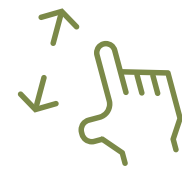


# Viver bem

O maior canal de saúde do RN

Ano 5 - Edição 56, Maio 2024

Assista aos vídeos, clique nos links e aproveite o conteúdo da nossa revista **100% interativa!**



## *É dor de cabeça ou um tumor cerebral?*

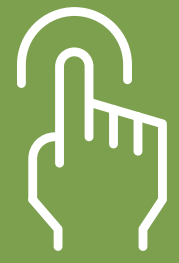
Maio Cinza é o mês de conscientização dos tumores cerebrais. Especialistas explicam sobre os sinais de alerta.



Dr. Daniel Emerenciano, neurocirurgião e Dra. Larissa Góis, neurologista



Clique em cima do anúncio  
e veja mais!



# Guia Viver Bem

Há mais de 20 anos levando informação  
de qualidade para um público qualificado.



Anuncie na maior  
plataforma de saúde  
e bem estar do RN!

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| tvviverbem          | Podcast               |
| @guiaviverbem       | Produção de E-Books   |
| guiaviverbem.com.br | Eventos               |
| Listas de whatsapp  | Videos institucionais |

## Fale conosco

(84) 99451-4142 @guiaviverbem

**Viver  
bem**  
O maior canal de saúde do RN

**Viver  
bem**



# Maio Cinza

## O mês de conscientização sobre os tumores cerebrais

O mês de maio traz uma importante campanha de conscientização sobre os tumores cerebrais. De acordo com os dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA) são diagnosticados aproximadamente 11 mil casos da doença por ano no Brasil.

Nesta edição especial, falamos sobre prevenção, sintomas, diagnóstico e tratamento numa entrevista com o neurocirurgião Daniel Emerenciano. E como a dor de cabeça é um dos sintomas que podem indicar a existência de um tumor cerebral, convidamos a neurologista Larissa Góis para falar sobre como diferenciar esse tipo de dor e falar sobre os avanços no tratamento da enxaqueca.

O nosso objetivo é fazer você, nosso leitor, ficar atento aos sinais e sintomas do tumor cerebral e saber que profissional deve procurar, caso exista uma suspeita da doença.

Esta edição também destaca o retorno do evento "Conexão Viver Bem", realizado no Bosque das Mangueiras.



@guiaviverbem



@TvViverBem



guiaviverbem.com.br



**Desfrute a leitura e acompanhe notícias diárias sobre saúde e bem-estar no nosso portal [guiaviverbem.com.br](http://guiaviverbem.com.br)**

**Equipe Viver Bem**



Clique em links e anúncios



Dimensione com os dedos



Arraste para os lados



Deslize verticalmente



Avance ou retorne



Clique em cima do anúncio  
e veja mais!



**VITÓRIA  
DAHER**  
DIREITO - UFRN

**BRUNO MAIA**  
4º LUGAR  
ODONTOLOGIA - UFRN

**ANA LUÍSA  
FERREIRA**  
ENG. QUÍMICA - UFRN

**CAUÃ  
CERCHI**  
MEDICINA - UFRN

**ANA CLARA  
FERNANDES**  
3º LUGAR  
DIREITO - UFRN

**LUCAS  
MIRANDA**  
ENG. CIVIL - IFRN



**TÔ NO SALE.**

**TÔ APROVADO  
NO SISU.**

Do tático ao emocional, formamos bons cristãos e honestos cidadãos, preparando-os para o ENEM e para a vida. Aponte o celular para o QR code ao lado e saiba mais sobre as unidades São José e Dom Bosco, além das nossas metodologias e propostas pedagógicas.



**Viver  
bem**





## Maio Cinza

**Campanha alerta sobre a importância do diagnóstico precoce dos tumores cerebrais. Saiba como identificar os sinais de alerta**

O tumor cerebral é uma condição grave que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, e a detecção precoce desempenha um papel crucial na busca por tratamentos eficazes. Identificar os primeiros sinais e sintomas pode fazer toda a diferença no prognóstico e na qualidade de vida do paciente.

