

Artigo de Opinião de Carlos Catarino, Membro Médico da Comissão Executiva da Fundação Portuguesa de Cardiologia (FPC)

O Dia Nacional do Doente Coronário

Toda a criança nascida no novo milênio tem o direito de viver até a idade de, pelo menos, 65 anos sem sofrer de doença cardiovascular evitável.

A Fundação Portuguesa de Cardiologia, institucionalizou o dia 14 de fevereiro como o “Dia Nacional do Doente Coronário”. Também por proposta da Fundação Portuguesa de Cardiologia este dia, desde 2020, está a ser comemorado em todo o espaço da Comunidade.

O Dia Nacional do Doente Coronário é para os que cá ficam. É para os familiares destes que já partiram. É para os amigos que cá ficaram. É que 80% das mortes antes dos 70 anos de idade que ocorram por doença cardíaca, podem ser evitadas.

Um homem com 55 anos, fumador, com uma tensão arterial ligeiramente elevada e um mau colesterol acima do recomendado, tem um risco cardiovascular de 20%.

Quer dizer que em 100 homens nas mesmas circunstâncias, 20 irão ter um evento cardiovascular que poderá ser fatal. No entanto se tiverem uma tensão arterial ideal (inferior a 120 de máxima), deixarem de fumar e tiverem um mau colesterol inferior a 100 mg/dL, passarão a ser apenas 4 em 100 a ter um evento cardiovascular.

Uma mulher nas mesmas circunstâncias, 55 anos, fumadora, com uma tensão arterial ligeiramente elevada e um mau colesterol acima do recomendado, tem um risco cardiovascular de 12%. Se deixar de fumar, se tiver uma tensão arterial inferior a 120 de máxima, e um mau colesterol inferior a 100 mg/dl, o risco passará de 12 em 100 para 3 em 100.

Todas as semanas joga no Euromilhões na esperança de ganhar. No entanto a probabilidade de acertar na chave vencedora é de 1 em 116 milhões e você não se esquece de meter o boletim.

Não se esqueça que a doença cardiovascular é não só a que mais mata, mas também a que mais incapacita.

A insuficiência cardíaca, as sequelas do AVC, ficam. A esperança de vida tem vindo a aumentar graças à capacidade interventiva dos profissionais de saúde. Há cada vez mais medicamentos e procedimentos cirúrgicos capazes de manter vivos os que, há alguns anos, inevitavelmente morriam. Temos um SNS com profissionais muito competentes, com serviços bem equipados, com equipas bem treinadas. Mas a incapacidade e a diminuição da qualidade de vida que a Doença Cardiovascular provoca irá acompanhar-nos para o resto das nossas vidas, por muitos mais anos que possamos viver.

É para os familiares e amigos dos que já partiram e que podiam ainda cá estar que existe o DIA NACIONAL DO DOENTE CORONÁRIO.