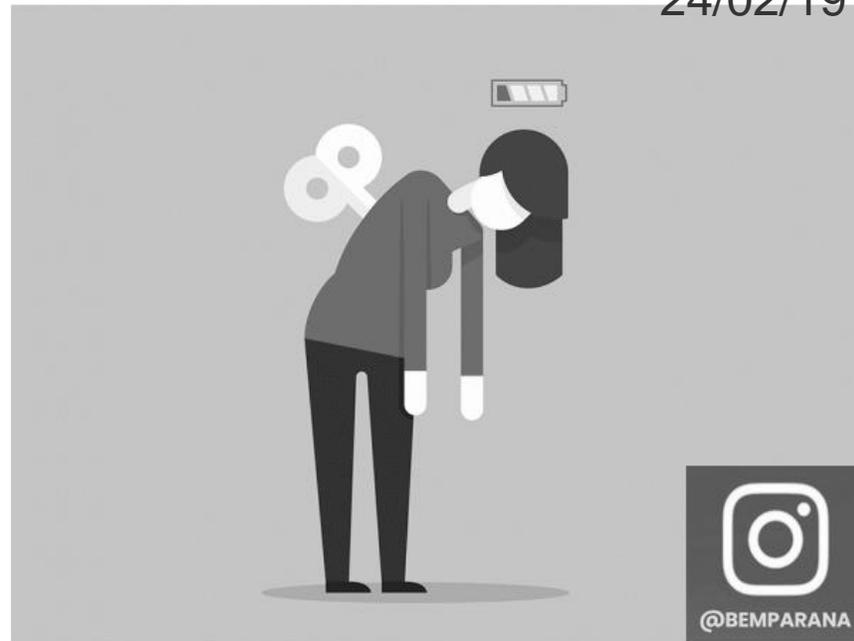


# CANSAÇO

**Cansaço constante é a maior reclamação de brasileiros**

24/02/19



**Professora Márcia Sales  
Semiologia Médica  
Faculdade de medicina  
UFF**



# Sintoma: Cansaço

- **Sintoma comum da prática clínica= cerca de 20% da população!!**
- **Universal**
- **Homens = mulheres**
- **Difícil caracterização**
- **Múltiplas etiologias**
- **Variável com as condições socioambientais e psicológicos.**

# Sintoma : Cansaço

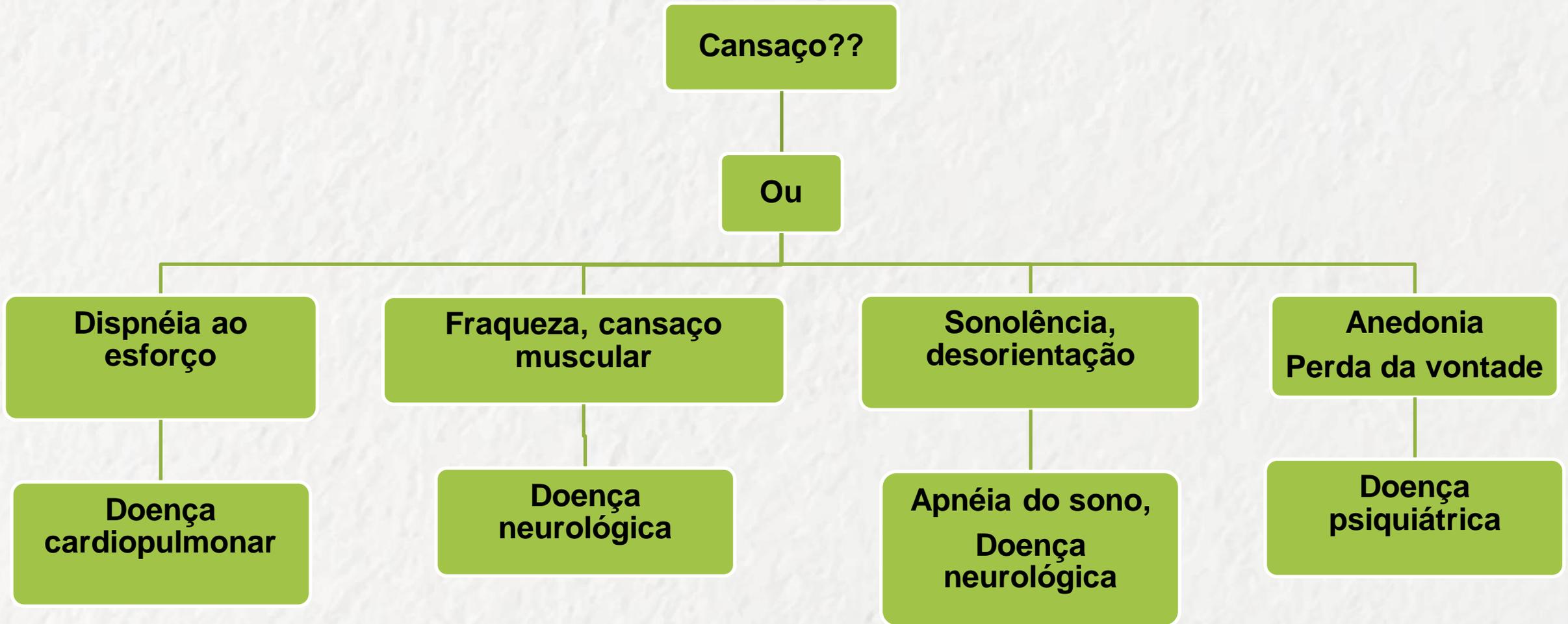
Definição: Sensação de exaustão durante ou após atividades ou falta de energia para iniciar atividades.

