

Síndrome das pernas inquietas

A síndrome das pernas inquietas, é caracterizada por uma sensação de desconforto e desassossego das pernas quando em repouso; é um problema frustrante que pode dificultar o adormecer no início da noite ou a continuidade do sono. Esta condição não é limitada aos adultos.

“As crianças e adolescentes podem sofrer de síndrome das pernas inquietas, por vezes de forma grave”, diz o Dr. Dan Picchietti, um neurologista pediátrico. Na realidade, os estudos mostram que a síndrome das pernas inquietas afeta entre 2% a 3% das crianças e adolescentes.

Não é apenas a qualidade do sono que está em jogo para as crianças com síndrome das pernas inquietas. “Num quadro moderado ou grave de síndrome das pernas inquietas, o sono, a aprendizagem e as emoções são afetadas”, afirma Picchietti.

Fale com o médico do seu filho sobre a síndrome das pernas inquietas, se o seu filho apresentar os seguintes sinais:

- Agita frequentemente as pernas enquanto dorme.
- Costuma ter dificuldades em dormir de noite porque se sente inquieto.
- Queixa-se de desconforto nas pernas, podendo dizer que estão “dormentes” ou se mexem sozinhas, ou que sente “um formigueiro”, sem razão aparente.
- Afirma ter de se levantar para mexer as pernas depois de se deitar, à noite. Tem dificuldade em dormir e um dos pais ou irmãos tem síndrome das pernas inquietas.

Felizmente existe tratamento para a síndrome das pernas inquietas infantil. O exercício regular, evitar a cafeína e outras escolhas de estilo de vida, podem melhorar os sintomas. A investigação também sugere que certos medicamentos ou suplementos podem ajudar. Fale com o médico do seu filho sobre as melhores formas de tratar a síndrome de pernas inquietas.

Foi lançado um novo folheto patrocinado pela empresa biofarmacêutica UCB para indivíduos diagnosticados com Síndrome de Pernas Inquietas. O guia de Recursos para Pessoas com síndrome das pernas inquietas visa ajudar os pacientes a compreender a sua doença, a vigiar os seus sintomas e a trabalhar com os seus médicos para reduzir o seu impacto nas atividades diárias. A publicação é parte de uma iniciativa patrocinada pela UCB para sensibilizar e promover a compreensão da síndrome das pernas inquietas entre profissionais da saúde e pacientes.

Fontes:

Picchiatti MA, Picchiatti DL. Advances in pediatric restless legs syndrome: Iron, genetics, diagnosis and treatment. *Sleep Medicine*. 2010;11:643.

Yilmaz K, et al. Prevalence and correlates of restless legs syndrome in adolescents. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 2011;53:40

Tradução e revisão para Português

Sílvia Nunes Correia, tradutora

Eulália Semedo, MD, MSc