

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Oct 04, 2024

Pancreatite crônica

A pancreatite crônica é uma condição de **longo prazo**. Causa inflamação (inchaço) do pâncreas que não pode ser revertida. Essa inflamação causa dor abdominal e outros problemas.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico sobre quais tratamentos são adequados para você.

O que é pancreatite crônica?

A pancreatite crônica ocorre quando o pâncreas é danificado ao longo do tempo por **inflamação** (inchaço).

Seu pâncreas é uma glândula que fica logo atrás do estômago. Isso ajuda você a decompor os alimentos para usar como energia. Se o pâncreas ficar danificado, ele não funcionará tão bem quanto deveria. O dano também pode afetar outras estruturas ou órgãos ao redor do pâncreas.

A pancreatite crônica geralmente está associada a anos de **consumo excessivo de álcool**. Isso tende a acontecer em pessoas de 36 a 44 anos. Mas outras coisas que podem tornar a condição mais provável incluem:

- tabagismo
- ter uma condição chamada doença celíaca
- seus genes - a pancreatite pode ser hereditária (herdada)
- comer uma dieta rica em gordura e proteína.

A pancreatite crônica associada ao consumo de álcool ocorre em adultos. Mas a pancreatite crônica **hereditária** pode ocorrer em crianças, geralmente entre 10 e 14 anos de idade.

Em alguns casos, as pessoas contraem a doença sem nenhuma razão óbvia. Isso é chamado de pancreatite crônica "**idiopática**". Esse tipo de pancreatite também pode ocorrer em jovens, geralmente entre 19 e 23 anos. Se isso acontecer, a condição é conhecida como pancreatite crônica "idiopática juvenil". Em pessoas idosas, a condição é chamada de pancreatite crônica "idiopática senil". Isso geralmente acontece em pessoas de 56 a 62 anos.

Pancreatite crônica

Às vezes, a pancreatite crônica pode causar outros problemas, incluindo:

- Diabetes.
- insuficiência pancreática exócrina. É aqui que seu intestino consegue digerir os alimentos adequadamente por mais tempo, porque o pâncreas está funcionando menos bem.
- calcificações pancreáticas. São pedras no pâncreas que se formam devido ao acúmulo de cálcio.
- pseudocistos pancreáticos. Essas são coleções de fluido que se formam fora do pâncreas.
- obstruções. A inflamação pode causar bloqueios que afetam o fluxo de fluido do fígado ou impedir que o estômago se esvazie adequadamente.
- sangramento gastrointestinal (sangramento no abdômen).
- câncer de pâncreas. Isso é incomum em pessoas com menos de 45 anos, exceto na pancreatite crônica hereditária.
- uma chance maior de fraturas.

A pancreatite crônica é muito diferente da pancreatite aguda.

- Na pancreatite **aguda**, a inflamação é de curta duração e reversível. A dor abdominal geralmente é intensa e surge repentinamente.
- Na pancreatite **crônica**, a inflamação causa danos irreversíveis ao pâncreas. A dor abdominal geralmente é monótona e surge em ataques repetidos ou é mais duradoura.

Quais são os sintomas da pancreatite crônica?

O principal sintoma da pancreatite crônica é uma dor incômoda na parte superior do abdômen que se espalha para as costas. Essa dor geralmente melhora quando você se senta e se inclina para frente. Piora cerca de meia hora depois de comer.

Outros sinais e sintomas são menos comuns. Eles incluem:

- icterícia (amarelecimento da pele). Isso pode acontecer se a pancreatite crônica bloquear o fluxo de líquido do fígado.
- ter muita gordura nas fezes. Eles podem cheirar mal e ser difíceis de lavar. Isso é chamado de esteatorréia. Isso pode acontecer se o pâncreas não estiver mais funcionando adequadamente para ajudar a decompor os alimentos no intestino.
- inchaço e excesso de vento. Isso também pode acontecer se a digestão estiver funcionando menos bem.
- micção frequente, sede e cansaço. Esses podem ser sinais de pré-diabetes.
- perda de peso e desnutrição (uma condição séria que pode acontecer se seu corpo não receber a nutrição correta). Isso acontece em parte porque as pessoas têm medo de comer caso a dor piore. Mas isso também pode acontecer se seu intestino estiver absorvendo menos alimentos ou por causa do diabetes.
- náuseas e vômitos.

Pancreatite crônica

Se o seu médico achar que você pode ter pancreatite crônica, ele primeiro recomendará que você faça uma tomografia computadorizada ou ressonância magnética do abdome.

Esses exames podem mostrar pequenos caroços ou calcificações (pedras) no pâncreas.