De acordo com o INCA, sem considerar os cânceres de pele, os tumores cerebrais ocupam a décima posição entre os tipos mais comuns da doença no Brasil. Atualmente, o país registra cerca de 11 mil novos casos todos os anos.

Ainda que pareça um número relativamente baixo, sobretudo tendo em conta o total da nossa população, o índice de mortes em decorrência do

câncer de cérebro é muito alto: mais de 9 mil pessoas evoluem para óbito. Isso corresponde a mais de 84% dos casos.

Entre os sintomas do tumor cerebral, a dor de cabeça aparece em destaque. Porém, é importante enfatizar que nem toda dor de cabeça é sinônimo de tumor cerebral. Nesta edição da VB Digital conversamos com a neurologista Dra. Larissa Góis e o neurocirurgião Dr. Daniel Emerenciano, especialista no tratamento dos tumores cerebrais.

**Leia com atenção as entrevistas e não abra mão do acompanhamento médico especializado, importante para a detecção precoce e o manejo eficaz dessas condições.**



## Um bate-papo com o neurocirurgião Daniel Emerenciano

### 1 - Quais são os sintomas mais comuns de um tumor cerebral?

*Dr. Daniel Emerenciano* - Os sintomas são diversos e inespecíficos pois podem estar presentes também em outras patologias que acometem o tecido cerebral. Os mais comuns são a dor de cabeça e tontura, porém a depender da localização, podemos ter alteração da fala, da visão, olfato, audição, força para mobilizar braço ou perna, coordenação, cognição e personalidade. Um fator importante a se observar é o fato de que geralmente a evolução dos sintomas é lenta e progressiva (semanas a meses).

### 2 - Quais são os principais tipos de tumores cerebrais e como eles são diagnosticados?

*Dr. Daniel Emerenciano* - Os tumores cerebrais podem ser secundários (metástases) ou primários (tumores do originários do sistema nervoso central). As metástases têm maior prevalência, sendo o câncer de pulmão, mama e de pele os mais comuns a ocasionar lesões cerebrais.

Dos tumores primários, os mais comuns são os gliomas, meningiomas e adenomas hipofisários. O diagnóstico é realizado por métodos de imagem como tomografia ou ressonância.



Dr. Daniel Emerenciano | Neurocirurgião  
CRM 10984 | RQE 4482



### **3 - Quais são as opções de tratamento disponíveis para tumores cerebrais e como é decidido o melhor curso de ação para cada paciente?**

*Dr. Daniel Emerenciano* - Não há tratamento único, devendo ser individualizado para cada paciente e diagnóstico. Dentre as opções, temos desde só acompanhar com exames de imagem seriados até cirurgia e/ou radioterapia e/ou quimioterapia.

A decisão será feita levando-se em conta vários fatores, como: idade, quadro clínico e oncológico, sintomas neurológicos, localização da lesão, tamanho, tipo da lesão de acordo com exames de imagem ou anatomopatológico, se já realizou tratamento prévio ou não e, principalmente, desejo do paciente.

