

## Abecê da Doença Isquêmica do Coração



Esta patologia faz parte do grupo de doenças cardiovasculares, que estão entre as principais causas de morte no mundo. Estima-se que seja responsável por 17,3 milhões de mortes por ano e se espera que aumente para **23,6 milhões até 2030**.

Segundo a **OPAS**, a cada ano, morrem mais pessoas de doenças cardiovasculares do que de qualquer outra causa. Mais de três quartos das mortes relacionadas com cardiopatias e acidentes vasculares cerebrais ocorrem em países de baixa e média renda.

### O que é esta doença?

Em geral, a doença cardíaca isquêmica do coração ou isquemia miocárdica se refere a condições que envolvem o estreitamento ou bloqueio dos vasos sanguíneos ou das artérias coronárias, o que impede o músculo cardíaco de receber oxigênio suficiente. Este bloqueio pode ser parcial ou completo e reduz a capacidade do coração para bombear sangue, resultando em ritmos

cardíacos anormais e, quando se trata de uma obstrução súbita e grave, em um ataque cardíaco.

O tratamento para a isquemia miocárdica envolve a melhoria do fluxo sanguíneo ao músculo cardíaco; isto pode incluir medicamento, um procedimento para abrir artérias bloqueadas (angioplastia) ou cirurgia de [bypass](#). Esta última é um procedimento cirúrgico que permite encontrar um novo caminho para que o sangue chegue ao coração. Um trecho saudável da veia é retirado de uma veia da perna ou de uma artéria do peito ou do punho; depois, é ligado à artéria coronária acima e abaixo da área estreita ou bloqueada.

Esta doença pode não apresentar sintomas ou sinais (isquemia silenciosa). Quando aparecem, os pacientes sentem pressão ou dor no peito, geralmente no lado esquerdo do corpo (angina de peito). Outros [sintomas ou sinais](#) que podem aparecer mais frequentemente nas mulheres, idosos ou diabéticos, incluem:

- Dor no pescoço ou na mandíbula
- Dor no braço ou no ombro
- Um batimento cardíaco rápido
- Dificuldade para respirar quando está fisicamente ativo
- Náuseas e vômitos
- Sudoreção
- Fadiga

Em caso de dor torácica grave ou persistente, você deve ir imediatamente ao pronto-socorro.

## O que causa a doença cardíaca isquêmica do coração?

Como explicado anteriormente, esta doença é causada pela redução do fluxo sanguíneo, que impede que haja um fluxo normal de oxigênio ao coração. A isquemia miocárdica pode surgir lentamente, à medida que as artérias ficam obstruídas, ou pode ocorrer rapidamente, quando a artéria é subitamente bloqueada.

As doenças associadas a este bloqueio de fluxo são:

- **Aterosclerose**

Também chamada doença das artérias coronárias e é a causa mais comum da isquemia miocárdica. Esta patologia ocorre quando umas placas

compostas de colesterol se acumulam, principalmente, nas paredes das artérias e restringem o fluxo sanguíneo.

- **Espasmo da artéria coronária**

É uma causa rara da doença isquêmica do coração e é um endurecimento temporário dos músculos da parede arterial, que pode reduzir ou impedir o fluxo sanguíneo para a parte muscular do coração.

- **Coágulo sanguíneo**

As placas formadas na aterosclerose podem se romper e causar um coágulo, que pode bloquear uma artéria e provocar uma isquemia súbita grave, resultando em um ataque cardíaco.

A doença isquêmica do coração pode ter complicações graves que colocam a vida dos pacientes em risco. A seguir, listamos os principais riscos:

- **Insuficiência cardíaca:** Uma das causas possíveis é a repetição de episódios de isquemia. Nesta condição, o coração já não consegue bombear eficazmente o sangue com suficiente oxigênio para o resto do corpo, razão pela qual os sintomas passam a estar presentes no corpo todo.
- **Arritmia:** É um ritmo cardíaco anormal que enfraquece o coração e coloca a vida do paciente em risco.
- **Ataque cardíaco:** A obstrução completa de uma artéria coronária causa falta de sangue e oxigênio no coração, causando a morte das células cardíacas.

