

O fígado leva a culpa de todos os exageros que cometemos pela vida afora. A ressaca ou a dificuldade de digestão, comuns quando se come ou bebe demais, em geral, são atribuídas ao mau funcionamento do fígado e não aos excessos praticados.

Talvez isso explique a existência, no mercado, de uma quantidade enorme de produtos farmacêuticos que explora certas crenças populares a respeito do fígado. Estas são drogas que nunca demonstraram os efeitos protetores que os fabricantes apregoam. Na verdade, não há um único medicamento capaz de “proteger” o fígado. Quando o fígado dá sinais de sofrimento, na maior parte das vezes, já foi seriamente agredido pela repetição de alguns maus hábitos de vida.

1) Para que serve o fígado além de levar a culpa quando se come ou bebe demais?

O fígado, que se localiza do lado direito do abdômen (barriga), é a maior glândula do organismo. Pesa em torno de 1,3 Kg a 1,5 Kg no homem e, aproximadamente, duzentos gramas menos nas mulheres. É constituído por milhões de células, como se fossem milhões de tijolinhos agrupados. Cada célula representa uma micro indústria e desempenha função específica, essencial para o equilíbrio do organismo.

2) Quais as principais funções do fígado?

O fígado é um órgão de funções múltiplas e fundamentais para o funcionamento do organismo. Entre essas, destacam-se:

a) Secretar a bile

A bile é produzida pelo fígado em grande quantidade, de 600mL a 900mL, por dia. Num primeiro momento, a bile se concentra na vesícula e depois é enviada para o intestino, onde funciona como detergente e, auxilia a dissolver e a aproveitar as gorduras. Por isso, quando os canais da bile entopem, o metabolismo das gorduras fica prejudicado;

b) Armazenar glicose

A glicose (açúcar) extraída dos alimentos é armazenada no fígado, sendo posta à disposição do organismo conforme seja necessário. Nesse caso, as células hepáticas funcionam como um reservatório de combustível. Quando o cérebro, o músculo do coração, os músculos esqueléticos ou qualquer outra parte do corpo precisam de energia, a glicose é enviada para a circulação. Se não houvesse esse sistema de estocagem, teríamos de comer o tempo todo para garantir o suprimento de energia. Doenças hepáticas em fase avançada provocam a perda dessa capacidade e prejudicam o fornecimento de glicose;

c) Produzir proteínas importantes

Entre essas, destaca-se a albumina, muito importante para o organismo, porque mantém a água dentro das veias e artérias. Quando a produção de albumina diminui, a água escapa desses lugares, extravasa para os tecidos que estão debaixo da pele e produz inchaço, ou seja, edemas nas pernas, barriga d'água (ascite) etc. Além disso, a albumina tem outra função curiosa: serve de meio de transporte, na corrente sanguínea, para outras

substâncias, como hormônios, pigmentos e drogas.

A falta de albumina não é a única explicação para o inchaço característico dos indivíduos alcoolistas. Na cirrose, por exemplo, dança comum nos usuários de álcool, os rins retêm água e sódio o que também ajudam a produzir inchaço.

É importante, ainda, mencionar as proteínas ligadas ao processo de coagulação do sangue. Se o fígado não está trabalhando bem, o nível dessas substâncias baixa e aumenta a probabilidade de sangramentos abundantes, que podem ser provocados por ferimentos ou ocorrer espontaneamente pelo nariz, pelas gengivas, pela urina ou em menstruações exageradas;

d) Desintoxicar o organismo

O fígado tem a capacidade de transformar hormônios ou drogas em substâncias não ativas para que o organismo possa excretá-los;

e) Sintetizar o colesterol

No fígado, o colesterol é metabolizado e excretado pela bile;

f) Filtrar microrganismos

Há extensa rede de defesa imunológica no fígado. Além das células hepáticas, existem inúmeros “tijolinhos” responsáveis por segurar bactérias ou outros microrganismos que transmitem infecções.

3) Se o fígado se regenera, por que é que os transplantes de fígado são necessários?

Se retirarmos metade do fígado, em poucos meses, esse recuperará o tamanho e a função. Isso é extremamente importante, porque justifica os transplantes intervivos feitos atualmente. Essa capacidade regenerativa pode ser comprometida por certas doenças. Na cirrose, por exemplo, algumas células morrem, enquanto outras, que se mantêm vivas, regeneram-se e tentam compensar as perdas sofridas. Infelizmente, essa regeneração é bloqueada pelas cicatrizes fibrosas que se formaram no fígado, tornando-o menor e mais rígido.

4) O fígado é um dos órgãos mais importantes do organismo e, ao contrário da maioria, trabalha sem estardalhaço. O fígado, do mesmo jeito, sofre calado quando está sendo lesado. Que males esse silêncio pode esconder?

Muitos pacientes estão com cirrose, mas não notaram sintoma algum da doença. No entanto, há já sinais sugestivos da doença como a icterícia (amarelo dos olhos e da pele), por exemplo. A icterícia é um sinal importante, que não deve ser confundido com o amarelo isolado da pele, quando se come muita cenoura e mamão, alimentos ricos em caroteno. Importante também é o aparecimento sob a pele de sinais semelhantes a pequenas aranhas de cor vermelha, formadas pelo cruzamento dos vasos sanguíneos.