



## **AVC EM MULHERES JOVENS: O QUE A FONOAUDIOLOGIA PODE FAZER?**

*Maria Verônica Zakaluk Alves<sup>1</sup>; Ana Paula Vila Labigalini<sup>2</sup>*

**RESUMO** Sujeitos acometidos por um AVC (Acidente Vascular Cerebral), que pode ocorrer devido a má alimentação, sedentarismo, uso de anticoncepcionais, uso de drogas, entre outros, ou por algum trauma externo denominado TCE (Trauma Cerebral Encefálico) podem ter sequelas relacionadas a linguagem, alimentação, entre outras, e necessitará de um profissional para ajudá-lo a reduzir essas manifestações, o Fonoaudiólogo. Esta é o ramo da ciência que estuda a comunicação humana bem como seus aspectos normais e patológicos, visando à pesquisa, a prevenção, a avaliação e a terapia fonoaudiológica da comunicação oral e escrita, voz, audição, aperfeiçoamento da fala, entre outros. Aquele que apresentar dificuldades na comunicação pode passar por inúmeras dificuldades na vida, uma delas é o preconceito. São os hormônios femininos, o estrogênio e a progesterona, os responsáveis por imunizar a mulher das doenças vasculares. O uso de anticoncepcional oral pode representar um perigo, porque contêm os dois tipos de hormônios. Ao lado de doenças como hipertensão e diabetes, o fumo e as alterações nos níveis de colesterol formam o chamado "quarteto mortal". O objetivo do trabalho foi caracterizar o estilo de vida de universitárias, de cursos noturnos com idade entre 20 a 40 anos, visando prevenir os casos de AVC em mulheres jovens. Foi observado que as alunas não mantém hábitos de vida saudável, como a prática de esportes e a alimentação balanceada, além de apresentarem riscos na família de desenvolver doenças crônicas que podem desencadear um AVC, também foi observado altos níveis de depressão precoce entre os sujeitos da pesquisa e como fator preocupante, a maioria dos sujeitos da pesquisa, não tem o hábito de consultar ao médico periodicamente, apenas quando apresenta algum sintoma.

**PALAVRAS-CHAVE:** Acidente Vascular Cerebral; Estilo de Vida; Fonoaudiologia

### **INTRODUÇÃO**

Desde que nascemos, a linguagem está presente em nosso mundo. É um sistema constituído por elementos que podem ser gestos, sinais, sons, símbolos ou palavras, que são usados para representar conceitos de comunicação, idéias, significados e pensamentos.

De acordo com Vygotsky (in SCHUTZ, 2004), todas as atividades cognitivas básicas do indivíduo ocorrem de acordo com sua história social e acabam se constituindo no produto do desenvolvimento histórico-social de sua comunidade. Portanto, as habilidades cognitivas e as formas de estruturar o pensamento do indivíduo não são determinadas por fatores congênitos. São, isto sim, resultado das atividades praticadas de acordo com os hábitos sociais da cultura em que o indivíduo se desenvolve. Conseqüentemente, a história da sociedade na qual a criança se desenvolve e a história pessoal desta criança são fatores cruciais que vão determinar sua forma de pensar. Neste processo de desenvolvimento cognitivo, a linguagem tem papel crucial na determinação de como a criança vai aprender a pensar, uma vez que formas avançadas de pensamento são transmitidas à criança através de palavras.

Coudry (2007) diz que a afasia é caracteriza por uma lesão cerebral de extensão limitada localizada no hemisfério esquerdo, onde em uma pessoa destra poderá fazê-la

perder a capacidade de utilizar a linguagem como meio de comunicação e como meio de representação simbólica: o indivíduo não poderá se exprimir oralmente ou por escrito de uma forma inteligível; ele não mais decifra as mensagens que recebe sob a forma de linguagem falada ou escrita. Segundo Luria (1981), os processos mentais superiores são aqueles formados no curso da história, sociais em suas origens, complexos e hierárquicos em sua estrutura. Trata-se de formas fundamentais da atividade consciente humana: fala, pensamento, escrita, leitura, memorização, praxia, percepção, gnosis e cálculo. Afasia pode ser entendida como uma perturbação da linguagem caracterizada pela perda parcial ou total da faculdade de exprimir os pensamentos por sinais e de compreender esses sinais.

