



eu sei como você se sente.

#MaioRoxo

Conscientização sobre as
doenças inflamatórias
intestinais (DIIs)



01 . Introdução

02 . Quem é afetado pelas DIIs?

03 . Quais os sintomas das DIIs?

04 . Como as DIIs são diagnosticadas?

05 . Como é feito o tratamento das DIIs?

06 . Como conviver melhor com as DIIs

07 . Orientações para quem convive com pacientes com DII

7.1 . Convivendo com uma criança com DII

7.2 . Convivendo com um adolescente ou adulto com DII

08. Como lidar com os aspectos emocionais das DIIs

09. Depoimento

10. Conheça o CIP



01 . Introdução

MAIO ROXO o mês de conscientização sobre as doenças inflamatórias intestinais (DIIs), representadas pela doença de Crohn e pela retocolite ulcerativa.

O principal objetivo desta campanha é **chamar a atenção da população para essas condições que ainda são pouco conhecidas**, embora o número de pessoas diagnosticadas venha aumentando em todas as faixas etárias e seu impacto na saúde física e emocional seja significativo.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Coloproctologia (SBCP), as DIIs afetam mais de cinco milhões de pessoas no mundo e sua prevalência vem aumentando no Brasil, afetando 100 pessoas a cada 100 mil habitantes.



01. Introdução

Nós, do CIP, sabemos como você se sente e apoiamos o Maio Roxo. Mas queremos ir além: falar também com quem convive com você e está junto nessa jornada.

Nosso objetivo é aproximar as pessoas que convivem com quem tem DII, **pois entendemos que o acolhimento pode fazer toda a diferença no bem-estar e na qualidade de vida do paciente**, além de contribuir com o resultado do tratamento.

Neste e-book que desenvolvemos especialmente para a campanha, trazemos informações sobre a doença e algumas sugestões de como conviver melhor com as DIIs.

MAS, O MAIS IMPORTANTE: queremos que a mensagem final seja – **é possível ter qualidade de vida com as DIIs!**



Quem é afetado pelas DIIs?

02 . Quem é afetado pelas DIIs?

AS DIIS PODEM ACOMETER PESSOAS DE QUALQUER IDADE, embora ocorram com maior frequência na faixa etária entre 15 a 35 anos. Não há uma causa única para as DIIs, mas há descrição de presença de portador na família em 20% dos casos.

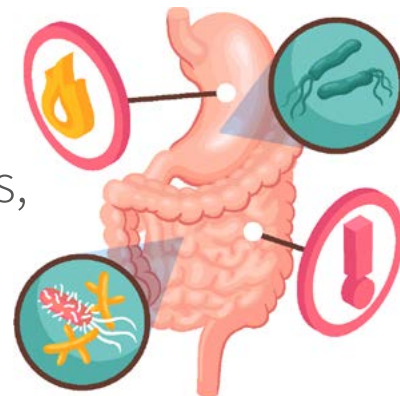


03 . Quais os sintomas das DIIs?

EMBORA A DOENÇA DE CROHN E A RETOCOLITE produzam sintomas semelhantes, não são a mesma doença e muitas vezes é difícil diferenciá-las, pois em 10% dos casos pode haver sobreposição.

As manifestações clínicas podem ser inespecíficas e fazer parte de outras doenças, como doença celíaca, úlcera gástrica, síndrome do intestino irritável, câncer colorretal, entre outras.

De uma maneira geral, o quadro clínico das DIIs inclui: diarreia; cólicas e dores abdominais, sangramento retal, urgência fecal, perda de peso, fadiga, entre outros.



Em 25% a 40% dos casos, podem ocorrer manifestações extraintestinais, com envolvimento ocular, articular, pele, ossos, rins e fígado.