Mas pode ser difícil dizer se você tem pancreatite crônica se ela estiver em seus estágios iniciais. Se os resultados não forem claros, seu médico fará um acompanhamento para ver como seus sintomas se desenvolvem. Ou eles podem fazer alguns testes adicionais, como: exames de sangue e fezes, testes genéticos e uma biópsia do pâncreas.

Quais tratamentos funcionam para a pancreatite crônica?

Não há cura para a pancreatite crônica, mas os tratamentos podem ajudar com os sintomas e outros problemas. Esses tratamentos visam:

- reduzir a dor e a esteatorreia (gordura nas fezes)
- impedir que você perca muito peso
- ajudar você a obter a nutrição certa
- gerenciar diabetes e outras complicações
- ajude a manter ou melhorar sua qualidade de vida.

Os tratamentos incluem mudanças em seu estilo de vida, alívio da dor, medicamentos para ajudá-lo a obter nutrição de seus alimentos e, em alguns casos, endoscopia ou cirurgia.

Mudanças de estilo de vida

Se você fuma, bebe álcool ou ambos, seu médico o aconselhará fortemente a **parar**. Isso não reverterá os danos ao pâncreas, mas pode impedir que sua condição piore. Evitar o álcool também pode ajudar a reduzir os ataques repetidos de dor causada pela pancreatite crônica. Esse é o caso mesmo que sua condição não tenha sido causada pelo álcool, para começar.

Nutrição

A nutrição é muito importante para tratar a pancreatite crônica. Isso ocorre porque a condição afeta a forma como o corpo digere os alimentos, especialmente as gorduras. Com menos gordura, seu corpo não consegue ingerir vitaminas importantes adequadamente.

Um nutricionista o ajudará a planejar uma dieta bem balanceada e sem baixo teor de gordura. Eles podem sugerir que você coma alimentos ricos em proteínas e energia. Isso deve ser feito por meio de refeições pequenas e regulares, de uma forma “pequena e frequente”.

Você pode receber tratamentos chamados **enzimas pancreáticas**. São medicamentos que ajudam a digerir os alimentos que você ingere.

A maioria das pessoas com pancreatite crônica pode obter uma boa nutrição com uma dieta normal e reposição de enzimas pancreáticas. Além disso, apenas algumas pessoas precisam de suplementação nutricional. Esses suplementos são tomados por via oral para

Pancreatite crônica

ajudá-lo a atender às suas necessidades nutricionais. Existem diferentes opções disponíveis e seu nutricionista ajudará a recomendar qual é a melhor para você.

Se você tem diabetes, existem outras maneiras de gerenciar sua nutrição também. Por exemplo:

- comer mais alimentos ricos em fibras com amido com suas refeições
- reduzir a ingestão de açúcar com suas refeições, lanches e bebidas
- incluir uma fonte de proteína em suas refeições.

Seu nutricionista poderá lhe dar conselhos nutricionais mais específicos se você tiver diabetes.

Dor intensa e nutrição

Se você tiver dores fortes, talvez precise ser tratado no hospital para ajudar a controlar sua dor e garantir que está recebendo a nutrição correta. Isso geralmente ocorre com alimentação por sonda, combinada com uma dieta com baixo teor de gordura. As pessoas que fazem esse tratamento normalmente experimentam ganho de peso e menos dor.

Existem diferentes tipos de alimentação por sonda. Isso pode ser feito por meio de: um pequeno tubo que vai do nariz até o estômago ou um tubo que vai diretamente para o estômago ou intestino delgado.

Se o seu médico achar que você pode se beneficiar desse tratamento, ele explicará os benefícios e riscos e recomendará um tipo específico de alimentação por sonda.

Alívio da dor

Você pode controlar sua dor usando analgésicos simples, como paracetamol ou ibuprofeno. Mas se isso não ajudar, seu médico pode lhe dar analgésicos mais fortes. Sempre siga o conselho do seu médico ao tomar esses medicamentos. O uso regular de analgésicos mais fortes pode levar à tolerância. É aqui que seu corpo se acostuma com o medicamento e você precisa de uma dose maior ou de um medicamento diferente para ajudar com a dor.

Se a dor persistir e os analgésicos não estiverem ajudando, seu médico poderá recomendar tratamentos diferentes para ajudar, como:

- **antidepressivos de baixa dosagem.** Esses medicamentos geralmente são usados para tratar doenças como depressão e ansiedade. Mas em algumas pessoas eles ajudam com a dor.
- **gabapentinóides.** Estes são medicamentos que geralmente são usados para tratar a epilepsia, mas em algumas pessoas eles podem ajudar com a dor. Seu médico pode sugerir combinar isso com certos antidepressivos.
- **antioxidantes.** São medicamentos que incluem suplementos como vitamina C e vitamina E.
- **bloqueio do plexo celíaco.** Esse procedimento envolve a injeção de anestésico local em um feixe de nervos na parte superior do abdômen.

