

Esteatose hepática

A Doença Hepática Esteatótica Metabólica (DHEM) é caracterizada pelo aumento do conteúdo de gordura no fígado (ultrapassando 5% do parênquima hepático) e pode ser classificada como esteatose (quando há apenas excesso de gordura no fígado, com mínima inflamação) ou esteato-hepatite (quando há inflamação lobular e balonização de hepatócitos, com ou sem fibrose).

A esteatose hepática, popularmente conhecida como “gordura no fígado”, é um problema de saúde que acontece quando as células do fígado são infiltradas por células de gordura.

Se não tratada corretamente, a esteatose hepática pode provocar, a médio e longo prazo, uma inflamação capaz de evoluir para quadros mais graves de hepatite gordurosa, cirrose hepática e até câncer no fígado.

O quadro é reversível com mudanças de estilo e hábitos de vida, que devem ser mais saudáveis e com as devidas orientações médicas.

Existem duas classificações de Esteatose Hepática:

- Alcoólicas: provocadas pelo consumo excessivo de álcool (regular ou esporádico);
- Não alcoólicas: provocadas por hábitos e estilos de vida inadequados.

A *Esteatose Hepática Não Alcoólica* é causada por:

- Sobrepeso;
- Obesidade;
- Gravidez;
- Sedentarismo;
- Diabetes;
- Má alimentação;
- Colesterol alto;
- Pressão alta;
- Perda ou ganho muito rápido de peso;
- Uso de medicamentos (corticoides, estrógeno, amiodarona, antirretrovirais, diltiazem e tamoxifeno);
- Inflamações crônicas no fígado.

Importante: O excesso de peso é atualmente uma das principais causas da *Esteatose Hepática Não Alcoólica*, sendo responsável por 60% dos casos de gordura no fígado

FATORES DE RISCO

Obesidade, sedentarismo e consumo de álcool, regular ou não, têm mais tendências para desenvolvimento da Esteatose Hepática. Mulheres também têm um risco maior de desenvolver excesso de gordura no fígado, tendo em vista que o hormônio estrógeno, produzido naturalmente pelo corpo feminino, propicia o acúmulo dessa gordura.

Outros fatores de risco para a esteatose hepática são:

- Síndrome do ovário policístico;
- Hipotireoidismo;
- Síndrome metabólica;
- Apneia do sono;
- Acúmulo de gordura abdominal.

Sintomas e diagnóstico

A Esteatose Hepática, nos quadros leves, não apresenta sintomas específicos. Nos quadros intermediários a pessoa percebe os seguintes sinais:

- Dor no abdômen;
- Cansaço;
- Fraqueza;
- Perda de apetite;
- Aumento do fígado;
- Barriga inchada;
- Dor de cabeça constante.

Nos estágios mais avançados da doença, a principal característica é a inflamação e a fibrose que resultam em insuficiência hepática. Nessas situações os sintomas mais comuns são:

- Acúmulo anormal de líquido no abdômen;
- Doenças no encéfalo;
- Confusão mental;

- Fadiga;
- Hemorragias;
- Queda no número de plaquetas sanguíneas;
- Icterícia;
- Fazes sem cor;
- Alterações do sono;
- Mudanças na coagulação;
- Edema dos membros inferiores;
- Aumento rápido do volume abdominal.

Diagnóstico

O diagnóstico da *Esteatose Hepática Não Alcoólica* é feito por meio de exames de rotina, laboratoriais e/ou de imagem. Se for detectada alguma alteração nos resultados, é importante levantar a história **clínica** 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 biópsia hepática.

Entre todos os exames, o exame mais específico para avaliar a elasticidade do tecido hepático, o grau de fibrose hepática e a quantidade de gordura acumulada no fígado, é a elastografia transitória, método semelhante à ultrassonografia e indolor.

Os exames vão indicar o grau de gordura no fígado:

- Grau 1 ou leve: quando há pequeno acúmulo de gordura;
- Grau 2: quando há um acúmulo moderado de gordura no fígado;
- Grau 3: quando ocorre grande acúmulo de gordura no fígado.

Os especialistas que podem diagnosticar a gordura no fígado são:

- Clínico geral;
- Gastroenterologista;
- Hepatologista.

Tratamento

Não existe um tratamento específico para Esteatose Hepática, vai variar conforme cada caso, grau e causas da doença. Nesse contexto, o tratamento tem três pilares:

- Estilo de vida saudável;
- Alimentação equilibrada e saudável;
- Prática regular de exercícios físicos.

São raros os casos em que há necessidade de medicamentos. Eles podem ajudar, mas precisam ser aliados às mudanças de estilo de vida para tratar a causa do problema e ter o resultado satisfatório.

Alguns medicamentos têm sido usados para tratar gordura no fígado:

- Vitamina E, na dose de 400 a 800 UI ao dia, é indicada para pacientes com esteato-hepatite e sinais de fibrose hepática, comprovados através da biópsia do fígado;
- Drogas usadas para tratamento de diabetes, como a metformina, pioglitazona e rosiglitazona, têm sido utilizadas nos pacientes com níveis elevados de glicemia;
- Outros tratamentos citados envolvem drogas para o controle da obesidade.

Seguindo o tratamento adequado, o paciente tem altas chances de regredir o quadro ou ao menos estabilizá-lo. Por isso a importância do diagnóstico precoce.

Complicações possíveis

Quando a presença de gordura no fígado não é tratada, pode evoluir para uma inflamação do fígado (esteato-hepatite). 20% dos casos desta inflamação que não são tratados podem evoluir para uma cirrose hepática. A cirrose é um fator de risco para o câncer de fígado (hepatocarcinoma).

Ministério da Saúde

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/e/esteatose-hepatica>

SBHepatologia

[https://www.sbhepatologia.org.br/pdf/Consenso DHGNA da SBH-2015.pdf](https://www.sbhepatologia.org.br/pdf/Consenso_DHGNA_da_SBH-2015.pdf)

SBDiabetes

<https://diretriz.diabetes.org.br/doenca-hepatica-esteatotica-metabolica-dhem/>