

Diário do Grande ABC

Dezembro/2011

dia-a-dia *saúde*

cirrose e álcool

Carlos Baía



A cada 20 minutos, uma pessoa é internada por consumo excessivo de bebidas alcoólicas. O álcool afeta todo o corpo, produzindo lesões no sistema nervoso, coração e pâncreas, além de causar envelhecimento precoce e problemas no fígado, como a cirrose hepática.

Dados recentes apontam que as internações por cirrose alcoólica cresceram 50% em cinco anos no Estado. Em 2007, foram 2.000 internações e a estimativa para este ano é de aproximadamente 3.000. São números preocupantes, comprovando que o paulista está bebendo (de) mais, sem se preocupar com sua saúde e o bem-estar das pessoas próximas, pois o álcool causa também transtornos mentais. Sem falar nos acidentes de trânsito e até de trabalho provocados pelo alcoolismo.

Em nosso serviço, atendemos centenas de pacientes que convivem com a cirrose. Alguns desenvolvem por conta de doenças congênitas ou metabólicas. Mas há os que ficam doentes porque tomam 'poucas' cervejas ou destilados, todos os dias, e jamais imaginam que algo possa acontecer. Entretanto, não percebem que uma das características da bebida alcoólica é induzir tolerância, ou seja, a pessoa precisa de quantidade cada vez maior para sentir o mesmo efeito de relaxamento inicial. Dessa forma, bebe-se mais, sem saber que o álcool inflama e destrói gradualmente as células do fígado.

Ao longo dos anos, o órgão fica tomado por cicatrizes e seu funcionamento é prejudicado – é esta a fase da cirrose hepática. Infelizmente, uma vez que os



sintomas aparecem lentamente, muitos doentes só procuram assistência quando há ocorrência de hemorragias digestivas, ascite

(barriga d'água) e olhos amarelados (icterícia).

Falando ainda da cirrose, é importante ressaltar que as hepatites virais, principalmente a do tipo C, também levam à doença. Aqui, o melhor que posso sugerir é a prevenção, em dois níveis. Primeiro, tenha práticas sexuais seguras, leve seu próprio kit à manicure, não compartilhe objetos cortantes e cuidado com tatuagens e piercings. O teste de hepatite é rápido e pode detectar a doença precocemente, e aí entra a prevenção secundária: as hepatites virais são curáveis e os remédios, gratuitos. Pessoas curadas da hepatite não desenvolvem cirrose.

Lembre-se de que nunca é tarde para se cuidar. Não exagerar no consumo de bebidas alcoólicas e de alimentos industrializados, além de ter alimentação balanceada aliada à prática de exercícios, contribui para uma vida saudável, em que é possível fazer o que gostamos na companhia de quem nos faz feliz.

Carlos Baía é médico coordenador do serviço de transplante de fígado do Hospital de Transplantes Euryclides de Jesus Zerbini, no Jd. Paulista