

SEJA EFICIENTE NA PREVENÇÃO DA INSUFICIÊNCIA RENAL

Sebastião Antônio Borba¹
Éverton Germano Araújo Melo²
Raissa Ferreira Lelis²

RESUMO: As análises dos últimos levantamentos de dados epidemiológicos sobre a Doença Renal Crônica (DRC) no Brasil e no mundo nos mostram o rápido aumento dessa doença. No ano de 2006, foi estimado que cerca de dois milhões de brasileiros eram portadores de DRC, sendo que mais da metade dessa população desconhecia o seu estado mórbido. Na maioria das vezes a DRC é silenciosa, pois os sinais e sintomas clínicos são inespecíficos. Dessa forma, o projeto “Seja Eficiente na Prevenção da Insuficiência Renal”, criado por acadêmicos da Universidade Federal de Uberlândia, com o apoio da Liga de Transplantes, Sociedade Brasileira de Nefrologia e Associação dos Renais Crônicos de Uberlândia, visa conscientizar a população da importância da realização dos exames diagnósticos e do acompanhamento médico em doenças dos rins. A atuação ocorreu nas escolas da rede pública e privada da cidade de Uberlândia, na Central de Abastecimento de Uberlândia (CEASA) e em centros públicos de saúde. O intuito era fazer com que a população de Uberlândia tivesse mais informações em relação à DRC, principalmente sobre formas de prevenção, para que, no futuro, possa haver uma diminuição da prevalência desta doença na região. Assim, trata-se de um trabalho de ação continuada.

PALAVRAS-CHAVE: Doença Renal Crônica (DRC). Projeto de extensão. Prevenção.

Be efficient in the prevention of renal failure

ABSTRACT: The analysis of recent surveys of epidemiological data on the Chronic Kidney Disease (CKD) in Brazil and in the world show us the rapid increase of this disease. In 2006 it was estimated that about two million people were suffering from CKD and more than a half the population didn't know it. In most cases, CKD is silent with unspecific signs and symptoms. Therefore, the project “Be Efficient in the Prevention of Renal Failure” created by students at the Federal University of Uberlândia, with the support of the “League of Transplants”, of the “Brazilian Society of Nephrology” and “Chronic Renal Association of Uberlândia”, aims to raise awareness on the importance of diagnostic tests and the medical care relating to the kidney diseases. The work was performed in schools, on Ceasa and some public health centers. The intention is to make the population of Uberlândia to have some knowledge about the CKD, mainly on ways of prevention, in order to decrease the prevalence of this disease in our region. Thus, it is a permanent ongoing action.

KEYWORDS: Chronic Kidney Disease. Project of extension. Prevention.

¹ Graduando em Medicina pela Universidade Federal de Uberlândia (everton@yahoo.com.br; raissalelis@gmail.com).

INTRODUÇÃO

O número de pacientes com Doença Renal Crônica (DRC) tem aumentado assustadoramente em todo o mundo, inclusive no Brasil, nos últimos anos. Alguns especialistas referem-se à doença como a “nova epidemia do século XXI”. O aspecto que mais preocupa os profissionais da saúde é que o indivíduo portador da DRC pode ou não apresentar os sinais e sintomas que o alertem em relação ao problema, fazendo com que o diagnóstico da doença seja elucidado numa fase muito avançada, em que as alterações são irreversíveis (SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA, 2011).

Essas constatações são motivos de alerta para a população em geral, principalmente para indivíduos que fazem parte dos grupos de risco para o desenvolvimento de doenças dos rins, a saber: pacientes portadores de Hipertensão Arterial Sistêmica, de Diabetes Mellitus, de Glomerulonefrites, de Infecções Urinárias de Repetição, e familiares de portadores de algumas doenças renais (SESSO, 2002). Diabetes e Hipertensão são doenças de alta prevalência na população e correspondem às duas principais causas de DRC que, por consequência, traz a necessidade de tratamento por diálise e a espera por um transplante renal.

Cerca de 80 mil brasileiros estão em tratamento dialítico, e a cada ano 25 mil cidadãos iniciam esse tratamento. Contudo, o ideal seria que a cada ano pelo menos 150 mil novos pacientes iniciassem tratamento por diálise, segundo pesquisas realizadas pela Sociedade Brasileira de Nefrologia. Essa realidade custa para a saúde pública cerca de 1,4 bilhões de reais e corresponde a 10% do investimento nesse setor, explicitando que a prevenção é a melhor solução para a DRC.