### **4 - Quais são os possíveis riscos e complicações associados à cirurgia de remoção de um tumor cerebral?**

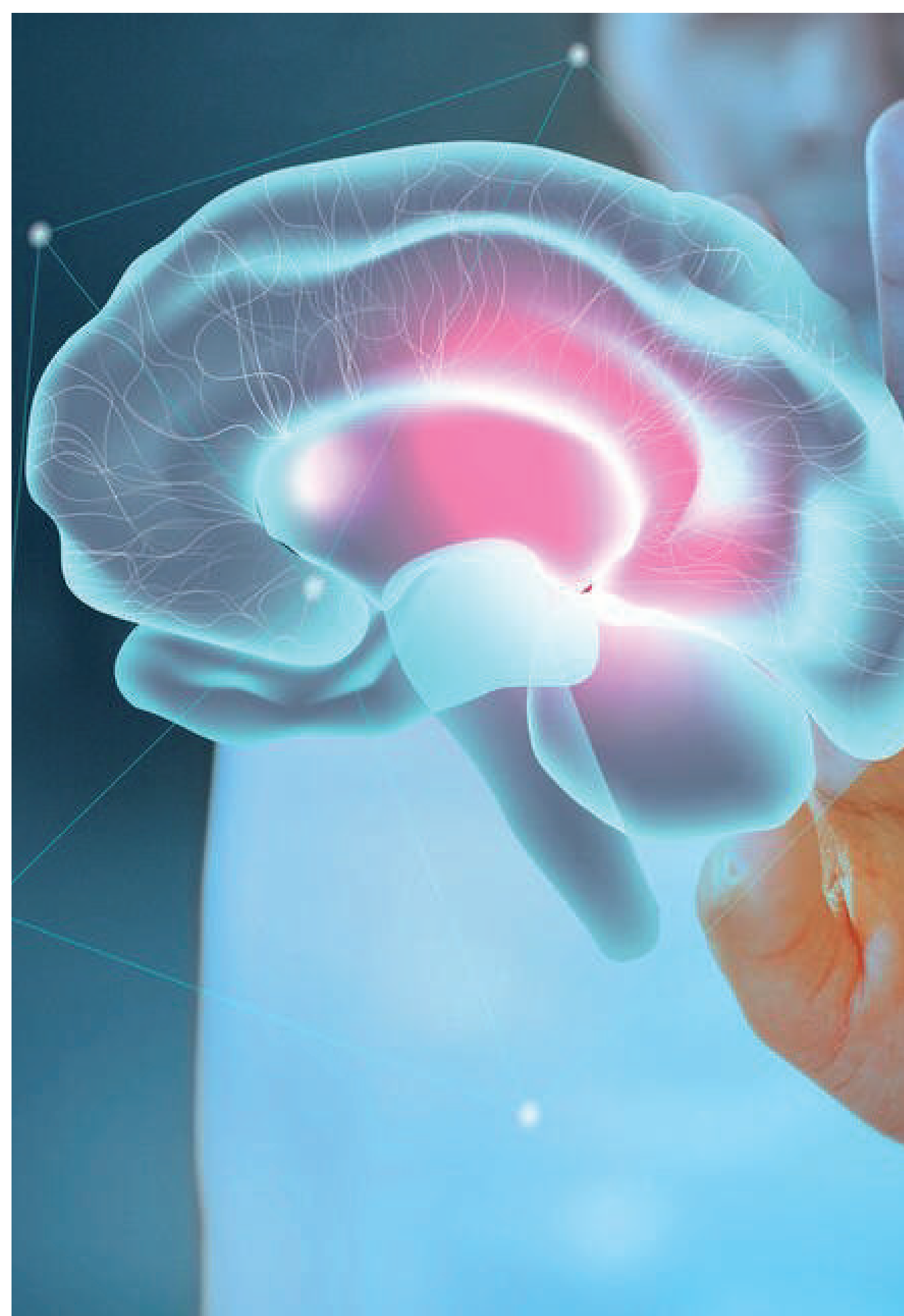
*Dr. Daniel Emerenciano* - Os riscos específicos da cirurgia cerebral dependerão da relação do tumor com as estruturas cerebrais e o neurocirurgião explicará ao paciente no pré operatório.

Entre eles, podemos citar: Fístula liquórica (saída do líquido pela pele), meningite, osteomielite, lesão de artérias ou veias cerebrais, lesão de nervos cranianos e de áreas cerebrais com funções como força, sensibilidade, visão, coordenação e linguagem.

### **5 - Como é o processo de recuperação após a cirurgia e quais são os cuidados necessários para otimizar os resultados a longo prazo?**

*Dr. Daniel Emerenciano* - Os pacientes são estimulados a manter sua rotina domiciliar habitual quando possível e realizar fisioterapia ou fonoaudiologia. Deverão permanecer afastados do trabalho por um período a ser definido pelo cirurgião.

É sempre importante manter uma alimentação saudável, bons hábitos de higiene, pensamento positivo, apoio familiar, fé e seguir as orientações do seu médico.