O AVC atinge todas as idades, contudo, existem casos em que o AVC foi causado pelo uso contínuo e precoce de anticoncepcionais, remédios para emagrecer ou consumo de drogas, entre outros, o que ressalta o acréscimo de casos de AVC em mulheres jovens. Não é uma regra a se seguir que anticoncepcionais causem AVC, contudo, esse tipo de contracepção aumenta a capacidade de coagulação do sangue. O mesmo pode ocorrer quando a mulher faz reposição hormonal na menopausa. A mulher usuária de pílula anticoncepcional ou faz reposição hormonal está mais sujeita a sofrer de trombose (formação de coágulos no interior de um vaso sanguíneo), e a trombose pode levar ao AVC. Algumas condições genéticas favorecem a ocorrência desse problema. Muitas vezes, porém, o AVC sofrido por uma mulher jovem é o primeiro da família.

Para Segatto (2010), a mulher é menos propensa a doenças vasculares que o homem. São os hormônios femininos, o estrogênio e a progesterona, os responsáveis por essa imunização. Quando o estrogênio está presente em níveis alterados, forma-se um coágulo ou trombo nas vias arteriais, o que pode provocar um aumento nos níveis de colesterol ruim (LDL), com redução do HDL, o colesterol bom. Os anticoncepcionais orais (pílulas) são os mais nocivos, porque contêm os dois tipos de hormônios. Os injetáveis só contêm progesterona. O problema é mais frequente em mulheres acima dos 35 anos, por isso, os anticoncepcionais são contra-indicados para essas pacientes. O risco de doenças vasculares em mulheres fumantes pode aumentar entre quatro e dez vezes em relação às não-fumantes. O tempo é um fator importante.

Quanto mais tempo uma fumante usa pílula, maior é a chance de ocorrer problemas. Mas as mulheres jovens, entre 20 e 40 anos, são sérias candidatas a esses distúrbios, se forem ou tiverem sido fumantes. As bulas dos medicamentos fazem esse alerta, porém, o uso de anticoncepcionais sem receita médica pode fazer o risco passar despercebido.

Em fevereiro de 2010 um estudo apresentado na reunião anual da American Stroke Association chamou a atenção para esse fato. Na faixa etária dos 45 aos 54 anos, o AVC já é duas vezes mais comum em mulheres do que em homens nos Estados Unidos. A pesquisa de Amytis realizada entre 2005 e 2006 revelou que 62% das mulheres nessa faixa etária tinham obesidade abdominal. Nos homens, o índice foi de 50%. A pesquisadora suspeita que a incidência de AVC tenha aumentado também nas mulheres com menos de 35 anos.

## **METODOLOGIA**

Foram escolhidos 4 cursos de 2 áreas distintas, noturnos da instituição questão (jornalismo, administração, contabilidade, direito, farmácia, estética, nutrição, enfermagem). A pesquisa aconteceu com 51 alunas entre as idades entre 20 a 42 anos. Alunos que optam por estudar a noite geralmente trabalham durante o dia. Por terem uma carga horária árdua estes indivíduos não disponibilizam muito tempo para cuidar da saúde, de ter uma alimentação saudável, de praticar esportes e de disponibilizar tempo para fazer consultas médicas.

Para a realização do estudo foi utilizado um questionário (APÊNDICE A) com perguntas fechadas sobre conhecimentos gerais de saúde, atividades físicas e práticas

alimentares, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, microcomputador, programas como Microsoft Word e Excel, impressora, papel e caneta.

O local foi uma instituição de ensino superior do norte paranaense.

