



Eu e o Meu Corpo

A doença de Gaucher e os ossos saudáveis



05

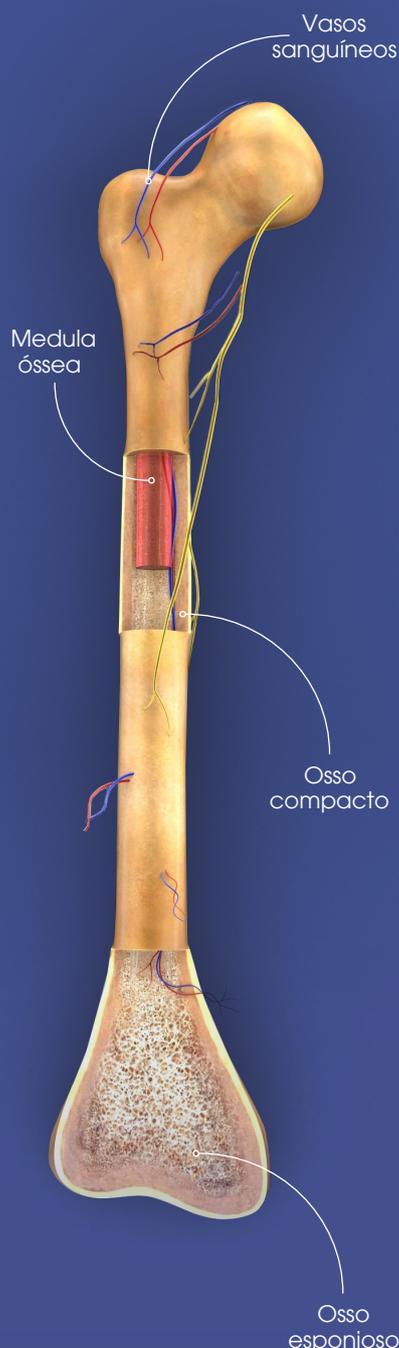


Figura 1 - Estrutura do osso

Factos acerca do esqueleto e dos ossos¹

O esqueleto humano é constituído por 206 ossos, que são peças vitais - suportam o corpo e protegem todos os órgãos internos essenciais. Mas os ossos fazem muito mais para além de suporte, proteção e ajuda no movimento.

Qual a função dos ossos?¹

Apesar de ser quase totalmente uma substância dura, o osso é na realidade um tecido vivo e em crescimento. É constituído principalmente por colagénio e cálcio. O colagénio é uma proteína que permite aos ossos serem um pouco flexíveis. O cálcio (na forma de fosfato de cálcio) é um mineral que os deixa fortes e rígidos.

Para além de fornecer suporte e proteção, os ossos desempenham um papel importante no armazenamento de cálcio e outros minerais, libertando-os na corrente sanguínea quando são necessários. Os ossos também armazenam gordura e contêm um tecido de consistência gelatinosa denominada medula óssea, que produz os fragmentos celulares do sangue (glóbulos brancos, glóbulos vermelhos e plaquetas).

Qual a estrutura dos ossos?¹

Os ossos têm estruturas diferentes consoante a sua função, mas são todos compostos por várias camadas (ver figura 1). Na parte externa, a membrana que contém nervos e vasos sanguíneos envolve e nutre o osso. A camada seguinte é de osso compacto, que dá força ao osso. Dentro deste encontra-se uma camada esponjosa (também chamada por osso esponjoso) que se assemelha a favos de mel. Finalmente, no centro de certos ossos, encontra-se a medula óssea.

Cuidar dos ossos¹

O osso é um tecido vivo, o que significa que é constantemente formado novo tecido ósseo e degradado tecido antigo. Quando somos jovens, forma-se mais tecido ósseo do que aquele que é degradado, o que contribui para que os ossos cresçam e se tornem mais pesados e densos. À medida que envelhecemos, há uma tendência para haver mais degradação óssea do que formação, o que faz com que os ossos se tornem menos densos, aumentando a probabilidade de fratura. A este estado, aquele em que os ossos se tornam mais frágeis e com propensão à fratura, dá-se o nome de osteoporose.

Há formas de garantir que os ossos permanecem fortes e saudáveis, nomeadamente ter uma dieta equilibrada, que inclua cálcio e vitamina D, bem como praticar exercício físico com pesos regularmente.

De que forma são os ossos afetados pela doença de Gaucher?²

Na doença de Gaucher, uma substância chamada glucosilceramida pode acumular-se na medula óssea. O equilíbrio entre a formação e a degradação do osso pode ser afetado, tornando-o mais fraco e mais propenso a deformações. As pessoas com doença de Gaucher podem desenvolver dor óssea e diminuição da densidade óssea que, em alguns doentes, pode levar a fraturas.

[Saiba mais sobre estes e outros sintomas da doença de Gaucher](#)

Referências

1. Anatomy and Physiology. OpenStax at Rice University. Published 25 April 2013. ISBN-13: 978-1-947172-04-3. Available at <https://openstax.org/details/anatomy-and-physiology>. Accessed September 2019
2. Cappellini MD et al. European Oncology & Haematology. 2018;14:50-56.