



Educação  
em Saúde  
VOL. 148

PUBLICAÇÃO  
AUTORIZADA

# Hiperferritinemia e Hemocromatose Hereditária

Orientações para dúvidas rápidas  
ao público geral e pacientes

HOSPITAL DE  
CLÍNICAS  
PORTO ALEGRE RS



# **Hiperferritina e hemocromatose hereditária**

Orientações  
para dúvidas rápidas  
do público geral  
e pacientes

**Serviço de Hemoterapia**



# Sumário

<b>Apresentação</b>	<b>5</b>
<b>Sobre o ferro</b>	<b>7</b>
<b>Ferritina elevada, o que preciso saber?</b>	<b>8</b>
<b>Sobre a hemocromatose</b>	<b>9</b>
<b>Tratamento da hiperferritinemia</b>	<b>10</b>
<b>Sobre a hemocromatose</b>	<b>10</b>
<b>Informações e contato</b>	<b>11</b>



# Apresentação

Esse material é resultado de uma parceria da Universidade de Passo Fundo, do Serviço de Hemoterapia do Hospital São Vicente de Paulo, do Serviço de Genética Médica e do Serviço de Hemoterapia do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, os quais compõem a equipe do projeto de doutorado da biomédica Nathália Kersting dos Santos. Tem como objetivo responder rapidamente e de maneira descomplicada dúvidas das equipes de saúde a respeito da hiperferritinemia e da hemocromatose hereditária. O material está registrado sob ISBN:978-65-00-12140-7



# Sobre o ferro

## O que o ferro faz no corpo? Para que ele é essencial?

O ferro é um micronutriente essencial do nosso organismo. Participa de diversos processos, entre eles:

- Transporte do oxigênio
- Formação das células do sangue
- Formação do DNA

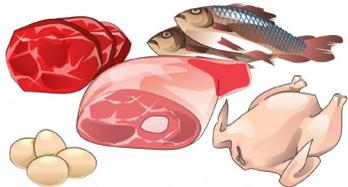


## Qual é a quantidade diária de ferro recomendada?

De acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária, a ingestão diária recomendada (IDR) de ferro em adultos é de 14 mg.

## Quais alimentos têm ferro?

- Carnes (principalmente miúdos)
- Hortaliças folhosas e verduras
- Leguminosas



## Quais alimentos industriais são suplementados com ferro e normalmente a população não sabe?

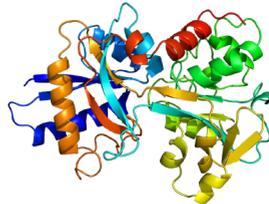
Por uma resolução do Ministério da Saúde no Brasil, a farinha de trigo e de milho e seus derivados e o leite são fortificados com ferro.



## Ferritina elevada, o que preciso saber?

### O que é a ferritina?

A ferritina é uma proteína presente principalmente no fígado. Sua função é armazenar o ferro dentro da célula protegendo-a dos efeitos tóxicos desse metal livre.



### O que causa a hiperferritinemia?

A ferritina é liberada pelo corpo quando há inflamação.

O aumento pode ser associado com:

- Consumo excessivo de álcool
- Inflamação
- Síndrome metabólica
- Hemocromatose hereditária

## Quais sintomas a hiperferritinemia pode apresentar?

- Cansaço e fraqueza
- Dor abdominal
- Impotência sexual
- Perda de cabelo
- Alteração do ciclo menstrual
- Atrofia testicular
- Dor articular
- Inchaço
- Arritmias
- Perda de peso



## Sobre a hemocromatose

### O que é a hemocromatose hereditária?

A hemocromatose hereditária é uma doença genética que predispõe a uma maior absorção do ferro da alimentação pelo intestino. Esse excesso de ferro irá se acumular no organismo, podendo causar graves lesões nos tecidos do corpo.

