

## **EXAMES DE COLESTEROL E TRIGLICERÍDEOS JÁ PODEM SER FEITOS SEM JEJUM DE 12 HORAS**

*Em Belo Horizonte, o laboratório Geraldo Lustosa já se adaptou para realizar o procedimento, conforme orientação das entidades médicas.*

Pacientes que vão fazer exames de colesterol total, suas frações e triglicerídeos já podem tomar café da manhã ou até mesmo ingerir uma refeição leve antes de colher sangue no laboratório. Isso por que três entidades médicas brasileiras se posicionaram a favor da não obrigatoriedade do jejum para exames de perfil lipídico. São elas: a sociedade Brasileira de Cardiologia, a de Patologia Clínica e Medicina Laboratorial e a de Análises Clínicas.

Alguns laboratórios brasileiros já estão se adaptando a esses novos parâmetros para receber pacientes de acordo com a recomendação médica. Em Belo Horizonte, o laboratório Geraldo Lustosa realiza, desde junho deste ano, a coleta em pacientes com desjejum, desde que seja especificado no pedido do médico. De acordo com o farmacêutico bioquímico Adriano Basques, gerente técnico do laboratório, as amostras são analisadas por profissionais treinados, utilizando parâmetros internacionais como referência para os resultados.

Um estudo divulgado em abril pela Federação Europeia de Química Clínica e Medicina Laboratorial e pela Sociedade Europeia de Aterosclerose cita as experiências dos europeus e recomenda que não há necessidade do jejum na maioria dos casos e que, ainda por cima, existem vantagens de se utilizar amostras em desjejum para medir o perfil lipídico.

Segundo Adriano, os protocolos científicos ajudam na padronização dos procedimentos e fornecem parâmetros para a interpretação médica, além de trazer mais conforto para os pacientes, e de melhorar o atendimento nos laboratórios, que até então ficavam sobrecarregados no início da manhã.

Os exames para medir o perfil lipídico, como colesterol total, suas frações e triglicerídeos, são convencionalmente feitos pelos laboratórios após 12 horas de jejum do paciente. A Federação Europeia recomenda a análise das amostras dos pacientes sem jejum, por exemplo, na primeira avaliação do perfil lipídico. Em alguns casos, porém, o jejum ainda é recomendado. “A avaliação das amostras de sangue sem o jejum requer a orientação do médico. Esta avaliação deve ser personalizada” completa Adriano.

### **Perfil lipídico**

O principal motivo para a avaliação do perfil lipídico é avaliar o risco cardiovascular do paciente. A estratificação de risco praticada atualmente baseia-se em protocolos, *guidelines* e estudos baseados em dados obtidos de pacientes no estado de jejum. Os estudos baseiam-se em médias de resultados, onde pode-se encontrar resultados baixos e também elevados em um mesmo grupo, reforçando a avaliação individualizada de cada paciente.

O assunto sobre a análise de amostras de sangue sem o jejum para a avaliação do perfil lipídico ainda é bastante discutido, pois os indivíduos passam a maior parte do tempo no estado pós-alimentado e alguns trabalhos demonstram o risco cardiovascular nesse estado que, por vezes, não foi identificado no estado de jejum. Em 2013 o Colégio Americano de Cardiologia reforçou o uso preferencial de amostras em jejum para a análise dos lipídios, dependendo do motivo pelo qual o exame é solicitado.

Vários protocolos que orientam a coleta de sangue em jejum se baseiam na avaliação do LDL colesterol (colesterol ruim), mas as informações atuais apontam para a avaliação de outros marcadores aterogênicos (formadores de placas nas paredes das artérias), como a fração do colesterol não-HDL e Apolipoproteína B (ApoB). Porém, nos dias atuais, esta decisão é uma conduta do médico, dependendo do protocolo clínico utilizado.

Desde 2013, o laboratório Geraldo Lustosa, em Belo Horizonte, estuda uma forma de implementar a prática do desjejum para os exames, uma iniciativa da médica patologista Luisane Vieira Falci. “Na Dinamarca, exames com amostras colhidas após desjejum já são consideradas padrão desde 2009. Esse novo artigo europeu veio contribuir para estabelecermos os valores de referência para interpretação médica aqui no Brasil”, ressalta a médica.

Segundo o gerente técnico do Lustosa, existem hoje diversos exames laboratoriais disponíveis, mas cerca de 100 tipos respondem pelos testes mais comuns nos pedidos médicos. “Como os exames de Glicemia em jejum (para diagnosticar Diabetes) e Perfil lipídico (para estudar os lipídios no sangue) são bastante frequentes nos pedidos médicos, estimamos que grande parte dos pacientes continuarão precisando estar em jejum antes da coleta de exames”, destaca.

De qualquer forma, antes de se dirigir ao laboratório, é importante procurar saber quais são as instruções para a coleta, não apenas sobre a necessidade de jejum, mas várias outras situações (ingestão de bebidas alcoólicas, exercício físico, horário, medicamentos em uso, por exemplo). A maior parte dos laboratórios disponibiliza serviços de informação, por telefone, internet ou nas próprias unidades.