

# Inverno aumenta o risco de doenças cardiovasculares. Cuide-se!



Noites mais longas e dias mais curtos, aliados ao tempo gélido: assim é o inverno no Brasil, que começou no dia 21 de junho e se estenderá por três meses. Neste ano, por conta de alguns fenômenos atmosféricos, as temperaturas mais baixas podem demorar a chegar mas, por outro lado, quando chegarem devem ser bem rigorosas. Por isso, alguns cuidados com a saúde são fundamentais, inclusive no que diz respeito ao coração.

Há cerca de 50 anos, especialistas em todo o mundo notam o crescimento da mortalidade por doença cardiovascular durante a estação<sup>1</sup>. No Brasil, uma pesquisa realizada pela Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo, revelou que nos dias de temperatura na média de 14°C houve acréscimo de até 30% nos casos de morte por infarto do miocárdio<sup>1</sup>, além de um aumento na incidência de outras doenças cardiovasculares como a fibrilação atrial (FA)<sup>1</sup>, tipo de arritmia cardíaca mais comum do mundo, que faz o coração bater em um ritmo irregular e descompassado, podendo aumentar em cinco vezes o risco de acidente vascular cerebral (AVC)<sup>2</sup>, popularmente conhecido como "derrame".

Relacionada a diversos fatores como obesidade, problemas cardíacos, hipertensão, doenças crônicas – diabetes, insuficiência renal ou doença pulmonar –, além de histórico familiar<sup>3</sup>, a FA também tem ligação com outros elementos como idade mais avançada e hábitos prejudiciais, como o tabagismo e consumo excessivo de álcool<sup>3</sup>. "A FA se dá quando os sinais elétricos responsáveis pelo ritmo do coração falham e fazem os átrios, como são chamadas as câmaras cardíacas superiores, se contraírem de maneira irregular. Isso provoca redução da velocidade de fluxo do sangue que passa pelo local<sup>3</sup>, o que contribui para a formação de coágulos. Quando estes coágulos se deslocam, podem chegar ao cérebro, ocasionando o AVC<sup>3</sup>", alerta o cardiologista, Dr. Fábio Lario.

Os dias frios elevam a pressão sanguínea por diversos mecanismos, entre eles a contração dos vasos sanguíneos. Consequentemente, os canais de circulação do sangue são estreitados e aumentam as chances de ruptura de placas de gordura no interior das artérias coronárias, o que pode provocar infarto do coração. Quando isso ocorre, as plaquetas do sangue e as vias de coagulação são ativadas e, então, se intensificam as chances de formação de coágulos<sup>1</sup>.

Para manter a saúde do coração e evitar as doenças cardiovasculares, como a FA, é fundamental realizar exames médicos periódicos e, no caso de um diagnóstico positivo iniciar o tratamento, cujos princípios fundamentais são reverter a fibrilação ou controlar a frequência cardíaca e evitar a formação de coágulos dentro dos átrios<sup>5</sup> com uso de anticoagulantes, quando indicado. "O paciente com fibrilação atrial pode conviver seguramente com a doença, desde que tenha disciplina e adote um estilo de vida saudável, com alimentação equilibrada e controle dos níveis de pressão arterial e de possíveis complicações da doença, como a formação de coágulos", conta o médico<sup>6</sup>.

A utilização de medicamentos para 'afinar' o sangue – os chamados 'anticoagulantes', responsáveis por reduzir o risco de AVC, é uma peça chave no tratamento atual dos pacientes com risco elevado de formação de coágulos. O etexilato de dabigatrana, por exemplo, é um inibidor direto da trombina

(DTI), enzima-chave da coagulação, usado tanto para prevenção como para o tratamento de doenças tromboembólicas agudas e crônicas<sup>7</sup>.

Embora haja uma preocupação da classe médica e pacientes com sangramentos possivelmente relacionados ao uso de anticoagulantes, é importante ressaltar que sua utilização tem potencial de reduzir de forma significativa o risco de AVC e consequentes sequelas.

