

SAÚDE III CAMPINAS

Casos de pressão alta superam a média nacional

Hipertensão é fator para doenças cardiovasculares

Raquel Valli
DA AGÊNCIA ANHANGUERA
raquel.valli@rac.com.br

A quantidade de pessoas com pressão alta dobrou no mundo nos últimos 40 anos e chegou a 1,13 bilhão, segundo a maior pesquisa já realizada sobre o assunto. O estudo foi publicado anteontem pela revista científica *The Lancet*, depois de cruzar os dados de 20 milhões de pessoas que foram monitoradas por 40 anos (entre 1975 e 2015). O trabalho foi feito por cientistas do Imperial College London, do Reino Unido, com participação da Organização Mundial da Saúde (OMS), e chegou à conclusão de que o número de pessoas hipertensas caiu nos países de alta renda, mas cresceu nos de baixa renda. "Em Campinas, a incidência de hipertensos é de 13.757,37 casos/100 mil habitantes, maior que a média nacional (9.530,41 casos/100 mil habitantes), e vem se mantendo estável nos últimos oito anos", informa a cardiologista Patrícia Asfora Falabella Leme, coordenadora do Centro de Saúde da Comunidade (Cecom) da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp), com base no último levantamento do Sistema de Informação da Atenção Básica (Siab) do Ministério da Saúde, elaborado em 2013.

Quantidade de pessoas com a doença no mundo dobrou em 40 anos

A hipertensão é o fator de risco mais importante para as doenças cardiovasculares, e as doenças dos coração são responsáveis por 1/3 da mortalidade no Brasil, informa o cardiologista Otávio Rizzi Coelho, professor da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp. "Na maior parte das vezes, a pressão alta é silenciosa, não dói. E quando o paciente percebe, um órgão alvo, como coração ou rim, já foi lesado. Por isso tem que medir a pressão em todas as consultas médicas. E caso haja algum indicativo, colocar o aparelho e aferir por 24 horas".

Não existem sintomas específicos de hipertensão, e o diagnóstico é feito basicamente pelas medidas elevadas de pressão arterial (maior ou igual a 140 e/ou 90 mmHg). E quanto mais precoce o diagnóstico, melhor o prognóstico: redução de 50% nas chances de sofrer um Acidente Vascular Cerebral (AVC) e 24% de sofrer um infarto, por exemplo. Já pa-

ra quem não se trata, as consequências são desastrosas, como ter que fazer diálise devido ao aparecimento de insuficiência renal, ou amputação de algum membro.

A hipertensão não tem uma causa definida aparente; é multifatorial. Apenas 5% dos casos se apresentam como consequência de outras doenças, como enfermidades endócrinas e apneia do sono, entre outras. "Em 93% a 95% dos casos não é possível identificar uma causa, mas sim alguns fatores que aumentam a chance de ocorrência, como o passar da idade, raça negra, sobrepeso ou obesidade, consumo excessivo de sal e de bebidas alcoólicas, sedentarismo nos momentos de folga e no trabalho e um menor nível de escolaridade", declara Patrícia.

O tratamento

Manutenção do peso adequada, atividade física, ingestão correta de sal (recomenda-se 4 gramas diárias), alimentação balanceada, não fumar, reduzir o consumo de bebidas alcoólicas e controlar o estresse são algumas das medidas do tratamento não medicamentoso. Já o que envolve remédios exige avaliação criteriosa e acompanhamento médico sistêmico.

"São raros os casos em que não se consiga controlar a pressão. Hoje, as diretrizes são muito precisas sobre o medicamento para aquele determinado paciente e a dosagem que ele deve tomar. E com resultados muito favoráveis. O problema não é esse. É convencer o paciente a seguir com o tratamento, que é para o resto da vida. Com a pressão controlada, muitos pacientes relaxam (*e se descuidam*)", declara Coelho.

A dona de casa Lúcia Amaral, de 65 anos, aposta na prevenção. Na saída do médico, ontem, estava com 12 por 8 de pressão. O marido de Lúcia é hipertenso, e ela se cuida no sal. "Não pode bobear", diz.

O aposentado José Dias Pedroso, de 76 anos, também não se descuidou. É hipertenso há dez anos, e toma remédios desde então. Soube da doença em um check-up. "Sempre vou à farmácia medir", conta.

A recicladora de materiais Maria Cecília Mendes Correa dos Santos, de 63 anos, corre ao pronto-socorro quando a pressão desanda. Ela toma remédios há dez anos, mas, ainda assim, às vezes, passa mal. "Quando sinto tontura, eu já sei. E aí eu corro para o médico."

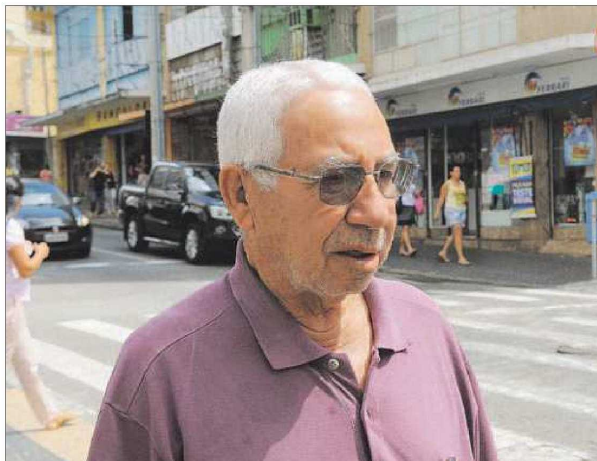
A dona de casa Lúcia Amaral controla o sal e se cuida para manter a pressão estável: ontem ela mediu e estava em 12 por 8



Foto: Carlos Sousa Ramos/IAN



Maria Cecília dos Santos toma remédio para a pressão há 10 anos, mas quando sente tontura corre ao médico



José Dias Pedroso descobriu que era hipertenso durante um check-up e desde então toma medicamento