

10 doenças que provocam formigamento

O incômodo pode ter causas simples, como ficar muito tempo na mesma posição, mas também pode ser um alerta para doenças mais sérias. Fique atenta! **Ana Bardella**

Geralmente, sentir as pernas ou os braços formigando é um problema simples de resolver: basta mudar de posição ou se movimentar para dissipar a sensação. Isso porque, na maioria dos casos, a dormência se dá quando a pessoa deita ou senta de mau jeito, pressionando um nervo ou causando má circulação em determinada região do corpo. No entanto, se o sintoma tem aparecido de maneira recorrente e sem causas aparentes, vale ficar atenta. Alexandre Amato, cirurgião vascular, endovascular e ecografista, lista dez males que podem estar por trás desse incômodo.

1 Varizes: nesses casos, o sintoma vem acompanhado de peso e cansaço nas pernas. Queimações, inchaço no tornozelo (principalmente no final do dia) e câimbras noturnas também são alguns dos sinais.

2 Mordida e picadas de animais e insetos: abelhas, cobras ou aranhas, quando avançam nos seres humanos, podem provocar formigamento na região atacada, além de inchaço, febre ou queimação.

3 Beribéri: provocada pela deficiência de vitamina B1 (encontrada em feijão, cereais integrais e carne bovina), a doença causa câimbras, visão dupla, confusão mental e formigamento nas mãos e pés.

4 Aterosclerose: é o nome que se dá ao enrijecimento das paredes das artérias. Pode ser provocado pelo acúmulo de placas de gordura na região. As causas estão relacionadas ao estilo de vida: sedentarismo, tabagismo e má alimentação, ou a males como diabetes, hipertensão e obesidade. É mais comum em pessoas acima dos 60 anos, principalmente com histórico de AVC ou doenças cardíacas na família.

5 Neuropatia diabética (popularmente chamada de pé diabético): se os níveis de açúcar no sangue não estiverem controlados, as consequências podem ser graves. Uma delas são danos nos nervos – que conduzem as informações como frio, calor e dor – ao cérebro. Com o desequilíbrio da glicose, os vasos sanguíneos são afetados, a oxigenação dos nervos fica comprometida e isso pode levar a uma inflamação. Tudo isso causa formigamento nas pernas. E deve ser tratado o quanto antes!

6 Hérnia de disco: trata-se de uma complicação na coluna que pode ser decorrente da má postura. Por pressionar e inflamar a raiz dos nervos, ela causa dores difíceis de serem suportadas – e também a sensação de dormência em diferentes partes do corpo.

NA DÚVIDA
procure um
médico!





Em caso de varizes, o formigamento vem acompanhado de cansaço nas pernas. Também podem surgir inchaços, queimaduras e câimbras.

Tratamentos fisioterapêuticos como pilates e RPG ajudam a melhorar a postura e a flexibilidade da coluna vertebral, além de melhorar a distribuição do tônus muscular e fortalecer o abdômen. No entanto, o mais indicado é se consultar com um neurocirurgião.

7 Polineuropatia periférica:

caracteriza-se por alterações nos nervos que fazem a pessoa sentir muita dor, além de fraqueza e ausência de sensibilidade em algumas regiões do corpo. Por ter diferentes causas, precisa ser investigada por um médico.

8 Pânico, ansiedade ou estresse:

situações como essas podem desencadear formigamento, além de suores frios, palpitações cardíacas e dores no peito ou na barriga. Como todas têm origem emocional, podem confundir os pacientes. Se desconfiar que está sofrendo algo assim com frequência, é necessário procurar o auxílio de um psicólogo. Doenças como ansiedade crônica ou síndrome do pânico podem ser a verdadeira causa do incômodo.

9 Esclerose múltipla: nessa doença, que é autoimune, o próprio corpo passa a destruir as camadas de mielina que recobrem os neurônios, prejudicando a transmissão de informações, como falar ou andar, para o cérebro – o que pode levar à invalidez. Em geral, ela provoca a sensação de formigamento nos membros e também pode gerar movimentos involuntários nos músculos e dificuldade de caminhar.

10 Síndrome de Guillain-Barré: se dá pela fraqueza muscular e inflamação dos nervos – podendo levar à morte. Geralmente, se manifesta após uma infecção provocada por um vírus, como o da influenza ou do HIV. Leva à perda de sensibilidade nos membros.