

A fadiga é um dos sintomas mais difíceis na gestão clínica da esclerose múltipla - EM. Embora a sua origem seja desconhecida, numerosos estudos demonstraram que a disfunção do sistema imunológico está envolvida.

Esta hipótese baseia-se no fato de que a fadiga também é comum em muitas outras doenças auto-imunes crônicas. E os resultados de vários estudos sugerem que níveis aumentados de citocinas (moléculas que promovem a inflamação) podem estar envolvidos na fadiga relacionada com a EM.

Recentes evidências revelaram que o exercício aeróbico pode reduzir a fadiga relacionada com a EM.

Interferon

Pesquisadores da Espanha estão estudando os mecanismos subjacentes a fadiga e o impacto do exercício em pessoas com esclerose múltipla que ficaram menos fadigadas depois de completar um programa de treinamento.

Os investigadores centraram-se no interferon, uma citocina que é normalmente produzida pelo corpo humano e que promove a inflamação.

O estudo preliminar com um pequeno número de pacientes sugere que as pessoas com EM produzem mais interferon no sangue do que os controlos saudáveis. Além disso, este nível de interferon parece estar correlacionado com o aumento da fadiga. O estudo também mostra que o exercício pode reduzir o nível de interferon no sangue dos pacientes e a fadiga.

Mais estudos com maior número de pacientes são necessários para confirmar o envolvimento

do interferon e do exercício na fadiga em EM.

[Leia o artigo aqui \(em inglês\)](#) .

Fonte: <http://www.msif.org/news/2015/04/21/improving-fatigue-exercise/#sthash.wL4drhX.dpuf>

Tradução livre.

[Curte, compartilha e comenta na nossa fanpage no Facebook.](#)