

## DICAS DE SAÚDE

## O diagnóstico do hipotireoidismo

**A doença crônica é caracterizada pela diminuição da produção e/ou ação dos hormônios da glândula tireoide.**



Dr. Carlos Eduardo Dyonísio destaca a importância do diagnóstico precoce dos distúrbios da tireoide

Desânimo, cansaço, sonolência, dores articulares, desaceleração dos batimentos cardíacos, prisão de ventre e pele ressecada são apenas alguns dos sinais de que algo no organismo não está funcionando bem. Os sintomas caracterizam um problema comum: de 3 a 5% da população desenvolve o hipotireoidismo. O distúrbio ocorre quando há uma diminuição na produção e/ou na ação das células da glândula tireoide, responsável pela produção de hormônios como o TSH (tiroestimulante), o T3 (triiodotironina) e o T4 (tiroxina), que regulam o metabolismo. O diagnóstico é feito através da dosagem destas substâncias por meio de exames de rotina.

A tireoide é uma glândula endócrina (que secreta hormônios no sangue) localizada na região cervical anterior. Numa pessoa adulta ela pesa de 15 a 20 gramas, mas a alteração nos níveis hormonais pode fazer com que haja aumento de tamanho. O médico endocrinologista responsável pelo setor de hormônios e imunologia do Laboratório de Corrêas, Carlos Eduardo Souza Dyonísio, explica que além dos sintomas clínicos, o diagnóstico é confirmado pela dosagem dos hormônios tireoidianos no sangue. "A dosagem dos hormônios no sangue é fundamental para o diagnóstico do hipotireoidismo e de todas as doenças endócrinas. O sistema endócrino é um dos maiores e mais importantes sistemas de controle do corpo humano. Hoje contamos com aparelhos ultramodernos e de alta sensibilidade, como a plataforma Architect dos Laboratórios Abbott, recentemente adquirida pelo La-

boratório de Corrêas, que permite a dosagem rápida e precisa dos hormônios", esclarece o especialista.

O hipotireoidismo chega a ser cinco vezes mais frequente nas mulheres em comparação com os homens. Um estudo realizado em 2007 pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ) e publicado na revista Clinical Endocrinology mostrou que 12,3% das mulheres brasileiras - ou seja, 10,6 mil conforme a população feminina da época, que era de 86,2 milhões de mulheres no Brasil - com mais de 35 anos têm hipotireoidismo. Nelas, os sintomas incluem menstruação irregular e diminuição da libido. A causa mais comum, conforme explica o Dr. Dyonísio, é a tireoidite de Hashimoto, uma inflamação da glândula, que tem caráter genético e ocorre devido a uma auto-agressão por anticorpos. "O tratamento consiste na reposição do hormônio T4 por via oral", afirma o endocrinologista.

A disfunção também afeta os bebês recém-nascidos e, neste caso, o diagnóstico é feito através do teste do pezinho (que nada mais é do que a coleta de sangue para análise). O hipotireoidismo na infância gera, além dos mesmos problemas ocorridos nos adultos, má-formação motora e problemas no desenvolvimento cognitivo (memória, raciocínio e aprendizado, por exemplo). Hoje é registrado um caso a cada 3 mil recém-nascidos. Por isso, o tratamento deve ser iniciado logo após o diagnóstico, evitando os prejuízos ao desenvolvimento da criança.

## perguntas FREQUENTES

**1) A alimentação também interfere nos resultados de colesterol e triglicérides?**

Sim, mas principalmente no de triglicérides.

Por exemplo, uma pessoa com triglicérides elevado que adota uma dieta rígida na véspera do exame terá um resultado falsamente baixo. Já alguém com triglicérides normais, mas que come feijoada no dia anterior, apresentará um resultado falsamente alto.

**2) Como tem que ser a alimentação para os resultados de triglicérides serem confiáveis?**

Deve manter sua dieta habitual nos 15 dias que antecedem os exames.

É fundamental jejum de 12 a 16 horas para coleta de sangue.

**3) O que é a dieta habitual exigida por certos exames?**

É a que você costuma comer no seu dia-a-dia. Portanto, essa instrução significa apenas o seguinte: não mude a alimentação.

**4) Até aspirina altera resultados de exames?**

Com certeza. Aspirina é o nome popular do ácido acetilsalicílico. Ela está presente em muitos analgésicos e anti-térmicos, tais como AAS, Buferin, Doril, Melhoral, Aspirina Forte, Cibalena, Doloxene-A e Aspirina C. Mas também em antiácidos (Alka-Seltzer e Engov), onde está associada a outras substâncias farmacológicas, por isso guarde bem: todos os remédios com ácido acetilsalicílico interferem nos exames de coagulação do sangue. Em altas doses, podem diminuir os valores totais da Tiroxina ou T4 - um dos hormônios da tiroide.



Publicação do Laboratório de Corrêas - Distribuição Gratuita - Ano VI - Número 16 - Julho / Agosto / Setembro de 2013.

