

Leila de Castro: “Com o diagnóstico, mudei completamente a alimentação, procurando comer menos carne vermelha, refrigerantes, margarina e açúcar”

Renato Queiroz

renato.queiroz@opopular.com.br

Alguns especialistas costumam dizer que o fígado é um órgão que sofre em silêncio. O paciente com problemas nele, que é considerado a maior glândula do corpo e tem funções fundamentais para o bom funcionamento do organismo, pode viver por anos sem qualquer tipo de dor ou sintoma. Quando eles aparecem, normalmente já é tarde. Recentemente, o caso raro de uma enfermeira, em São Paulo, que sofreu uma hepatite fulminante causada por consumo de chá emagrecedor reforçou a importância da maior atenção ao órgão que dificilmente entra na lista do check-up da maior parte das pessoas.

Conferir anualmente como anda a saúde do fígado entrou na lista de prioridades da comerciante Leila de Castro, de 53 anos. Após um ultrassom de abdome superior, ela descobriu que sofria de esteatose hepática, a doença gordurosa não alcoólica do fígado. Por não ter sintomas, ela é perigosa e pode evoluir para uma cirrose hepática e até câncer. “Até então não era um órgão que me preocupava. Com o diagnóstico, mudei completamente a alimentação, procurando comer menos carne vermelha, refrigerantes, margarina e açúcar”, conta. A intensa rotina de atividade física inclui musculação e longos treinos de ciclismo. Tudo para manter a saúde em dia.

Hepatologista do Centro Clínico do Orion Complex, o médico Rafael Ximenes explica que, ao procurar um médico para check-up anual, o fígado deveria estar entre os órgãos a serem avaliados. “Algumas pessoas estão começando a ter essa consciência, outras são encaminhadas por cardiologistas e clínicos gerais. O grande problema do fígado é que, na maior parte das vezes, as doenças são silenciosas por um longo período”, explica. É importante que a população conheça as doenças que afetam o órgão, os seus riscos, formas de controle e tratamento.

No caso da hepatite fulminante, o médico explica que diversas situações, que incluem o uso de remédios e fitoterápicos, podem causar o problema. Infecção por alguns tipos de vírus da hepatite ou exposição a agentes tóxicos estão entre as causas mais comuns. “Os chás que, na maior parte das vezes, são vistos como seguros, dependendo da substância funciona como remédio de farmácia. Tem alguns que são tóxicos e a reação depende de ca-



Perigo silencioso

MAGAZINE

SAÚDE Caso de hepatite fulminante causada por consumo de chá emagrecedor reforça importância do cuidado com o fígado



da organismo”, ressalta.

Professor adjunto da UFG e cirurgião assistente do Grupo de Transplante Hepático do Hospital Geral Alberto Rassi, o cirurgião hepatopancreatobiliar Edmond Le Campion explica que o chá pode realmente provocar a hepatite fulminante, popularmente conhecida como falência do fígado, por mecanismo de agressão direta. As substâncias presentes na bebida, moléculas naturais, causam a destruição das células do fígado resultando na grave complicação que pode levar à morte.

“Felizmente esse é um evento raro, mas várias substâncias podem causar isso, em altas doses. Paracetamol, anti-inflamatórios, ervas medicinais, isoniazida e anabolizantes são algumas delas”, destaca. O perigo aumenta porque não há nenhum marcador ou exame que consiga pré-determinar as pessoas que são mais sensíveis a determinadas substâncias.

O desenvolvimento da insuficiência hepática aguda causada por consumo de substâncias está associado à quantidade do produto ingerido, ao tempo de uso e ao tipo de substância. Outro mito que o especialista derruba é o da eficácia dos supostos protetores hepáticos. “Não há remédios que protegem o fígado, isso é uma ilusão imposta por algumas pessoas ou até mesmo prescrito de forma errada por alguns profissionais”, explica Edmond.

Filtro do organismo

O fígado faz três tarefas fundamentais no organismo: filtra substâncias prejudiciais do sangue, armazena combustível e produz um líquido chamado bile que ajuda a digerir os alimentos. Dentre as principais doenças que acometem o órgão, as mais conhecidas são as hepatites virais. Por isso é muito importante tomar vacinas contra diversos tipos de hepatites. Depois, estão as doenças causadas pelo álcool, como a cirrose, doenças hepáticas tóxicas, insuficiência hepática, fibrose, entre outras. As principais causas das hepatites agudas no Brasil são as virais, alcoólicas e a doença hepática gordurosa

não relacionada ao álcool. “Se as pessoas querem reduzir o risco de uma doença do fígado, elas devem reduzir os fatores que aumentam esse risco. Evitar o etilismo, se vacinar contra a hepatite B, ter cuidado ao utilizar medicamentos desconhecidos ou não prescritos pelo médico”, enumera o cirurgião hepatopancreatobiliar Edmond Le Campion. Um tratamento “natural”, segundo ele, não significa um tratamento “seguro”. “Todo medicamento deve passar por rigorosos estudos científicos comprovando sua eficácia e segurança”, orienta.

De olho nos fitoterápicos

Por serem naturais, é comum as pessoas acharem que remédios fitoterápicos não fazem mal, mas a verdade não é bem essa. “Geralmente, nas medicações fitoterápicas não se sabe exatamente a dose da composição. Não podemos condenar todos, pois há vários que são muitos usados e seguros. Por isso, é importante não generalizar”, explica a endocrinologista Lorena Lima Amato. Ela explica que os chás emagrecedores, em geral, apenas levam a alguma percepção na balança quando têm efeito diurético.

“Perder líquido não é o mesmo que perder gordura, ou seja, não é perder peso efetivo no emagrecimento”, alerta. Por outro lado, o chá pode contribuir para o processo de emagrecimento por manter a pessoa hidratada e ajudar um pouco na saciedade. Mas o risco de interação entre as substâncias presentes nesses produtos é real. No Brasil, é a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) que deve garantir à população que um medicamento, seja ele fitoterápico ou alopático, seja, além de seguro, eficaz.