O trabalho foi iniciado com a organização das idéias e pesquisa bibliográfica em sites, sobre o tema acima citado. Em seguida, as coordenações dos cursos serão procuradas para apresentar o trabalho e pedir autorização para aplicação nos cursos escolhidos. Após a aprovação do comitê de ética, as salas de aulas foram visitadas, foi solicitada a autorização do professor, o objetivo do trabalho foi explicado aos alunos, foram coletadas as autorizações, por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e então foi aplicado o questionário previamente preparado para a coleta de dados. Com o material aplicado e recolhido, foi organizado e analisado. Por meio dos dados coletados um folder foi elaborado, assim o trabalho poderá ser divulgado e este promoverá informação sobre prevenção e dados estatísticos para os alunos participantes, sociedade, profissionais de áreas afins e a todos aqueles que se interessarem.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O seguinte estudo foi realizado com 51 alunas, com idade entre 20 e 42 anos. Entre essas, 69% trabalham durante o dia e estudam no período da noite. É bastante expressiva a participação dos jovens no mercado de trabalho. No ano de 2003, o censo demográfico mostrou que existiam no Brasil quase 34 milhões de jovens de 15 a 24 anos de idade. Dentre eles, 64,9% foram considerados trabalhadores. Os dados também apontaram que cerca de 25% dos jovens de 20 a 24 anos trabalhavam e estudavam, 15% apenas estudavam e 60% apenas trabalhavam ( IBGE, 2003).

Relataram que ter período de sono entre 8 e 6 horas por noite, 53% referiram não dormir o suficiente, 57% sentem cansaço durante o dia e, por esse motivo, 37% tomam algum tipo de bebida energética (café, guaraná, entre outros). Segundo Nagai (2009), as principais causas da sonolência excessiva são a sua privação e seus distúrbios. Smith (2002) mostrou os efeitos da cafeína no comportamento humano, como por exemplos, aumento do alerta, melhora do desempenho motor e diminuição da fadiga.

Em relação à realização de atividade física, 16% realizam pelo menos 3 vezes na semana algum esporte, como caminhada, musculação, entre outros. Além disso, 47% relataram ter tempo disponível para lazer. Alves et. al (2005) relatam que a inatividade física é um fator de risco independente para a doença cardiovascular, hipertensão arterial, obesidade e hipercolesterolemia. Estudos prospectivos populacionais demonstram que a atividade física diminui o risco de doença coronariana; metanálise de mais de 40 estudos demonstrou que o risco de doença coronariana em pessoas inativas é 1,9 vez maior, em comparação com as ativas, independente de outros fatores de risco. Esse risco individual é comparável com o risco associado do tabagismo, hipertensão e hipercolesterolemia. A prática de atividade física diminui o risco de aterosclerose e suas conseqüências (angina, infarto do miocárdio, doença vascular cerebral), ajuda no controle da obesidade, da hipertensão arterial, do diabetes, da osteoporose, das dislipidemias e diminui o risco de afecções osteomusculares e de alguns tipos de câncer (colo e de mama). Contribui ainda no controle da ansiedade, da depressão, da doença pulmonar obstrutiva crônica, da asma, além de proporcionar melhor auto-estima e ajuda no bem-estar e socialização do cidadão. De acordo com Garcia (1997), seriam oito horas de trabalho, oito horas de sono e oito horas de tempo livre, o equilíbrio ideal e qualitativo da vida.

Em relação aos hábitos alimentares, 39% das entrevistadas relataram manter uma alimentação balanceada diariamente, 41% consomem lanches rápidos pelo menos 3 vezes na semana, em que a preferência é por assados com 54%. Apesar da relevância atual do ponto de vista curativo, a nutrição e o comportamento alimentar são, cada vez mais, considerados na perspectiva da prevenção primária e, por isso, investigados no indivíduo e grupos saudáveis e do ponto de vista do comportamento. Características da dieta, desequilíbrio nos nutrientes que a compõe, excessos ou déficit relativo de alguns

elementos, têm consequências negativas nos índices de saúde imediatos e a longo prazo dos indivíduos. A alimentação atual, nos países ocidentais e industrializados, por exemplo, caracteriza-se por conter proteínas, gorduras e açúcar em excesso, em detrimento de fibras vegetais. (VIANA, 2002).