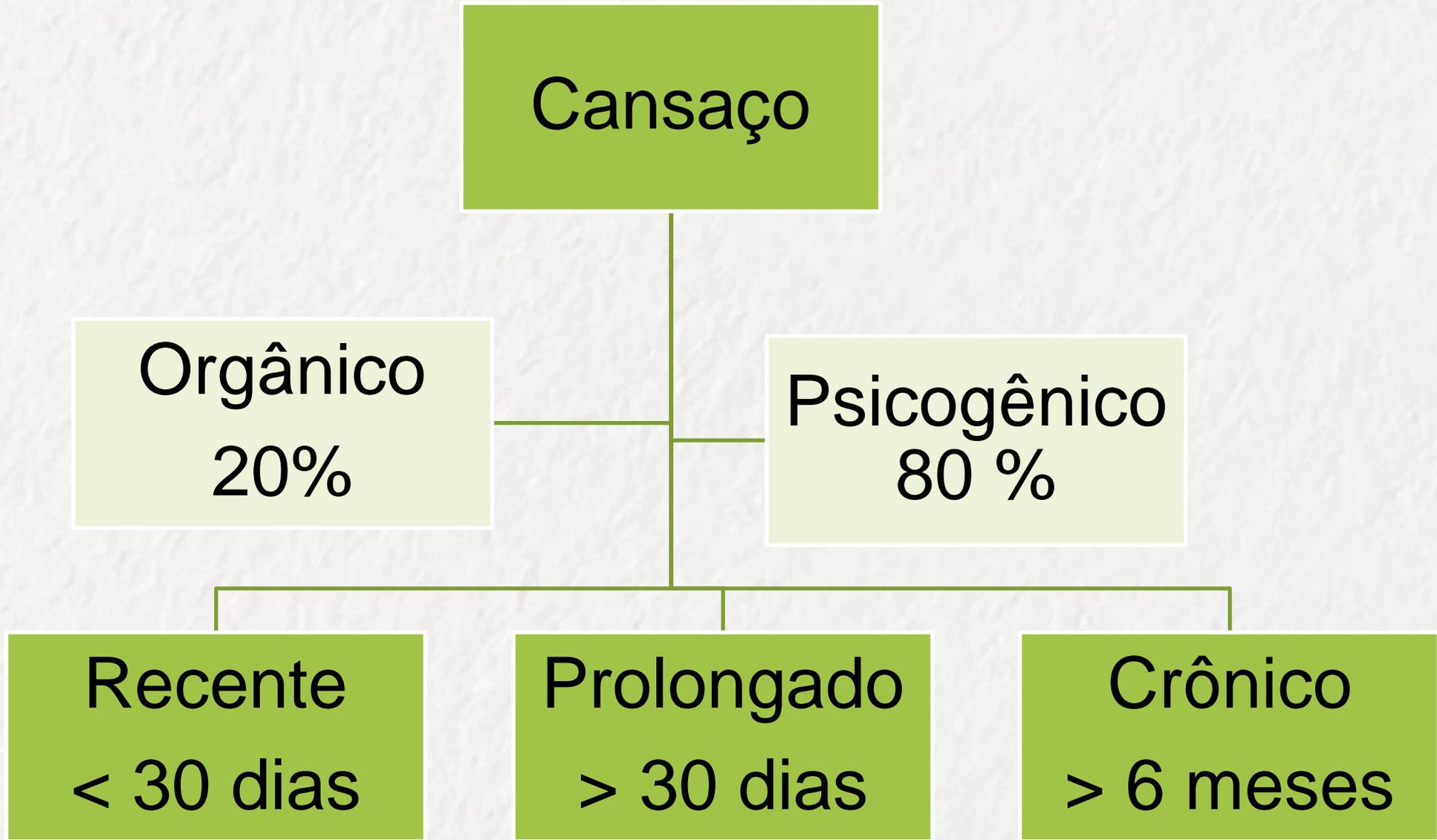
## Fadiga

- *Latim fatigare*
- Exausto para caminhar trabalhar

## Astenia

- Grego *sthenos*
- Falta de vigor, energia





# Cansaço

## Orgânico-20%

- Doença cardíaca
- Doença pulmonar
- Doença infecciosa
- Doença hematológica
- Doença renal
- Doença endócrina
- Doença neoplásica
- Doença reumatológica
- Doença neurológica
- Idiopática- síndrome da fadiga crônica

## Psicogênico- 80 %

- Farmacológico
- Estilo de vida
- Doença psiquiátrica\*

\*principal causa de cansaço crônico

# Síndrome da fadiga crônica

Causa rara de cansaço crônico considerada idiopática.

Fadiga clinicamente avaliada, inexplicada, persistente ou recidivante que tem início novo ou definido; não é resultado de esforço contínuo; não é aliviada pelo repouso; resulta em redução substancial dos níveis prévios de atividade ocupacional, educacional, social ou pessoal

Quatro ou mais dos seguintes sintomas que persistem ou ocorrem durante 6 ou mais meses consecutivos de doença e que não precederam a fadiga:

- Redução auto-relatada da memória recente ou da concentração
- Dor de garganta
- Gânglios de consistência amolecida em região cervical ou axilar
- Dor muscular
- Poliartralgia sem rubor ou calor
