

Dia Mundial da Trombose: Compreender a Fisiopatologia e Prevenir o Risco Vascular

Ana Rita Piteira - ULS Arrábida - Núcleo de Estudos da Doença Vascular Pulmonar da SPMI

Assinala-se a 13 de outubro o Dia Mundial da Trombose, uma iniciativa global criada pela International Society on Thrombosis and Haemostasis (ISTH) destinada a promover a consciencialização sobre esta patologia. A data homenageia o nascimento de Rudolf Virchow, médico alemão, responsável por desenvolver o conceito de "trombose" e por promover avanços estruturais na compreensão desta doença, nomeadamente com a descrição da célebre Tríade de Virchow que justifica a formação de trombos pela conjugação de estase, lesão endotelial e estados de hipercoagulabilidade.

A trombose traduz-se na formação patológica de um trombo (coágulo) no interior dos vasos sanguíneos. Neste processo, o sangue forma uma massa sólida que resulta na obstrução do fluxo vascular.

A trombose é o mecanismo subjacente às principais causas de mortalidade global, nomeadamente Enfarte Agudo do Miocárdio, Acidente Vascular Cerebral e Tromboembolismo Venoso. As doenças associadas a trombose são responsáveis por 1 em cada 4 mortes a nível mundial. É importante, no entanto, compreender que trombose engloba um conjunto de doenças com características distintas, consoante o seu envolvimento na circulação arterial ou na circulação venosa.

Na trombose arterial, ocorre agregação de plaquetas a uma placa de ateroma previamente existente na parede arterial, associada a estados de colesterol elevado e inflamação local, num processo progressivo e silencioso, que pode ter um desfecho catastrófico ao culminar na oclusão da artéria. A este mecanismo fisiopatológico estão associadas doenças potencialmente fatais como a doença isquémica coronária ou o acidente vascular cerebral isquémico e os fatores de risco preveníveis incluem principalmente a hipertensão arterial, o tabagismo, hipercolesterolemia e hiperglicemia.

No Dia Mundial da Trombose, o foco está particularmente na trombose venosa, com o objetivo de aumentar o conhecimento e suspeição clínica entre os profissionais de saúde, assim como de consciencializar a população geral para a sua prevalência e características clínicas. A literacia em saúde sobre trombose

venosa promove a prevenção, identificação e tratamento adequado, visando reduzir a sua incidência e mortalidade global.

A formação de trombos na circulação venosa ocorre maioritariamente nas veias dos membros inferiores, e quanto maior o calibre do vaso, maior o seu impacto clínico. As principais manifestações clínicas são dor na região gemelar, rubor, calor e edema (inchaço) das pernas.

A manifestação potencialmente fatal da trombose venosa ocorre quando se soltam frações do trombo (êmbolos) que migram até à circulação pulmonar, causando um Tromboembolismo Pulmonar (TEP). A clínica de TEP caracteriza-se por sensação de falta de ar, dor no peito, palpitações, tosse com sangue ou perda de consciência.

A prevenção assenta na mitigação ativa dos fatores de risco. A imobilidade, potenciada por situações de doença aguda com necessidade de internamento, intervenções cirúrgicas ou traumatismo, tem um impacto determinante, por combinar a estase sanguínea e estados pró-inflamatórios, pilares da fisiopatologia da trombose. Do mesmo modo, a estase venosa secundária ao sedentarismo ou viagens de longo curso, aliada a fatores como obesidade, doença oncológica ativa, trombofilias e uso de terapias hormonais, exige uma avaliação médica rigorosa.

A profilaxia é basilar no combate à trombose. Medidas modificadoras do estilo de vida são fundamentais, como cessação tabágica, combate à obesidade, atividade física regular, controlo da tensão arterial e de níveis de colesterol e conhecimento e vigilância sobre riscos hormonais. E no meio hospitalar, ou quando clinicamente indicado, com medidas mecânicas (deambulação precoce e meias de compressão elástica) ou farmacológicas (anticoagulantes).

Estar alerta aos sinais e sintomas da trombose e promover ativamente a sua prevenção não é apenas uma preocupação para o dia 13 de outubro, mas um compromisso diário com a preservação da saúde cardiovascular e, em última instância, com a manutenção da vida.