Pancreatite crônica

- **litotripsia extracorpórea por ondas de choque.** Este procedimento usa ondas de choque para quebrar as calcificações pancreáticas (cálculos).

Endoscopia

Este é um procedimento médico que pode ajudar a tratar complicações da pancreatite crônica. Às vezes, também pode ajudar com a dor. Seu médico pode oferecer endoscopia se você tiver:

- estenoses (estreitamentos que causam bloqueios dentro e ao redor do pâncreas)
- calcificações pancreáticas (cálculos)
- pseudocistos.

Se o seu médico recomendar a endoscopia, ele falará com você sobre o que acontece durante o procedimento, bem como os riscos e benefícios.

Cirurgia

A cirurgia só é uma opção se outros tratamentos não funcionarem para você. A cirurgia pode:

- livrar-se ou reduzir a dor persistente
- tratar quaisquer problemas que tenham surgido, como obstruções
- proteja as partes do pâncreas que não são danificadas pela inflamação.

Se seu médico suspeitar que você possa ter câncer de pâncreas, a cirurgia pode ajudar a excluir isso.

Existem diferentes tipos de procedimentos cirúrgicos disponíveis para pancreatite crônica.

Descompressão (drenagem)

A cirurgia de descompressão pode ser oferecida se você tiver pseudocistos que estão causando dor persistente ou outros problemas, ou estão ficando maiores. Essas coleções de fluidos serão drenadas durante o procedimento.

Esse tipo de cirurgia também pode ser usado para reduzir a pressão no ducto pancreático (um pequeno tubo no pâncreas que transporta sucos digestivos) ou no sistema biliar (um conjunto de tubos que drenam o líquido do fígado).

Denervação

A denervação envolve o corte do suprimento nervoso para partes do pâncreas. O objetivo é reduzir a dor constante e intensa que você sente com a pancreatite crônica.

Ressecção

A ressecção envolve a remoção de partes do pâncreas danificado ou, em casos graves, de todo o pâncreas. Diferentes tipos de ressecção incluem:

- **Pancreatectomia distal:** onde a extremidade posterior do pâncreas é removida.

Pancreatite crônica

- Pancreaticoduodenectomy (procedimento de Whipple): onde a cabeça do pâncreas é removida.
- Pancreatectomia total: onde todo o pâncreas é removido. É combinado com um transplante de suas próprias células ilhotas para o fígado. São células especiais que produzem o hormônio insulina.

Se o seu médico recomendar cirurgia, ele falará com você com mais detalhes sobre o tipo recomendado, bem como os riscos e benefícios.

O que vai acontecer?

A dor da pancreatite crônica geralmente diminui ou desaparece com o tempo, embora isso possa levar vários anos. Se você tiver dor que não melhora, informe seu médico. Eles podem oferecer tratamentos diferentes para ajudar.

Não há cura para a pancreatite crônica, mas viver um estilo de vida **saudável** é fundamental para controlar a dor e reduzir o risco de desnutrição. Se você fuma ou bebe álcool e precisa de ajuda para parar, seu médico pode encaminhá-lo a outros profissionais de saúde para obter apoio.

Às vezes, a pancreatite crônica pode levar a outras condições, como diabetes, câncer de pâncreas e maior chance de fraturas. Seu médico recomendará visitas anuais de acompanhamento para monitorá-lo. Isso geralmente envolve a revisão dos sintomas, a solicitação de exames de sangue e fezes e a verificação da saúde óssea. Seu médico também pode recomendar que você faça exames regulares para câncer de pâncreas, especialmente se sua pancreatite for hereditária.

Pessoas com pancreatite crônica tendem a morrer mais cedo do que seria esperado se não tivessem a doença, especialmente aquelas com pancreatite juvenil ou hereditária. Mas pesquisas mostram que a maioria das pessoas não morrerá de pancreatite crônica em si. As causas mais comuns de morte entre pessoas com pancreatite crônica incluem câncer, doenças cardíacas ou complicações da doença.

A dor e o estresse da pancreatite crônica podem ser difíceis de lidar emocionalmente. Obter **apoio** pode ajudar, assim como conversar com outras pessoas com a doença. Existem várias instituições de caridade e organizações que podem oferecer informações, conselhos e a chance de conhecer outras pessoas com a doença. Seu médico também pode ajudá-lo a encontrar grupos de apoio on-line.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

