

IMPLICAÇÕES PARA A FAMÍLIA

Hemocromatose hereditária é quase sempre causada por uma **mutação genética** que passa de **pais para filhos**.

Por isso, recomenda-se que os **parentes em 1.º grau** (pais, irmãos e filhos) sejam estudados.

Há uma probabilidade de **25% de uma irmã/irmão** duma pessoa com hemocromatose hereditária (com duas cópias da mutação C282Y) vir a desenvolver hemocromatose.



O **principal objetivo** é **detetar e tratar** a doença antes que existam sintomas ou complicações.

A idade ótima para o rastreio é entre os **18 e 30 anos**.

TRATAMENTO



O tratamento mais comum é a **remoção de uma pequena quantidade de sangue**, que reduz assim a quantidade de ferro.

Este procedimento é semelhante à doação de sangue. Geralmente é **realizado 1 x por semana** até que os níveis de ferro normalizem.

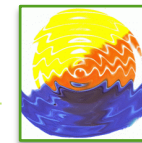
COMO AFETARÁ A MINHA VIDA?



A maioria das pessoas com hemocromatose têm uma **esperança média de vida normal**.

Contudo, esta **poderá ser reduzida** em pessoas que desenvolvam cirrose, insuficiência cardíaca ou diabetes mellitus.

Unidade de Saúde Familiar Nascente



Elaborado por: Dra. Rubina Maciel dos Santos
- médica de Medicina Geral e Familiar - USF Nascente

Agradecimentos pela Supervisão: Dr. Joaquim Andrade
- Chefe de Serviço de Hematologia Clínica - Centro Hospitalar São João

HEMOCROMATOSE HEREDITÁRIA



O QUE É A HEMOCROMATOSE HEREDITÁRIA?

A **Hemocromatose** é uma doença na qual ocorre **absorção e armazenamento excessivos de ferro** nos órgãos parenquimatosos, nomeadamente **no fígado, pâncreas, coração e hipófise**.

O ferro em excesso acumula-se nesses órgãos lesando as células e **prejudicando a sua normal função**.

É a doença genética autossômica recessiva **mais comum** e a causa mais frequente de **sobrecarga de ferro grave**.

SINAIS E SINTOMAS

Os **sintomas** geralmente aparecem **depois dos 40 anos de idade**.



Os doentes com hemocromatose hereditária podem ser **assintomáticos (75%)** ou **apresentar sinais e sintomas** relacionados com os órgãos afetados.

Primeiros Sintomas

- **Fadiga severa (74%)**
- **Impotência (45%)**
- **Dores nas Articulações (44%)**



Pâncreas:
Diabetes

Fígado:
cirrose ou carcinoma hepatocelular (cancro)

COMPLICAÇÕES

Coração:
Insuficiência cardíaca

Pele:
Bronzeamento ou hiperpigmentação



CUIDADOS NA ALIMENTAÇÃO

Moderar os alimentos ricos em ferro:

- **Carnes vermelhas** (incluindo fígado, rim, coração, moela) ou **carnes de aves**
- **Peixe e mariscos crus** (pois podem conter bactérias que crescem mais facilmente em locais ricos em ferro)
- **Leguminosas:** feijão, grão-de-bico, favas, lentilhas, ervilhas
- **Vegetais de folha verde:** Agrião, couve
- **Gema de ovo de galinha**
- Alimentos/bebidas **com vitamina C** (ajuda a absorver o ferro)

Evitar:

- **Bebidas alcoólicas** (beber >2 bebidas alcoólicas/dia, aumenta o risco de cirrose. Pessoas com hemocromatose e doença hepática devem evitar o álcool completamente)