



INTERNATIONAL  
NASH DAY | 

# DHGNA/EHNA PEDIÁTRICA

## O que é a DHGNA/EHNA?

Doença hepática gordurosa não alcoólica (DHGNA)

A DHGNA, doença hepática gordurosa não alcoólica, é uma condição em que há muita gordura acumulada no fígado. Se não tratada, pode levar a sérios problemas hepáticos.

Esteato-hepatite não alcoólica (EHNA)

A EHNA é causada quando essa gordura extra se transforma em inflamação (inchaço no fígado) e fibrose (cicatrização) do fígado. Quando é suficientemente grave, pode levar a cirrose ou câncer de fígado.

## Quem está em risco de DHGNA/EHNA pediátrica?

Crianças com obesidade têm um maior risco de desenvolver DHGNA e EHNA pediátrica. Outros fatores, como a diabetes tipo 2, resistência à insulina, síndrome metabólica ou colesterol alto podem aumentar o risco numa criança.



A DHGNA e a EHNA pediátrica são mais comuns em crianças mais velhas do que em crianças mais novas e mais comuns em meninos do que em meninas. Para crianças com DHGNA pediátrica, tanto meninas como meninos têm a mesma probabilidade de evoluir para EHNA.

Embora a DHGNA/EHNA pediátrica ocorra em todas as crianças, é mais comum em crianças hispânicas, asiáticas e brancas do que em crianças afro-americanas. Outras pesquisas apoiam que as crianças hispânicas de origem mexicana têm uma das maiores incidências de DHGNA.



A DHGNA pediátrica é a causa mais comum de doenças hepáticas em crianças nos Estados Unidos

Pesquisadores estimam que mais de 10% das crianças americanas entre os 2 e os 19 anos tenham gordura no fígado



Crianças com obesidade correm um maior risco de desenvolver DHGNA e EHNA pediátrica

Globalmente, 38 milhões de crianças

com menos de 5 anos foram consideradas com sobrepeso ou obesas em 2019

Mais de 340 milhões de crianças e adolescentes dos 5 aos 19 anos têm sobrepeso ou obesidade

Se estas tendências continuarem estarão mais crianças e adolescentes obesos do que abaixo do peso até 2022, de acordo com o Imperial College London e a Organização Mundial da Saúde.



## Quais são os sinais e sintomas observados em crianças?

Muitas crianças não apresentam sintomas nas fases iniciais. Quando ocorrem danos mais graves no fígado, os sinais de DHGNA/EHNA pediátrica podem tornar-se mais óbvios.

As crianças podem apresentar:

- Fadiga
- Alterações na cor da pele
- Dor abdominal

A cirrose é uma doença hepática avançada e pode ser causada pela EHNA. Caso se desenvolva em crianças, estes sintomas podem ser observados:

- Icterícia (amarelecimento da pele e da parte branca dos olhos)
- Coçeira na pele
- Inchaço da barriga
- Urina escura



## Como é diagnosticada a DHGNA/EHNA pediátrica?

O fígado gorduroso e a EHNA pediátrica podem ter muito poucos sintomas observáveis nas fases iniciais. No entanto, existem vários testes para diagnosticar a DHGNA/EHNA pediátrica em crianças. Estes testes incluem:

1 História clínica geral/exames

2 Análise do sangue

3 Testes de imagem (ecografia, ultrassonografia de abdome e ressonância magnética - rm)

4 Biópsia hepática

### O que acontece se o meu filho for diagnosticado?

Atualmente, não existem medicamentos aprovados para a DHGNA/EHNA pediátrica. No entanto, nas fases iniciais, é possível prevenir a evolução para formas mais graves e EHNA pediátrica através de mudanças no estilo de vida, tais como o foco na atividade física e dieta equilibrada..

Se não tratada e o fígado perder suas funções pode ser necessário que a criança seja submetida a um transplante de fígado.



## Como pode ser tratada a DHGNA/EHNA pediátrica?

A quantidade de gordura no fígado pode ser reduzida através de dieta, atividade física, manutenção de um peso saudável e sono adequado. Isto pode ajudar a tratar e prevenir a DHGNA e a EHNA pediátrica em crianças.

