

# Hipertensão ataca em silêncio 50% dos pacientes

Sem controle, os riscos para o cérebro, coração e rins aumentam muito

**RENATA MORAES**  
Mais de 50% das pessoas que sofrem de pressão alta desconhecem o problema até o momento em que o corpo falha, muitas vezes causando a morte. A hipertensão arterial primária é tão traiçoeira que os médicos americanos já lhe colocaram um apelido: *the silent killer* — o assassino silencioso.

Sofrer de hipertensão crônica significa viver como um carro que anda com o freio-de-mão puxado durante todo o tempo — ou seja, forçando o motor e todas as outras peças da máquina.

Ninguém ainda sabe a causa da hipertensão arterial primária, nome que distingue o problema surgido sem causa evidente da hipertensão como sintoma de algumas doenças, chamada secundária. As principais consequências da pressão alta primária ocorrem nos próprios vasos sanguíneos, em qualquer local do corpo, mas principalmente no cérebro, coração e rins.

**Esforço excessivo** — A hipertensão ocorre quando as artérias diminuem de calibre, obrigando o coração a fazer esforço demais para levar o sangue a todas as partes do corpo, explica Willie Oigman, presidente do departamento de hipertensão da Sociedade Brasileira de Cardiologia.

Esta redução do calibre dos vasos ocorre lentamente, de tal modo que os médicos não conseguem detectar quando um paciente está se encaminhando para um quadro grave. “Quem descobrir a origem da hipertensão primária ganha um prêmio Nobel”, diz Oigman, talvez sem exagero. Oigman conta que a produção científica sobre o problema é tão grande e envolve tantas especialidades que uma pessoa, sozinha, dificilmente teria capacidade de estudá-la inteiramente.

As primeiras observações sobre a hipertensão são muito antigas. Oigman conta que o mal já é citado no Tratado de Medicina Interna do Imperador Amarelo (China, ano 2400 antes de Cristo). Mas só mais recentemente — a partir da década de 50 — a hipertensão passa a ser tratada como problema de saúde pública, quando as companhias de seguro identificam que os hipertensos são mais propensos a desenvolver doenças cardiovasculares.

**Controle** — Mesmo desconhecendo as causas, os médicos sabem que alguns fatores interferem na prevalência da hipertensão. Entre os fatores controláveis estão o tabagismo e o consumo de bebida alcoólica; a taxa de colesterol; a diabetes; o estado físico e emocional (estresse) e o peso.

Um estudo, parte de pesquisa maior que vem sendo feita há mais de 30 anos em Framingham, no leste dos Estados Unidos, entre toda a população acima de 18 anos, mostrou que as chances de complicações nos hipertensos se agravam a cada fator que se soma (ver gráfico) no mesmo paciente.

Entre os fatores não controláveis estão: a hereditariedade — os filhos de hipertensos têm mais chances de desenvolver o mal; a raça — sabe-se que a hipertensão ocorre mais em pessoas de raça negra, cujas complicações são mais graves; o sexo — as mulheres são mais sujeitas, mas toleram o mal melhor do que os homens e sofrem menos as complicações; e a idade — quanto mais o tempo passa, piores são os prognósticos para um hipertenso.

Willie Oigman conta que a prevalência da pressão alta varia nas populações do mundo e pode ser diferente até de acordo com a região de um mesmo país. No Japão, por exemplo, a população do sul tem mais hipertensão do que a do norte — possivelmente por causa das diferenças nos hábitos alimentares. Um estudo mostrou que os índios ianomâmis que vivem ainda de acordo com sua cultura tradicional não têm pressão alta. Mas muitos indivíduos da mesma nação indígena que já estão aculturados sofrem do mal.

**Exame** — A pressão é verificada pelos aparelhos chamados esfigmomanômetros — que apesar do nome são bem conhecidos. A pressão é medida em milímetros de mercúrio. Quando o médico diz que o paciente está com, por exemplo, *pressão 14 X 9*, ele quer dizer que a máxima é de 140 mm de mercúrio e a mínima é de 90 mm de mercúrio. Uma vez detectada, deve ser monitorada até o fim da vida.

Mas, alerta Oigman, para evitar sobressaltos, é bom saber que uma pessoa só pode ser definida como hipertensa depois de no mínimo três verificações em situações distintas ou após usar um aparelho criado pela Nasa, que verifica a pressão durante 24 horas seguidas.

É que muitos pacientes ficam emocionalmente alterados quando vão ao médico. A tensão emocional pode elevar transitoriamente a pressão arterial. Por isso, se o médico verifica pressão alta uma vez, é preciso repetir o exame pelo menos duas vezes antes de decretar a existência do problema.

Além do esfigmomanômetro, também eletrocardiogramas, exames de fundo de olho e de alguns parâmetros do sangue e de urina podem revelar um hipertenso. Embora possa ser controlada sem muitas dificuldades, a hipertensão ainda não tem solução definitiva, explica Oigman. O controle pode e deve ser feito com remédios, dietas e com a mudança de hábitos de vida.

## As consequências para o organismo

