

O *Continuum* Cardiovascular



Silas Ramos Furquim





O *Continuum* cardiovascular

"Eu fiz check-up completo uma semana antes de ter um infarto..."

Todos nós já tivemos a experiência de estar vivendo um dia normal e, ao ver o noticiário, seja na televisão ou celular, deparamo-nos com uma grande tragédia como o incêndio na boate em Santa Maria ou a ruptura da barragem em Brumadinho, por exemplo. Nos dias que seguem a tragédia, as investigações começam a apontar uma diversidade de fatores que foram negligenciados ao longo do tempo e que geraram a cascata de eventos que permitiu o acontecimento, e então começa a falar-se na consequência das pequenas falhas e na possibilidade de ter-se evitado a tragédia.

Em saúde, o termo "***continuum cardiovascular***" refere-se à cadeia de eventos que se inicia anos antes e termina com a doença cardíaca. Começa com o aparecimento de fatores de risco para





doenças cardiovasculares, como diabetes, hipertensão arterial, tabagismo, dislipidemia e sedentarismo ao longo da vida. Geralmente, esses fatores não causam sintomas, o que faz com que passem despercebidos por anos ou que não recebam a atenção necessária. Desta forma sorrateira, tais fatores podem levar à formação de placas de colesterol nas artérias que, novamente, num primeiro momento, não causam sintomas. Após mais um período, eis que em um belo dia surge o evento agudo, como um infarto do miocárdio.

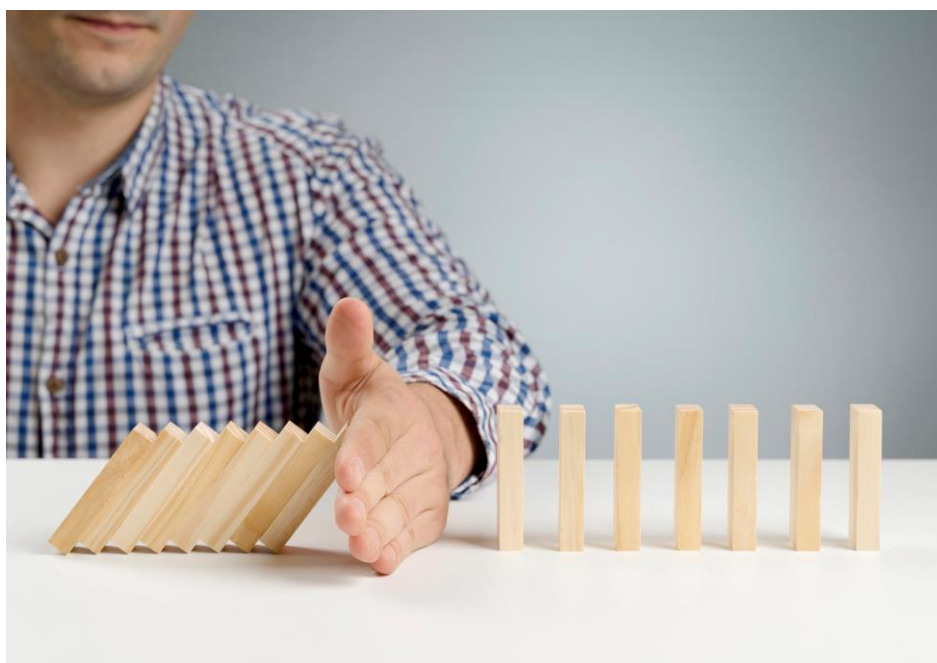




Notem que sempre esteve presente o termo “*com o passar dos anos*”, ou seja, as doenças cardiovasculares não costumam acontecer de uma hora para outra; a doença está se desenvolvendo silenciosamente ao longo de anos até o dia em que a pessoa tem o infarto. Fica então a impressão de que até algumas horas atrás ela estava saudável, não tinha problema algum.

A intervenção ou mudança nesta cadeia de eventos pode prevenir o desfecho indesejado. Daí vem o conceito de **prevenção**. Porém, o momento é importante: quanto mais precoce, melhor. Com certeza terá menos impacto controlar o colesterol uma semana antes de ter um infarto, após ter passado 30 anos com níveis elevados de LDL. Portanto, a avaliação precoce tem seu benefício na prevenção.