Além disso, vale ressaltar que hoje já existe um agente reversor disponível no Brasil, de efeito imediato e momentâneo, que age especificamente para reverter a ação de dabigatran. O seu uso é exclusivamente hospitalar, para os casos de sangramentos incontroláveis que podem ser precipitados por acidentes ou em cirurgias emergenciais.

Em todas as estações do ano, o importante é adotar hábitos que ajudam no controle das doenças cardiovasculares e estar atento a todos os sinais e sintomas para evitar possíveis complicações.

## Referências

Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo. Disponível em [www.socesp.org.br/blogdocoracao/2011/07/06/no-inverno-aumento-a-mortalidade-por-doenca-cardiovascular/](http://www.socesp.org.br/blogdocoracao/2011/07/06/no-inverno-aumento-a-mortalidade-por-doenca-cardiovascular/). Acesso em julho de 2019.

Zimmerman LI, Fenelon G, Martinelli Filho M, Grupi C, Atié J, Lorga Filho A, et al; Sociedade Brasileira de Cardiologia. Diretrizes brasileiras de fibrilação atrial. Arq Bras Cardiol. 2009;92(6 supl 1):1-39. Disponível em <[publicacoes.cardiol.br/consenso/2009/diretriz\\_fa\\_92supl01.pdf](http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2009/diretriz_fa_92supl01.pdf)> - acesso em: 03 de maio de 2018.

Site da Boehringer do Brasil. Disponível em [www.boehringer-ingelheim.com.br/sites/br/files/infographics/guia\\_do\\_paciente\\_final.pdf](http://www.boehringer-ingelheim.com.br/sites/br/files/infographics/guia_do_paciente_final.pdf). Acessado em 14 de junho de 2019.

Site Dráuzio Varella. Disponível em [drauziovarella.uol.com.br/cardiovascular/convivendo-com-a-fibrilacao-atrial/](http://drauziovarella.uol.com.br/cardiovascular/convivendo-com-a-fibrilacao-atrial/). Acessado em 11 de julho de 2019.

Stangier J. Clinical pharmacokinetics and pharmacodynamics of the oral direct thrombin inhibitor dabigatran etexilate. Clin Pharmacokinet. 2008;47(5):285-95.

Atrial Fibrillation Fact Sheet, National Heart Blood and Lung Institute Diseases and conditions Index, October 2009. Disponível em [www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/af](http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/af). Último acesso em 18 de setembro de 2017.

Sociedade Brasileira de Arritmias Cardíacas. Disponível em [www.sobrac.org/campanha/fibrilacao-atrial-cao-avcderrame/](http://www.sobrac.org/campanha/fibrilacao-atrial-cao-avcderrame/).

## Sobre a Boehringer Ingelheim

A Boehringer Ingelheim é uma das 20 principais farmacêuticas do mundo e possui cerca de 50.000 funcionários globalmente. Atua há mais de 130 anos para trazer soluções inovadoras em suas três áreas de negócios: saúde humana, saúde animal e fabricação de biofármacos. Em 2017, obteve vendas líquidas de cerca de € 18,1 bilhões e os investimentos em pesquisa e desenvolvimento corresponderam a 17% do faturamento líquido (mais de € 3 bilhões). No Brasil há mais de 60 anos, a Boehringer Ingelheim possui escritórios em São Paulo e Campinas, e fábricas em Itapeverica da Serra e Paulínia. A empresa recebeu, em 2019, pelo terceiro ano consecutivo, a certificação Top Employers, que a elege como uma das melhores empregadoras do mundo por seu diferencial nas iniciativas de recursos humanos. Para mais informações, visite [www.boehringer-ingelheim.com.br](http://www.boehringer-ingelheim.com.br) e [www.facebook.com/BoehringerIngelheimBrasil](https://www.facebook.com/BoehringerIngelheimBrasil)

