

Mulheres em idade avançada são mais afetadas pelo AVC

Dra. Maria Teresa Cardoso

Coordenadora Núcleo de Estudos da Doença Vascular Cerebral da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna

t

O acidente vascular cerebral (AVC) é mais frequente na mulher, particularmente em idade avançada.

Este facto explica-se em parte pelo envelhecimento da população e pela maior esperança de vida do sexo feminino. É fundamental ter consciência desta realidade e implementar estratégias preventivas adequadas.

As mulheres que têm a pressão arterial elevada têm maior risco de vir a sofrer um AVC, pelo que devem controlar os seus valores com frequência, bem como reduzir o sal na alimentação e cumprir o tratamento de forma sustentada.

Outro fator de risco para o AVC é a fibrilhação auricular, uma arritmia muito frequente nos idosos, com predomínio nas mulheres, e que está associada a um risco de AVC aumentado em quatro a cinco vezes, também mais elevado para as mulheres. O tratamento hipocoagulante no doente com esta doença reduz em 60 por cento o risco de AVC, estando agora disponíveis no mercado no-

vos anticoagulantes orais.

Por outro lado, o risco de AVC é muito baixo na faixa etária que usa anti-conceção, mas os contraceptivos orais causam um pequeno aumento do risco de AVC, especialmente na mulher com outros fatores de risco vascular como o tabagismo, a hipertensão, diabetes, obesidade, e o colesterol aumentado. Em termos práticos, é muito importante o tratamento agressivo dos fatores de risco vascular em mulheres a fazer contraceção oral e é aconselhada uma medição da pressão arterial antes de iniciar anti-conceção oral.

Atualmente, discute-se se há influência da idade de início da menopausa no risco de AVC. O que está bem estabelecido é que a hormonoterapia após a menopausa não reduz o risco de AVC, podendo mesmo aumentá-lo. Portanto, a hormonoterapia após a menopausa não está



recomendada em prevenção primária ou secundária.

Nunca é de mais realçar a importância do estilo de vida saudável na prevenção do AVC: atividade física regular, moderação do consumo de álcool (menos de 1 bebida por dia), abstenção do tabaco, dieta rica em frutos e vegetais, grão, baixa em gorduras saturadas e em sal.

O AVC na mulher é um dos temas em debate no 15º Congresso do Núcleo de Estudos da Doença Vascular Cerebral da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna, que decorrerá nos dias 28 e 29 de novembro, no Hotel Tiara Park Atlantic Porto.

AVC – Sinais de alarme Ligue de imediato o 112 se, de forma súbita, sentir boca ao lado, dificuldade em falar ou perda de força no braço e/ou perna, sobretudo num dos lados do corpo, mesmo que seja transitório.

SAIBA QUE...

Há tratamento (trombólise) na fase aguda do AVC.

Há que chegar o quanto antes ao hospital para obter o máximo benefício deste tratamento – e os segundos contam.

CCDR Algarve levou saúde transfronteiriça a Bruxelas

As boas práticas, planos e projetos desenvolvidos na área da saúde na zona transfronteiriça da Euro-Região Alentejo – Algarve - Andaluzia foram dados a conhecer pela Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional (CCDR) do Algarve, durante a edição de 2014 dos Open Days, promovida pela União Europeia, em Bruxelas, na semana passada.

Sob o mote as «Desigualdades em Saúde: como lidar com os desafios demográficos?» foi confiada ao vice-presidente da CCDR algarvia Nuno Marques a tarefa de apresentar os resultados e os projetos aplicados nos últimos anos no Algarve, Alentejo e Andaluzia (Espanha) num seminário dedicado à saúde na cooperação transfronteiriça.

Os casos práticos do projeto «Janela Aberta à Família», promovido pela Administração Regional de Saúde (ARS) em parceria com o Serviço Andaluz de Salud da Junta da Andaluzia foi apenas um dos exemplos dado a conhecer pelo vice-presidente da CCDR do Algarve. No âmbito deste projeto têm sido desenvolvidos centenas de

artigos e vídeos, uma plataforma com website bilingue para a inscrição automática e a gestão do envio de informação aos utentes e às famílias, boletins para pais de crianças até aos 12 anos», enumerou a Comissão de Coordenação algarvia em nota de imprensa. Outros dois casos apresentados foram o projeto da Unidade de Radioterapia do Algarve (URA) e a

Telemedicina, que são uma mais valia na área da saúde para a região.

Segundo a mesma nota, a CCDR pretende «para o próximo período de cooperação 2014 – 2020, retomar alguns temas para complementar e estimular as sinergias entre as entidades de saúde regionais: a ARS Algarve, o Hospital de Faro e o Hospital de Huelva.

Nesta edição do Open Days, uma iniciativa que levou a Bruxelas cerca de seis mil participantes em representação das cidades e regiões europeias, o Algarve integrou um grupo composto pelas regiões de Lodzkie (Polónia), do Alentejo (Portugal), da Extremadura (Espanha), da Sardenia (Itália) e de Vysocina (República Checa).