



Andreia Gomes*

Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica e o Cordão Umbilical

Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) é caracterizada pela obstrução e/ou bloqueio persistente das vias aéreas. Esta obstrução pode ocorrer através de um enfisema, de bronquite crónica ou de ambos causando dificuldade respiratória. A obstrução brônquica pode ser irreversível ou parcialmente reversível através de tratamento. Esta doença tem como causas a poluição aérea, infeções respiratórias na infância e fatores genéticos. A causa mais comum é o consumo de tabaco uma vez que o fumo estimula a produção de muco e a obstrução da via aérea.

O tratamento passa pelo uso de broncodilatadores, oxigénio, fisioterapia respiratórios, entre outros. Apesar de ter tratamento, a DPOC é ainda uma das principais causas de diminuição da qualidade de vida e de mortalidade a nível mundial. Devido à exposição contínua aos fatores de risco e ao envelhecimento populacional, está previsto um aumento do impacto da DPOC nas próximas décadas.

Tudo isto conta para que sejam estudadas novas formas de combate à DPOC e que permita a reversão da doença. Neste sentido, já se contam com várias investigações pré-clínicas e clínicas realizadas ao longo dos anos, para perceber o papel das células estaminais do cordão umbilical como agente terapêutico na DPOC. Em 2023, um destes estudos pré-clínicos demonstrou que a infusão de células estaminais de cordão umbilical foi capaz de diminuir eficazmente o enfisema pulmonar, a alterar o perfil inflamatório, o que pode ser justificado pela capacidade imunomodulatória das células estaminais, associada à capacidade de "homing" destas células (capacidade de migrarem para os locais lesionados e com inflamação).

Estes estudos têm apresentado resultados promissores o que fez com que se

avançasse para a fase dos ensaios clínicos. Um exemplo, é o ensaio clínico que foi conduzido por Le Thi Bich et al, em que 20 doentes com DPOC foram tratados com uma infusão de células estaminais mesenquimais de tecido de cordão umbilical. Após 6 meses, os autores observaram que a incidência de DPOC, o score "Modified Medical Research Council" e o número de agravamentos foram significativamente menores nos pacientes submetidos ao transplante de células estaminais de cordão umbilical do que nos pacientes que não o fizeram. Para além disso, nenhuma toxicidade ou efeitos adversos relacionados com a infusão das células ocorreu durante o processo de administração e de "follow-up".

De facto, o interesse dos efeitos benéficos das células estaminais do cordão umbilical na DPOC ainda continua bastante presente na atualidade. Para além de todas as investigações realizadas até agora, atualmente, na China, Vietname, Antigua e Barbuda, decorrem 3 ensaios clínicos que avaliam os efeitos das células estaminais mesenquimais do tecido do cordão umbilical no tratamento da DPOC. Isto demonstra que o papel das células estaminais do tecido do cordão umbilical na DPOC é pertinente e é importante continuar a avaliar e estudar os seus efeitos para que se consiga traduzir, no futuro, um potencial tratamento.

Assim podemos concluir que todas as linhas de investigação, pré-clínica e clínica, sugerem que as células estaminais mesenquimais provenientes do tecido do cordão umbilical podem vir a ser um método de tratamento seguro e eficaz para a DPOC moderada a grave, acentuando cada vez mais a sua importância e relevância clínica.

* Diretora Técnica e de Investigação e Desenvolvimento e Inovação da BebêVida



Joana Amen*

Que presentes vamos oferecer neste Natal?



Independentemente do materialismo que lhe está associado, o Natal tem a bonita função de apelar à importância da união e do amor. Nesta época, as empresas promovem jantares de equipa e as famílias esforçam-se por se juntar, já que a realidade de muitas é terem os seus membros espalhados pelo mundo. Mas esta é também uma época desafiadora para muitos. Quem não conhece pessoas que não gostam do Natal? As expectativas sociais e a necessidade de nos aproximarmos da imagem idealizada do que deve ser uma família no Natal, podem intensificar sentimentos de solidão, ansiedade e depressão, especialmente para aqueles que convivem com doenças mentais.

A saúde mental é um direito humano fundamental, assim como o direito à igualdade e à não discriminação. No entanto, pessoas com doença mental ainda enfrentam estigmas e preconceitos, que dificultam o seu ajuste a determinados contextos familiares e profissionais, assim como o acesso a tratamentos adequados.

Durante as festividades, este estigma pode intensificar-se com comentários insensatos e expectativas irreais sobre como as pessoas se "deveriam comportar". É fundamental lembrar que a saúde mental não é uma escolha, e que todos estamos suscetíveis de experimentar momentos de fragilidade. Se ninguém pede a uma pessoa com cancro que se "comporte" neste natal, então porque será que isto acontece com algumas pessoas que têm doenças do foro mental?

A empatia é a capacidade de nos colocarmos no lugar do outro e compreendermos os seus comportamentos, emoções e necessidades. Penso que este é um dos melhores presentes que podemos oferecer neste Natal. Ao praticarmos a empatia, estaremos com certeza a colaborar no combate ao estigma da doença mental. Ao oferecer apoio, uma escuta ativa, uma palavra de conforto ou um convite para passar tempo juntos/as podemos estar a fazer toda a diferença na vida de alguém que não está bem.

Fazer o mundo melhor está ao alcance de todos/as. Ao incluirmos pessoas com doenças mentais nas nossas celebrações, mostramos que elas fazem parte das nossas vidas, que há espaço para a diferença e que as valorizamos.

Neste Natal, vamos tentar ser mais solidários/as, vamos tentar ir além da contribuição para a Cruz Vermelha e estar mais presentes, telefonar para aquele/a amigo/a ou familiar que está a passar por um momento difícil, evitar as críticas e os julgamentos, que impedem tantos/as de serem eles/as próprios/as. Vamos dar espaço e valorizar quem quer expressar sentimentos e diferenças. E vamos-nos informar sobre as doenças mentais dos que nos são próximos, de forma a compreendê-los melhor. Se percebemos que alguém precisa de ajuda profissional, vamos incentive-lo/la a procurar um/a profissional. E por fim, mas não menos importante, vamos cuidar de nós, pois essa é a nossa primeira responsabilidade! Lembre-se, só podemos dar o que temos, e se não tivermos saúde mental, não podemos cuidar e apoiar os outros como gostaríamos.

Neste Natal vamos celebrar a diversidade humana e acolher a todos/as independentemente da sua ascendência, género, raça, língua, território de origem, religião, convicções políticas ou ideológicas, instrução, situação económica, condição social ou orientação sexual.

Que este Natal seja uma oportunidade para celebrar a vida, a diversidade e a importância de cuidarmos uns dos outros.

Ao oferecer empatia e solidariedade, podemos construir um Natal mais justo e compassivo, onde todos se sintam acolhidos e valorizados.

Fique bem, pela sua saúde e a de todos os Açorianos!

Um conselho da Delegação Regional dos Açores da Ordem dos Psicólogos Portugueses.

* Psicóloga Clínica e Vogal da Direção da Delegação Regional Açores da OPP