

**O que é?** A GGT é uma enzima que pode estar presente em células do fígado, rins e pâncreas. No entanto, a GGT que se encontra elevada em exame de sangue geralmente é de origem hepática. Ela faz parte das enzimas que são rotineiramente solicitadas para avaliação laboratorial das doenças do fígado, junto com a fosfatase alcalina (FA), aspartato aminotransferase (AST) e alanina aminotransferase (ALT).

**Qual o significado da elevação de GGT?** A elevação conjunta da FA e GGT indica presença de colestase (retardo do fluxo de bile) dentro do fígado pelo uso medicamentos (como os anticoncepcionais) ou doenças dos ductos biliares (como colangite biliar primária e colangite esclerosante primária) ou nos ductos biliares fora do fígado por obstrução por tumores e cálculos. A elevação da FA e GGT, que são chamadas de enzimas canaliculares ou colestáticas, pode se associar a elevação de bilirrubina. A elevação destas enzimas pode ocorrer em pessoas assintomáticas ou com sinais e sintomas de colestase, tais como prurido (coceira na pele), fadiga e, quando associada a aumento da bilirrubina, cursa com icterícia (olhos e urina de coloração amarelada). Os métodos de imagem, principalmente a ultrassonografia, podem ajudar no esclarecimento da causa da colestase. Pode ocorrer também elevação laboratorial isolada da GGT, comum em algumas condições clínicas, tais como consumo abusivo do álcool, infiltração gordurosa do fígado (esteatose) e uso de medicações, principalmente os anticonvulsivantes fenitoína e fenobarbital. Indivíduos que consomem álcool regularmente,

ainda que em baixas doses, podem apresentar elevação isolada da GGT, sendo sua dosagem usada como monitorização do consumo ou uso abusivo de álcool. Do mesmo modo, indivíduos obesos, com sobrepeso, glicemia alterada ou diabetes, elevação de colesterol e/ou triglicerídeos, frequentemente apresentam GGT elevada, e devem ser avaliados para adequado diagnóstico de doença hepática gordurosa não alcoólica, que pode levar a fibrose hepática e mesmo cirrose.

### **O que se pode fazer para diminuir os níveis de GGT?**

Para pacientes com elevação isolada da GGT, mudanças dos hábitos de vida, particularmente abstinência alcoólica, causam grande impacto na redução da GGT. Nos pacientes com GGT elevada devido à doença hepática gordurosa não alcoólica, deve-se recomendar prática regular de atividade física, alimentação equilibrada, balanceada com fibras, proteínas e redução de gorduras e açúcares (carboidratos) industrializados e moderação ou suspensão do consumo de álcool e tabagismo. Consultar um hepatologista é relevante para melhor afastar as causas de doenças hepáticas e de outros órgãos e para orientar-lhe uma vida mais saudável.

**Mas não se esqueça: apenas o médico pode avaliar, diagnosticar e indicar o melhor tratamento para cada caso. Procure sempre um Hepatologista!**