

## **Viver com Insuficiência Cardíaca** <sup>[1]</sup>

### Esperança <sup>[2]</sup>

Mais de 26 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de insuficiência cardíaca (IC), um número que se estima continuará a aumentar.<sup>[1]</sup> Em Portugal estima-se que mais de 400.000 pessoas\* sofrem desta doença.<sup>[2]</sup>

A IC é uma situação clínica debilitante e potencialmente fatal, em que o coração não consegue bombear sangue suficiente para todo o corpo.

Os sintomas desta doença incluem dificuldade em respirar (dispneia), membros inferiores inchados e aumento de peso, devido à acumulação de líquidos, fadiga intensa, tosse ou pieira e náuseas.

Alfredo Portela Silva foi diagnosticado com Insuficiência Cardíaca depois de experienciar sintomas recorrentes como falta de ar. Hoje com 68 anos Alfredo reconhece que “desconhecia totalmente o que era a doença. Fiquei com muito medo”.

A insuficiência cardíaca é a principal causa de internamento hospitalar em pessoas com mais de 65 anos de idade.<sup>[3]</sup> Além disso, cerca de 1 em cada 3 pessoas confunde os sintomas da Insuficiência Cardíaca com os sintomas normais relacionados com o envelhecimento.<sup>[4]</sup> É por todos estes fatores que se torna urgente aumentar o reconhecimento e conhecimento público dos sintomas da IC e ajudar todos aqueles que vivem com esta condição a viver mais e melhor.

Não tive receio quando fui diagnosticado porque, na altura, não tinha noção da gravidade da doença.

**João Carlos Teixeira**, 54 anos

Sintomas como arritmias, cansaço e falta de ar deram o alerta a João Carlos Teixeira. “Tinha estes pequenos contratempos e sentia algumas dificuldades em subir escadas, pegar nos sacos das compras”. A situação agravou-se, João ficou sem apetite, perdeu 10 quilos em dois meses. Em 2009, os seus médicos sugeriram que fizesse um transplante cardíaco.

João vive hoje uma vida normal. “A doença levou-me a dar grande valor a pequenos pormenores, vejo as coisas noutra perspetiva”, partilha.

José António Ferreira Magalhães revela que não tem a certeza sobre há quanto tempo sofre de IC. “Há três anos tive um segundo enfarte. Agora apercebo-me que os sintomas que eu já apresentava antes do segundo enfarte já seriam parte de uma Insuficiência Cardíaca”.

A doença levou-me a dar grande valor a pequenos pormenores, vejo as coisas noutra perspetiva.

**João Carlos Teixeira**, 54 anos

A insuficiência cardíaca ocorre muitas vezes devido a lesão do músculo cardíaco, o que pode acontecer após um ataque cardíaco ou outra doença que afete o coração, ou devido a uma lesão continuada e mais gradual, como acontece na diabetes, hipertensão, doença arterial coronária, colesterol elevado, consumo excessivo de álcool ou abuso de drogas. Na maioria dos casos, a insuficiência cardíaca não tem uma única causa<sup>[5,6]</sup>.

## Referências

[1] Ambrosy AP et al. J Am Coll Cardiol 2014;63:1123–33. doi: 10.1016/j.jacc.2013.11.053

[2] Ceia F, et al. Eur J Heart Fail. 2002 Aug;4(4):531-9

[3] Healthcare Cost and Utilization Project 2009 (  
[http://www.hcup-us.ahrq.gov/reports/factsandfigures/2009/pdfs/FF\\_2009\\_ex...](http://www.hcup-us.ahrq.gov/reports/factsandfigures/2009/pdfs/FF_2009_ex...) [3])

[4] Remme WJ, et al. Public awareness of heart failure in Europe: first results from SHAPE, European Heart Journal 2005;26:2413-2421

[5] Harrison's 'Principles of Internal Medicine', Seventeenth Edition pages 1442 – 1455

[6] Mosterd A, Hoes, A, Clinical epidemiology of heart failure, Heart 2007;93:1137-1146

\*de acordo com a prevalência determinada pelo estudo EPICA aplicada à população censos 2011

---

**Source URL:** <https://www.novartis.pt/stories/esperanca/viver-com-insuficiencia-cardiaca>

## Links

[1] <https://www.novartis.pt/stories/esperanca/viver-com-insuficiencia-cardiaca>

[2] <https://www.novartis.pt/atualidade/esperanca>

[3] [http://www.hcup-us.ahrq.gov/reports/factsandfigures/2009/pdfs/FF\\_2009\\_exhibit2\\_4.pdf](http://www.hcup-us.ahrq.gov/reports/factsandfigures/2009/pdfs/FF_2009_exhibit2_4.pdf)