

Álcool e o fígado



UHN

(Alcohol and the Liver – Portuguese)

Informação para pacientes



O que contém álcool?

O álcool é encontrado na cerveja, no vinho e em bebidas alcoólicas destiladas. Alguns tipos de frutas fermentadas também podem conter álcool. Alimentos dos quais o álcool é um dos ingredientes também o contém. Seu corpo não consegue determinar a origem do álcool, somente que está presente no que é ingerido ou bebido.

O que acontece quando uma pessoa toma uma bebida alcoólica?

Quando uma pessoa toma uma bebida alcoólica, o álcool é absorvido diretamente no sangue através das paredes do estômago e do intestino. Em seguida, espalha-se rapidamente por todo o corpo. O nosso corpo é composto de células e quando o álcool entra em uma célula, altera como ela funciona.

This information is to be used for informational purposes only and is not intended as a substitute for professional medical advice, diagnosis or treatment. Please consult your health care provider for advice about a specific medical condition. A single copy of these materials may be reprinted for non-commercial personal use only.

© 2009 University Health Network. All rights reserved.

Author: Colina Yim NP & Dr. Hemant Shah, TWH Liver Clinic

Created: 05/2009

Form: D-5108A



O fígado é o órgão do corpo que processa o álcool para que não seja tóxico ao organismo. No entanto, o fígado só consegue processar uma certa quantidade de álcool durante um certo período de tempo. Beber álcool em excesso pode superar a capacidade do fígado de processá-lo. Quando isso acontece, o álcool adicional pode afetar a capacidade de funcionamento do cérebro, do coração, dos músculos e de outros tecidos do corpo.

Como o álcool afeta o fígado?

Quando o fígado tem mais álcool do que pode processar, não consegue funcionar como deveria. O fígado elimina as toxinas do álcool presente no corpo, mas se uma pessoa beber mais do que a capacidade do fígado de eliminá-las, as células do fígado podem ser destruídas ou alteradas. As mudanças nas células hepáticas podem levar a:

- depósitos de gordura (chamados de fígado gordo)
- inflamação mais grave (chamada de hepatite alcoólica) e/ou
- lesão permanente (chamada de cirrose).

Quando há doença do fígado devida ao consumo de álcool, isso pode também levar ao cancro do fígado ou à morte.

Que quantidade de álcool é segura?

Isso depende do peso corporal, tamanho, sexo e outros fatores característicos da pessoa. Por exemplo, as mulheres absorvem mais álcool de cada bebida alcoólica do que os homens; portanto, o risco de elas sofrerem dano no fígado relacionado ao consumo de álcool é maior.

Consumir álcool todos os dias e beber em demasia pode danificar seu fígado. Beber em demasia significa beber mais do que 4 ou 5 bebidas alcoólicas de uma vez. Se você já tiver uma doença do fígado, deve parar de consumir bebidas alcoólicas.

A Canadian Liver Foundation (Fundação Canadiana do Fígado) recomenda que as pessoas não bebam mais do que 1 a 2 bebidas alcoólicas por dia.

Há diferença entre as bebidas alcoólicas em termos de segurança?

Não. O tipo de bebida alcoólica que você toma não é importante, mas a quantidade de álcool presente na bebida é importante. Uma bebida alcoólica é o equivalente a:

- 341 ml (12 oz.) de cerveja leve
- 142 ml (5 oz.) de vinho
- 43 ml (1 ½ oz.) de bebidas destiladas



© 200

ork. All r



University Health Network
Toronto General Hospital Toronto Western Hospital Princess Margaret Hospital

O que acontece quando o álcool mistura-se com o medicamento?

Misturar álcool e medicamentos pode danificar o fígado. Bebidas alcoólicas não devem ser tomadas com medicamentos, como o Tylenol. Muitos medicamentos vendidos sob prescrição médica e de balcão interagem com o álcool, o que muda os efeitos do álcool ou do medicamento. Alguns exemplos são antibióticos, anticoagulantes, antidepressivos, sedativos, analgésicos e relaxantes musculares. Algumas combinações podem ser muito perigosas.

Converse com seu provedor de assistência médica ou farmacêutico a respeito de sua situação específica.

Como sei se o meu fígado foi danificado pelo álcool?

75% do seu fígado precisa ser danificado para que você sinta que há algo errado. Quando isso acontece, pode ser tarde demais para fazer algo a esse respeito. É importante consultar o seu médico e ser sincero quanto à quantidade de álcool que você bebe para que seja possível identificar pequenos danos ao fígado logo no início. Por meio de exames e análises ao sangue regulares, o seu médico conseguirá identificar sinais precoces de doença do fígado.

Quais são os sintomas dos danos ao fígado relacionados ao álcool?

Todo o seu corpo será afetado se o seu fígado não funcionar corretamente. Estes são os sintomas e problemas ligados a um fígado lesado:

- fadiga (sentir-se extremamente cansado)
- perda de apetite
- não conseguir combater infecções muito bem
- icterícia (pele e olhos amarelos)
- inchaço da região estomacal
- sangramento interno (hematoma)
- desorientação
- insuficiência renal.

É possível curar ou reverter danos ao fígado causados pelo álcool?

Qualquer pessoa que consuma bebidas alcoólicas regularmente ou em excesso pode sofrer danos no fígado. O dano pode ser tão ameno como o fígado gordo ou tão sério como a hepatite alcoólica e/ou a cirrose.

É possível reverter completamente a doença do fígado nos estágios iniciais, como o fígado gordo, se a pessoa parar de beber bebidas alcoólicas. As células do fígado conseguem voltar ao normal quando não há álcool no sangue durante vários meses.



A doença do fígado em estágio avançado, como a hepatite alcoólica e a cirrose, geralmente danificam o fígado para sempre. No entanto, mesmo nessas situações, se a pessoa parar de ingerir bebidas alcóolicas completamente, geralmente consegue viver uma vida normal ao tomar medicamentos para amenizar as complicações.

Às vezes, depois de a doença do fígado causada pelo consumo de álcool alcançar o estágio avançado, a pessoa pode sofrer lesão permanente no fígado mesmo se parar de beber. Isso pode significar a necessidade de tomar muitos medicamentos e, ocasionalmente, causar até mesmo a morte.

Portanto, antes de mais nada, a melhor coisa a fazer é consumir bebidas alcóolicas em moderação (menos de 2 bebidas alcóolicas por dia).

O que devo fazer se achar que tenho doença do fígado relacionada ao consumo de álcool?

1. Pare imediatamente de beber bebidas alcóolicas.
2. Consulte o seu médico e seja sincero a respeito da quantidade de álcool que consome.
3. Certifique-se de que o seu médico faça análises ao sangue para verificar se o seu fígado está saudável e confirmar que nada mais esteja a prejudicar o seu fígado.

Para obter mais informações, visite o sítio web do Toronto Western Hospital Liver Centre (Centro do Fígado do Toronto Western Hospital) em <http://www.torontoliver.ca/>

Esta brochura foi adaptada de informações da Canadian Liver Foundation (Fundação Canadiana do Fígado). Entre em contato com o seu médico ou visite <http://www.liver.ca/> para obter mais informações.