

Artigo de Opinião de Rita Barosa, gastroenterologista da Unidade de Saúde Local Lisboa Ocidental e membro da Associação Portuguesa para o Estudo do Fígado (APEF)

## **Doença Celíaca e a Saúde Hepática: uma ligação que não deve ser ignorada**

A doença celíaca é uma doença crónica, de base imune, em que o consumo de glúten desencadeia uma reação do sistema imunitário que leva primariamente à lesão do intestino delgado. Esta entidade é diferente da alergia ao glúten e da “intolerância” ao glúten, das quais deve ser clínica e laboratorialmente distinguida.

A doença celíaca pode ser assintomática ou apresentar-se com diarreia, distensão abdominal, perda de peso, alterações cutâneas, alterações hepáticas ou anemia e outras manifestações de mal absorção. O diagnóstico da doença celíaca implica a realização e integração de exames laboratoriais específicos, sendo na idade adulta muitas vezes necessária a realização de endoscopia digestiva alta para confirmação do diagnóstico.

Assim, além das manifestações gastrointestinais mais típicas e de se poder associar a outras entidades nomeadamente do foro dermatológico, neurológico ou endocrinológico, a doença celíaca pode associar-se também a alterações no fígado, que podem inclusivamente ser a sua única manifestação. Adicionalmente, pessoas com doença celíaca têm um risco acrescido de doença hepática por associação a outras doenças hepáticas autoimunes, mas também por maior risco de doença hepática metabólica, onde a inflamação intestinal persistente, a má absorção e a ativação imunitária crónica condicionam a acumulação de gordura no fígado e inflamação.

O tratamento da doença celíaca, não complicada e das alterações hepáticas associadas, consiste numa dieta isenta de glúten, que só por si se associa, na maioria dos casos, à remissão da doença e défices relacionados, sendo essencial para prevenir complicações a longo prazo.

Adicionalmente, devem ser mantidos hábitos de vida saudáveis, evitando o álcool, mantendo a atividade física regular e mantendo um bom controlo metabólico. O acompanhamento médico contínuo e a realização de exames de rotina são igualmente fundamentais para evitar e detetar precocemente possíveis complicações.