

## LÚPUS NO MASCULINO



### ASSOCIAÇÃO DE DOENTES COM LÚPUS

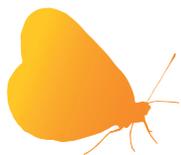
Fundada em 1992, a Associação de Doentes com Lúpus é uma Instituição Particular de Solidariedade Social que tem procurado ser uma ponte entre os doentes e os vários universos que os rodeiam: família e amigos, médicos e outro pessoal de saúde, políticos e sociedade em geral.

### OBJETIVOS

- Divulgar a doença
- Promover os direitos dos doentes com Lúpus
- Apoiar os doentes e as suas famílias
- Colaborar na investigação médica sobre Lúpus e sua terapêutica
- Cooperar com as sociações congéneres estrangeiras e associações de doentes nacionais

### SERVIÇOS

Lares residências de curta duração em Lisboa e Matosinhos.



ASSOCIAÇÃO DE DOENTES COM LÚPUS



### NÚCLEOS

Matosinhos Angra do Heroísmo Funchal  
Ponta Delgada Olhão Beja Coimbra

associacao.doentes.lupus@gmail.com  
Praça João do Rio, 9 r/c Dt°, 1000-180 Lisboa

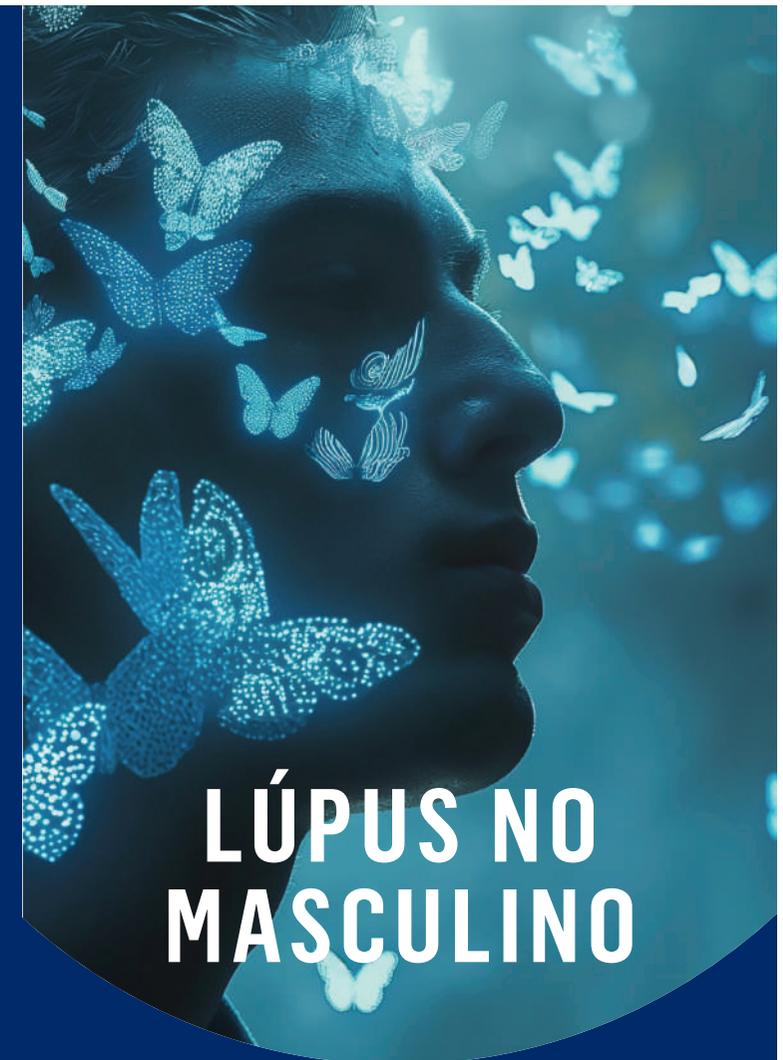
[www.lupus.pt](http://www.lupus.pt)



Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segur  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

PROJETO COFINANCIADO PELO INR, I.P.

