

TROMBOSE

QUEM FICA VÁRIAS HORAS SENTADA OU ESTÁ DE CAMA DEVE SE EXERCITAR PARA EVITAR O APARECIMENTO DE COÁGULOS NAS ARTÉRIAS

O QUE É

A formação de um coágulo, também chamado de trombo, dentro do vaso sanguíneo. Tal coágulo compromete ou interrompe a circulação sanguínea na região. Afeta veias e artérias. Nelas, o problema tende a complicar-se até a gangrena do órgão

TIPOS

A trombose pode ocorrer:

No cérebro

No coração

Nas pernas, atingindo veias e artérias

FATORES DE RISCO



Histórico familiar



Sedentarismo



Fumo



Obesidade



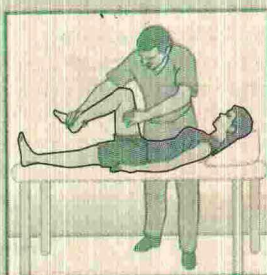
Uso de anticoncepcionais ou de reposição hormonal

GRUPOS DE RISCO

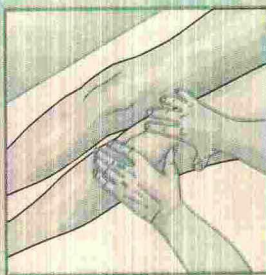
Casos de cirurgia e pós-parto

Como a pessoa fica acamada, a falta de movimentação propicia a formação de trombos

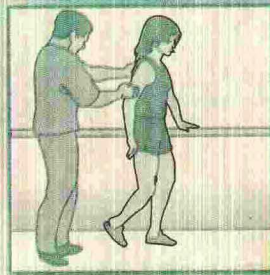
PREVENÇÃO



Movimentação passiva nas primeiras horas após a cirurgia

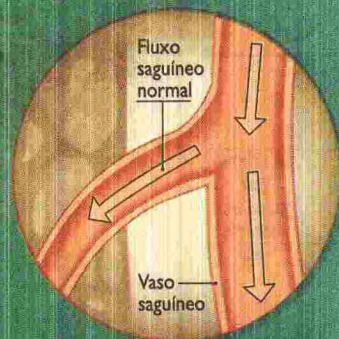


Um enfermeiro ou familiar pode massagear as pernas do paciente

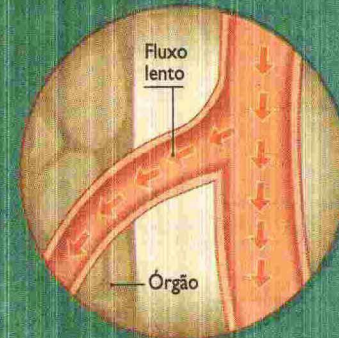


O paciente deve fazer caminhada assim que puder andar

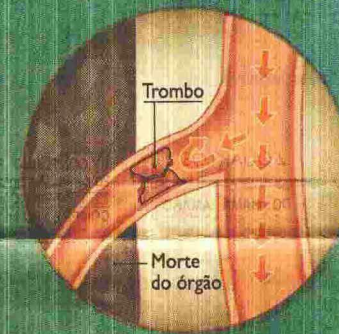
COMO SE FORMA O COÁGULO



A coagulação do sangue é um mecanismo natural do corpo para interromper uma hemorragia quando o sangue sai do vaso

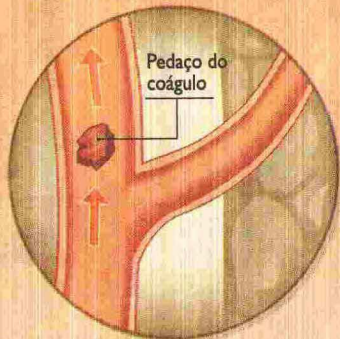


Devido a vários fatores de risco, a velocidade da circulação diminui e as plaquetas, células que compõem o sangue, começam a se agregar



Com a formação do trombo (coágulo), a circulação fica prejudicada, comprometendo os órgãos da região, que, sem receber oxigenação, podem gangrenar

COMPLICAÇÕES



Um pedaço do coágulo pode se soltar e cair na corrente sanguínea, num processo conhecido como embolia, com riscos de obstruir outros órgãos do corpo

Cibelle Colmanetti (Texto)
Rubens Paiva (Infografia)

Em meados de outubro, a assistente de vendas Emma Christoffersen, 28 anos, morreu em Londres depois de um voo de 20 horas vindo de Sydney, na Austrália.

