

## **DOR NO PEITO: SERÁ SÓ INDIGESTÃO - OU UM ATAQUE CARDÍACO?**

Chest pain: is it just indigestion - or a heart attack?

Os números de telefone aqui mencionados estavam correctos à data da publicação, mas não são continuamente actualizados. Talvez seja necessário verificar os números na lista telefónica.

## Dor no peito: será só indigestão - ou ataque cardíaco?

Chest pain: is it just indigestion - or a heart attack?

O João ia a caminho de casa depois de ter almoçado com uns amigos quando sentiu uma dor no meio do peito. De princípio pensou que era apenas indigestão, mas quando chegou finalmente a casa a dor tinha irradiado para ambos os braços, estava a transpirar e sentia-se a desmaiar.

“A minha mulher olhou para mim e quis chamar logo uma ambulância. Eu disse-lhe para não se preocupar - que ficaria melhor depois de descansar um pouco”, diz o João. “Mas ela insistiu em chamar a ambulância e 20 minutos depois já estava no hospital”.

A reacção rápida da esposa salvou a vida do João, com 45 anos nessa altura. A dor era sintoma de ataque cardíaco causado pela formação de um coágulo numa das artérias. O coágulo tinha obstruído a artéria, interrompendo a circulação de sangue para o coração. Mas ter chegado ao hospital tão rapidamente deu origem a que os médicos pudessem administrar uma droga especial para dissolver o coágulo, permitindo que o sangue circulasse de novo para o coração, o que evitou uma lesão cardíaca grave e deu ao João boas possibilidades de recuperação.

Como os ataques cardíacos são tão comuns - e os principais responsáveis pelos casos de óbito tanto em homens como em mulheres com menos de 70 anos - todos nós, sem excepções, devemos conhecer os seus sintomas. Quanto mais depressa a vítima chegar ao hospital para tratamento maiores serão as probabilidades de sobrevivência. Embora a maioria dos hospitais use a mesma droga que salvou a vida do João, desobstruindo as suas artérias, existe uma técnica ainda mais recente disponível nalguns hospitais principais. Em vez de ser usada uma droga, os médicos usam um instrumento especial que aumenta a artéria e permite de novo a circulação do sangue para o coração. Uma outra razão importante para chegar sem demora ao hospital é que, nalguns casos, o coração

pára de bater mas, com a ajuda de equipamento especial, é possível pô-lo novamente a bater usando choques eléctricos.

Os sintomas de ataque cardíaco variam muito, diz o professor Terry Campbell da Fundação Cardíaca Nacional. Frequentemente, tal como aconteceu no caso do João, a dor pode começar no peito e irradiar tanto para o braço esquerdo como para o direito - ou para ambos. Às vezes irradia também para a garganta, maxilares e mesmo para os dentes, ou ainda manifestar-se como uma sensação de que está a ser escavado um buraco nas costas. Alguns sobreviventes de ataques cardíacos sentiram em vez de dores como que uma sensação de pressão ou “aperto” no peito. Outros sintomas podem ainda incluir sentirmos má disposição, a desmaiar ou com tonturas, ansiedade, transpiração, vómitos ou náuseas, assim como palidez e a vítima ter aspecto de doente.

Como distinguir entre os sintomas de ataque cardíaco e os de simples indigestão? Tal como no caso de ataque de coração, a indigestão pode dar origem a uma sensação de dor acompanhada de ardor, mas não é provável que se espalhe a outras partes do corpo. Caso tenha dúvidas quanto aos sintomas não hesite e chame uma ambulância e diga que tem dores no peito, aconselha O Professor Campbell - principalmente quem não sofra normalmente de indigestão. Caso seja um falso alarme e não tenha sido um ataque cardíaco não se preocupe - o pessoal do hospital não se importa.

Além de ser importante conhecer os sintomas de um ataque cardíaco também é importante sabermos como preveni-los - não fumando, fazendo exercício regularmente, comendo bastantes cereais, legumes, hortaliças, fruta, evitando alimentos gordos, e mantendo a pressão arterial saudável, tudo isto contribui para reduzir o risco de doença cardíaca.

A próxima semana (2 a 8 de Maio) é a Semana do Coração (Heart Week).