Nas duas doenças, o paciente pode passar longos períodos sem nenhum sintoma (dizemos que a doença está em remissão). Os surtos e a remissão variam de pessoa para pessoa, dependendo de diversos fatores, como idade, perfil social, prognóstico, entre outros. Cada indivíduo é único, por isso, **o tratamento das DIIs deve ser individualizado e, principalmente, multidisciplinar.**

**Como as
DIIs são
diagnosticadas?**

eu sei como você se sente . eu sei como você se sente . eu sei como você se sente .

eu sei como você se sente . eu sei como você se sente . eu sei como você se sente .

eu sei como você se sente . eu sei como você se sente . eu sei como você se sente .

04 . Como as DIIs são diagnosticadas?

O PRIMEIRO PASSO para diagnosticar as DIIs é feito através da avaliação clínica (história e exame físico), pois além do quadro clínico das duas doenças ser semelhante, muitos sintomas podem fazer parte de outras doenças.

Alguns exames podem ser solicitados, como:

Laboratoriais: hemograma, provas de atividade inflamatória (proteína C reativa [PCR] e velocidade de hemossedimentação [VHS]), biomarcadores como a calprotectina fecal e sangue oculto nas fezes.

Exames endoscópicos: procedimentos como a colonoscopia e a sigmoidoscopia são indicados para diagnóstico e acompanhamento das DIIs.

Imagem: ultrassonografia, endoscopia, tomografia e ressonância.



Biópsia: uma amostra de tecido coletada nas áreas inflamadas do intestino é enviada para análise em laboratório para determinar se os sintomas estão relacionados às DIIs e qual o tipo da doença – se Crohn ou retocolite.

05 . Como é feito o tratamento das DIIs?



A MAIORIA DOS PACIENTES é tratada com medicações que inibem a inflamação especificamente no intestino (mas nunca se deve usar anti-inflamatórios comuns, que podem piorar o quadro). Pode ser necessário uso de imunossupressor e eventualmente antibiótico.

Existem diversos tipos de medicamentos que o médico pode prescrever, lembrando que o tratamento é individualizado, variando conforme os sintomas apresentados, resposta à medicação e ocorrência de recaídas. Há casos em que a cirurgia pode ser indicada.

