

# Fernandinho e os seus 12 conselhos sobre a **Drepanocitose**



## O que é a drepanocitose ?

A drepanocitose é uma doença genética do sangue, também chamada **anemia falciforme**, e que as pessoas em África muitas vezes chamam simplesmente "células". É uma doença da Hemoglobina.

A drepanocitose deve-se à presença duma hemoglobina anormal, **S**, no lugar da hemoglobina normal, **A**. A hemoglobina **S** deforma o glóbulo vermelho que circula menos bem nos vasos sanguíneos, e pode entupi-los como uma rolha.

## Quais são os sintomas?

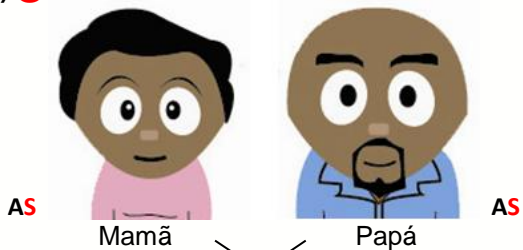
A drepanocitose apresenta-se com uma anemia (diminuição da hemoglobina) chamada hemolítica (os glóbulos vermelhos são anormalmente destruídos) e podem ocorrer complicações, sob a forma de crises dolorosas, acompanhadas de hemólise intensa e alterações vaso oclusivas (os vasos sanguíneos entopem).

Os principais sintomas da doença são:

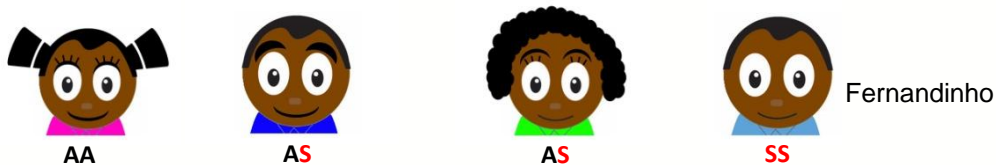
- Anemia
- Inchaço das mão e dos pés no bebé
- Maior susceptibilidade a infecções
- Crises de dor

A drepanocitose não é uma doença contagiosa, e uma doença hereditária transmitida pelo pai e pela mãe. Consideremos o caso da família de Fernandinho : Fernandinho é drepanocítico (**SS**) porque herdou um traço drepanocítico (**S**) do seu papá e da sua mamã. Mas se o Fernandinho tiver irmãos e irmãs, eles podem ser : *A/A, A/S ou S/S*

Pais:



Filhos:



Papá ↘



Mamã ↘



Fernandinho ↘



O Fernandinho sofre de drepanocitose. Eis alguns conselhos que ele deve seguir para evitar as crises.

# CONSELHO N° 1 : A HIGIENE



1. Lavar bem os dentes





2. Lavar bem o corpo



3. Lavar bem as mãos  
antes de comer

## CONSELHO Nº 2 : CONTROLAR A FEBRE



Se a febre ultrapassar os 38°C :  
consulte o seu médico



Se a febre for acima de  $38.5^{\circ}\text{C}$ ,  
dirija-se com urgência ao Hospital





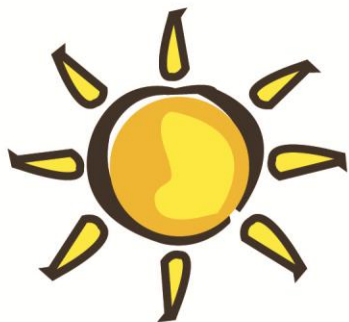
## CONSELHO N° 3 :



