

## **Doenças Inflamatórias Intestinais: reconhecer cedo para tratar melhor**

*O diagnóstico precoce, a literacia em saúde e uma abordagem multidisciplinar centrada no doente são decisivos para melhorar o prognóstico e a qualidade de vida.*

As Doenças Inflamatórias Intestinais (DII), fundamentalmente do tipo doença de Crohn ou colite ulcerosa, são doenças inflamatórias crónicas do trato gastrointestinal, imunomediadas, potencialmente progressivas e incapacitantes. Apesar dos avanços registados nas últimas décadas, continuam a ser pouco reconhecidas pela população em geral e associadas a um importante estigma social, fatores que contribuem para dificultar e atrasar o diagnóstico.

Em Portugal, estima-se que as DII afetem cerca de 24 a 25 mil pessoas, refletindo uma prevalência crescente nas últimas décadas.

Os sintomas mais comuns incluem diarreia crónica, dor abdominal, fadiga, perda de peso, urgência defecatória e perda de sangue nas fezes. Em muitos casos, existem também manifestações extraintestinais, por exemplo articulares, cutâneas ou oculares, que podem até anteceder os sintomas intestinais. Isto traduz bem a complexidade destas patologias e a necessidade de um acompanhamento multidisciplinar especializado.

As DII podem surgir em qualquer idade, mas são mais frequentemente diagnosticadas em adolescentes e adultos jovens, numa fase de construção do projeto de vida, de formação académica e de afirmação profissional. A vivência da doença é frequentemente acompanhada por constrangimentos na vida pessoal e social, absentismo laboral ou escolar e um forte impacto na saúde mental e na perceção da qualidade de vida. O receio de uma nova crise, a preocupação com o impacto da doença na vida pessoal e social, a necessidade de monitorização regular, são alguns dos fatores que contribuem para uma carga diária que nem sempre é visível, mas que pode ser profundamente limitadora.

É, por isso, fundamental reforçar a literacia em saúde nesta área. O reconhecimento precoce dos sinais e sintomas, a referência atempada e o acesso adequado a cuidados de saúde especializados são determinantes para o diagnóstico precoce, o controlo adequado da inflamação, a prevenção de complicações e a melhoria do prognóstico.

Atualmente, dispomos de opções terapêuticas cada vez mais diferenciadas, incluindo terapêutica biológica e pequenas moléculas, que permitem um controlo mais eficaz da inflamação. O tratamento deve procurar não apenas aliviar os sintomas, mas também induzir e manter a remissão da doença, reduzir a necessidade de hospitalizações e de cirurgia e prevenir complicações. O sucesso do tratamento não depende apenas do diagnóstico atempado e dos medicamentos disponíveis. Uma abordagem multidisciplinar, estruturada e centrada no doente é fundamental para garantirmos os melhores resultados. O seguimento por gastroenterologistas com diferenciação nesta área deve articular-se com uma equipa de enfermagem especializada,



Sociedade  
Portuguesa de  
Gastroenterologia



Saúde  
Digestiva by SPG

nutrição, psicologia, farmacêuticos e, sempre que necessário, cirurgia e outras especialidades médicas. Só assim é possível responder de forma integrada às necessidades clínicas, nutricionais, emocionais e sociais de quem vive com DII.

Sensibilizar a população para as Doenças Inflamatórias Intestinais, combater o estigma que ainda lhes está associado e promover a valorização dos sintomas constituem passos decisivos para favorecer o diagnóstico precoce, permitir uma intervenção terapêutica atempada e prevenir complicações. Só uma abordagem multidisciplinar, integrada e verdadeiramente centrada no doente poderá dar resposta, de forma adequada, à complexidade e à diversidade de necessidades das pessoas que vivem com DII.

Para saber mais sobre este e outros temas de saúde digestiva, consulte: [www.saudedigestiva.pt](http://www.saudedigestiva.pt).

**Artigo escrito por Ana Patrícia Andrade, Vogal do Grupo de Estudos Português do Intestino Delgado (GEPID), gastroenterologista na Unidade Local de Saúde São João.**