06. Como conviver melhor com as DIIs

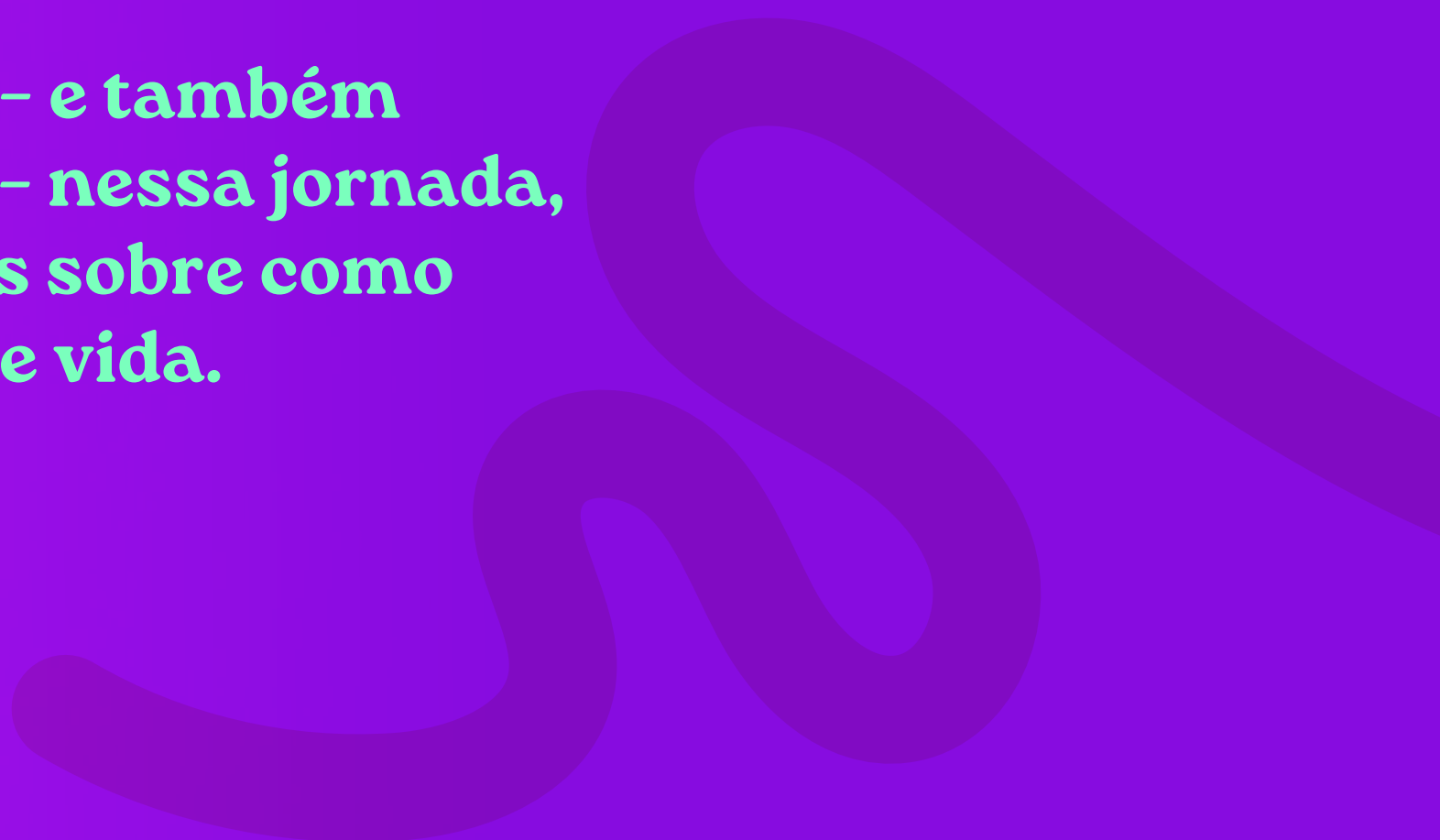




06 . Como conviver melhor com as DIIs

ESSE É UM ASSUNTO BASTANTE IMPORTANTE, porque as DIIs não têm cura. Assim, deve-se ter em mente que é preciso aprender a conviver com elas da melhor forma possível.

Para ajudar os pacientes – e também seus amigos e familiares – nessa jornada, separamos algumas dicas sobre como obter melhor qualidade de vida.