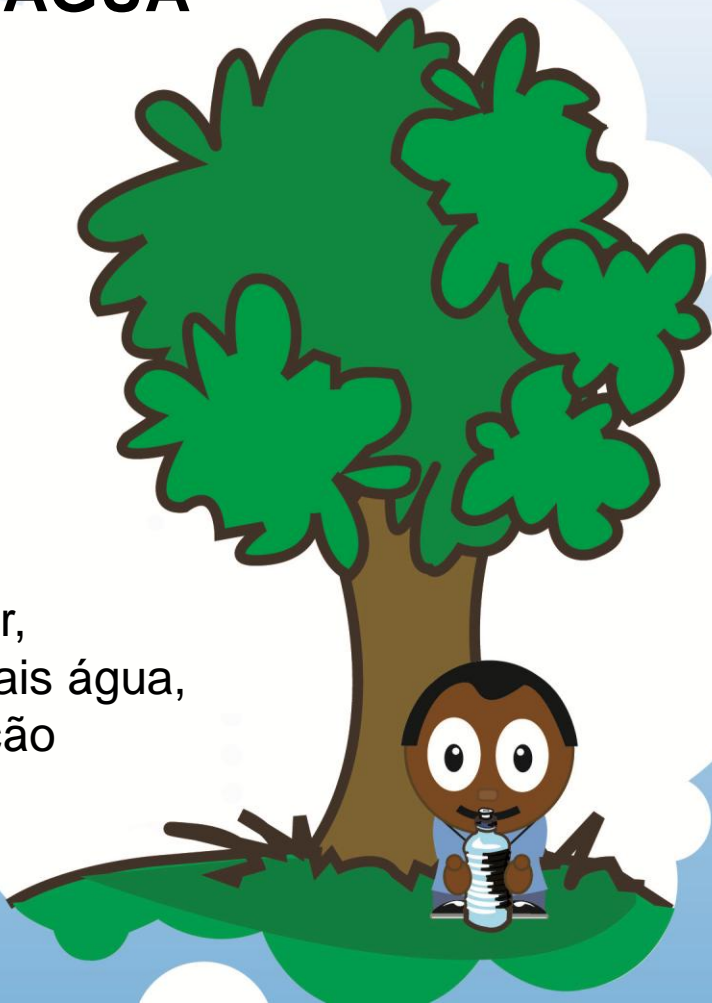
**X 3 litros** (água)

1 . Beber cerca de 3 litros por dia. Para uma criança, a quantidade a beber depende do peso