## Quais são os fatores de risco?

Os fatores que podem aumentar o risco de uma pessoa sofrer da doença isquêmica do coração incluem:

- **Hipertensão arterial**

Com o passar do tempo, a pressão arterial elevada pode fazer com que a aterosclerose progrida mais rapidamente, gerando danos nas artérias coronárias.

- **Níveis elevados de colesterol no sangue**

Uma dieta rica em gorduras saturadas e colesterol ou um distúrbio hereditário podem causar o estreitamento das artérias coronárias, pois o colesterol é uma parte importante das placas que geram a arteriosclerose.

- **Altos níveis de triglicérides no sangue**

Os **triglicérides** são o tipo de gordura mais comum no corpo; eles vêm de alimentos como manteiga, óleos e outras gorduras. Eles também vêm de calorias adicionais, isto é, as calorias que são armazenadas no corpo porque não são consumidas de imediato.

Ter um nível elevado deste tipo de gordura pode aumentar o risco de doenças do coração, como a doença das artérias coronárias.

- **Diabetes**

O **risco de morte por doença cardiovascular é três vezes maior nas pessoas com diabetes** do que na população em geral. Estudos mostram que os tipos 1 e 2 estão ligados ao aumento de risco de isquemia miocárdica, ataques cardíacos e outros problemas cardiovasculares.

- **Obesidade**

É um fator de risco para o diabetes e a pressão arterial elevada. Está também associado a níveis elevados de colesterol no sangue.

- **Circunferência da cintura**

Uma cintura de mais de 89 cm nas mulheres e 102 cm nos homens pode aumentar o risco de sofrer de hipertensão arterial, diabetes e doenças cardíacas.

- **Vida sedentária**

É importante fazer atividade física, porque não fazer isto pode levar à obesidade, que está relacionada com níveis elevados de colesterol e triglicérides. As pessoas que incluem em seus hábitos o exercício aeróbico, como natação, corrida, dança, caminhada, etc., têm melhor saúde cardíaca e, portanto, menor risco de isquemia miocárdica ou ataque cardíaco.

## Em termos gerais

A cardiopatia isquêmica é uma doença cuja causa principal é a obstrução de uma artéria coronária, que diminui ou impede a passagem de oxigênio ao coração, enfraquecendo-o. Para preveni-la, é importante adotar um estilo de vida saudável. A atividade física e uma dieta com uma ingestão equilibrada de gorduras farão com que as artérias se mantenham fortes, elásticas e uniformes e permitirá que haja um fluxo sanguíneo máximo.

**Fontes:**

Diagnóstico y tratamiento de la cardiopatía isquémica en mujeres

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-colombiana-cardiologia-203-articulo-diagnostico-tratamiento-cardiopatia-isquemica-mujeres-S0120563317302516>

Isquemia miocárdica: conceptos básicos, diagnóstico e implicaciones clínicas. Primera parte

[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-56332016000500403#B1](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-56332016000500403#B1)

Enfermedades cardiovasculares

<https://www.paho.org/es/temas/enfermedades-cardiovasculares#:~:text=La%20enfermedad%20isqu%C3%A9mica%20del%20coraz%C3%B3n,los%20vasos%20sangu%C3%ADneos%20por%20aterosclerosis.>

Isquemia miocárdica

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/myocardial-ischemia/symptoms-causes/syc-20375417>

Bypass de la arteria coronaria

<https://medlineplus.gov/spanish/coronaryarterybypasssurgery.html>

Enfermedad isquémica del corazón, epidemiología y prevención

<https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2010/un105h.pdf>

La cardiopatía isquémica en pacientes diabéticos y no diabéticos

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2017000200008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2017000200008)

Triglicéridos

<https://medlineplus.gov/spanish/triglycerides.html>