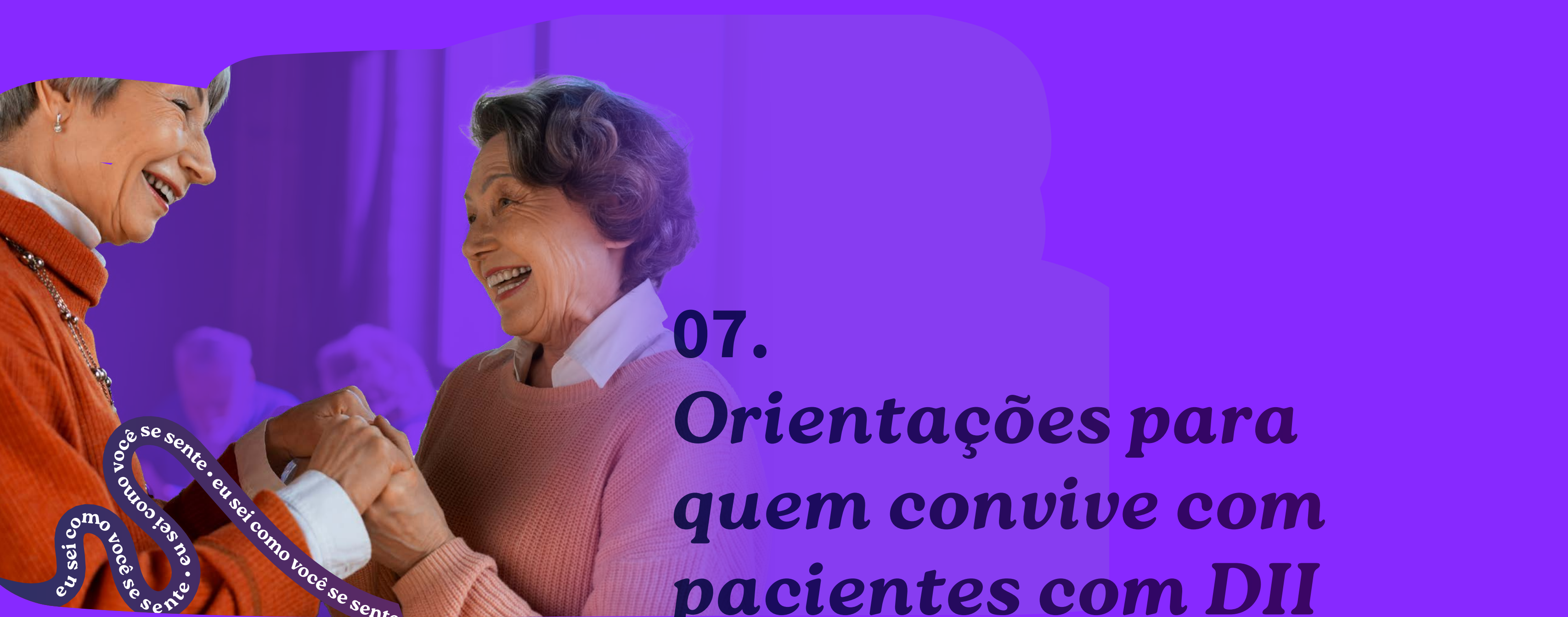
Adolescentes e adultos

- Faça uma lista dos alimentos que possam estar associados ao aparecimento das crises e tente evitá-los;
- **Evite ingerir bebidas alcoólicas e as que contêm cafeína;**
- Faça atividades físicas regularmente e evite ganhar peso, pois a obesidade é uma vilã nas DIs e pode inclusive reduzir a ação da medicação;
- **Não fume;**
- Procure ajuda especializada quando julgar necessário e adote em sua rotina algumas técnicas como relaxamento, meditação, yoga, entre outras;
- **Sempre vá às consultas médicas;**
- Evite o uso de anti-inflamatórios não hormonais, usados para o tratamento da dor, febre e inflamações. Sempre pergunte ao seu médico sobre o uso de outras medicações além das prescritas para tratar as DIs;

- **Localize banheiros no seu destino e ao longo do caminho;**
- Converse com seus amigos e familiares sobre que tipo de apoio você pode precisar quando estiver fora de casa;
- **Cultive e aumente seus relacionamentos interpessoais que**

estão associados com bem-estar emocional e felicidade. Não deixe que a doença controle sua vida, mas controle a doença por meio de atitudes positivas e com a orientação do seu médico e de outros profissionais que o acompanham.





07. *Orientações para quem convive com pacientes com DII*

TER UMA DII IMPACTA NÃO APENAS O PACIENTE, mas todos aqueles que convivem com ele. Por isso, é importante que familiares, amigos, colegas de trabalho, entre outros, saibam como podem ajudar, o que fazer e o que não fazer nessa jornada de cuidados. Independentemente das dicas que separamos neste e-book, fazer com que a pessoa se sinta acolhida e compreendida é o primeiro passo para o sucesso do tratamento.



7.1 . *Convivendo com uma criança com DII*

SE VOCÊ É PAI OU MÃE, fique atento a duas coisas:

crescimento e peso do seu filho. Como a perda de peso é um dos sintomas das DIIs, informe ao médico quando você notar que a criança está emagrecendo. Da mesma forma, o crescimento pode diminuir ou parar durante períodos de atividade da doença.