## Petrópolis ganha moderno sistema de análises hormonais



Processo automatizado do Abbott Architect reduz a zero os riscos de erro no diagnóstico

**Novo equipamento de exames laboratoriais realiza mais de 40 tipos de testes com apenas um tubo de sangue coletado.**

Investir em tecnologia para oferecer resultados rápidos e seguros a médicos e pacientes. Este é o objetivo do Laboratório de Corrêas, único da Região Serrana a implantar o mais moderno sistema de análises bioquímicas, hormonais e imunológicas do mercado, através do Abbott Architect Ci 8200 e Abbott Architect Ci 4100. São equipamentos de última geração com capacidade para realizar mais de 2 mil testes por hora, reduzindo em 50% o tempo de espera pelo resultado - disponibilizado em no máximo 48h, inclusive pela internet - com 0% de chance de erros, devido ao mecanismo automatizado.

As vantagens são inúmeras: redução no tempo para a liberação do laudo,

risco zero de troca ou erros nos resultados, bem como o de contaminação do material, e ainda a ampliação na capacidade de atendimento. Para o paciente, o recurso significa também menos tempo na hora da coleta. Enquanto com o método tradicional era preciso retirar de três a quatro tubos de sangue para fazer testes diferenciados, com o Abbott Architect é necessário apenas um. "Ele identifica os exames solicitados através do código de barras e inicia o processo. O equipamento utiliza de 3 a 5 microlitros, apenas, de sangue, ou seja, menos que uma gota para fazer as análises, seja de bioquímica, imunologia ou de hormônios", explica o farmacêutico e coordenador de qualidade do Laboratório de Corrêas, Dr. Denis B. Silveira.

DIAGNÓSTICO PRECISO - PÁG. 2

## NEWS

**Novo posto de coleta**

**EM BREVE**  
mais uma unidade do

**Laboratório de Corrêas**

O Laboratório de Corrêas, sempre com objetivo de melhorar e se aproximar cada vez mais de seus clientes, informa que no início do mês de agosto de 2013 estará inaugurando uma nova unidade de atendimento no bairro Cascatinha.

A nova unidade vem de encontro à política adotada pela direção do laboratório que é de diminuir as distâncias entre os locais de atendimento e o cliente.

"Essa unidade trará mais agilidade e conforto aos pacientes que moram no Cascatinha e bairros vizinhos", afirmou Dr. Denis B. Silveira.

**A nova unidade do Laboratório de Corrêas fica na Rua Bernardo Tosta, próximo a Igreja Matriz de Cascatinha.**

## Diagnóstico mais rápido e preciso



O equipamento realiza 300 análises simultâneas, suprimindo a função de quatro aparelhos diferentes

Segundo o especialista, a importância de oferecer este tipo de serviço é que ele reflete diretamente na saúde e na qualidade de vida dos pacientes. *"Hoje todos nós sabemos que quanto mais cedo uma pessoa iniciar um tratamento, maiores são as chances de recuperação. Nossa intenção é permitir que o paciente entregue com o máximo de antecedência um laudo confiável e completo nas mãos do seu médico para que este possa tomar as medidas necessárias"*, afirma Dr. Denis.

A tecnologia do Abbott Architect permite que ele, sozinho, cumpra a função antes realizada por quatro equipamentos de grande porte. A máquina - que possui 12 compartimentos com capacidade para 25 tubos cada, totalizando 300 recipientes, o que corresponde a 300 pacientes - realiza mais de 40 tipos de análises com apenas um tubo de sangue coletado. Os testes demoram de 1 a 30 minutos para serem feitos, conforme o grau de complexidade.

A evolução na metodologia permite ao Laboratório de Corrêas colher e processar 90% do seu material, enquanto a maioria dos laboratórios ainda precisa terceirizar parte do processo. *"Temos uma grande demanda para exames que medem os níveis de vitamina D, já que estudos recentes apontam para a possibilidade de prevenção à osteoporose através da análise desta substância no organismo. É um procedimento que só é feito nos maiores laboratórios do Brasil e que hoje conseguimos disponibilizar"*, ressalta Dr. Denis.

Dentre os exames realizados por estes equipamentos estão as medições dos níveis de glicose, triglicerídeos, ureia e ácido úrico, hormônios tireoidianos e hormônios da fertilidade. Além disso, eles são capazes de detectar a presença de doenças como hepatite, HIV (AIDS), toxoplasmose e rubéola, entre muitas outras. Agora, todos eles são feitos com a tecnologia do Laboratório de Corrêas.

## PALAVRA DO DIRETOR GERAL

### Uma equipe de sucesso

A valorização de profissionais de perfil técnico-caseiro é uma necessidade sempre reconhecida pelo Laboratório de Corrêas. Para alcançar metas mais altas, o profissional precisa mostrar sua capacidade, seu perfil e sua propensão a assumir um crescimento dentro de uma empresa, o funcionário adquire carinho, amor e profissionalismo, porque dali o colaborador obteve as suas primeiras lições.

