



**BATE  
BATE  
CORÇÃO**  
Sinta o seu ritmo.

## DESMAIOS

*DESMAIOS? PALPITAÇÕES? TONTURAS? FALTA DE AR?*

Esta lista foi desenhada para ajudá-lo a si e ao seu médico, a determinar se você sofre de algum problema do ritmo cardíaco. Os problemas do ritmo cardíaco, também chamados por arritmias, são uma causa importante de queixas e actualmente, a causa mais comum de morte súbita em Portugal. Apesar disto, poucos médicos estão treinados para identificar e tratar de arritmias, e muito poucas pessoas sabem que um problema eléctrico do coração pode, na maioria dos casos, ser tratado eficazmente e em segurança.

### *Você ou algum familiar sofre de algum destes sintomas?*

- » Tem falta de ar ou palpitações?
- » Já alguma vez desmaiou ou quase durante o exercício? Ou quando se emociona ou se assusta?
- » Já alguma vez desmaiou ou quase “APÓS” o exercício?
- » Sente o seu coração a bater rápido, ou mais rápido do que deveria?
- » Sente o seu coração a bater de forma irregular?
- » Já alguma vez sentiu algum desconforto, dor ou pressão no peito durante o exercício?
- » Já alguma vez lhe foi diagnosticado uma convulsão inexplicada ou “ataque”?
- » Já alguma vez lhe diagnosticaram epilepsia que não responde aos medicamentos?
- » Já alguma vez teve asma induzida pelo esforço que tenha sido difícil de controlar com a medicação?
- » Sabe de algum familiar que tenha tido uma morte súbita, inesperada ou inexplicada, antes dos 50 anos? (incluindo durante a infância, acidente de viação ou afogamento)?
- » Tem algum familiar que tenha sofrido de tonturas, desmaios ou vertigem inexplicados?
- » Tem algum familiar que sofra de alguma destas doenças?
  - › Coração aumentado: Miocardiopatia hipertrófica?
  - › Problemas do ritmo cardíaco: Síndrome do QT longo
  - › Síndrome do QT curto
  - › Síndrome de Brugada
  - › Síndrome de Marfan (rotura aórtica)
  - › Enfarte do miocárdio aos 50 anos ou antes
  - › Portador de “pacemaker” ou de cardioversor-desfibrilhador.

Esta lista foi preparada de acordo com a opinião de peritos da campanha “Bate, Bate Coração”. Nenhuma destas queixas por si só, estabelece como certo que você tenha uma arritmia, mas se você ou algum familiar tiver algum dos sintomas acima referidos, deve ler o texto que se segue, para ajudá-lo a decidir o que fazer a seguir.

### O que é uma arritmia?

- » Uma arritmia cardíaca é quando o coração bate muito depressa ou muito devagar ou de forma irregular.
- » Estes problemas surgem por alterações do sistema eléctrico do coração.
- » As arritmias surgem numa série de doenças incluindo insuficiência cardíaca, morte súbita, enfarte do miocárdio ou miocardiopatia.

### Qual a importância das arritmias em Portugal?

- » Ocorrem anualmente cerca de 15.000 mortes (N.T.-Pop. UK 61.000.000/ Pop. POR 10.000.000) por arritmias em Portugal.
- » São poucos os especialistas do ritmo cardíaco em Portugal. É importante que caso seja referenciado, seja visto por um deles, porque nem todos os cardiologistas se encontram habilitados para tratar destas patologias.

### Qual é o problema do seu coração? É a “canalização” ou a “parte eléctrica”?

- » Os problemas de “canalização” no coração geralmente estão relacionados com “entupimentos” nas artérias do coração. Quando alguma destas artérias começa a “entupir”, surge a angina de peito e caso ela “entupa” por completo, origina um enfarte do miocárdio ou seja, uma cicatriz no coração. Noutros casos, os problemas podem ser devidos a lesões, apertos ou infecções das válvulas cardíacas. Outros doentes têm o seu músculo cardíaco tão danificado que sofrem de insuficiência cardíaca. Alguns doentes, têm as artérias “limpas”, as válvulas e o músculo cardíaco saudáveis e os problemas estão na “parte eléctrica”. Isto é como mudar para uma casa nova com aquecimento central, em que a canalização e a caldeira estão boas mas não aquece, porque o interruptor não funciona.

No entanto, nem todos os doentes são iguais, e as falhas eléctricas podem ser de baixo ou de alto risco. Algumas das doenças eléctricas do coração podem mesmo levar à morte súbita, como a doença hereditária do Síndrome do QT longo. Outras, como as taquicardias supraventriculares não põem a vida em risco, mas podem afectar a formação ou a vida profissional e social dos doentes. Quando as falhas eléctricas provocam arritmias, e existe uma doença cardíaca prévia, como enfarte do miocárdio ou insuficiência cardíaca, então o risco de morte pode ser muito elevado e todos os doentes deverão ter o conselho de um cardiologista.

### TRATAR ARRITMIAS

- » Existem muitas modalidades de tratamento, e muitas arritmias podem ser tratadas sem fármacos ou efeitos adversos.
- » Para muitas arritmias, um aparelho como um pacemaker pode resolver por completo o problema.

### A IMPORTÂNCIA DO TRAÇADO DO RITMO CARDÍACO, ELECTROCARDIOGRAMA OU E.C.G.

- » A informação mais útil para o seu cardiologista ou arritmologista, é o electrocardiograma – E.C.G.- (registo da actividade eléctrica do coração), de preferência efectuado durante os seus sintomas, ou seja durante a sua arritmia. Isto vai tornar o diagnóstico e o tratamento muito mais rápidos e fáceis. É o seu DIREITO de pedir aos médicos, técnicos ou enfermeiros, uma cópia para si do seu electrocardiograma. Fique com essa cópia, e não a dê nem a perca. Leva-a consigo se for a uma consulta de cardiologia ou de algum especialista em ritmo cardíaco, mas fique sempre com uma cópia consigo para algum uso futuro.

Para mais informações consulte o site: [www.batebatecoracao.com](http://www.batebatecoracao.com)

