

Parkinson's DIALOGUE

Cada palavra conta



Dicionário dos
períodos OFF
para descarregar

Palavras que valem a pena conhecer

Ouvir termos desconhecidos pela primeira vez pode ser confuso. Este dicionário existe para o/a ajudar a sentir-se mais à vontade quando se deparar com estas palavras.

Este documento não substitui aconselhamento médico. Consulte sempre o seu profissional de saúde.



Cuidador

Pessoa com Parkinson

Bial



Sintomas motores

Tremor (tremor em repouso)

Também descrito como: trémulo; tremura.¹

Tremor rítmico e involuntário que geralmente começa numa mão e ocorre quando o membro está em repouso.²

Bradicinesia

Também descrito como: movimento lento.¹

Quando os movimentos naturais abrandam e se tornam mais difíceis de iniciar. É um dos principais sintomas para o diagnóstico clínico da doença de Parkinson.²

Rigidez

Rigidez muscular que pode causar desconforto e redução da amplitude de movimentos.²

Instabilidade Postural

Também descrito como: instabilidade; desequilíbrio; perda do equilíbrio.¹

Dificuldade em manter o equilíbrio, aumentando o risco de quedas.²

Congelamento

Incapacidade súbita e breve de mover os pés para a frente apesar da intenção de andar (sensação de que os pés estão colados ao chão, embora a parte superior do corpo ainda se mova).²

Discinesia

Movimentos involuntários e não intencionais que podem incluir espasmos, sacudidelas, torções ou simples agitação, mas não tremor. Podem ocorrer mais próximo do momento em que toma a medicação.²

Hipomimia (Face Mascarada)

Redução da expressão facial devido à diminuição do movimento dos músculos faciais.³

Micrografia

Escrita que se torna progressivamente mais pequena.⁴

Distonia

Espasmos musculares involuntários e dolorosos que ocorrem quando os músculos se contraem e não relaxam adequadamente.²



Sintomas não motores

Fadiga

Também descrito como: exaustão; abatimento; prostração; esgotado.¹

Exaustão física ou mental persistente desproporcionada em relação à atividade realizada.²

Depressão

Estado de humor baixo ou de baixa energia, comum na doença de Parkinson, mas que pode ser tratado. Não tenha receio de pedir ajuda ao seu médico.²

Ansiedade

Também descrito como: angústia; apreensão; humor ansioso; preocupação.¹

Sentimentos de nervosismo ou medo, por vezes a flutuar com os sintomas motores.²

Apatia

Também descrito como: perda de ambição; perda de iniciativa; falta de motivação.¹

Redução da motivação, geralmente caracterizada por falta de emoção, motivação ou interesse, tanto em si próprio/a como no mundo à sua volta.²

Perturbações do Sono

Inclui insónia, sono fragmentado e sonolência excessiva durante o dia.²

Perturbação Comportamental do Sono REM

Sono REM (Rapid Eye Movement ou Movimento Rápido dos Olhos) é a fase final do ciclo do sono.

Exteriorização de sonhos vívidos, frequentemente intensos e assustadores.⁵

Obstipação

Redução da frequência dos movimentos intestinais, podendo tornar as evacuações mais difíceis ou dolorosas.²

Hipotensão Ortostática

Descida da pressão arterial ao levantar, causando tonturas ou desmaio.²

Défice Cognitivo

Dificuldades com a memória, atenção e funções executivas.²



Sintomas não motores

Alucinações

Ver ou ouvir coisas que não estão presentes (as alucinações visuais são as mais comuns).²

Perturbações do Controlo dos Impulsos

Comportamentos compulsivos como jogo, compras, ingestão compulsiva de alimentos ou hipersexualidade. Frequentemente descritos como um impulso irresistível para agir de determinada forma.²



Flutuações e períodos OFF

Flutuações

As flutuações podem ser descritas como períodos alternados de bom controlo motor (ON) e mau controlo (OFF). Contudo, muitos sintomas não motores também podem ser afetados pelos períodos "off". Se notar uma relação entre a alteração de um sintoma motor e não motor e o horário da sua medicação para a doença de Parkinson, informe o seu neurologista.⁶

Período ON

Períodos em que a medicação controla eficazmente os sintomas.²

Período OFF

Períodos em que os sintomas reaparecem porque o efeito da medicação diminuiu.²

Wearing-Off

Redução gradual do benefício da medicação antes da dose seguinte programada.²

ON Tardio

A medicação demora mais tempo do que o esperado a começar a fazer efeito.⁷

OFF Imprevisível

Ocorre quando os sintomas reaparecem subitamente apesar de tomar a medicação conforme prescrito.⁷



Termos relacionados com o tratamento

Terapia *On-demand*

Tratamento de ação rápida utilizado para gerir episódios *OFF*.

Adesão terapêutica

Tomar a medicação exatamente conforme prescrito.

Titulação da Dose

Ajuste gradual da dose de medicação para atingir um controlo ótimo dos sintomas.



Para mais informações e recursos
adicionais, visite [bialive.pt](https://www.bialive.pt)

Referências

1. MedDRA® (Medical Dictionary for Regulatory Activities) Version 28.1 (Data de acesso: 25.03.2026)
2. <https://parkinsonseurope.org/signs-and-symptoms/symptoms/> (Data de acesso: 25.03.2026)
3. <https://parkinsonseurope.org/parkinsonslife/facial-masking-parkinsons-hypomimia/> (Data de acesso: 25.03.2026)
4. <https://parkinsonseurope.org/parkinsonslife/an-end-to-writers-block-for-people-with-parkinsons-micrographia/> (Data de acesso: 25.03.2026)
5. <https://parkinsonseurope.org/parkinsonslife/ask-the-expert-how-does-parkinsons-disease-impact-dreams/> (Data de acesso: 25.03.2026)
6. <https://www.parkinson.org/sites/default/files/documents/motor-fluctuations.pdf> (Data de acesso: 25.03.2026)
7. <https://davisphinneyfoundation.org/blog/you-dont-have-to-have-off-times-with-parkinsons/> (Data de acesso: 25.03.2026)