As empresas, de um modo geral sofrem com a carência de profissionais de formação técnica, por isso, as empresas privadas pensam em estratégias para valorizar a sua "prata da casa". São funcionários que detêm conhecimentos disponíveis sobre as atividades e os negócios da organização. No Laboratório de Corrêas, 65% dos colaboradores começaram na própria casa, onde vimos a necessidade de investir na educação de qualidade e na formação profissional "visão da qualificação do futuro". A minha formação profissional foi incentivada e orientada por um profissional que se dispôs a ajudar um ser humano ansioso e sedento de informações, me ajudando a crescer e a buscar um caminho profissional. Foi daí que procurei em minha vida multiplicar esses valores, de ajudar outras pessoas (talentos) também sedentas e com potencial gigantesco de alcançar o seu caminho profissional.

O Laboratório de Corrêas acredita na potencialidade de alguns jovens, abrindo as portas para o primeiro

emprego e para o trabalho técnico, e também os incentivando na graduação de ensino superior. Foi importante para a empresa acreditar em jovens que abraçaram a profissão com entusiasmo e que, apesar de todas as dificuldades pessoais, ultrapassaram muitas barreiras e conseguiram chegar à formação desejada. O Laboratório fica honrado em poder formar profissionais qualificados dando ferramentas para que vençam e tenham um horizonte cultural maior.

Reconhecemos estes profissionais que ao permanecerem e não abandonarem o projeto de formação técnica acreditam na potencialidade do Laboratório e na certeza de que eles estão também no contexto de uma grande família.



Dr. Denisvaldo Vieira Silveira  
Diretor do Laboratório de Corrêas

## DESVENDANDO O EXAME

### Esforço que salva vidas

Com logística e preparo simples, o teste de esforço ou ergométrico avalia o desempenho do coração durante a atividade física.

O teste de esforço é um exame realizado com três finalidades básicas: investigação da presença de doença coronariana obstrutiva (aterosclerose - estreitamento dos vasos que suprem o coração causado pelo acúmulo de gordura), avaliação do quadro funcional do paciente cardiopata e mensuração da capacidade cardiorrespiratória de uma pessoa que vai iniciar uma atividade física. Além de identificar alterações no funcionamento do coração, ele é capaz de avaliar o comportamento hemodinâmico do órgão com precisão, ou seja, sua performance durante um esforço físico.

O procedimento é solicitado e sempre acompanhado por um médico cardiologista. Com duração média de 12 a 15 minutos, incluindo o período de recuperação, o teste de esforço é feito numa bicicleta ou esteira ergométrica. Segundo a cardiologista Flávia Barros, especialista em medicina intensiva, durante o exame o paciente tem os batimentos cardíacos e a pressão arterial monitorados através do eletrocardiograma. *"Além da parte elétrica e da pressão, sintomas clínicos, como falta de ar e dor, também são avaliados"*, explica a médica.

Entre muitas outras indicações, o teste geralmente é solicitado a pacientes com quadro de dor no peito, histórico familiar de doenças do coração, pessoas que fazem parte dos grupos de risco (fumantes, hipertensos e obesos, entre outros) e para a avaliação de isquemias. Mas, antes de passar pelo procedimento, a pessoa deve responder a alguns pré-requisitos. A Dr<sup>a</sup>. Flávia esclarece, por exemplo, que o paciente não pode apresentar alterações no eletrocardiograma de repouso, o que interfere na sensibilidade e na análise final do exame.

As orientações para quem vai passar pelo teste de esforço são individualizadas e, em alguns casos, o uso de medicamentos contínuos deve ser suspenso. A especialista recomenda roupas leves, confortáveis e tênis na hora de fazer o exercício. Ela também ressalta os cuidados com a alimentação: *"O paciente não deve estar em jejum, mas também não deve comer muito nas horas que antecedem o exame"*. O ideal é estar acompanhado de um familiar ou amigo.



### Fatores de risco e prevenção:

A aterosclerose - acúmulo de placas de gorduras nos vasos sanguíneos - é a principal responsável por infartos, acidentes vasculares cerebrais (AVC) e insuficiências cardíacas, que matam 300 mil pessoas por ano no Brasil, ou seja, 820 por dia. Os maus hábitos - o que inclui alimentação inadequada e sedentarismo - levam a quadros de colesterol elevado - segundo a SBC 42 % dos brasileiros sofrem deste mal -, a obesidade - que atualmente afeta cerca de 48% das mulheres e 50% dos homens no país - e a diabetes.

As doenças cardiovasculares são responsáveis por 34% dos óbitos no Brasil, segundo dados da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC). Os fatores de risco são divididos em modificáveis (hábitos de vida e controle de doenças existentes) e não modificáveis (história familiar e carga genética). Hábitos como o de fazer check up com aferição de pressão arterial, avaliação de peso e IMC (índice de massa corpórea), e avaliação laboratorial (anualmente em pacientes acima dos 40 anos sem histórico familiar), além de manter uma rotina saudável, são fundamentais para evitar os problemas cardíacos.



A cardiologista Flávia Barros fala sobre prevenção