

O TBH é provocado pela falta de lítio no organismo?

Não. O lítio é um medicamento utilizado como estabilizador do humor no tratamento da doença bipolar.

O lítio cura o TBH?

Até o momento, não existe uma cura para o transtorno bipolar. Entretanto, o lítio é o medicamento mais eficaz no controle da doença, além de ser o tratamento de primeira escolha de acordo com consensos internacionais de especialistas. O lítio ajuda no controle da doença das seguintes maneiras:

1. No tratamento do episódio agudo de mania ou depressão;
2. Seu uso contínuo ao longo dos anos evita que novos episódios de mania, hipomania, mistos ou depressão ocorram, pois o risco de recaídas sem tratamento é muito elevado;
3. Previne o comportamento de suicídio, já que o risco de tentar o suicídio e de suicidar-se é considerável;
4. Estabiliza o humor, prevenindo os prejuízos psicológicos, sociais e físicos ocasionados pelos episódios da doença.

É preciso entender que o controle, e não a cura, é freqüente no tratamento de várias doenças médicas. Por exemplo, o diabetes não é curado pelas injeções de insulina, mas, sim, controlado para que o indivíduo portador tenha uma vida normal, feliz e produtiva.

Rotina do tratamento com lítio:

- Antes da introdução do lítio, não é necessário dosá-lo no sangue. Entretanto, o médico psiquiatra, ainda assim, pode solicitar alguns exames de sangue e outras avaliações.
- A introdução do lítio é gradual (usualmente até cerca de 900 mg/dia em um adulto jovem).
- Aguardar de cinco a sete dias para realizar a dosagem de lítio no sangue (litemia).
- Para dosagem de lítio, o sangue deve ser colhido cerca de 12 horas após a última dose de comprimidos de lítio tomada pelo paciente. Assim, se a última dose foi às 20 horas, deve-se colher sangue às 8 horas, antes da dose da manhã.

- A litemia ideal situa-se entre 0,6 e 1,2 mEq/L. Somente com o resultado da litemia, o médico poderá ajustar a dose, aumentando ou diminuindo a quantidade de comprimidos.
- No Brasil, os comprimidos de carbonato de lítio podem conter 300 mg ou 450 mg da substância.
- Em geral, a dose diária é dividida em duas tomadas, metade pela manhã e metade à noite.

Cuidados especiais no uso do lítio

O médico deve ser informado:

- sobre toda e qualquer medicação que esteja usando. Por exemplo, diuréticos e antiinflamatórios não devem ser administrados concomitantemente ao lítio;
- se estiver fazendo dieta com pouco sal, que é indicada para pacientes com pressão alta, porque pode interferir na litemia.

Alguns exames são necessários:

- Função dos rins, porque a eliminação do lítio depende do bom funcionamento renal.
- Função da glândula tireóide, já que algumas pessoas podem desenvolver hipotireoidismo com o uso prolongado de lítio.
- Teste de gravidez em mulheres em idade fértil, embora hoje saibamos que o tratamento com lítio não provoque tantos problemas na criança (malformações) como se acreditava antigamente.

O tratamento com lítio tem efeitos colaterais?

Como em todo tratamento médico, o uso de lítio também pode provocar alguns efeitos colaterais indesejáveis. A maioria dos sintomas ocorre com mais intensidade no início do tratamento e desaparece com o tempo.

Entretanto, nem todos os pacientes apresentam efeitos colaterais, portanto, não se assuste com a tabela a seguir, em que estão listados os principais problemas encontrados no tratamento com lítio. Algumas estratégias para controle destes sintomas também são sugeridas. Sempre converse com seu médico sobre tais efeitos colaterais, pois ele poderá orientá-lo e promover ajustes no tratamento.