# BEBER MUITA AGUA



2. Se estiver muito calor, deve beber-se ainda mais água, para evitar a desidratação





## CONSELHO N° 4 :



# NUNCA TER FALTA DE OXIGÊNIO



**+1500 M**



Evitar permanência em altitudes  
acima de 1500 metros

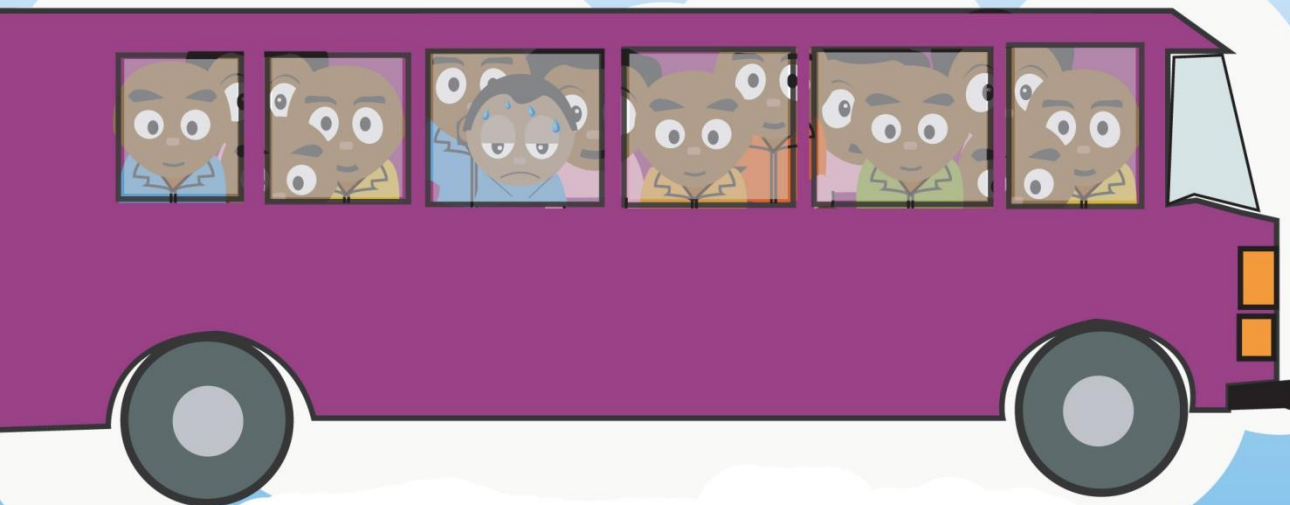


## CONSELHO N° 5 :



1 . Ter sempre boa ventilação em casa

# EVITAR LOCAIS MAL AREJADOS



2 . Evitar os meios de transporte  
inconfortáveis e as longas viagens



## CONSELHO N° 6 :



Evitar as viagens em aviões mal ou não pressurizados e informar o seu médico algumas semanas antes da partida.