### Como é feito o diagnóstico de hemocromatose hereditária?

- Duas dosagens do índice de saturação da transferrina maior ou igual a 45%
- Ferritina maior que 200 ng/ml nas mulheres e 300 ng/ml nos homens

- Teste genético para as mutações C282Y, H63D e S65C para o subtipo 1 da doença

## O tratamento da hiperferritinemia

### Como é o tratamento da hiperferritinemia/hemocromatose?

- Investigação médica
- Exames laboratoriais e de imagem
- Sangria terapêutica



### Deve-se controlar as doenças crônicas e:

- praticar atividades físicas
- mudar os hábitos alimentares
- reduzir o consumo de bebidas alcólicas
- controlar o diabetes
- controlar a pressão alta



## Sobre a hemocromatose

### O paciente com hemocromatose hereditária pode ser um doador de sangue?

Pacientes em fase de manutenção da doença podem ser doadores de sangue, respeitadas as contraindicações normais ao procedimento.

## **A hemocromatose hereditária tem cura?**

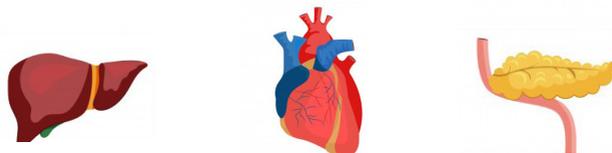
Não. Por ocorrer devido a mutações no DNA do indivíduo, a doença está presente desde o nascimento e os cuidados devem ser permanentes.

## **Posso ter a mutação, mas não ter sintomas da doença?**

Sim, hoje sabemos que por volta de 30% dos indivíduos com a mutação mais comum para a doença não apresentam sintomas durante a vida. presente desde o nascimento e os cuidados devem ser permanentes.

## **Como é avaliado o ferro no organismo?**

Além dos exames de sangue, o ferro pode ser avaliado por biópsia hepática ou ressonância magnética, que pode ser usada para avaliar o ferro no fígado, coração e pâncreas.



## **Orientações aos familiares dos pacientes com hemocromatose:**

- Por ser uma doença hereditária, pode passar dos pais para os filhos
- Familiares de 1º grau devem realizar o teste genético e ter o perfil do ferro analisado na vida adulta (após os 20 anos)

## Como é feita a sangria terapêutica?

### 2 fases de tratamento

#### 1ª fase: indução

Retirada de 300 a 500 ml de sangue, a cada 15 dias ou mensalmente  
O procedimento é feito até que se atinja uma ferritina de 50 a 100 ng/l

#### 2ª fase: manutenção

2 a 4 vezes ao ano, dependendo de cada paciente

## Devo mudar algo na minha dieta caso eu tenha hemocromatose?

- Mantenha uma dieta saudável e balanceada
- Reduza o consumo de bebidas alcóolicas
- Evite o consumo e a manipulação de frutos do mar e peixes marinhos crus
- Evite suplementos que contenham ferro e vitamina C
- Evite o uso de panelas de ferro na cozinha
- O consumo de carne vermelha e alimentos ricos em ferro é permitido, desde que feito com moderação
- Evite o consumo de suco de frutas cítricas junto às refeições



## Informações e contato

### **Serviço de Hemoterapia do HCPA:**

Rua São Manoel, 543, bairro Rio Branco, Porto Alegre (RS),  
CEP: 90.620110.

Horário: segunda a sexta-feira, das 8h às 17h; sábados, das 8h às 12h.

Telefone: (51) 3359.8504.

### **Serviço de Genética Médica do HCPA:**

Rua Ramiro Barcelos, 2350 e Av. Protásio Alves, 211, bairro Santa Cecília,  
Porto Alegre (RS), CEP: 90.035903.

Horário: segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 13h às 17h.

Telefone: (51) 3359.8011.



## **SERVIÇO DE HEMOTERAPIA**

Rua Ramiro Barcelos, 2350  
Largo Eduardo Z. Faraco  
Porto Alegre/RS 90035-903  
Fone 51 3359 8000  
[www.hcpa.edu.br](http://www.hcpa.edu.br)