



ID: 64073057

01-04-2016



OPINIÃO | FIGADO

OS MISTÉRIOS DO FÍGADO

O fígado é um dos principais órgãos do nosso organismo, e tem-se mostrado algo misterioso e desconhecido até há alguns anos. Mas que órgão é este e o que faz? Descubra já de seguida.

Pesa cerca de 1,5kg, é castanho escuro e localiza-se à direita, na parte superior do abdómen, bem protegido por baixo das costelas. O fígado é de consistência mole, está cheio de sangue e a sua superfície é muito lisa. Há quem diga que tem cerca de 5.000 funções, muitas delas vitais para o ser humano. É como se fosse uma central de um laboratório. As suas funções principais são a produção de substâncias que fazem com que não se tenha hemorragias e o combate às infeções. O seu não funcionamento é incompatível com a vida. A dimensão das suas doenças é de tal modo, que se calcula que em Portugal e na Europa sejam a sétima causa de morte. Por outro lado, ao contrário do rim, para cujas doenças mais graves existe uma máquina, a hemodiálise,

A obesidade, diabetes e excesso de colesterol levam à acumulação de gordura no fígado, que por sua vez pode conduzir à inflamação do mesmo.



Por Prof. Doutor Rui Tato Marinho | Vice-Presidente da Sociedade Portuguesa de Gastroenterologia





Em Portugal, são três as principais causas de cirrose: o consumo excessivo de álcool durante anos, a infeção pelo vírus da hepatite C e o excesso de peso. Esta última é um problema crescente, com consequências muito graves a curto prazo.

REGRAS PARA TER UM FÍGADO SAUDÁVEL PARA SEMPRE, SEM CIRROSE E SEM CANCRO

- 1. Não beba álcool de forma prejudicial: antes dos 18 anos, não atinga um estado elevado de alcoolémia. Se é homem não mais de duas a três bebidas por dia; se é mulher não ultrapasse os dois copos**
- 2. Faça o teste da hepatite C (anti-VHC) e cure-a. Existem novos medicamentos, com quase 100% de eficácia**
- 3. Trate já do excesso de peso e da gordura no fígado (dieta, exercício)**
- 4. Beba café, dois a três por dia**



para o fígado não existe nenhuma máquina que possa manter a pessoa viva sem se ter que recorrer ao transplante hepático.

As doenças mais graves, muitas vezes mortais, que o afetam são a cirrose e o cancro primitivo do fígado. A cirrose é um estado de destruição do fígado, provocada por vários agentes. O fígado com cirrose fica cheio de "cicatrizes", muito duro, por vezes de consistência como uma pedra, reduz-se de tamanho ficando atrofiado e a sua superfície fica irregular, como se estivesse cheio de "caroços". São os chamados nódulos.

As causas principais de cirrose em Portugal são três: o consumo excessivo de álcool durante anos, a infeção pelo vírus da hepatite C e o excesso de peso. Esta última causa é um problema crescente, com consequências muito graves a curto prazo.

A obesidade, a diabetes e o excesso de colesterol levam à acumulação de gordura no fígado. Este excesso de gordura no fígado chama-se "esteatose" que poderá levar a que fique inflamado e provoque alteração das suas análises. Nesta fase chama-se de esteato hepatite não alcoóli-

ca, em inglês NASH (Non Alcoholic SteatoHepatitis).

Na fase da cirrose chamada descompensada, quando as células do fígado estão quase todas mortas e o fígado fica duro, atrofiado e cheio de caroços, começam a surgir os sintomas. Nesta fase a esperança média de vida é, em média, de dois anos.

Mas como se manifesta o mau funcionamento do fígado nesta fase dita de "descompensação"? Os sintomas são muito variados, não sendo iguais em toda a gente. Cada doente é um caso particular. Os sintomas principais são: a chamada "ascite" ou "barriga de água". O doente fica como se estivesse grávido, podendo acumular até 15-20 litros de líquido amarelado, semelhante a urina, no abdómen. Outros sinais de mau funcionamento do fígado são a icterícia (olhos e pele amarela), alterações mentais e do comportamento (encefalopatia), infeções graves (generalizadas a todo o corpo, também chamadas de septicemias), vômitos de sangue (chamadas hematemeses, podem ser causadas por rotura de veias muito grandes que surgem no esófago, as varizes esofágicas), emagrecimento acentuado, etc. ❤️