Dentre as entrevistadas, 0,05% fumam entre 5 e 20 cigarros por dia. Sobre o consumo de bebida alcoólica, 46% consomem com frequência. A população de jovens universitários parece ser vulnerável ao consumo de bebidas alcoólicas, sendo esta uma das maiores preocupações no que se refere à saúde e ao comportamento do estudante. Muitos são os fatores que contribuem para esse fato, e em especial nessa população, os quais estão deixando a casa dos pais para morarem sozinhos ou com amigos, leva-os a ter que enfrentar situações novas, agir com autonomia e criar e respeitar seus próprios limites. Tais mudanças muitas vezes geram dificuldades e estresse, que, somados à forma de socialização corrente nas universidades através de festas, os deixa mais expostos ao consumo de bebidas alcoólicas. Outra questão levantada é o fator social, já que o uso de álcool é bem aceito nas festas e diversões universitárias, somado à pressão exercida pelos colegas para o consumo e também ao baixo preço cobrado por estas bebidas, o que faz com que aumente o risco de que o jovem estudante beba de modo a se intoxicar. (PILLON e CORRADI-WEBSTER, 2006)

Quando as entrevistadas foram questionadas sobre as alterações de saúde crônicas presentes em sua família, as mais citadas foram triglicerídeos alto, diabetes e hipertensão. E em relação às doenças alterações de saúde dos sujeitos da pesquisa, as escolhidas foram depressão e hipertensão. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), desde a década de 1990, a depressão vem ocupando uma posição de destaque no rol dos problemas de saúde pública. Pesquisas realizadas no contexto acadêmico vêm registrando um índice elevado de casos de depressão, a exemplo de um estudo desenvolvido por Santos, Almeida, Martins e Moreno (2003) com o objetivo de identificar e mensurar os sintomas de depressão mais frequentes entre universitários. Este estudo apontou para a predominância de depressão em mulheres (97%) com idade média de 20 anos. No total de uma amostra de 99 estudantes, 41% apresentaram grau de depressão variando de leve até grave, cujos sintomas mais frequentes foram auto-acusação, irritabilidade e fadiga. (FONSECA, COUTINHO E AZEVEDO 2008)

Entre as alunas que participaram da pesquisa, 12% fazem uso de antidepressivo e 47% de anticoncepcional oral entre o período de 8 meses à 9 anos, 0,02% comentou com sua médica ginecologista o uso conjunto de fumo e anticoncepcional oral e 30% das entrevistadas só vão ao médico quando apresentam algum sintoma associado. Segundo Carvalho (2009) o risco de derrame é cerca de 2% a 3% maior entre mulheres que usam anticoncepcionais do que em não-usuárias, enquanto a incidência de varizes sofre um aumento de 28% quando se trata de mulheres que usam pílulas anticoncepcionais. O infarto, porém, não parece estar diretamente ligado a esses fatores. Não há registros, nacionais ou internacionais, de pesquisas sobre infarto provocado pelo uso conjunto de pílula e cigarro. Nas mulheres que têm enxaqueca, fumam e tomam pílula, o risco de AVC é 22 vezes mais elevado. Para Segatto (2010) a mulher é menos propensa a doenças vasculares que o homem. São os hormônios femininos, o estrogênio e a progesterona, os responsáveis por essa imunização. Quando o estrogênio está presente em níveis alterados, forma-se um coágulo ou trombo nas vias arteriais, o que pode provocar um aumento nos níveis de colesterol ruim (LDL), com redução do HDL, o colesterol bom. Mas não é qualquer anticoncepcional que pode representar um perigo. Os anticoncepcionais orais (pílulas) são os mais nocivos, porque contêm os dois tipos de hormônios. Os injetáveis só contêm progesterona. O problema é mais frequente em mulheres acima dos 35 anos, por isso, os anticoncepcionais são contra-indicados para essas pacientes. O risco de doenças vasculares em mulheres fumantes pode aumentar entre quatro e dez vezes em relação às não-fumantes. O tempo é um fator importante. Quanto mais tempo uma fumante usa pílula, maior é a chance de ocorrer problemas. Mas as mulheres jovens, entre 20 e 40 anos, são sérias candidatas a esses distúrbios, se forem ou tiverem sido