Os rins são extremamente importantes na vida de um ser humano, pois são responsáveis pela regulação da Pressão Arterial Sistêmica, filtração do sangue, eliminação do excesso de medicamentos e toxinas, controle da quantidade de água e sal no corpo e produção de hormônios. A DRC é a perda gradativa e irreversível dessas funções renais. As doenças mais comuns, que lesam as diferentes estruturas dos rins, são as Glomerulonefrites, o Diabetes Mellitus, a Hipertensão Arterial Sistêmica e as Infecções Urinárias de Repetição, sendo que ocorrem quando há dificuldades do escoamento da urina, podendo estar associadas à presença de cálculos ou cistos renais (SESSO; BELASCO, 1996).

Os sintomas da DRC nem sempre são fáceis de ser identificados. Dentre os sintomas mais comuns estão a oligúria (redução da diurese), edema, astenia (fraqueza), palidez e sintomas causados pela uremia (elevação de uréia no sangue) como fadiga, mal estar, anorexia, soluços, gosto metálico na boca, sonolência e cansaço. Nos idosos, sintomas neurológicos podem ser a queixa principal, como perda de memória, irritabilidade, insônia e dificuldade de concentração. Os exames mais simples a serem realizados para avaliar a função renal são: o exame de urina e o exame de sangue, os quais irão indicar a quantidade de proteína eliminada através da urina e os níveis séricos de uréia e creatinina, respectivamente.

Os tratamentos para a DRC são realizados por meio do controle da Pressão Arterial Sistêmica, correção da dieta, prevenção e tratamentos de outras comorbidades, diálise e transplante renal. Na diálise, o médico irá determinar a quantidade e a frequência do tratamento, de acordo com o estado de atividade do organismo do paciente, da sua alimentação e ingestão de líquidos.

É um tratamento eficiente, porém o paciente passa a depender de uma aparelhagem para o resto da vida, pois a perda da função renal é irreversível e os danos psicossociais são, muitas vezes, irreparáveis. O transplante renal é considerado uma solução de longo prazo, pois se o transplante tiver êxito o novo rim suprirá todas as funções (secretora e excretora) que os rins naturais, porém a sua indicação dependerá da condição clínica particular de cada paciente. Além disso, se forem comparados os custos investidos pelo governo, os transplantes são mais econômicos que os tratamentos por diálise (SESSO; RODRIGUES NETO; FERRAZ, 2003).

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Dentre os objetivos do projeto “Seja Eficiente na Prevenção da Insuficiência Renal” estão: a) informar “o que é” e “quais as causas mais frequentes da DRC”; b) conscientizar a população sobre os principais fatores de risco: Hipertensão Arterial Sistêmica, Diabetes Mellitus, Glomerulonefrites e Infecções Urinárias de Repetição, por meio de palestras e apresentações educativas; c) orientar sobre os sinais e sintomas clínicos mais comuns da DRC; d) incentivar a população para a realização de exames periódicos para a avaliação da função renal; e) despertar o interesse, principalmente nos estudantes, sobre a anatomia e fisiologia do sistema renal; f) elucidar meios básicos de prevenção de acordo com a realidade da população abordada; g) promover a melhoria da saúde e qualidade de vida na cidade de Uberlândia.

METODOLOGIA

O projeto de extensão “Seja Eficiente na Prevenção da Insuficiência Renal” foi proposto por acadêmicos da Liga de Transplantes da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Uberlândia e aprovado pelo Programa de Extensão e Integração UFU/Comunidade (PEIC/UFU/2008) com vigência para o período de março a novembro de 2009. O projeto foi constituído de palestras informativas, filmes educativos, distribuição de folhetos e discussão dos temas abordados. Os participantes foram alguns membros da Liga de Transplantes e acadêmicos no curso de Medicina interessados no assunto, em um total de 20 colaboradores, dois coordenadores e um orientador. Os voluntários foram capacitados, com o auxílio de aulas expositivas e, assim, atuaram em conjunto nos locais e horários determinados, juntamente com o orientador e coordenadores.

Os locais de realização do projeto foram quatro escolas, sendo uma da rede estadual e três da rede privada, além do Centro de Abastecimento de Alimentos de Uberlândia (CEASA). Nas escolas, a intervenção foi feita mediante palestras informativas e ilustrativas sobre a DRC, causas mais comuns de adquirir a doença, medidas de prevenção e tratamentos. Ao final, foram distribuídos panfletos informativos a respeito da palestra e os interessados tiveram sua Pressão Arterial Sistêmica aferida, além do peso e altura medidos. Nestes locais, as palestras ocorreram nos turnos matutinos e noturnos para os alunos do ensino médio. No CEASA, durante os oito meses de duração do projeto, uma vez ao mês, foram distribuídos panfletos e orientação para os funcionários, sendo que essas atividades ocorreram no período vespertino.