## Conhecendo mais sobre dor de cabeça e enxaqueca

Dra. Larissa Góis é neurologista e nesta entrevista esclarece as principais dúvidas dos pacientes sobre enxaqueca

### 1. Como diferenciar uma dor de cabeça comum, enxaqueca, da dor provocada por uma doença mais grave, como um tumor cerebral?

Para diferenciar uma dor de cabeça comum, como enxaqueca, de uma dor provocada por uma doença mais grave, como um tumor cerebral, é fundamental entender a classificação das dores de cabeça em primárias e secundárias.

As dores de cabeça primárias constituem a própria doença, incluindo a enxaqueca, cefaléia tensional e cefaléia em salvas. Por outro lado, as dores de cabeça secundárias são sintomas de outras condições, podendo ser desde uma simples virose até doenças mais graves, como um tumor cerebral. Existem sinais de alerta que indicam a necessidade de investigação por um neurologista ou encaminhamento para um pronto-socorro.

Esses sinais incluem: dor de cabeça que surge tardiamente na vida, após os 50 anos; instalação súbita da dor, atingindo o pico em pouco tempo; presença de sintomas neurológicos como perda de consciência, convulsões, perda de força em um lado do corpo, visão dupla, desequilíbrio ou febre muito alta.

Diante desses sinais, é necessário realizar exame físico, obter a história clínica do paciente e, possivelmente, realizar exames complementares como tomografia, ressonância magnética ou coleta de líquido para investigação mais aprofundada.



Dra. Larissa Góis | Neurocirurgiã  
CRM 6966 RN RQE 4341

### 2. Quais são os principais sintomas de uma enxaqueca e como ela difere de uma dor de cabeça comum?

Os sintomas típicos enxaqueca incluem:

- Dor latejante e pulsátil, geralmente unilateral, de intensidade moderada ou forte;
- Náuseas;
- Vômitos;
- Hipersensibilidade à luz (fotofobia), aos sons (fonofobia) e a certos odores (osmofobia);



- Irritabilidade;
- Sintomas neurológicos como alterações visuais ou formigamentos (aura da enxaqueca).

A dor de cabeça comum (cefaleia do tipo tensional) é considerada primária, como a enxaqueca, porém menos intensa, tendendo a ser bilateral e não latejante (dor em peso ou aperto), sem os fenômenos associados que ocorrem na enxaqueca (náusea, vômitos, foto e fonofobia).

### **3. Quais são os fatores desencadeantes comuns da enxaqueca e como podem ser identificados e evitados?**

Existem diversos fatores que podem ser gatilhos para o início da crise de enxaqueca. Alguns exemplos comuns são: privação de sono; menstruação; estresse emocional; bebida alcoólica; alguns tipos de alimentos; uso excessivo de cafeína, entre outros.

Hábitos saudáveis ajudam a diminuir a frequência e aliviar os sintomas da enxaqueca. Portanto, é fundamental para os portadores de enxaqueca: manter uma rotina de sono regular; gerenciar o estresse; evitar excesso de cafeína; fazer exercícios físicos regularmente; manter uma dieta saudável e hidratar-se adequadamente.

### **4. Quais são os diferentes tipos de tratamento disponíveis para a enxaqueca e como eles funcionam para aliviar os sintomas?**

O tratamento da enxaqueca tem 3 pilares fundamentais:

- Medidas de estilo de vida;
- Tratamento agudo;
- Tratamento preventivo.

O tratamento agudo deve ser iniciado assim que a crise for identificada. Os principais medicamentos utilizados são: analgésicos, anti-inflamatórios e triptanos. A escolha da medicação deve ser individualizada, de acordo com as características de cada paciente. O uso excessivo dessas medicações pode resultar na diminuição de sua eficácia e recorrência das crises.

O tratamento preventivo deve ser considerado quando as crises se tornam recorrentes ou quando são incapacitantes e não respondem bem ao tratamento agudo.