fumantes. As bulas dos medicamentos fazem esse alerta, porém, o uso de anticoncepcionais sem receita médica pode fazer o risco passar despercebido. Em fevereiro de 2010 um estudo apresentado na reunião anual da American Stroke Association chamou a atenção para esse fato. Na faixa etária dos 45 aos 54 anos, o AVC já é duas vezes mais comum em mulheres do que em homens nos Estados Unidos. A pesquisa de Amytis realizada entre 2005 e 2006 revelou que 62% das mulheres nessa faixa etária tinham obesidade abdominal. Nos homens, o índice foi de 50%. A pesquisadora suspeita que a incidência de AVC tenha aumentado também nas mulheres com menos de 35 anos.

Foi realizada comparação entre um curso da área da saúde e outro da área social, para averiguar se estudantes da área da saúde são mais conscientes sobre os cuidados com a saúde por receberem mais conhecimentos sobre o assunto durante a graduação e assim tomem cuidados mais específicos, porém, foi observado paridade entre os cursos, levando em consideração qualidade e duração do sono, hábitos (alimentação, exercícios, tabagismo e etilismo).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2002) os estilos de vida são considerados como um dos principais determinantes à saúde de jovens. Alimentação não balanceada, sobrepeso, obesidade, sedentarismo, fumo, abuso de álcool e uso de substâncias ilícitas são alguns exemplos de estilos de vida observados em grande número de jovens.

## **CONCLUSÃO**

Segundo os dados recolhidos por meio do questionário, feito às alunas que cursam o ensino superior de uma cidade do interior do Paraná, foi observado que a maioria dos jovens, mesmo aqueles que não trabalham durante o dia e estudam no período noturno, não mantém regularmente uma vida saudável, praticando esportes e se alimentando com qualidade e além disso, a maioria apresenta fator de pré-disposição ao desenvolvimento de doenças crônicas como hipertensão, diabetes e colesterol alto, pela presença dessas na família, que são pré-dispositivos para que aconteça um Acidente Vascular Cerebral (AVC). Também foi observado grande incidência de depressão entre as jovens pesquisadas.

Como a Fonoaudiologia pretende preservar e aprimorar a qualidade da comunicação do indivíduo, cabe a nós informar e alertar a população dos riscos que estão correndo em não se prevenirem, por meio de hábitos saudáveis, de um AVC. Este pode trazer sérias conseqüências de comunicação dependendo do local, grau e extensão da lesão, principalmente se ocorrer do hemisfério esquerdo do cérebro.

Trabalhos de caráter de promoção e prevenção de saúde multidisciplinar poderiam ser incentivados, tais como a elaboração e divulgação de folders informativos, realização de palestras em faculdades e escolas, promoção de atividades físicas que atraiam os jovens, orientações nutricionais, incentivo na mídia, entre outras propostas.

## **REFERÊNCIAS**

ALVES, J. G. B.; MONTENEGRO, F. M. U.; OLIVEIRA, F. A. O.; ALVES, R. V. Prática de esportes durante a adolescência e atividade física de lazer na vida adulta. Revista Brasileira de Medicina do Esporte Vol. 11, Nº 5. Set/Out, 2005.

ASSENCIO-FERREIRA, V. J. Neurologia e Fonoaudiologia. São José dos Campos: Pulso, 2003

BALLONE G. J. *Alterações da Linguagem* in. Disponível em <http://www.psiqweb.med.br/>. Data de acesso: 18, de junho de 2010.

