Anemia: Um problema de saúde pública que não podemos ignorar

A anemia afeta cerca de 2 biliões de pessoas em todo o mundo, sendo mais frequente em crianças, mulheres e idosos. Trata-se de um importante problema de saúde pública, com impacto significativo na qualidade de vida e na saúde geral.

A anemia é uma condição em que o sangue tem uma quantidade insuficiente de hemoglobina, o que reduz a capacidade de transportar oxigénio para os tecidos do corpo. O World Anemia Awareness Day, celebrado a 13 de fevereiro, chama a atenção para esta condição. A data simboliza o valor de referência ideal de 13 g/dL de hemoglobina, fundamental para o transporte adequado de oxigénio no organismo.

Doentes com anemia podem apresentar cansaço excessivo, dificuldade de concentração, palidez da pele, fraqueza muscular e, em alguns casos, alterações cardíacas, como palpitações ou falta de ar.

Existem várias causas de anemia, nomeadamente doenças crónicas e inflamatórias, doenças da medula óssea e doenças genéticas. No entanto, em cerca de metade dos casos a anemia ocorre por deficiência de ferro (anemia ferropénica). Esta pode resultar de ingestão insuficiente de alimentos ricos em ferro, diminuição da absorção do ferro ingerido ou perdas de sangue, nomeadamente pelo tubo digestivo, que podem ou não ser visíveis.

Na investigação das causas de anemia ferropénica, os exames endoscópicos têm um papel central. A endoscopia digestiva alta permite observar o esófago, estômago e duodeno, podendo identificar lesões como úlceras, tumores ou lesões vasculares. A colonoscopia avalia o cólon, reto, e pode avaliar o segmento mais distal do intestino delgado, sendo essencial para detetar pólipos, tumores, lesões vasculares ou doenças inflamatórias. Em cerca de 5-10% dos casos, a origem da anemia ferropénica encontra-se no intestino delgado, uma região não acessível pelos exames endoscópicos convencionais. Este segmento do tubo digestivo pode ser avaliado endoscopicamente com recurso a endoscopia por cápsula, um exame não invasivo em que o doente engole uma cápsula com uma câmara, que percorre o tubo digestivo e capta milhares de imagens do intestino delgado. Este exame permite identificar lesões vasculares, doenças inflamatórias ou tumores.

O tratamento da anemia ferropénica baseia-se na correção da causa subjacente e na reposição de ferro, que pode ser feita por via oral ou endovenosa. Em situações mais graves, pode ser necessária transfusão de sangue. Quando a causa é tratável por endoscopia, os exames endoscópicos como a endoscopia digestiva alta e a colonoscopia podem ter um papel terapêutico, sendo ainda possível aceder ao intestino delgado por enteroscopia assistida por balão, habitualmente quando a causa da anemia foi identificada na cápsula endoscópica.

Artigo escrito por Rita Barosa, Serviço de Gastrenterologia, ULS Lisboa Ocidental - Hospital de Egas Moniz, Lisboa, Vogal da Direção do Grupo de Estudos Português do Intestino Delgado (GEPID)