Na escola

Na escola, informe professores e demais profissionais que lidam com o seu filho sobre a doença. Fale sobre os sintomas, as medicações e deixe telefones de contato para casos de emergência.

Essa comunicação é importante porque a DII pode fazer com que a criança tenha que se ausentar das aulas. Além disso, elas podem precisar ir ao banheiro mais vezes e certos medicamentos podem precisar ser tomados durante o período escolar.



Em relação às atividades físicas, em geral, não há motivos para uma criança com DII não participar de atividades esportivas, mesmo que a doença esteja ativa. Porém, talvez seja necessário fazer algumas adaptações, no caso de atividades que requerem maior esforço causarem fadiga ou agravarem a dor abdominal ou outros sintomas.

No dia a dia

No dia a dia, ajude seu filho a entender o uso do medicamento que ele tomará e como ele vai ajudá-lo a se sentir melhor. Isso vai fazer com que ele entenda porque é importante tomar o medicamento como indicado. Se seu filho tiver idade suficiente, ensine-o a tomar o remédio por conta própria.

7.1 . *Convivendo com uma criança com DII*

Além disso:

- Converse abertamente sobre a doença e responda a todas as perguntas e dúvidas que ele tiver;
- **Estimule seu filho a ter uma vida normal, fazendo as atividades que fazia antes do diagnóstico;**
- Quando a criança fizer um passeio, ir a uma festa ou brincar na casa de amigos, oriente-a a levar roupas íntimas adicionais e papel higiênico ou lenços umedecidos;
- **Crie uma rede de apoio com a família e os amigos para ajudar você e seu filho a lidarem com a doença. Leve um parente ou amigo para apoiá-lo na consulta;**
- Estimule a criança a sempre localizar os banheiros em shopping centers, parques, cinemas ou outras áreas usadas fora de casa. Isso pode ajudá-la a sentir que tem mais controle sobre a sua condição em períodos de crise da doença.

É importante que o pediatra tenha total conhecimento dos medicamentos que seu filho utiliza, pois as crianças tratadas com imunossupressores ou medicamentos biológicos não devem tomar vacinas de vírus vivos.



7.2 . Convivendo com um adolescente ou adulto com DII



- **Quando for receber um convidado que tenha DII em sua casa, pergunte com antecedência se ele tem alguma restrição alimentar. Caso ele prefira trazer seu próprio prato, não se sinta ofendido;**
- Pratique a empatia. A DII é uma condição crônica que pode ser extremamente desconfortável e estressante. Seja compreensivo quando um convidado recusar uma determinada bebida ou prato que você preparou;

- Seja um bom ouvinte. Se a pessoa quiser conversar, escute-a e deixe que ela expresse seus sentimentos;
- **Ofereça-se para acompanhar o paciente às consultas;**
- Pergunte o que ele precisa que você faça por ele. É comum que quem convive com um paciente com DII queira ajudar, mas é importante que ele diga o que precisa;
- **Seja compreensivo se a pessoa estiver se sentindo mal ou cansada, se vai constantemente ao banheiro ou tenha qualquer outro sintoma associado à DII;**
- Mantenha um bom senso de humor;
- **Ofereça ajuda prática com compras, limpeza da casa, preparo dos alimentos.**

08 . Como lidar com os aspectos emocionais das DIIs





LIDAR COM UMA DOENÇA CRÔNICA é um desafio para qualquer pessoa, pois a doença tem impacto na sensação de segurança e no bem-estar. Muitas vezes, os pacientes podem se sentir ansiosos, deprimidos, excessivamente apegados, dependentes e agitados.

