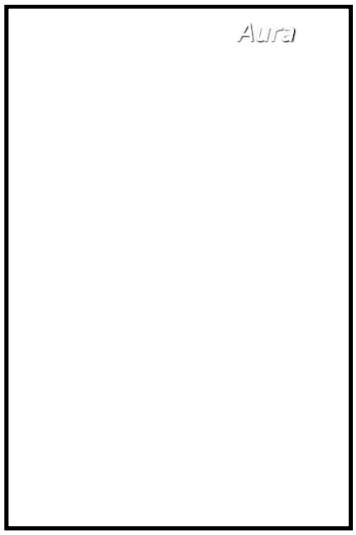


Fase pré-ictal
Início da convulsão

Fase ictal

Fase pós-ictal

CRISES PARCIAIS SECUNDARIAMENTE GENERALIZADAS



CLASSIFICAÇÃO

II. Crises Generalizadas: área mais extensa dos 2 hemisférios

- **a. Ausência (pequeno mal)**
- **b. Tônico-clônicas (grande mal)**
- **c. Tônicas**
- **d. Mioclônicas**
- **e. Atônicas**

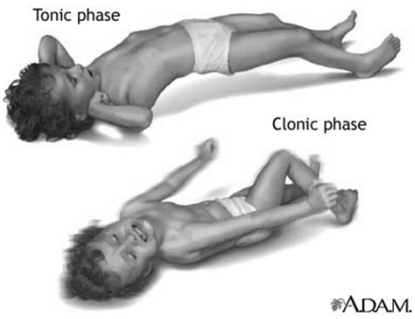
International League Against Epilepsy

GENERALIZADAS

a. Crises de ausência:

- **Desligamento**
- **Interrupção atividade sem resposta a estímulos**
- **5 a 15 segundos**
- **Remissão espontânea em 60 a 70 % dos casos**

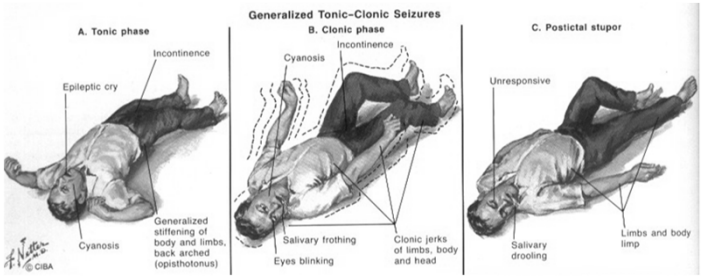
tipos de contração



Evento:

- tônico: contração mantida.
- clônico: contração seguida de relaxamento, originando abalos sucessivos.
- mioclônico: contrações musculares muito breves, semelhantes a choques.

GENERALIZADAS

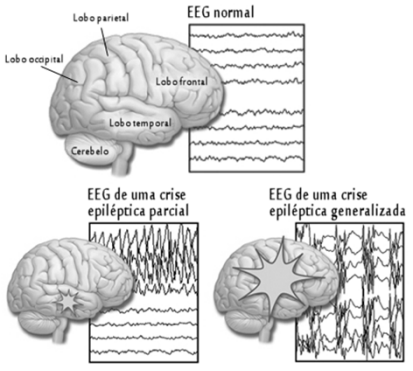


Pré
- **Sem aura, sem aviso**

Durante
- **Perda da consciência**
- **Queda ao solo**
- **Rigidez ou movimentos**
- **1 a 7 minutos**
- **Salivação e respiração ruidosa**

Após
- **Responsividade e flacidez**
- **Incontinência visceral**
- **Confusão mental**
- **Cefaléia, fadiga**

DIAGNÓSTICO



Clinico: história e gênese das crises

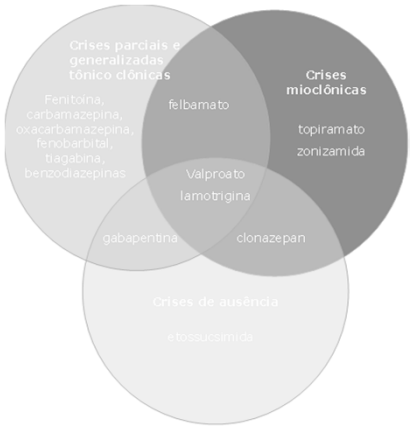
EEG: registro e análise da atividade elétrica cerebral

COMPLICAÇÕES

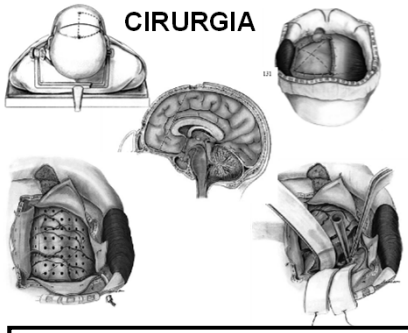
- Estado de Mal Epilético:
  - convulsão única > 30 minutos
  - crises sucessivas no intervalo de 30 min sem recuperação da consciência
- Traumatismos
- Morte súbita
- Comorbidades psiquiátricas

TRATAMENTO

MEDICAMENTOS



CIRURGIA



- Ataxia
- Diplopia, borramento visual
- Sedação
- Náuseas e vômitos
- Tremor
- Ganho de peso
- Queda de cabelo
- Hiperplasia gengival
- Irritabilidade
- Hiperatividade
- Hepatotoxidade

PESSOA COM EPLEPSIA É ATIVA?

Crianças com epilepsia são menos ativas que seus irmãos, com maior tendência para a obesidade.

Motivos:
- **Recomendações médicas**
- **Restrição imposta pela família**
- **Medo de deflagrar crises ou piorar o estado da doença**

Wong & Wirrell.. Epilepsia, 47(3):631–639, 2006.

EXERCÍCIO AUMENTA AS CRISES?

Apenas 2% dos epilépticos têm crises induzidas pelo exercício.
Neles, exercício induz crise durante ou após

EXERCÍCIO MELHORA CONTROLE DAS CRISES?

- Exercício crônico diminui a probabilidade de ocorrência de crises – anticonvulsivante natural (Gotze et al, 1967; Horyd et al, 1981).
- Reduz descargas epileptiformes no EEG durante o exercício (Nakken et al, 1997).
- Aumenta GABA e endorfinas no cérebro.

EVITADO
- Mergulho
- Paraquedismo
- Escaladas
- Aviação
- Motociclismo
- Boxe

SUPERVISIONADAS:
- Ski aquático
- Natação
- Canoagem
- (Wind) Surf
- Vela

CONHECER TIPO DE CRISE
- Ciclismo de velocidade
- Skate
- Equitação
- Ginástica

EXERCÍCIO E EPILEPSIA?

Evidências atuais demonstram que pacientes controlados podem participar de atividades físicas sem que haja aumento do número de crises e obtendo benefícios desde que cuidados sejam devidamente tomados.