Além disso, os colaboradores realizaram seminários sobre Anatomia, Fisiologia, as principais doenças renais e os tipos de tratamento relacionados à DRC, a fim de aprofundarem seus conhecimentos a respeito dos temas abordados no projeto.

Montou-se um cronograma de execução com duração de oito meses, sendo que, uma vez ao mês, reunia-se com o orientador para a reavaliação do plano e a elaboração de novas ideias com a finalidade de melhorar o aproveitamento da atividade de extensão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram ministradas 12 palestras, sendo três em cada escola. A panfletagem ocorreu uma vez ao mês no CEASA, sendo o trabalho elucidado principalmente para os profissionais do sexo masculino. Foram abordadas cerca de cinco mil pessoas, as quais tiveram a oportunidade de esclarecer as suas dúvidas acerca do quadro clínico, diagnóstico, tratamento e, principalmente, das formas efetivas de prevenção da DRC.

Os materiais utilizados foram: folders, banners, camisetas, buttons, bexigas e CDs com as palestras realizadas gravadas. Grande parte do material foi disponibilizada pela Sociedade Brasileira de Nefrologia, por meio do programa “Previna-se”. As palestras em *Power Point* continham figuras, fotos e abordavam a anatomia e fisiologia renal, as condições que podem causar a DRC e as formas de prevenção. No final, era passado um filme educativo, “Mundo dos Rins”, o qual apresenta quais as funções que os rins exercem no nosso organismo, quais as causas e os tipos de doenças renais mais prevalentes e discorre sobre a importância da prevenção das doenças renais.



Os rins são órgãos de extrema importância para a manutenção da homeostasia, ou seja, do equilíbrio hidroeletrolítico e ácido-básico do nosso corpo, estão alojados na porção retroperitoneal do abdômen e são responsáveis, basicamente, por quatro funções no organismo: eliminação de toxinas do sangue; metabolismo ósseo e produção de glóbulos vermelhos; controle da Pressão Arterial Sistêmica e controle hidroeletrolítico do nosso organismo. Em relação à eliminação de toxinas do sangue, semelhante ao trabalho dos filtros, os rins atuam no sentido de conservar o corpo livre das mesmas. O sangue entra nos rins pela artéria renal para que

seja “filtrado” e, após esse processo, o mesmo retornará à circulação por meio da veia renal.

Outro aspecto muito importante relacionado à funcionalidade dos rins é que esses órgãos participam da formação dos ossos, regularizando as concentrações de cálcio e de fósforo presentes no sangue e, além disso, produzem uma forma ativa da vitamina D, a qual será importante na dinâmica do metabolismo ósseo. Os rins também liberam um hormônio chamado eritropoetina, que atua na medula óssea, fazendo com que haja a maturação dos eritrócitos, também conhecidos como glóbulos vermelhos ou hemácias. Além disso, o controle da Pressão Arterial Sistêmica ocorre pelo fato de os rins serem responsáveis pelo equilíbrio das concentrações de sódio, da quantidade de líquidos no corpo e também por secretarem uma substância denominada renina. A renina participa de um importante sistema conhecido como “Sistema Renina-Angiotensina-Aldosterona” que efetiva o controle da Pressão Arterial Sistêmica. Por fim, os rins participam ativamente do controle hidroeletrólítico no nosso organismo.

Logo, um inadequado funcionamento renal resulta em uma condição muito séria conhecida como uremia. Os sintomas da uremia incluem: náuseas, debilidade, fadiga, desorientação, dispnéia e edema nos membros superiores e inferiores. Nessa situação, algumas toxinas irão acumular-se no sangue e poderão ser usadas para avaliar a gravidade do problema. As principais substâncias usadas para esse propósito são a uréia e a creatinina, já que a enfermidade dos rins está associada, frequentemente, a níveis elevados dessas substâncias no sangue.

Em decorrência da realização deste trabalho, houve a conscientização da população abordada, com o intuito de prevenir e reduzir o número de portadores da DRC. A expectativa é que, em um futuro próximo, diminua-se a prevalência, as sequelas e os traumas psicológicos adquiridos pelos portadores das doenças renais, principalmente os submetidos à diálise.