É importante lembrar que essas reações são uma resposta à doença, e não a causa. **O apoio emocional, oferecido tanto pelos pais, amigos e familiares, quanto por um profissional, pode ajudar a pessoa com DII a se sentir mais confiante e aprender a lidar melhor com a doença.**

As DIIs demandam um **tratamento multidisciplinar** para que o paciente aprenda a conviver com a doença, pois toda emoção negativa pode repercutir no agravamento dos sintomas, no desencadeamento de uma crise ou impactar no resultado do tratamento.



VOLTAR
AO ÍNDICE

Algumas atividades que podem auxiliar o paciente com DII, seja ele criança, jovem ou adulto, são simples. Fazer yoga ou tai chi, ouvir música, exercícios de relaxamento, meditação, leitura ou imersão em um banho quente podem relaxar e ajudar a reduzir o estresse.

Lembre-se: quem tem DII pode ser o que desejar ser e fazer tudo o que os outros podem fazer: ir à escola, namorar, ir à faculdade, trabalhar, casar, ter filhos, viajar! Não se defina como alguém com doença inflamatória intestinal. Você é muito mais do que isso.

A photograph of a woman with long brown hair hugging a baby. The woman is wearing a white cable-knit sweater. The baby is wearing a white t-shirt. The image is overlaid with a semi-transparent blue filter. The word "Depoimento" is written in a white, bold, sans-serif font across the center of the image.

Depoimento



A digital influencer **Manie de Andrade** (@descrohnPLICANDO), que vive com a doença de Crohn, compartilhou a história sobre sua jornada com a condição. Confira.

Após receber o diagnóstico, entrei em uma fase de negação da realidade. As pessoas notavam minha magreza e faziam comentários insensíveis, como "Nossa! Vai fazer concurso para entrar na boca da garrafa?" ou "Menina! Como você está magra!". Sentia o peso dos olhares de reprovação, especialmente difíceis na adolescência. Mais tarde, por volta dos 19 ou 20 anos, meus familiares e amigos íntimos conheciam minha condição, mas outros não. Alguns olhavam para mim de forma estranha (algo que eu estava começando a me "acostumar", mas ainda não gostava) e até perguntavam aos meus parentes se eu tinha câncer ou HIV. Essas situações me fizeram perceber a importância de falar abertamente sobre a doença.

Por esses motivos e pela demonstração genuína de preocupação das pessoas ao meu redor, decidi explicar melhor o processo da doença. **Amigos próximos entravam em contato comigo e perguntavam: "Onde você pode ir? Quero te ver."** Eles adaptavam a agenda conforme minha realidade e possibilidade. Recebi um acolhimento caloroso de amigos verdadeiros e próximos. Alguns começaram a me olhar de maneira diferente, não com pena, mas com admiração, por conseguir enfrentar todas essas adversidades.

Por isso fiz questão de participar deste projeto para que mais e mais pessoas possam dizer: "eu sei como você se sente", para que possamos viver melhor!



UNIDADES CIP

MATRIZ **PACAEMBU**

R. Almirante Pereira Guimarães, 164
Pacaembu. São Paulo/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **CAMPO BELO**

R. Barão do Triunfo, 612, 4º andar
Campo Belo. São Paulo/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **TATUAPÉ**

R. Vilela, 652, 16º andar
Tatuapé. São Paulo/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **PINHEIROS**

R. Cardeal Arcoverde, 745, 7º andar
Pinheiros. São Paulo/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **OSASCO**

Rua Cipriano Tavares, 123, 6º andar
Centro. Osasco/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **SANTO ANDRÉ**

R. das Figueiras, 474, 2º andar, salas
23/24 Bairro Jardim. Santo André/SP
Tel: (11) 4004-6410

UNIDADE **GUARULHOS**

R. Diogo Farias, 181, 14º andar
Centro. Guarulhos/SP
Tel: (11) 4004-6410



SAÚDE EM
PRIMEIRO LUGAR.
SEMPRE.



 infusoes.com.br

 [/centrodeinfusoespacaembu](https://www.instagram.com/centrodeinfusoespacaembu)