

ESFORÇO É PREJUDICIAL

Conheça os fatores que agravam a doença

Quando se tem predisposição para hemorróida, qualquer esforço que comprometa a região anal pode desencadear o problema. "Quem tem intestino preso e precisa fazer muita força para esvaziar o órgão durante a evacuação sofre diariamente uma dilatação das veias do ânus", diz o gastroenterologista Laércio Lourenço. "Com o tempo e com a repetição do esforço, as veias dilatadas se afrouxam, formando varizes no ânus", explica.

As veias dilatadas dificultam o retorno venoso da região anal, criando assim um maior atrito no momento da eliminação das fezes. "Esse processo piora a hemorróida", explica Lourenço. A proctologista Maria José afirma que todos os esforços que aumentem a pressão nas veias que são responsáveis pela drenagem das hemorróidas contribuem para o problema se agravar.

A gravidez é outra situação que tende a trazer complicações na região anal. "O próprio crescimento do bebê faz pressão no organismo e dificulta o retorno do sangue", afirma o médico da EPM. "As conseqüências disso podem ser sentidas tanto no aparecimento de varizes nas per-

nas como nas hemorróidas." Além disso, a gravidez pode alterar os hábitos de evacuação.

Uma vida excessivamente sedentária e alguns tipos de medicamentos — antidepressivos e ansiolíticos, por exemplo — também contribuem para a obstipação intestinal. "Os remédios calmantes também inibem a motilidade do órgão: eles acalmam a cabeça e o resto do organismo também", brinca Lourenço. Idosos, também por se movimentarem menos, são um dos grupos que mais tem predisposição para a doença.

O diagnóstico de hemorróida, no entanto, só deve ser feito por um especialista no assunto. "Nem sempre as hemorróidas provocam sangramento", alerta Maria José. "É nem todo sangramento no ânus é sinal de hemorróida", completa. Segundo ela, o sangue na região pode ter origem em situações mais graves, como um processo inflamatório no intestino ou até um tumor. "Acho importante que as pessoas estejam atentas à qualquer alteração que possam apresentar no hábito de evacuar, pois disso pode depender um diagnóstico certo para seus problemas", assegura Maria José.