

# Vamos falar sobre cuidados com o coração?

Atualmente a causa mais comum de morbimortalidade no mundo, são por doenças cardiovasculares.

A mortalidade anual dessas doenças são por cardiopatia isquêmica, acidentes vasculares cerebrais e hipertensão arterial. São responsáveis por cerca de 15,9 milhões de óbitos.

Segundo o artigo: "[Mortalidade por todas as causas e por doenças cardiovasculares em três estados do Brasil, 1980 a 2006](#)", em 2006, 32% dos óbitos foram de doença arterial coronariana e 30% por doença cérebro vascular.

Felizmente, o atual paradigma no estado e município de São Paulo, nos municípios de Salvador, Goiânia e Porto Alegre, vem apresentando um declínio nas taxas de mortalidade por doença do aparelho cardiovascular.

Tais dados epidemiológicos, podem ser explicados pelo melhor controle dos fatores de risco cardiovasculares com a Medicina preventiva. São novas técnicas diagnósticas, avanços no campo terapêutico e melhoria das condições socioeconômicas.

Entenda a importância do setembro vermelho no impacto da prevenção e promoção à saúde para a mudança do perfil de morbimortalidade? Então, continue com a gente e saiba mais!

## Perfil epidemiológico das doenças atuais

Sabe-se que há mudança do perfil epidemiológico das doenças, aumentando os óbitos por doenças crônicas não transmissíveis. Destaca-se as doenças cerebrovasculares e hipertensão arterial, com prevalência de 35% na população acima de 40 anos.

Tem sido cada vez mais comum e precoce o início da Hipertensão arterial. Estima-se cerca de 4% das crianças e adolescentes apresentarem a doença, o que representa um total de 17 milhões de pacientes hipertensos no Brasil.

Nos últimos anos, 69% dos custos hospitalares do SUS são por doenças crônicas não transmissíveis. É responsável por múltiplas internações, por exemplo, por descompensação de insuficiência cardíaca.

## Prevenção das doenças cardiovasculares

De acordo com a literatura: “A promoção da saúde e a prevenção integrada dos fatores de risco para doenças cardiovasculares”, no ano 2000, o Ministério da Saúde implementou o Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus no Brasil. O objetivo é estabelecer metas para organizar o SUS, proporcionando maior assistência aos portadores dessas comorbidades.

Além disso, esse projeto propõe atualizar os profissionais da rede básica, para diagnóstico precoce e encaminhamento dos pacientes diagnosticados às unidades de saúde para o tratamento adequado.

Sob a ótica da prevenção de doenças e agravos à saúde, é fundamental as ações para criar um ambiente favorável, com programas de intervenção em comunidade, grupos de apoio, orientação e educação em saúde. Além disso, conhecer a magnitude dos problemas de saúde e desenvolver ações mais efetivas.

Para a prevenção desses agravos, é preciso monitorar a prevalência dos fatores de risco modificáveis. Isso pode ser feito por meio de mudanças no estilo de vida e autocuidado.

## **Mudança no estilo de vida e promoção à saúde**

A I Conferência Internacional de Promoção da Saúde, foi definido como promoção, o processo de capacitação da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde, incluindo maior participação no autocontrole do bem-estar.

Os programas de promoção da saúde visam proporcionar equidade na assistência, oferecer conhecimentos necessários para o controle das comorbidades e desenvolver habilidades para construção de uma vida mais saudável.

Os principais fatores que precisam ser modificados para evitar as doenças cardiovasculares são:

- Melhores hábitos alimentares;
- Prática de exercícios físicos e evitar obesidade;
- Cessar tabagismo;
- Controle do estresse psicoemocional.

## **Telecardiologia no manejo das doenças cardiovasculares**

A atenção primária dos pacientes com doença cardiovasculares tem sido modificada com a introdução da telecardiologia.

Essa ferramenta possui infraestrutura computacional e tecnologia de comunicação que auxilia o médico assistente no manejo agudo e crônico das doenças cardiológicas.

Sendo assim, há diagnósticos mais precoces e adequados, as internações por descompensações cardíacas são reduzidas, há um aumento da qualidade de vida e diminui as complicações.

Tanto na cardiologia como no cuidado primário dos pacientes, a telemedicina proporciona desde o monitoramento remoto dos sinais vitais como Frequência cardíaca, pressão arterial, realização de eletrocardiograma e outros exames da área.

Tais procedimentos ocorrem em localidades geograficamente distantes dos centros de cardiologia. Ademais, essa tecnologia garante alertas necessários para a procura por assistência, mediante às alterações, prevenindo desfechos fatais.

Outro avanço muito importante são os aparelhos de ECG, que enviam os exames por meio do telefone para o profissional à distância, a fim do diagnóstico mais rápido e intervenção imediata. Dessa forma, reduz a variação do tempo crucial para essas doenças.

## **Os benefícios da telemedicina cardiológica**

É importante ressaltar que a telecardio proporciona benefícios para o melhor controle da saúde dos seus pacientes, economizando tempo e reduzindo os gastos na saúde.

Essa tecnologia garante acesso à informação e acompanhamento periódico em áreas carentes de profissionais da saúde. Também armazena laudos e históricos dos pacientes em nuvem para melhor visualização de sua evolução mediante a escolha do plano terapêutico.

Outra vantagem na cardiologia é a possibilidade da teleconferência, a fim de discutir cada caso e ajudar uns aos outros na escolha da melhor conduta em cada situação, de acordo com a Medicina baseada em evidências.

Diante disso, é importante o fortalecimento dos princípios de prevenção e promoção, com ações integradas e participação efetiva da comunidade no processo de melhorias na saúde.