



ANGINA *de* PEITO  
*e o* ENFARTE  
*do* MIOCÁRDIO



# ANGINA de PEITO

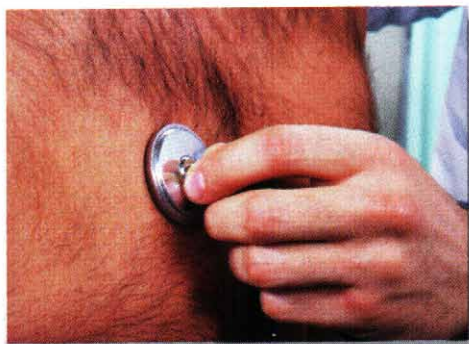
## e o ENFARTE do MIOCÁRDIO

A angina do peito e o enfarte do miocárdio são doenças do coração, com elevada incidência na população em geral e causas importantes de sofrimento, incapacidade e mortalidade. Nos últimos dez anos registaram-se, significativos avanços no diagnóstico e terapêutica destas situações.

As mudanças dos comportamentos e estilos de vida têm contribuído fortemente para o aparecimento e agravamento destas doenças.

A prevenção primária e secundária são hoje em dia uma preocupação constante já que a prevalência dos principais factores de risco cardiovascular é elevada (Tabaco, HTA, Hipercolesterolemia, Obesidade...).

O coração impulsiona o sangue para os diversos órgãos do corpo humano, levando o oxigénio aos tecidos. Por sua vez,



para manter o seu correcto funcionamento necessita de oxigénio fornecido pelas artérias coronárias. Cada coração tem duas artérias coronárias: a direita e a esquerda, cada uma com múltiplas ramificações.

Quando estas artérias não fornecem o oxigénio necessário ao músculo do coração devido a uma obstrução, surge a insuficiência coronária, sendo algumas das suas manifestações a angina de peito e o enfarte do miocárdio.

## *o que é a* **ANGINA de PEITO?**

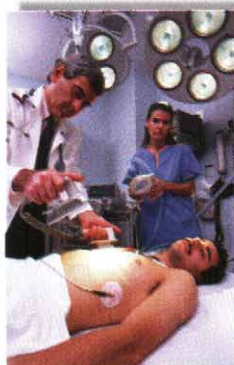
A angina de peito é uma dor que se produz como resultado da falta temporária de oxigénio ao músculo do coração, devido a uma das artérias coronárias não fornecer a quantidade necessária de sangue. A dor é breve, em geral dura uns minutos e desaparece com o repòso ou tomando um comprimido de nitroglicerina sub-lingual.

Estes episódios de angina de peito geralmente são desencadeados pela actividade física, o nervosismo e a ansiedade ou após a ingestão de comida abundante. A localização e intensidade da dor varia de pessoa para pessoa, sendo mais frequentemente sentida na região central da face anterior do torax. Os sintomas da angina de peito incluem com frequência desconforto torácico, de curta duração, em geral após o esforço físico ou psíquico, que por vezes se pode confundir com indigestão.

# CAUSAS

## *da angina de peito*

A causa mais frequente é a **aterosclerose**: placas de material gordo e cálcio que se acumulam dentro das artérias coronárias, reduzindo o calibre do vaso e dificultando a passagem do sangue.



Os factores de risco: são as características ou hábitos que levam ao aparecimento da doença. **Os mais importantes são:**



- ***Aumento do colesterol no sangue.***
- ***Tabagismo.***
- ***Pressão arterial elevada.***
- ***Obesidade.***
- ***Diabetes.***
- ***Tensão nervosa e ansiedade.***
- ***Inactividade física.***
- ***Hiperuricémia.***

# *O que é um* ENFARTE *do* MIOCÁRDIO?

O enfarte do miocárdio ocorre quando uma determinada região do coração morre devido à ausência de sangue (oxigénio), por obstrução total da artéria coronária que a irriga. Os factores de risco para

o enfarte do miocárdio são os mesmos que foram enumerados para a angina de peito.

No enfarte do miocárdio a dor em geral é também de localização torácica, mas é mais intensa e persistente que na angina de peito. Pelo risco que está associado ao enfarte do miocárdio torna-se urgente o encaminhamento rápido para o Hospital.

## TRATAMENTO

### *da angina de peito e do enfarte do miocárdio*

O tratamento médico consiste em:

- **Controlo dos factores de risco com medidas higiénico-dietéticas**
- **Utilizar os fármacos apropriados.**

**Como já foi referido no princípio, é fundamental a modificação do estilo de vida, pelo que a Fundação Portuguesa de Cardiologia recomenda:**

1º

*Não fume. O tabaco impede o coração de “respirar” devidamente.*

2º

*Evite o excesso de gordura saturada e de colesterol na alimentação. É um meio eficaz de prevenir a Aterosclerose.*

3º

*Controle a sua tensão arterial. A hipertensão sobrecarrega o trabalho do seu coração.*

4º

*Controle o seu peso corporal. A obesidade é um factor de risco para o seu coração.*

5º

*Pratique alguma actividade física adequada à sua idade. O sedentarismo põe em risco o seu coração.*

6º

*Controle o nível de açúcar no sangue. A diabetes é um factor negativo para o coração.*

7º

*Procure levar uma vida calma e tranquila. O stress desequilibra o seu organismo.*

8º

*Consulte o seu médico se algum dos seus pais tem problemas do coração. Existe predisposição hereditária para algumas doenças.*

## **Provavelmente ser-lhe-ão também prescritos medicamentos:**

A nitroglicerina sublingual deverá ser utilizada em qualquer episódio de dor, que geralmente desaparece em poucos minutos. Se a dor persistir após três comprimidos tomados com intervalos de cinco minutos, deverá dirigir-se imediatamente ao serviço de urgência hospitalar.

Há outro tipo de medicamentos que poderão ser prescritos pelo seu médico e que são importantes para o controlo da sua doença.

Muitos doentes podem ficar assintomáticos com o controlo dos factores de risco e os medicamentos adequados. Em outra percentagem menor terá de se recorrer a intervenção, seja por angioplastia (dilatação com balão das estenoses das artérias coronárias) ou por cirurgia (bypass aortocoronário).

Apoio:



**fundação  
portuguesa de  
cardiologia**

Instituição de Utilidade Pública

R. JOAQUIM ANTÓNIO DE AGUIAR, 64 - 2º D.  
1070 LISBOA - PORTUGAL  
Telef.: 381 50 00 - Fax.: 387 33 31