RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Quinta-Feira, 19 de Novembro de 2026

A doença hemorroidária

MARDEM MACHADO

Mardem Machado

Muito frequente na população adulta, a doença hemorroidária, ou hemorroida, é uma doença que ainda levanta muitas dúvidas.

A doença hemorroidária é a dilatação anormal dos vasos do ânus, causando abaulamento, que é a sensação de ‘bola’ no ânus, além de sangramento e desconforto.

As hemorroidas podem ser externas ou internas. Quando externas, assemelham-se às varizes ou a pelotas de sangue e são visíveis na borda do ânus. Quando internas, localizam-se acima do esfíncter anal e causam sintomas mais agudos.

Durante o movimento intestinal, essas veias dilatam-se e retraem-se, geralmente voltando ao tamanho normal. Pacientes com constipação intestinal (intestino preso) fazem um esforço maior para a defecação, o que mantém estas veias aumentadas por tempo mais prolongado e mais vezes, agravando e acelerando o desenvolvimento das hemorroidas.

Outras causas mais comuns apontadas pelo proctologista são: gravidez em virtude da pressão que o feto exerce sobre as veias da parte inferior do abdômen; obesidade, vida sedentária; componente genético; dieta pobre em fibras e pequena ingestão de líquidos; além de sexo anal, que pode produzir fissuras numa região muito vascularizada.

Sintomas

O sangramento durante e após a defecação é o principal sintoma da doença hemorroidária. Em geral acompanhado de fezes sólidas, ressecadas ou quando se faz força para evacuar.

O sangue recobre as fezes por fora, podem gotejar no vaso, ou sujar o papel higiênico. Também podem surgir saliências no ânus durante a higiene, que na maioria das vezes desaparece.

A doença também é caracterizada por coceira provocada por inchaço das veias, o que aumenta a tensão sobre as terminações nervosas.

Tratamento

O tratamento para as hemorroidas pode ser tópico ou local, com pomadas e supositórios ou mesmo cirúrgico para a retirada das veias doentes.

No entanto, às vezes apenas a punção do coágulo que entope o vaso hemorroidário pode resolver o problema sem cirurgia. Também a técnica da ligadura elástica, que consiste no estrangulamento da veia afetada.

As medidas gerais e hábitos de higiene, também são tão importantes no tratamento, como banhos de assento com água morna, eliminação do uso de papel higiênico, evitar manipulação exagerada da região após evacuação, e evacuações rápidas, sem longos períodos no vaso sanitário, e sem esforço evacuatório prolongado.

Também é importante:

– Beba bastante líquido, por volta de 2 litros ou mais; Inclua sucos naturais, distribuídos em 5 a 6 tomadas e de preferência longe das refeições;

– Alimente-se se em horários regulares (a cada 3 horas) e mastigue bem os alimentos; isso incentiva o intestino a funcionar melhor;

– Evite excesso de bebidas alcoólicas, chocolate, café e alimentos que levem a uma produção excessiva de gases, como brócolis, cebolas, couve-flor, feijão;

– Pratique exercícios regularmente; isso melhora a atividade do intestino;

– Não use laxantes por conta própria; consulte seu médico.

Cuidados específicos

– Evite usar o papel higiênico diretamente na região após a evacuação. Faça a higiene com água e se possível lave delicadamente com sabão neutro de glicerina;

– Não segure a vontade de evacuar;

– Não demore muito tempo na evacuação;

– Atente-se a posição em que senta no vaso, para facilitar a evacuação.

Importante destacar que diante dos sintomas um especialista deve ser consultado para avaliar o quadro, fazer o diagnóstico e definir o melhor tratamento. Não espere o problema avançar. Cuide-se.

Mardem Machado *é coloproctologista.*