Sintomas	Como lidar com os efeitos colaterais
Aumento da sede	Normalmente melhora com o tempo. Não deixar de tomar líquidos. Evite bebidas calóricas, como sucos e refrigerantes não-dietéticos.
Aumento da produção de urina	Não deixar de tomar líquidos para urinar menos. O sintoma pode persistir enquanto estiver fazendo uso do lítio.
Sentir-se nauseado ou com o estômago "irritado"	Tomar o lítio juntamente com as refeições ou com algum alimento.
Tremor nas mãos (em geral, discreto)	Pode melhorar com o tempo. Se persistir, ou interferir em sua atividade profissional, seu médico pode associar alguma outra medicação para diminuir o tremor. Evite chá, café, refrigerante (tipo colas) e chocolate em excesso, pois podem piorar o tremor.
Sonolência e tonteira leves	Melhora com o tempo. Enquanto persistir, evite dirigir ou trabalhar com máquinas perigosas.
Fraqueza muscular	Melhora com o tempo.
Diminuição do apetite ou da atividade sexual	Melhora com o tempo.
Fezes amolecidas (não diarreia)	Melhora com o tempo. Em caso de diarreia franca, avise seu médico imediatamente (porque pode ser sinal de intoxicação). Procure identificar os alimentos que pioram a diarreia e evite-os.
Ganho de peso	Pode estabilizar ou voltar ao normal. Em alguns casos, é persistente. Nunca devem ser iniciados dietas ou remédios para emagrecer sem consulta médica. Cuide, desde o início do tratamento, para não ganhar peso, evite alimentos muito calóricos e faça exercícios regularmente.
Gosto metálico	Melhora com o tempo.
Boca seca	Melhora com o tempo. A quantidade de água ingerida pode não ser suficiente: evite ficar com sede.
Lesão da glândula tireóide	Em um pequeno número de pessoas, o lítio pode diminuir as funções da tireóide. Se isso acontecer, não é necessário suspender o medicamento, mas sim fazer um tratamento específico de reposição hormonal. Normalmente, o médico controla a função da tireóide com exames anuais.
Alergia ao lítio (pele vermelha e coceira)	Qualquer alteração da pele deve ser comunicada ao médico. Em alguns casos, pode ser contornada com tratamentos específicos. Em outros, pode ser necessário um tratamento alternativo ao lítio. Converse com seu médico e avalie a relação risco-benefício do tratamento.

Sintomas	Como lidar com os efeitos colaterais
Lesão dos rins	Não procede. Trabalhos científicos recentes não encontraram alterações nos rins mesmo após dez anos de uso contínuo de lítio.
Piora da acne ou psoríase	Em alguns casos, pode ser contornada com tratamentos específicos. Em outros, pode ser necessário encontrar um tratamento alternativo ao lítio. Converse com seu médico e avalie a relação risco-benefício do tratamento.
Alterações de exames laboratoriais	Podem surgir pequenas alterações no eletrocardiograma e na contagem de células do sangue (leucócitos), mas estas são totalmente benignas e não causam sintomas.

O tratamento com lítio é perigoso ou pode intoxicar?

Qualquer medicamento que seja utilizado em doses maiores que a indicada pode provocar problemas à saúde.

Situações de risco

- Excessiva exposição ao sol, deixar de beber líquidos, vômitos ou diarreia podem causar desidratação. Procure seu médico ou o pronto-socorro nesses casos e informe-os sobre o uso de lítio para hidratação adequada.
- Uso de antiinflamatórios. Por exemplo, diclofenaco (Voltaren®), piroxicam (Inflamene®), ibuprofeno (Motrin®). Medicações seguras usadas contra a dor são: dipirona e paracetamol (Novalgina®, Tylenol®).
- Uso de diuréticos (para aumentar a excreção de urina) e outros remédios para tratar a pressão alta. Sempre avise o médico sobre o uso de lítio.
- Pacientes que sofrem de problemas nos rins (insuficiência renal) e iniciaram o tratamento com lítio, ou que desenvolvem o problema renal depois de já estarem em tratamento com lítio. Se você tem algum problema nos rins, converse com o médico sobre as alternativas ao tratamento com lítio.
- Idosos ou pessoas com a saúde debilitada, mesmo que não tenham nenhuma doença mais grave. Nesses casos, a dose de lítio deve ser reduzida ou algum tratamento deve ser utilizado em substituição.