- Cefaléia com um novo padrão ou gravidade
- Sono não repousante
- Mal-estar pós-exercício com duração  $\geq$  24 horas

Adaptado de Fukuda et al.<sup>14</sup>.

# Anamnese

Uso de medicamentos, álcool e drogas

Piora com esforço

Melhora com o repouso

Fator desencadeante

Febre

Variação do humor

Ritmo circadiano

Periodicidade

Alteração da memória, concentração

Perda de peso inexplicada

Padrão do sono

Avaliar condições clínicas:

- pele seca e intolerância ao frio (hipotireoidismo),
- ronco e sonolência diurna (apneia do sono),
- artralgia e rash cutâneo (doença reumatológica)

Avaliar condições psiquiátricas:

- ansiedade, depressão
- Observar humor

Avaliar presença de estresse psicossocial

- desemprego, morte de familiar, violência, pandemia

Impacto dos sintomas nas atividades diárias e na qualidade de vida

# Exame físico

Muitas possibilidades...

- palpação dos linfonodos, baço e fígado= infecções ou neoplasias malignas;
- palidez cutânea, taquicardia e sopro ejetivo sistólico= anemia
- palpação da tireoide;
- exame do precórdio e do tórax = cardiopatia ou doença pulmonar crônica;
- palpar os “pontos dolorosos” característicos de fibromialgia;
- exame neurológico= avaliar força muscular, memória;
- avaliação da psiquiatria.