



Vida saudável, longe da gastrite

Toda pessoa, seja jovem ou idosa, homem ou mulher, pode apresentar, em algum momento da vida, desconforto ou dor na região do estômago. Na maioria das vezes, trata-se de incômodo passageiro, associado a um excesso na alimentação ou a fatores emocionais. Se a dor persistir, contudo, é fundamental procurar um médico, pois o quadro pode ser de gastrite.

A gastrite é uma inflamação do estômago, causada pela bactéria *Helicobacter pylori*, micro-organismo que, segundo dados da Federação Brasileira de Gastroenterologia, está presente em cerca de 80% dos brasileiros. "Esse micro-organismo habita, exclusivamente, a mucosa gástrica (o estômago) e é transmitido por via fecal-oral ou oral-oral", ressalta a chefe do Serviço de Gastroenterologia do HSVP, Ana Lúcia da Silva Souza. Indigestão, azia, náuseas e perda de apetite são, ainda, outros sintomas da doença.

Ao procurar o médico, o paciente será submetido a uma endoscopia digestiva, que ajudará a confirmar o diagnóstico. "Ao realizarmos esse exame podemos retirar um fragmento de

tecido gástrico do paciente. A análise desse material, no microscópio, permite a identificação de diferentes tipos de células e, assim, podemos concluir se o paciente tem ou não a inflamação", afirma a especialista.

Uma vez confirmado o quadro de gastrite, podem ser receitados medicamentos específicos, em geral antibióticos, por um período de uma a duas semanas. Na maior parte dos casos, no entanto, como esclarece a chefe da Gastroenterologia do HSVP, a orientação mais importante é cultivar um estilo de vida saudável. "Eventualmente prescrevemos remédios para alívio do mal estar no estômago, que devem ser utilizados por um curto período de tempo", completa.

Outra dica para combater a gastrite é manter uma dieta balanceada. "A ingestão de água, aliada a uma dieta rica em frutas, verduras e legumes frescos e à baixa ingestão de carne vermelha são medidas universais para manutenção da saúde", alerta Ana Lúcia. Evitar o uso abusivo de álcool e de medicamentos, além de combater o tabagismo são cuidados que o paciente também precisa manter. ●



Ana Lúcia da Silva Souza

Chefe do Serviço de Gastroenterologia do HSVP.

Endoscopia Digestiva recebe novos equipamentos

A endoscopia digestiva é um procedimento muito importante para o diagnóstico da gastrite, entre outras doenças. No HSVP, o Serviço acaba de receber oito modernos videoendoscópios da marca Olympus. "Esses novos aparelhos permitem a realização de exames com alta definição de imagem. A aquisição desses equipamentos foi de grande importância para HSVP, pois além da modernização do serviço, também vai possibilitar o aumento do número de exames realizados no Setor", afirma a chefe do Serviço de Endoscopia Digestiva, Marcia Costa.

