



SISTEMA NERVOSO AUTÔNOMO

As lesões na medula espinhal causam um efeito dominó em todo o corpo, interrompendo não apenas a mobilidade, mas muitas outras funções críticas. O impacto no sistema nervoso autônomo pode ser especialmente significativo. Compreender como o sistema nervoso autônomo funciona e as maneiras pelas quais uma lesão na medula espinhal pode causar disfunção pode ajudar a gerenciar ou prevenir distúrbios e condições secundárias de saúde.

P: O que é o sistema nervoso autônomo?

O sistema nervoso autônomo (ANS) controla uma série de funções involuntárias em seu corpo, incluindo regulação da temperatura, frequência cardíaca e respiratória, resposta sexual, pressão arterial e digestão. Considere tudo o que seu corpo faz sem nenhum esforço consciente de sua parte, desde respirar e piscar até ir ao banheiro e suar durante um treino. Essas ações são dependentes de um ANS funcionando com sucesso, que recebe informações sobre o corpo e fatores externos por meio de células nervosas e responde estimulando ou inibindo os processos corporais. Suas duas partes principais, os sistemas simpático e parassimpático, trabalham juntas para criar equilíbrio no corpo. O **sistema simpático** causa uma resposta de “luta ou fuga”, aumentando a frequência cardíaca ou a pressão sanguínea e preparando o corpo para a ação. O **sistema parassimpático** normalmente retarda e restaura a função, melhorando a digestão, diminuindo a pressão arterial e sinalizando ao coração para bombear mais lentamente. O efeito estimulante inicial do sistema simpático é geralmente compensado pela resposta parassimpática, evitando que o corpo reaja exageradamente à dor.

P: Como minha lesão na medula espinhal afeta meu sistema nervoso autônomo?

Uma lesão na medula espinhal interrompe a capacidade do ANS de regular as funções dos órgãos internos, incluindo o coração, vasos sanguíneos, estômago, intestino, fígado, pulmões e glândulas sudoríparas, salivares e digestivas. Uma maneira pela qual uma lesão pode afetar o ANS é impedindo que a resposta do sistema parassimpático viaje abaixo do nível da lesão. O

resultado permite que a estimulação aumentada desencadeada pelo sistema simpático continue sem controle. Dor ou desconforto de bexigas cheias, constipação, sexo, ossos quebrados ou até mesmo menstruação podem levar ao aumento da pressão arterial que causa disreflexia autonômica, uma condição potencialmente fatal. Um ANS com funcionamento anormal também pode causar uma variedade de outros problemas de saúde, incluindo uma queda repentina na pressão arterial ao se levantar ou durante a digestão, sudorese excessiva e disfunção sexual.

P: Como posso gerenciar melhor as mudanças no meu sistema nervoso autônomo após uma lesão para evitar condições secundárias?

Entenda as maneiras pelas quais seu sistema pode ser acionado e aja preventivamente para evitar reações perigosas. Realize regularmente o controle do intestino e da bexiga. Trate prontamente e cuide de úlceras de pressão ou unhas encravadas. Mantenha-se hidratado bebendo água de forma constante ao longo do dia. Use um aglutinante abdominal ou meias de compressão para ajudar a aumentar a circulação sanguínea e prevenir a pressão arterial baixa. Levante-se lentamente da posição deitada, usando uma cadeira de rodas que se incline para trás, se necessário, para chegar gradualmente à posição vertical. Coma refeições menores ao longo do dia para ajudar na digestão e evitar flutuações da pressão arterial. Esteja atento ao excesso de sol ou exposição ao frio se a regulação da temperatura for um problema.

P: Quais níveis de lesão são mais afetados por anormalidades do sistema nervoso autônomo?

Indivíduos com lesões cervicais e aqueles acima de T6 têm maior risco de desenvolver disreflexia autonômica e distúrbios autonômicos, incluindo hipotensão ortostática.

Fontes: Manual Merck, Model Systems Knowledge Translation Center, Craig Hospital, Fundação Christopher & Dana Reeve, Shirley Ryan Ability Lab.

Precisa falar com alguém?

Nossos especialistas em informação estão disponíveis para responder às suas perguntas.

Ligue gratuitamente para 1-800-539-7309 de segunda a sexta, das 9h às 20h EST. Ou agende uma ligação ou faça uma pergunta on-line em

<https://www.christopherreeve.org/pt/international/portuguese-hub/envie-nos-sua-pergunta>.

As informações contidas nesta mensagem são apresentadas com o propósito de educar e informar sobre a paralisia e seus efeitos. Nada contido nesta mensagem deve ser interpretado nem deve ser usado para diagnóstico ou tratamento médico. Não deve ser usado no lugar do conselho de seu médico ou outro profissional de saúde qualificado. Se você tiver alguma dúvida relacionada a cuidados de saúde, ligue ou consulte seu médico ou outro profissional de saúde qualificado imediatamente. Sempre consulte seu médico ou outro profissional de saúde qualificado antes de iniciar um novo tratamento, dieta ou programa de condicionamento físico. Nunca ignore o conselho médico ou demore em procurá-lo por causa de algo que leu nesta mensagem

Esta publicação é apoiada pela Administração para Vida na Comunidade (ACL), Departamento de Saúde e Serviços Humanos (HHS) dos EUA como parte de um prêmio de assistência financeira totalizando US\$ 8.700.000 com financiamento de 100 por cento do ACL/HHS. Os conteúdos são de responsabilidade do(s) autor(es) e não representam necessariamente as opiniões oficiais, nem um endosso, do ACL/HHS ou do Governo dos Estados Unidos.