É importante salientar que, no ano de 2011, o projeto está em sua segunda etapa de execução, com o objetivo de expandir o conhecimento acerca da DRC e suas formas de prevenção para a população de Uberlândia. Além disso, está sendo elaborado um questionário que será distribuído no CEASA e nas escolas onde as palestras foram realizadas na primeira etapa do trabalho. A intenção é avaliar o conhecimento adquirido acerca das principais formas de prevenção da DRC e, com isso, fazer uma análise sobre a eficiência da abordagem realizada na primeira etapa e, a partir de então, sejam elaboradas alternativas mais eficazes que resultem na diminuição da prevalência da DRC na nossa região.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Trabalhos de prevenção relacionados à DRC ocorrem em todo o país. A Sociedade Brasileira de Nefrologia apóia iniciativas como essa, disponibilizando materiais informativos e educativos a respeito das doenças renais, medidas de prevenção, diagnóstico e tratamento. Desta forma, o projeto de extensão “Seja Eficiente na Prevenção da Insuficiência Renal” contribuiu para a elucidação das principais causas que levam à DRC, como o Diabetes Mellitus e a Hipertensão Arterial Sistêmica, que são doenças comumente diagnosticadas em nosso país.

As orientações sobre métodos, diagnósticos e opções de tratamentos disponíveis no Brasil podem ser encontradas nas Diretrizes Brasileiras acerca da DRC, publicadas pela Sociedade Brasileira de Nefrologia.

Por acreditarmos que as atividades de extensão devem ser estimuladas no âmbito universitário, e que esse é um compromisso das instituições com a sociedade, este projeto, e os vários outros que ocorrem além-campus, tem sua justificativa. Afinal, a Universidade Federal deve comprometer-se com a população, no sentido de levar conhecimento, esclarecimento e, por consequência, bem-estar e qualidade de vida.

AGRADECIMENTOS

Sinceros agradecimentos à Sociedade Brasileira de Nefrologia, Associação dos Renais Crônicos de Uberlândia e aos acadêmicos da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Uberlândia que contribuíram substancialmente para a realização deste trabalho: Andréa Toledo Medeiros, Arthur de Freitas Ferreira, Camila Caetano Cardoso, Daniela Oliveira Afonso, Fernando Marcondes Cordeiro, Gabriela Gonçalves Machado, Gabriela Spacek da Fonseca, Isabela Alves Jordão, Ítala Reis Alvarenga, José Ricardo Bento Silva, Laís Prudente de Andrade, Lara de Oliveira Gonçalves, Larissa Araújo Ribeiro, Leonardo Landó, Letícia Pereira de Souza, Luiz Fernando Campos Bruno, Luma Severino Azambuja e Guimarães, Marcel Pereira Moussa, Sabrina Ferreira Silva e Tassiana Rodrigues Alves.

REFERÊNCIAS

- ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE TRANSPLANTE DE ÓRGÃOS. Disponível em: <www.abto.org.br>. Acesso em: 27 abr. de 2011.
- BASTOS, M. G. et al. Doença Renal Crônica: Problemas e Soluções. **J Bras Nefrol**, São Paulo, v. 36, n. 4, p. 202-215, dez. 2004.
- BATISTA, P. B. P.; LOPES, A. A. **Estudo Epidemiológico sobre a terapia renal substitutiva II**. Brasília: [s.n.] 2004. 182p.
- CORESH, J. et al. Prevalence of Chronic Kidney Disease in the United States. **JAMA**, New York, 7 nov. 2007. Disponível em: <<http://jama.ama-assn.org/content/298/17/2038>>. Acesso em: 24 abr. 2011.
- SESSO, R. Epidemiologia da Insuficiência Renal Crônica no Brasil. In: BARROS, E. et al. **Nefrologia: rotinas, diagnóstico e tratamento**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- SESSO, R.; BELASCO, A. G. Late diagnosis of chronic renal failure and mortality on maintenance dialysis. **Nephrol Dial Transplant**, Oxford, v. 11, p. 2417-2420, 1996.
- SESSO, R.; BELASCO, A. G.; AJZEN, H. Late diagnosis of chronic renal failure. **Brazilian**

journal of medical and biological research, Riberão Preto, v. 29, p. 1473-1478, 1996.

SESSO, R.; RODRIGUES, N. J. F.; FERRAZ, M. B. Impact of socioeconomic status on quality of life of ESRD patients. **American Journal of Kidney Diseases**, Philadelphia, v. 41, p. 186-195, 2003.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. Disponível em: < <http://www.sbn.org.br/> >. Acesso em: 27 de abr. 2011.

Submetido em 18 de janeiro de 2011

Aprovado em 15 de abril de 2011