



# CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

## INDICAÇÃO Nº 3261/2023

Indica a realização de estudos e análises acerca da realização de Campanhas Municipais sobre a Esteatose Hepática.

Apresentamos, muito respeitosamente, ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, a presente Indicação para que, em consonância aos demais órgãos desta Preclara Administração Pública, Secretarias, Coordenadorias e Gerências, merecedoras do nosso mais profundo respeito, se dignem na realização de estudos e análises acerca da realização de Campanhas Municipais sobre a Esteatose Hepática.

À guisa de justificativas, a Esteatose Hepática, gordura no fígado ou fígado gorduroso, se não tratada tempestivamente e adequadamente pode gerar doenças hepáticas graves e mesmo fatais para o ser humano.

Paradigma: <https://bvsmis.saude.gov.br/esteatose-hepatica/>

Esteatose hepática é um distúrbio que se caracteriza pelo acúmulo de gordura no interior dos hepatócitos (células do fígado) – órgão situado no lado direito do abdômen por onde circula grande quantidade de sangue. De coloração marrom-avermelhada, o fígado exerce mais de 500 funções fundamentais para o organismo.

O aumento de gordura dentro dos hepatócitos, constante e por tempo prolongado, pode provocar uma inflamação capaz de evoluir para quadros graves de hepatite gordurosa, cirrose hepática e até câncer. Nesses casos, o fígado não só aumenta de tamanho, como adquire um aspecto amarelado.

Também conhecida por doença hepática gordurosa, gordura no fígado ou fígado gorduroso, a esteatose hepática é uma condição cada dia mais comum, que pode manifestar-se também na infância e atinge mais as mulheres. A estimativa é que 30% da população apresentem o problema e que aproximadamente metade dos portadores possa evoluir para formas mais graves da doença.

### **Causas:**

As esteatoses hepáticas podem ser classificadas em alcoólicas (provocadas pelo consumo excessivo de álcool) e não alcoólicas.

Sobrepeso, diabetes, má nutrição, perda brusca de peso, gravidez, cirurgias e sedentarismo são fatores de risco para o aparecimento da esteatose hepática gordurosa não alcoólica. Há evidências de que a síndrome metabólica (pressão alta, resistência à insulina, níveis elevados de colesterol e triglicérides) e a obesidade abdominal estão diretamente associadas ao excesso de células gordurosas no fígado.

PROTÓCOLO 5783/2023 - 14/06/2023 14:16



## CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

Num número bem menor de casos, pessoas magras, abstêmias, sem alterações de colesterol e glicemia, podem desenvolver quadros de esteatose hepática gordurosa.

Em crianças nos primeiros anos de vida, a esteatose hepática é causada principalmente por algumas doenças metabólicas (causam alteração no funcionamento geral do organismo). Já nas crianças maiores e adolescentes, as causas são semelhantes às dos adultos. O tratamento na infância é de fundamental importância para prevenir danos irreversíveis nos adultos, além da conscientização da criança para hábitos de vida saudáveis.

### **Sintomas:**

Nos quadros leves de esteatose hepática, a doença não provoca sintomas, estes são percebidos quando aparecem as complicações da doença. Inicialmente, as queixas são dor, cansaço, fraqueza, perda de apetite e aumento do fígado.

Nos estágios mais avançados de esteato-hepatite, caracterizados por inflamação e fibrose que resultam em insuficiência hepática, os sintomas mais frequentes são ascite (acúmulo anormal de líquido dentro do abdome), encefalopatia (doenças no encéfalo) e confusão mental, hemorragias, queda no número de plaquetas do sangue, icterícia (pele e olhos amarelados).

### **Diagnóstico:**

Com frequência, nas fases iniciais, o diagnóstico da esteatose hepática gordurosa não alcoólica é feito por meio de exames de rotina, laboratoriais ou de imagem. Uma vez detectada a alteração, é indispensável estabelecer o diagnóstico diferencial com outras hepatites, ou doenças autoimunes e genéticas, ou pelo uso de drogas, uma vez que a enfermidade não apresenta um quadro clínico característico.

Surgindo a suspeita, porém, o importante é levantar a história do paciente, que deve passar por minucioso exame físico e submeter-se a exames de sangue para medir os níveis das enzimas hepáticas. Embora a ultrassonografia, a tomografia e a ressonância magnética sejam muito úteis para avaliar possíveis alterações no fígado, há casos em que a confirmação do diagnóstico depende de biopsia. Entre todos, porém, o exame mais importante para diagnóstico da enfermidade é a elastografia transitória, um método semelhante à ultrassonografia, indolor, que mede a elasticidade do tecido hepático e a quantidade de gordura acumulada no fígado.

### **Tratamento:**

Não existe um tratamento específico para o fígado com excesso de gordura. Ele é determinado de acordo com as causas da doença, que tem cura, e baseia-se em três pilares: estilo de vida saudável, alimentação equilibrada e prática regular de exercícios físicos. São raros os casos em que se torna necessário introduzir medicação.

### **Prevenção:**

Algumas medidas são indispensáveis para prevenir o acúmulo de gordura no fígado ou para reverter o quadro já instalado.



## CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

- esteja atento às medidas da circunferência abdominal, que não devem ultrapassar 88 cm nas mulheres e 102 cm nos homens;
- procure manter o peso dentro dos padrões ideais para sua altura e idade, mas cuidado! Dietas radicais, que provocam emagrecimento muito rápido, podem piorar o quadro;
- beba com moderação (bebidas alcoólicas) durante a semana e nos fins de semana também;
- restrinja o consumo dos carboidratos refinados e das gorduras saturadas. Substitua esses alimentos pelos integrais e por azeite de oliva, peixes, frutas e verduras.

**IMPORTANTE: Somente médicos e cirurgiões-dentistas devidamente habilitados podem diagnosticar doenças, indicar tratamentos e receitar remédios. As informações disponíveis em Dicas em Saúde possuem apenas caráter educativo.**

Dica elaborada em setembro de 2016.

**Fontes:**

[Dr. Drauzio Varella](#)  
[Hospital Sírio Libanês](#)

Sala de Sessões “Plínio de Carvalho”, 14 de junho de 2023.

JOÃO CLEMENTE