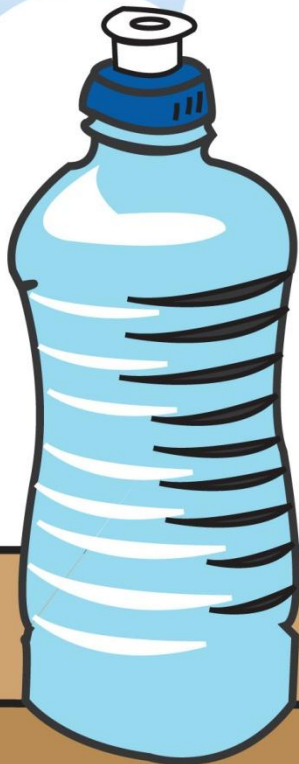


# PRECAUÇÕES QUANDO VIAJAR





# CONSELHO N° 7 : A ALIMENTAÇÃO



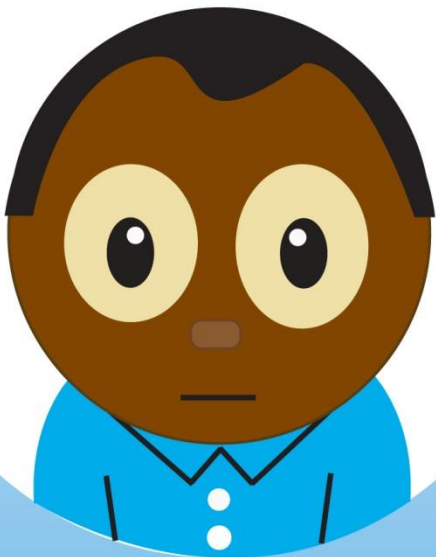
Ter uma alimentação  
sã e equilibrada







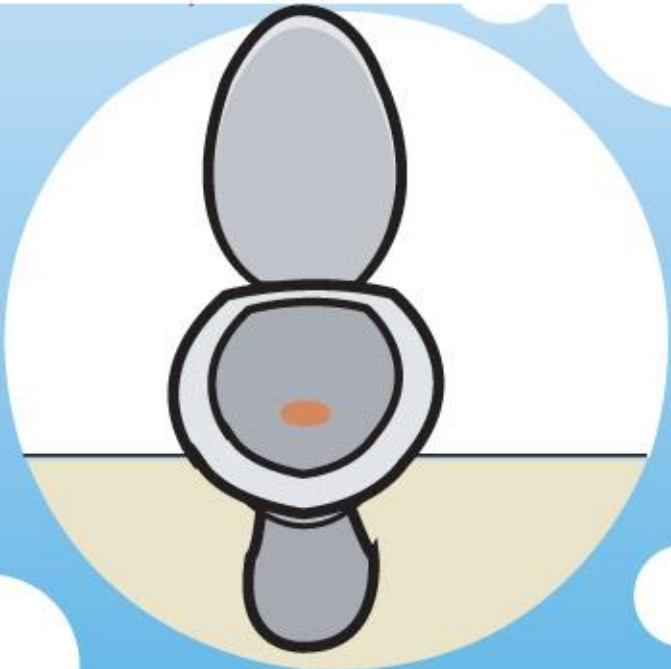
# CONSELHO N° 8 : VIGIAR



1. Se os olhos ficarem muito amarelos. Beber mais água e ir ao hospital

# A COR DOS OLHOS E DAS URINAS

2. Se a urina fica vermelho-acastanhada sobretudo depois duma transfusão, ir ao hospital





# CONSELHO N° 9 : CIRCULAÇÃO



1. Evitar o que possa bloquear ou tornar mais lenta a circulação do sangue (roupas apertadas, cruzar as pernas)

# DO SANGUE

2. Beber 2 a 3 litros por dia, de acordo com o peso da criança

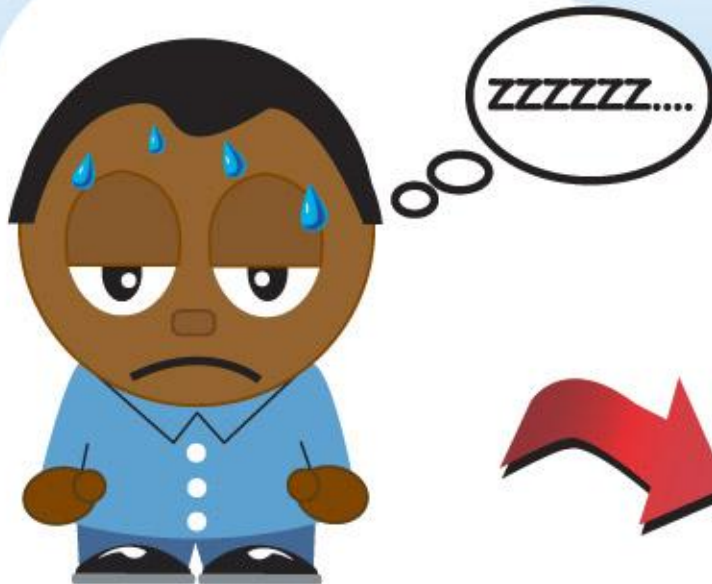


**X 3 litros**





## CONSELHO N° 10 :



1. Dirigir-se de urgência ao hospital se ficar muito pálido ou com muita falta de forças, pois pode tratar-se de uma sequestração esplênica aguda



# EM CASO DE URGÊNCIA

2. Ir urgentemente ao hospital em caso de dores muito fortes, se os medicamentos contra a dor tiverem pouco efeito, ou se houver uma erecção dolorosa que se prolongue por mais de uma hora.



# CONSELHO N° 11 : UMA VIDA



1. Ter uma vida higiénica :  
ter bons descansos !

# HIGIÉNICA

2. Fazer desporto, mas sem fazer exercícios violentos, nem participar em desporto de competição





## CONSELHO N° 12 : CONSULTAR



Deve consultar o seu médico regularmente,  
mesmo quando se sinta bem !

# O SEU MÉDICO



# Centros de referência para a Drepanocitose

## Consultas pediátricas

**Hospital Pediátrico**  
**David Bernardino**

**Endereço:** Rua Amilcar Cabral,  
Maianga, Luanda  
**Telefone:** 244 222 391 545/442  
**E-Mail:** [pediatria@netangola.com](mailto:pediatria@netangola.com)  
**Horário de Atendimento:** 24h/ 24h  
SERVIÇOS Urgencias (24h)

## Consultas de adultos

**Hospital Josina Machel**

**Endereço:** Rua do 1º Congresso  
do MPLA, nº 65, Luanda  
**E-Mail:** [josinamachel@snet.co.ao](mailto:josinamachel@snet.co.ao)  
**Horário de Atendimento:** 24h/24h





# Petit Coeur

**ASSOCIATION**



República de Angola  
Ministério da Saúde



CONSULADO-GERAL  
DE ANGOLA EM PARIS