De modo geral o tratamento preventivo é feito utilizando-se medicamentos, que podem ser utilizados via oral, como anti-hipertensivos, anti-epiléticos e antidepressivos, ou medicações injetáveis como os anticorpos monoclonais anti-CGRP e a Toxina Botulínica. Seu objetivo principal é diminuir a frequência, intensidade e duração das dores de cabeça, com consequente diminuição da incapacidade gerada pela doença e melhora na qualidade de vida.

### **5. Como a enxaqueca pode impactar a vida diária e o bem-estar geral dos indivíduos?**

Trata-se de uma doença incapacitante, que causa grande desconforto físico e impacta negativamente a qualidade de vida dos indivíduos.

Devido às dores de cabeça intensas e aos sintomas associados, as crises costumam dificultar a participação em atividades sociais, eventos familiares e compromissos profissionais.



Essas limitações frequentemente contribuem para o surgimento de ansiedade, depressão e distúrbios do sono.

**6. Quais são os avanços recentes na pesquisa e no tratamento da enxaqueca e como eles estão melhorando os resultados dos pacientes?**

Recentemente, foram lançados anticorpos monoclonais contra o CGRP (da sigla: Calcitonin Gene Related Peptide), os únicos medicamentos específicos para o tratamento da enxaqueca.

Por serem altamente específicos contra o alvo, os anticorpos monoclonais tem poucos efeitos adversos. Desde que lançados no mercado, esses medicamentos vem demonstrando boa segurança e efeito na redução das crises de enxaqueca.

Outra vantagem é a comodidade posológica, com o uso mensal de uma dose subcutânea. A pequena frequência de efeitos adversos e a comodidade posológica contribuem para a baixa taxa de descontinuação desses medicamentos.







**DANIEL LOPES EMERENCIANO**  
CRM 10984 | RQE 4482

**Graduação em Medicina pela Universidade Estadual de Campina Grande**

**Residência médica em neurocirurgia pelo IAMSPE – Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual**

**LARISSA GOIS**  
CRM 6966 | RQE 4341

**Residência médica em neurologia pelo Hospital do Servidor Público Estadual de SP- HSPE**

**Especialização em neuroimunologia e cognição pela UNICAMP**

**Mestrado em ciências médicas com área de atuação em neurologia pela UNICAMP**

**Titulo de especialista e membro titular da Associação Brasileira de Neurologia ( ABN)**



(84) 9 9677 6666



(84) 2020 1888



[www.doctoralia.com.br](http://www.doctoralia.com.br)





## Conexão Viver Bem promove saúde e bem-estar no Bosque das Mangueiras

No último dia 27 de abril, aconteceu no Bosque das Mangueiras a I edição do Conexão Viver Bem 2024. O evento gratuito, ofereceu uma variedade de atividades voltadas para a promoção da saúde e do bem-estar da população.

Entre as atividades, destaque para aulas de ioga, pilates, treinamento funcional, Kangoo Jump e dança, durante toda a tarde. Além disso, uma série de palestras ministradas por profissionais renomados, sobre temas como a importância das Práticas Integrativas para o Bem-Estar físico e mental, estratégias para melhorar o vício em açúcar, o poder dos alimentos para uma vida saudável, inteligência emocional e autoresponsabilidade, entre outros.





A I Edição do Conexão Viver Bem é uma parceria do Grupo Viver Bem com a Band RN, com patrocínio da Humana Saúde e apoio da Prefeitura de Natal e Bosque das Mangueiras. Apoio de parceiros como Empório Nutricare, Spa Vivá, Enteral Nutrition, Salutti Alimentação Inclusiva e Aviva Ambulância.

O evento acontecerá todo mês. Fique ligado nos nossos canais para saber as próximas datas.









Clique em cima do anúncio  
e veja mais!



**Há mais de  
40 anos cuidando  
da sua saúde com  
confiança e excelência.**



## ONDE NOS ENCONTRAR:

Av. Campos Sales, nº 694 - Tirol

☎ (84) 3211- 5093

Av. Miguel Castro, nº 1095 - Lagoa Nova

☎ (84)3206-5096

PARA MAIS INFORMAÇÕES:

☎ 84 98153-4044



labflemingnatal.com.br

lafnatal@gmail.com

PARA SEGUIR:

📷 f  
@lafnatal