ASSOCIAÇÃO DE DOENTES COM LÚPUS



# LÚPUS NO MASCULINO



*ajude-nos a ajudar!*

ASSOCIAÇÃO DE DOENTES COM LÚPUS



## LÚPUS NO MASCULINO

### LÚPUS, O QUE É?

O Lúpus é uma doença crónica auto-imune em que o sistema imunitário cria anticorpos que atacam o próprio organismo em vez de o defenderem. Consequentemente, surgem os sintomas e as lesões nos órgãos.

As duas formas mais frequentes são:

#### Lúpus Eritematoso Discóide

forma localizada exclusivamente na pele.

#### Lúpus Eritematoso Sistémico

forma que pode envolver vários órgãos ou sistemas.

### O QUE CAUSA O LÚPUS?

Não se conhece uma causa determinante. Contudo, os estudos apontam para que resulte da interação de fatores genéticos, ambientais, medicamentosos, etc.

### QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

Os que se encontram com maior frequência e intensidade variável:

**Febre • Aftas • Cansaço • Dores de cabeça**

**Dores articulares e musculares**

**Manchas vermelhas na pele**

O Lúpus pode originar uma multiplicidade de sintomas, uma vez que pode afetar um ou vários órgãos em simultâneo (rim, pele, coração, pulmão, sistema nervoso, etc.).

Os sintomas podem exacerbar-se devido ao stress físico ou emocional, falta de repouso, exposição solar excessiva, infeções, entre outros fatores.

### COMO SE TRATA O LÚPUS?

O Lúpus é uma doença sem cura atualmente e que não tem um tratamento único, pelo que este é instituído caso a caso consoante as manifestações de cada doente.

O doente com Lúpus deve ser vigiado regularmente pelo seu médico e cumprir com a terapêutica que este prescrever.



## LÚPUS NO MASCULINO

### LÚPUS NO MASCULINO

É muito importante que os homens com Lúpus compreendam a sua doença. Só assim poderão conviver adequadamente com o impacto que ela tem na sua saúde e no seu bem-estar psicológico e de relacionamento com os outros (família, amigos, colegas, etc.).

### FACTOS

**OS HOMENS REPRESENTAM APENAS 10% DO TOTAL DE DOENTES. MAS LÚPUS NÃO É UMA DOENÇA DE MULHERES.**

**AS MANIFESTAÇÕES DA DOENÇA SÃO IGUAIS NOS HOMENS E NAS MULHERES.**

**NÃO É NEM MAIS, NEM MENOS GRAVE NOS HOMENS.**

**OS HOMENS COM LÚPUS NÃO SÃO MENOS MASCULINOS.**

**NÃO IMPEDE UMA VIDA SEXUAL SATISFATÓRIA, NEM REDUZ A CAPACIDADE PARA TER FILHOS.**

**NÃO É CONTAGIOSO, NEM SE TRANSMITE SEXUALMENTE.**



**ASSOCIAÇÃO DE DOENTES COM LÚPUS**



## LÚPUS NO MASCULINO

### COMO VIVER COM LÚPUS

#### PROCURE INFORMAR-SE E INFORMAR

O conhecimento da doença é importante para si e para que possa explicá-la aos outros.

#### NÃO DEIXE DE SER QUEM É

Pode dar amor, boa disposição e boa convivência. Pode ser um exemplo de coragem e de determinação. Pode ser motivo de orgulho para os outros.

#### SEJA PACIENTE

Encare as limitações que possam surgir como um desafio e nunca como uma derrota: aceite-as como parte da vida. E seja compreensivo com o desconhecimento dos outros.

#### MANTENHA-SE ATIVO

É importante que faça exercício físico regular, mas não extenuante.

#### ENCONTRE TEMPO PARA REPOUSAR

O descanso é um elemento fundamental para o seu bem-estar. Procure adaptar a sua vida profissional e de lazer às suas circunstâncias.

#### CONFIE NO SEU MÉDICO

É essencial que estabeleça uma relação de confiança com o médico que o vai seguir. Não tenha receio de lhe colocar questões e faça sempre a medicação e os exames que combinarem.

