

COLESTASE GRAVÍDICA

Produto técnico



Produzido por:

Beatriz de Andrade Durval | Graduada de Enfermagem pela Universidade Federal Fluminense (UFF)

Geovanna de Jesus Sousa | Graduada de Enfermagem pela Universidade Federal Fluminense (UFF)

Letícia Marins | Graduada de Enfermagem pela Universidade Federal Fluminense (UFF)

Sarah Campos Viveiros | Graduada de Enfermagem pela Universidade Federal Fluminense (UFF)

Supervisionado por:

- Prof. Dr. Diego Rodrigues | Doutorado em Ciências do Cuidado em Saúde e Professor Adjunto da EEAAC/UFF.
- Prof. Dra. Diva Cristina Morett Romano Leão | Doutorado em Ciências do Cuidado em Saúde e professora Associada da EEAAC/UFF.
- Prof. Dr. Valdecyr Herdy Alves | Doutorado em Enfermagem e Professor Titular da EEAAC/UFF.
- Prof. Dra. Bianca Dargam Gomes Vieira | Doutorado em Enfermagem e Professora Adjunta da EEAAC/UFF.
- Prof. Dr. Audrey Vidal Pereira | Doutorado em saúde pública e Professor Associado da EEAAC/UFF.
- Joyce Gonçalves Barcellos Evangelista | Enfermeira obstétrica e Mestranda do PACCS/UFF
- Mariana Machado Pimentel | Enfermeira obstétrica e Mestranda do MESP-MI/UFF.

Apresentação:

O presente trabalho pretende criar um guia de cuidados para as gestantes diagnosticadas com colestase gravídica, uma doença obstétrica comum no terceiro trimestre que causa coceira intensa na região abdominal.



Introdução:

A **colestase gravídica** pode ocorrer durante a gestação devido ao acúmulo de ácidos biliares no sangue, sendo ocasionado à partir da redução ou dificuldade do fluxo da bile no fígado. O seu sintoma mais comum é caracterizado pela **coceira intensa**, principalmente nas mãos e pés, podendo também ser evidenciada a partir das alterações nos exames laboratoriais e desconforto geral da gestante.

Na maioria das vezes **desaparece após o parto**, mas exige um acompanhamento cuidadoso, pois pode trazer riscos para a gestante e, sobretudo, para o bebê, incluindo complicações no desenvolvimento intrauterino.

Este guia tem como objetivo oferecer **orientações práticas de autocuidado** que **ajudem a reduzir os sintomas** da colestase gravídica, favorecendo uma gestação mais tranquila e segura.

Conceituação:

A **colestase intrahepática da gravidez** ou só colestase gravídica é uma doença que ocorre geralmente a partir do terceiro trimestre quando os níveis hormonais estão maiores, resultando no acúmulo da bile no fígado que por sua vez provoca a saída de ácidos biliares no sangue; essa saída dos ácidos biliares resulta na diminuição do fluxo biliar e promove o seu alojamento na pele, mais especificamente na região do abdômen.

As causas para a doença não são claras, mas já há um consenso de predisposição genética e o fator ambiental nas hipóteses.

O principal sintoma é a **coceira intensa na região abdominal**, mas junto a ela, podem aparecer outros sintomas associados como **dor no quadrante superior direito (região hepática)**, náusea, fadiga, perda de apetite e muito raro, a icterícia.



Diagnóstico

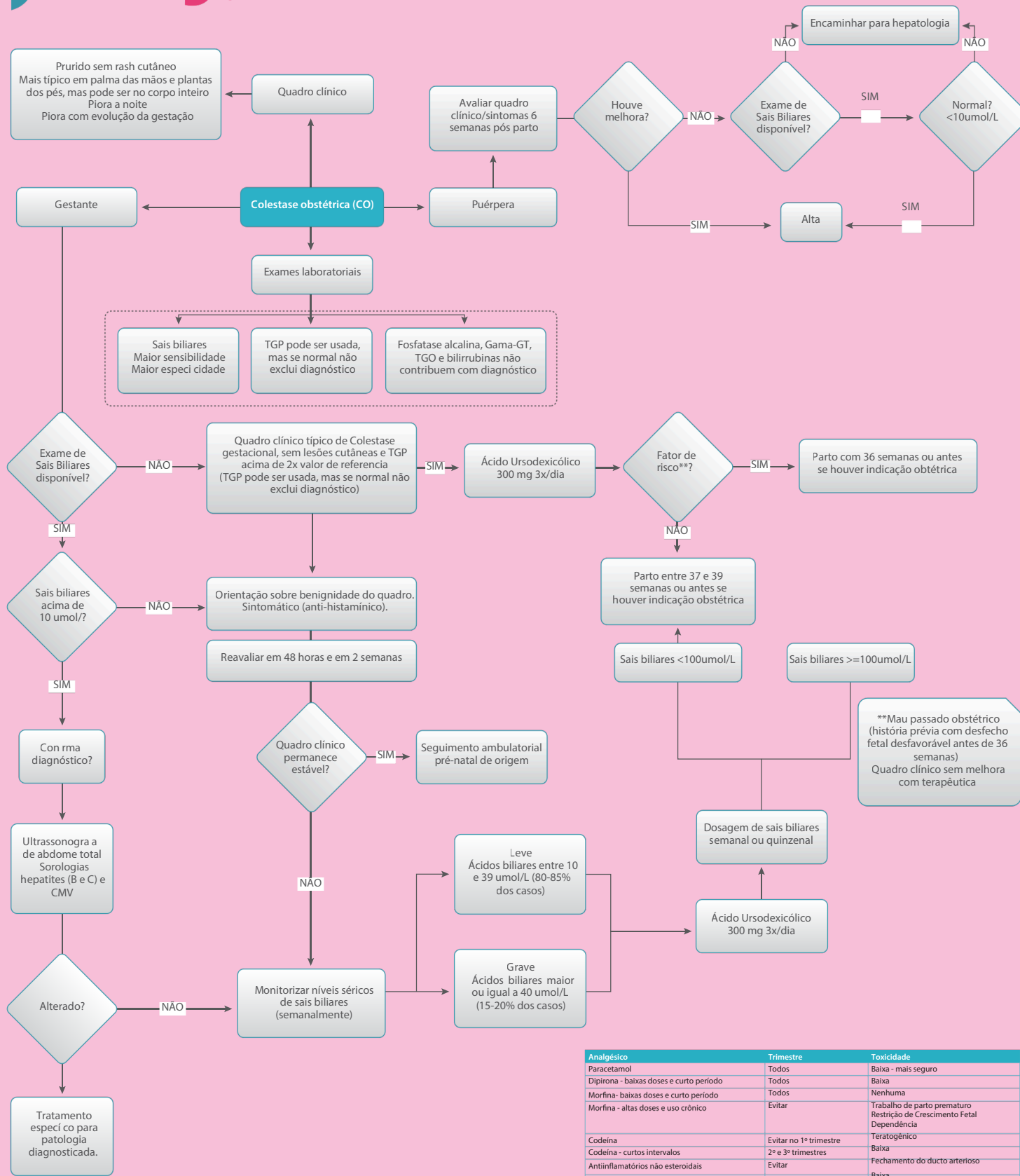
.A colestase intra-hepática da gestação (CIHG) é diagnosticada pela associação clínica e laboratorial:

Clínica: prurido intenso, predominantemente em regiões palmo-plantares, surgindo tipicamente no segundo ou terceiro trimestre, sem lesões cutâneas primárias.

Laboratorial: elevação dos ácidos biliares séricos totais $\geq 10 \mu\text{mol/L}$ (principal marcador diagnóstico). Pode haver aumento de transaminases (ALT, AST) e fosfatase alcalina, mas esses não são específicos.

Exclusão de outras causas: é necessário descartar hepatopatias virais, autoimunes, medicamentosas ou obstrutivas.





Referências bibliográficas

Geenes V, Chappell LC, Seed PT, Steer PJ, Knight M, Williamson C. Association of severe intrahepatic cholestasis of pregnancy with adverse pregnancy outcomes: a prospective population-based case-control study. Hepatology. 2014;59(4):1482–91.

Bacq Y, Sentilhes L, Reyes HB, Glantz A, Kondrackiene J, Binder T, et al. Efficacy of ursodeoxycholic acid in treating intrahepatic cholestasis of pregnancy: a meta-analysis. Gastroenterology. 2012;143(6):1492–501.

Cui D, Zhong Y, Zhang L, Du H. Bile acid levels and risk of adverse perinatal outcomes in intrahepatic cholestasis of pregnancy: A meta-analysis. J Obstet Gynaecol Res. 2017;43(9):1411–20.

Wikström Shemer E, Marshall HU, Ludvigsson JF, Stephansson O. Intrahepatic cholestasis of pregnancy and associated adverse pregnancy and fetal outcomes: a 12-year population-based cohort study. BJOG. 2013;120(6):717–23.



Produto:

Guia de autocuidado para colestase gravídica!

Dieta e hidratação

- Dieta hipogordurosa e hipocalorica;
- Apostar em refeições pequenas e mais frequentes;
- Consumir de 8 a 12 copos de água por dia para manter o corpo hidratado e aliviar o estresse do fígado.

Repouso

- Descansar pode ajudar a reduzir o estresse no fígado e então reduzir os sintomas.

Medicamentos

- De acordo com a prescrição medica, é importante fazer o uso correto das medicações.

Alívio da coceira

- Roupas leves e soltas;
- compressas frias na pele;
- aplicar cremes e loções;
- evitar locais quentes e úmidos;
- evitar coçar.

Acompanhamento medico e laboratorial

- Exames regulares para avaliar a saúde da mãe do bebê;
- acompanhamento regular com medico.

Conclusão

A colestase gravídica, embora muitas vezes temporária e restrita ao período gestacional, demanda atenção.

Neste cenário, adotar hábitos saudáveis, manter a comunicação com a equipe de saúde e respeitar os sinais do corpo fortalecem a segurança materno-fetal. Essa combinação entre o autocuidado e o acompanhamento pré-natal promove um papel fundamental no alívio dos sintomas, na redução do estresse e promoção de maior qualidade de vida para a mãe. Por esses motivos, a proposta do trabalho apresentado se mostra de grande valor.

Referências:

Prurido intenso na gestação pode ser colestase gestacional? Julia da Silveira Gross, 2023. Disponível em : <https://blog.medcel.com.br/post/prurido-intenso-na-gestacao-pode-ser-colestase-gestacional#:~:text=Tratamentos%20da%20Colestase%20Gestacional,e%20solicitar%20avaliação%20gastroenterológica%20especializada>.

Colestase da gravidez. BabyCenter. Disponível em: <https://brasil.babycenter.com/a1500564/colestase-da-gravidez>

Colestase Gestacional: O Que é, Sintomas, Riscos E Tratamento - Maternidade D'Or. Rededorsaoluiz.com.br, 2024. Disponível em: www.rededorsaoluiz.com.br/maternidade/noticias/artigo/colestase-gestacional-o-que-e-sintomas-riscos-e-tratamento.

da Silva, A. C. Colestase obstétrica [flowchart]. São Paulo: Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO); 2023. [Comissão Nacional Especializada em Gestação de Alto Risco]. Disponível em: <https://www.febrasgo.org.br/fluxopdf/assets/pdf/Colestase-obstetrica.pdf>. Acesso em: 22 ago. 2025.