

Uma luz à saúde cardíaca feminina

A light on women's heart health

Durante muito tempo, as doenças cardiovasculares no sexo feminino receberam pouca atenção. Existia o mito de que elas não eram um grupo de risco importante.

Esse conceito mudou radicalmente nos últimos tempos. Com a crescente ocupação do mercado de trabalho, além da adoção de estilo de vida estressante e associado, muitas vezes, ao tabagismo e ao uso de pílula anticoncepcional, ampla parcela das mulheres encontra-se suscetível a eventos cardíacos.

Falta ainda a cultura de realizar acompanhamento preventivo. Daí a Sociedade Brasileira de Clínica Médica (SBCM) lançar, dias atrás, a Campanha Mulher Coração. Trata-se de uma iniciativa permanente para alertá-las que também estão passíveis se sofrer problemas do coração.

Aliás, a mortalidade é grande. Dados da Organização Mundial da Saúde confirmam a necessidade de trazermos esta questão à tona e, sobretudo, para dentro do consultório. Mais de 23 mil mulheres morrem por dia no mundo vítimas de doenças cardiovasculares, cerca de 8,5 milhões ao ano.

Desta forma, eventos cardíacos na mulher já ultrapassam as estatísticas dos tumores de mama e de útero. Esta foi outra das motivações para a Sociedade Brasileira de Clínica Médica criar a campanha.

Uma das ações que nos comprometemos a adotar para diminuir os números alarmantes é difundir o conhecimento para toda a população, em especial à feminina, a fim de que, diante de suspeitas, procure um médico e não subestime os sinais. O quadro clínico é variável, e a dor no peito pode passar despercebida.

Não adianta ser corajoso com doenças cardíacas, é melhor pecar pelo excesso, principalmente quando há predisposição genética, colesterol alterado, altos níveis de estresse e uso inadequado de anticoncepcional. Nestes casos, o atendimento precisa ser imediato, pois a paciente poder estar sofrendo um infarto do miocárdio, doença cardíaca mais grave.

A prevenção precisa ser mais bem trabalhada e, para tanto, o papel do ginecologista é essencial. O especialista, verdadeiro clínico da mulher, deve assumir a função de verificar os fatores de risco e adotar tratamento preventivo. Assim, caso ela venha a sofrer um infarto na vigência da prevenção, será menos grave e com menor seqüela.

Cuidados precoces são a segunda perna do tripé que estamos divulgando por meio da Campanha Mulher Coração. Mediante suspeitas, o atendimento deve ser realizado o quanto antes e o tratamento logo aplicado, reduzindo o número de sequelas e, sobretudo, mortalidade.

Por fim, um dos maiores esforços da campanha refere-se à orientação, ainda pouco incorporada pela população de maneira geral e particularmente entre as pessoas mais vulneráveis economicamente. É necessário manter hábitos de vida saudável e não praticar esporte por conta própria, sem passar por um médico. A indicação quanto à atividade física é importante tanto do ponto de vista cardíaco, quanto musculoesquelético.

Uma avaliação prévia pode detectar uma doença que ainda está silenciosa e com intervenção precoce é possível evitar morte súbita, por exemplo.

Não é à toa que os famosos *check-ups* são tão importantes. Em decorrência de acompanhamento pediátrico incompleto, encontramos frequentemente adultos com doenças cardíacas congênitas, como a comunicação entre os ventrículos e entre os átrios. O exame cardíaco adequado deve ser feito desde criança para já tratar condições como estas e evitar complicações. É fundamental que façam parte do escopo do clínico; todo médico tem a obrigação de saber identificar uma doença cardiovascular.

Compreendemos que, no Brasil, não há médicos para todos e que nosso sistema público de saúde deixa muito a desejar. Atendimento básico precário, que aumenta as chances de agravamento dos quadros, visa solucionar apenas os sintomas dos pacientes, sem se preocupar em promover análise completa, com prevenção e foco no indivíduo e sua vida social.

A prevenção é um dos fatores essenciais e engloba todo o universo no qual a mulher está inserida: alimentação, exercício físico orientado e correção de distúrbios metabólicos, só para citar alguns. São essas informações que a SBCM está multiplicando com a Campanha Mulher Coração. O cuidado com as doenças cardíacas na população feminina não pode jamais ser relegado a um segundo plano.

Professor Antonio Carlos Lopes

Presidente da Sociedade Brasileira de Clínica Médica