



Dia Mundial do AVC – 29 outubro

Um terço dos AVC é causado por fatores de risco evitáveis

Tiago Gregório – Núcleo de Estudos da Doença Vascular Cerebral da SPMI

Comemora-se no dia 29 de outubro o Dia Mundial do Acidente Vascular Cerebral (AVC). Apesar de todos os avanços tecnológicos, com novos dispositivos e fármacos para o seu tratamento, assim como terapêuticas mais eficazes na sua prevenção, o AVC continua a ser a principal causa de morte e invalidez em Portugal.

Globalmente, o número total de AVC aumentou, sendo este aumento mais marcado na população acima dos 70 anos e nos países menos desenvolvidos. Apesar de melhorias quer no acesso aos cuidados de saúde quer no tratamento prestado aos doentes em Portugal, ainda existe muito caminho a percorrer. Sabemos que, dos doentes internados por AVC, menos de metade são internados numa Unidade de AVC, menos de 10% dos doentes com AVC isquémico realizam terapêutica trombolítica e pouco mais de 10% são submetidos a tratamento endovascular. Sendo estes os pilares do tratamento nos doentes com AVC isquémico agudo, urge melhorar estes números.

O primeiro passo passa pela prevenção. Cerca de um terço dos AVCs é causado por sete fatores de risco potencialmente modificáveis como o tabaco, o sedentarismo, os maus hábitos alimentares, a obesidade, a hipertensão, a diabetes e fibrilação auricular (esta última consiste numa arritmia mais prevalente com a idade). É fundamental na prevenção o envolvimento da população em colaboração com os cuidados primários e políticas de saúde adequadas que promovam estilos de vida saudáveis. O segundo passo envolve a literacia médica e a educação da população para os sinais de alarme. Sintomas como boca de lado, falta de força ou alteração da fala devem levar imediatamente o cidadão comum a ligar para o 112 de forma a ser transportado o mais rápido possível para um hospital com capacidade de tratamento. O terceiro passo envolve a capacitação dos hospitais para a prestação de cuidados adequados ao doente com AVC. Infelizmente, as assimetrias no nosso país envolvem também diferenças no acesso à trombólise, trombectomia e unidades de AVC.

Não será de todo possível eliminar o AVC como causa de morte ou morbilidade, dado o envelhecimento da população, mas todos juntos podemos melhorar o panorama desta doença que nos afeta de uma forma tão marcada. Nesta tarefa difícil, mas importante, todos contamos.

Por nós, pelas nossas famílias, pelos que nos são chegados: envolva-se