CARDOSO, T. A. L. Desenvolvimento de linguagem. Disponível em: <http://www.profala.com/arttf64.htm>, Acesso em: 18 de junho de 2010.

CARVALHO, G. Derrame cerebral entre mulheres jovens e cigarro. Disponível em: <http://www.euvouparardefumar.com/conscientizacao/derrame-cerebral-entre-mulheres-jovens-e-cigarro.html>, Janeiro de 2009, Acesso em: 16 de maio de 2010.

CAIADO, E. C. C. Relação da Fonoaudiologia com o AVC. *Brasil Escola*. Disponível em: <http://www.brasilecola.com/fonoaudiologia/a-relacao-fonoaudiologia-com-avc-acidente-vascular-.htm>. Data de acesso: 16 de maio de 2010.

COUDRY, M. I. H. Linguagem, afasia, cérebro e mente. Associação médica espírita do Brasil, 2007. Disponível em: <http://www.amebrasil.org.br/portal/?q=node/55>. Data de acesso: 19 de maio de 2010.

FALCÃO, I. V.; CARVALHO, E. M. F.; BARRETO, K. M. L.; LESSA, F. J. D.; LEITE, V. M. M. Acidente vascular cerebral precoce: implicações para adultos em idade produtiva atendidos pelo Sistema Único de Saúde. *Revista Brasileira de Maternidade Infantil*, Recife, v. 4, n. 1, p. 95-102, jan./mar., 2004.

FONSECA, A. A.; COUTINHO, M. P. L.; AZVEDO, R. L. W. Representações Sociais da Depressão em Jovens Universitários Com e Sem Sintomas para Desenvolver a Depressão. *Revista Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 21, n.3, p. 492-498, 2008.

GENESTRETI, G. Casos de derrame cerebral aumentam entre os jovens. *Folha de São Paulo*. Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/883177-casos-de-derrame-cerebral-aumentam-entre-os-jovens.shtml>. Data de acesso: 02 de março de 2011.

KAGAN, A. Uma introdução à afasiologia de Luria: teoria e aplicação. Kagan e Michael M. Saling; trad. Débora Pita. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

LURIA, A. R. Fundamentos em Neuropsicologia. Rio de Janeiro: Livros Técnicos e Científicos; São Paulo: Ed. Da Universidade de São Paulo, 1981.

Ministério da Saúde. DATASUS. Estatísticas vitais – Mortalidade e nascidos vivos. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/saude/>, acesso em: 18 de Setembro de 2011.

PEREIRA, M. T.J. G. Fonoaudiologia: Uma vivencia em Saúde Publica. CEFAC, São Paulo, 1999.

PILLON, S. C.; CORRADI-WEBSTTER, C. M. Teste de identificação de problemas relacionados ao uso de álcool entre estudantes universitários. *Revista de Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 14, n.3, p. 325-332, jul/set, 2006.

RESENDE, A. Parceria entre pílula anticoncepcional e cigarro é ameaça à circulação sanguínea. *Folha online*. < [http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/equi20000927\\_pilulaabre.shtml](http://www1.folha.uol.com.br/folha/equilibrio/equi20000927_pilulaabre.shtml)>. Data de acesso: 16 de maio de 2010.

SEGATTO, C. Derrame das Mulheres Jovens. *Época*, abril. 2010. Disponível em: <http://revistaepoca.globo.com/Revista/Epoca/0,,EMI135354-15257,00O+DERRAME+DAS+MULHERES+JOVENS.html>. Data de acesso: 16 de maio de 2010.

SCHUTZ, R. "Vygotsky & Language Acquisition." English Made in Brazil. Disponível em: <http://www.sk.com.br/sk-vygot.html>. Online. 5 de dezembro de 2004. Acesso em: 16 de maio de 2010.

VIANA, V. Psicologia, saúde e nutrição: Contributo para o estudo do comportamento alimentar. Revista Análise Psicológica, v. 4, p. 611-624, 2002.