Cole isto na geladeira como lembrete



### Nutrição



Troque bebidas açucaradas e refrigerantes por água ou bebidas com poucas calorias



Não use doces/alimentos açucarados como recompensa



Leia os rótulos nutricionais para encontrar gordura, açúcar e sódio ocultos



Evite porções grandes demais para crianças. Considere usar pratos infantis



Tenha uma meta de 5 porções de frutas e legumes por dia



Aafaste-se das comidas tipo “fast food” e frituras



Tente não comer alimentos processados



### Atividade



Pratique 60 minutos de atividade física por dia. Não precisa de ser tudo ao mesmo tempo. Ande mais, faça exercícios, suba escadas sempre que possível



O sono é importante. Tenhs uma rotina que garanta adequadas horas de sono para que seu filho tenha descanso suficiente. Pergunte ao médico a quantidade de sono indicada por noite



Reduza o tempo em frente a televisão e dispositivos eletrônicos, limitando o uso das redes sociais e o tipo de dispositivo. Evite televisão e aparelhos eletrônico enquanto come e verifique se o tempo em frente a esses dispositivos não interfere no sono e na atividade física

# Sobre os ensaios clínicos e a doença do meu filho?

Os ensaios clínicos são estudos de pesquisa, envolvendo todas as idades, que buscam novas maneiras de prevenir, detectar e tratar doenças ou melhorar a qualidade de vida. As pesquisas que envolvem crianças ajudam os cientistas a:

- identificar os melhores cuidados para uma criança
- encontrar a melhor dosagem para medicamentos
- encontrar tratamentos para doenças que afetam crianças
- tratar condições que se comportam de maneira diferente em crianças
- entender como o tratamento afeta o corpo de uma criança em crescimento



INTERNATIONAL  
NASH DAY | 

[www.international-nash-day.com](http://www.international-nash-day.com)

#NASHday @globalliver



Global Liver Institute é uma organização sem fins lucrativos isenta de impostos 501(c)(3), com sede em Washington, D.C., Estados Unidos, com escritórios nos EUA e na Europa. A nossa missão é melhorar a eficácia da comunidade hepática, promovendo a inovação, a colaboração e o dimensionamento de abordagens ideais para a erradicação da doença hepática. International Nash Day e o seu logotipo são marcas registadas do Global Liver Institute.

Este conteúdo destina-se a fornecer informações úteis sobre saúde ao público em geral. Este conteúdo não se destina a aconselhamento médico para problemas individuais. O Global Liver Institute, incluindo o seu conselho de administração e equipa, isenta-se especificamente de toda a responsabilidade por qualquer responsabilidade, perda ou risco, pessoal ou de outra natureza, incorrido como consequência, direta ou indireta, do uso e aplicação de qualquer um dos conteúdos.

## Fontes

Schwimmer JB, Deutsch R, Kahen T, Lavine JE, Stanley C, and Behling C. Prevalence of fatty liver in children and adolescents. *Pediatrics*. 2006; 118(4):1388–1393.

Chalasan N, Younossi Z, Lavine JE, et al. The diagnosis and management of non-alcoholic fatty liver disease: practice guidance from the American Association for the Study of Liver Diseases [published online July 2017]. *Hepatology*. Doi:10.1002/hep.29367.

United Nations Children's Fund, World Health Organization, World Bank Group (2018). Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2018 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates. <https://data.unicef.org/resources/levels-and-trends-in-child-malnutrition-2018/>

NASPGHAN Clinical Practice Guideline for the Diagnosis and Treatment of Nonalcoholic Fatty Liver Disease in Children: Recommendations from the Expert Committee on NAFLD and the North American Society of Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition; Miriam B. Vos, et al.

Betancourt-Garcia M.M., Arguelles A., Montes J, Hernandez A., Singh M., Forse R.A. Pediatric Nonalcoholic Fatty Liver Disease: The Rise of a Lethal Disease among Mexican American Hispanic Children. *Obes. Surg.* 2017;1–9. doi: 10.1007/s11695-016-2440-5.

Symptoms & Causes of NAFLD & NASH in Children; National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases - <https://www.niddk.nih.gov/health-information/liver-disease/nafl-d-nash-children/symptoms-causes>

Just Enough for You: About Food Portions; National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases - <https://www.niddk.nih.gov/health-information/weight-management/just-enough-food-portions>

The 2018 Physical Activity Guidelines for Americans, Physical Activity Guidelines Advisory Committee, U.S. Department of Health and Human Services - [https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical\\_Activity\\_Guidelines\\_2nd\\_edition.pdf](https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf)

Clinical Trials for NAFLD & NASH in Children, NIDDK, NIH <https://www.niddk.nih.gov/health-information/liver-disease/nafl-d-nash-children/clinical-trials>

World Health Organization (2018). World Health Statistics 2018: Monitoring Health for the SDGs (Sustainable Development Goals). <https://www.who.int/docs/default-source/gho-documents/world-health-statistic-reports/6-june-18108-world-health-statistics-2018.pdf>