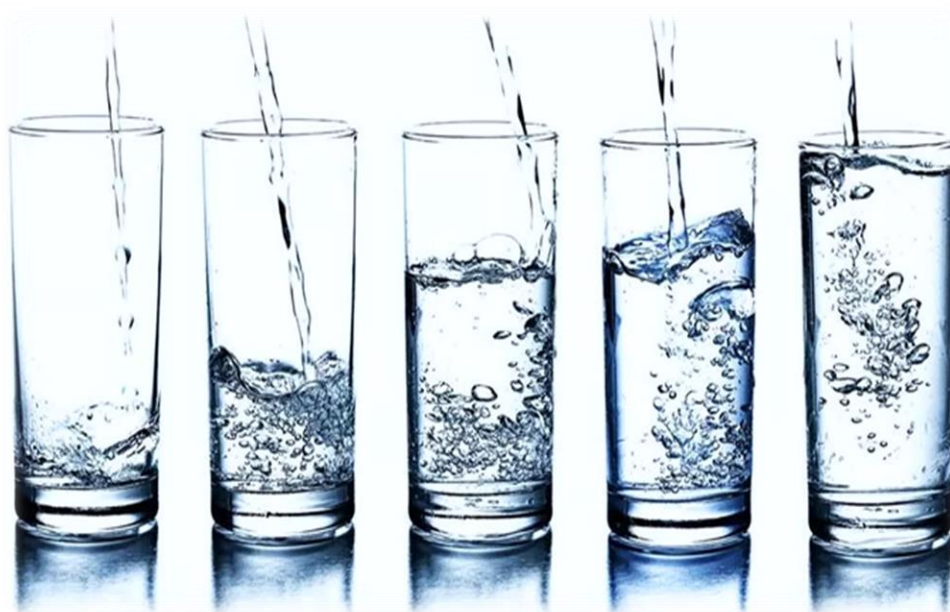


Não há consenso sobre a melhor idade para se iniciar a avaliação médica de rotina, porém a avaliação da pressão arterial já é recomendada a partir dos 18 anos. Nessa decisão de início do acompanhamento é importante avaliar a história familiar de doenças cardiovasculares e se já estão presentes fatores que aumentam o risco cardiovascular, como obesidade, tabagismo e sedentarismo. E, caso já exista alguma condição estabelecida como hipertensão ou dislipidemia, o controle rígido dessas doenças ganha muita importância.





Agora imagine uma barragem que contém a água de um rio. Você não consegue enxergar atrás da barreira, ou seja, não consegue saber o nível da água. Um belo dia, uma pequena chuva foi o suficiente para que a barragem transbordasse. Nesse caso, podemos imaginar que foi a gota d'água, que o nível da água estava tão alto que a adição de uma pequena quantidade de água foi o suficiente para transbordar. Existe um conceito semelhante no desenvolvimento das doenças, que é a soma de fatores. É como se fôssemos adicionando água nessa barragem ou em nosso copo d'água ao longo dos anos.





Alguns fatores são inatos e não-modificáveis, por exemplo, a genética e a raça; em maior ou menor grau, todos carregamos desde o nascimento. É como se algumas pessoas com tendência genética para certas doenças já tivessem uma grande quantidade de água nesse copo, mesmo que não tenham maus hábitos. Assim funciona também para fatores genéticos protetores. A idade também é outro fator de risco que não podemos modificar, quanto mais velhos, maiores as chances de termos alguma doença.

Porém nem todo paciente que tem hipertensão terá um infarto, nem todo paciente que controla rigidamente seus fatores está livre de passar por tais desagradados. A interação de todos esses fatores modificáveis e não-modificáveis, somados aos fatores externos, é que pode trazer informações sobre a probabilidade do desenvolvimento de doenças.





A medicina atual é a arte das probabilidades, calculando riscos, mas não dando certezas. Por isso a avaliação individualizada é tão importante. Ela vai abordar todos esses fatores e avaliar sua interação no ambiente em que a pessoa vive, com seus hábitos e realidade particular. É preciso individualizar a avaliação e o tratamento, focando em reduzir os fatores de risco modificáveis e otimizando os hábitos saudáveis. Para isso, podemos **usar a cascata de eventos a nosso favor.**

Assim como pequenas negligências podem levar a grandes desastres, o acúmulo de hábitos saudáveis pode ter impacto positivo na saúde a longo prazo.





Referências Bibliográficas

- Dzau VJ, *et al.* The cardiovascular disease continuum validated: clinical evidence of improved patient outcomes: part I: Pathophysiology and clinical trial evidence (risk factors through stable coronary artery disease). *Circulation*. 2006 Dec 19;114(25):2850-70. doi: 10.1161/CIRCULATIONAHA.106.655688. PMID: 17179034.
- Atualização da Diretriz de Prevenção Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia – 2019: Précoma DB, *et al.* Updated Cardiovascular Prevention Guideline of the Brazilian Society of Cardiology - 2019. *Arq Bras Cardiol*. 2019 Nov 4;113(4):787-891. doi: 10.5935/abc.20190204. Erratum in: *Arq Bras Cardiol*. 2021 Apr;116(4):855. doi: 10.36660/abc.20210278. PMID: 31691761; PMCID: PMC7020870.





Silas Ramos Furquim



Sobre o autor:

Silas Ramos Furquim é médico graduado pela Universidade São Francisco (USF), mestre em Ciências da Saúde pela Universidade São Francisco (USF), especialista em Clínica Médica pelo Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP (HC-FMUSP), cardiologista pelo Instituto do Coração (InCor) da Faculdade de Medicina da USP (FMUSP) e especialista em Transplante Cardíaco e Insuficiência Cardíaca Avançada pela mesma instituição, onde atualmente cursa o doutorado em Cardiologia.



Atendimento na **Clínica Furquim** em São José dos Campos ou por teleconsultas: www.clinicafurquimsjc.com.br





Ficha Técnica

Furquim, Silas Ramos

O continuum cardiovascular [livro eletrônico] /
Silas Ramos Furquim. -- São José dos Campos, SP :
Ed. do Autor, 2024.

PDF

Bibliografia.

ISBN 978-65-01-07741-3

1. Cardiologia - Diagnóstico e tratamento
 2. Cardiologia - Manuais, guias etc.
 3. Cardiologia - Obras de divulgação
 4. Doenças cardiovasculares - Fatores de risco
 5. Doenças cardiovasculares - Prevenção
 6. Infarto do miocárdio - Prevenção - Obras populares
- I. Título.

24-214725

CDD-616.105

NLM-WG-100

