

**Cliente:** Dr. Vladimir Schraibman  
**Veículo:** Portal Terra  
(<http://saude.terra.com.br/interna/0,,OI3971792-EI1497,00-Dieta+rica+em+gorduras+contribui+para+pedras+na+vesicula.html>)  
**Data:** 13.09.09

Domingo, 13 de setembro de 2009, 15h59

## Dieta rica em gorduras contribui para pedras na vesícula

Rosana Ferreira

Elas são tão incômodas quanto as "pedras no sapato", mas são as pedras na vesícula biliar, a chamada colelitíase, que afetam uma em cada mil pessoas. A doença tem como sintoma mais frequente a cólica biliar, um tipo de dor constante localizada na região superior direita do abdome.

» [vc repórter: mande fotos e notícias](#)  
» [Chat: tecle sobre o assunto](#)

Se você quer se prevenir contra esse problema, a dica é evitar o exagero de gordura animal na dieta. Quem faz o alerta é Vladimir Schraibman, especialista em cirurgia geral, gastrocirurgia e orientador de Cirurgias Robóticas da área de Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo do Hospital Israelita Albert Einstein (Proctor Intuitive Robotic System), de São Paulo.

A obesidade, portanto, é um fator que contribui para o aparecimento da doença. "O indivíduo obeso geralmente tem uma dieta rica em gordura animal, o que ajuda na formação de cálculos biliares", afirmou o médico. A melhor maneira de se prevenir, portanto, é seguir uma dieta com baixo teor de gordura e alto teor de fibras, atitudes que diminuem a chance de se formar os cálculos.

Outros fatores relacionados ao risco de desenvolvimento de pedras na vesícula incluem idade (a frequência aumenta com o processo de envelhecimento), gravidez, obesidade, sexo (mais frequente em mulheres), terapia de reposição hormonal e níveis altos de triglicérides no sangue.

### Tipos

A vesícula biliar é uma espécie de bolsa que armazena a bile antes desse líquido atuar no processo digestivo dos alimentos, principalmente das gorduras, realizado pelo intestino. Possui tamanho aproximado de 8 cm, como um pequeno figo, localizada na borda inferior do fígado, ao lado direito do abdome.

Existem vários tipos de cálculos (pedras), mas os dois principais são os de colesterol (90% dos casos) e os pigmentados (10%). Os primeiros são compostos por colesterol, geralmente mais prevalentes em populações com alto grau de ingestão de gorduras de origem animal (carne vermelha, leite e seus derivados, além de frituras e alimentos gordurosos em geral, como os embutidos). Os cálculos pigmentados são oriundos de sais biliares, outra substância presente na composição da bile e que, quando em concentração inadequada, pode gerar a precipitação e formação de cálculos biliares.

### Silenciosa

A doença pode ser assintomática, ou seja, a pessoa tem o problema, mas não apresenta sintomas. Por isso é importante realizar exames de rotina que conseguem detectar as pedras. "Na maioria das vezes, o diagnóstico é feito de modo casual durante os exames de rotina, como tomografia e ultrassom do abdome", disse Schraibman.

Segundo o especialista, se a doença não for tratada, é preciso tomar cuidado para que não evolua para um quadro agudo de inflamação da vesícula (colecistite aguda), quando um cálculo obstrui a saída da bile; colangite, que corresponde a uma infecção grave dos canais que levam a bile para o intestino; e até uma gangrena da vesícula.

### Cirurgia

Atualmente, os especialistas utilizam a cirurgia laparoscópica para remoção da vesícula. "É o melhor tratamento, já que é um procedimento muito seguro e com baixo índice de complicações", afirmou

Schraibman. Nesta cirurgia, são introduzidas duas ou três cânulas em pequenas aberturas na parede abdominal, que visualizam a cavidade por meio de um monitor.

O procedimento gera um resultado estético melhor, já que não requer grandes incisões, a dor no pós-operatório é mais leve, a duração da internação é menor e o paciente volta mais rapidamente às suas atividades cotidianas.

A retirada da vesícula, no entanto, não afeta o funcionamento do fígado ou do intestino, como se pode pensar no primeiro momento. "Evolutivamente, o homem não necessita hoje da vesícula, pois se alimenta várias vezes ao dia, o que torna a vesícula um órgão subutilizado, já que não há a necessidade de se armazenar tanta bile", disse o especialista.