O motivo: embolia pulmonar causada por uma trombose. Embora raríssimo, o acidente traz à tona os perigos da trombose, caracterizada pela coagulação do sangue dentro do próprio vaso sanguíneo.

O que ocorreu, no caso da inglesa Emma, foi uma das complicações mais graves da doença. O coágulo que se forma no vaso solta pequenos pedaços (êmbolos) que vão andando pelo corpo através da corrente sanguínea — a esse processo se dá o nome de embolia. Ao chegar ao pulmão, o coágulo obstrui a passagem do sangue, causando parada respiratória, cardíaca e morte. “A embolia é mais comum quando a trombose se dá nas veias profundas das pernas, a femoral, por exemplo”, afirma o angiologista e cirurgião vascular Paulo Horta. Um lugar onde a trombose é freqüente é a panturrilha.

Vários fatores de risco podem facilitar o aparecimento dos coágulos. Em um longo voo de avião, por exemplo, a pessoa passa muito tempo sentada, prejudicando a circulação venosa, que se torna mais lenta. Com a diminuição da velocidade, a coagulação intravascular é estimulada. É claro que, para isso, é necessário que a pessoa seja geneticamente predisposta ou já tenha alguma doença pré-existente. No caso da trombose em artéria, a velocidade não influi. A doença se manifesta quando há, por exemplo, inflamação do vaso.

Para Horta, a questão é ainda mais preocupante entre as pessoas que acabaram de sofrer uma cirurgia ou mães que deram à luz, pois, em ambas as situações, os pacientes ten-

dem a ficar acamados por um período prolongado. Aí também cai a velocidade da corrente sanguínea nas veias, aumentando as chances de o coágulo estagnar no vaso. A recomendação é simples. “Quanto mais cedo se movimentar o doente ou a mãe no pós-parto, menos serão os riscos”, aconselha Horta.

Obesidade, fumo, idade acima de 40 anos e o uso de anticoncepcionais e da reposição hormonal também são fatores de risco para o surgimento de trombose. Quando uma mulher fuma e toma pílulas, por exemplo, corre perigo. Isso porque o hormônio e as substâncias aspiradas no tabaco predispoem ao aumento da viscosidade (mais espessa e mais lenta) sanguínea. “Isso não significa que uma mulher não deva tomar hormônio, mas que procure a orientação de um médico gabaritado”, afirma Elias Bittar, vice-presidente da Sociedade Brasileira de Angiologia.

O tratamento consiste geralmente em medicamentos anticoagulantes e repouso. A cirurgia, segundo Horta, ainda é discutível na região das pernas. Mas, dependendo das áreas afetadas, pode ser indicada para a trombose cerebral e cardíaca. É bom lembrar que uma trombose venosa mal curada pode causar ulcerações, varizes, dificuldade de locomoção e inchaço permanente nos membros inferiores, aspecto semelhante ao quadro de elefantíase.

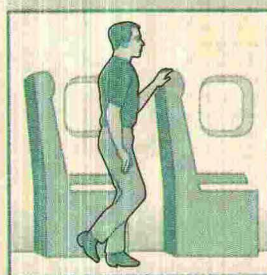
PAULO HORTA
Angiologista e cirurgião vascular
Tel.: 226-9922

ELIAS BITTAR
Cirurgião vascular
245-1966

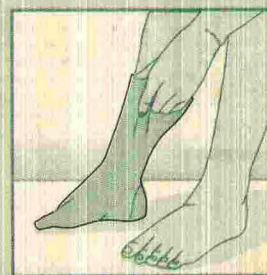
Pessoas que ficam sentadas por muito tempo

Aquelas que fazem longas viagens de avião ou de ônibus, que ficam sentadas por longo período sem se movimentar, podem ser mais suscetíveis à trombose

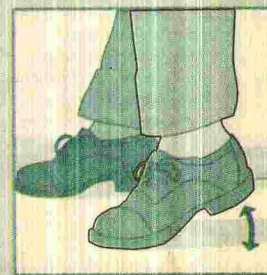
PREVENÇÃO



Caminhada pelos corredores



Uso de meia elástica (com compressão)

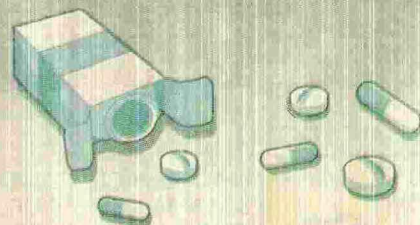


Exercícios — levantar e abaixar os calcanhares



TRATAMENTO

O tratamento é feito por um angiologista ou cirurgião vascular. Nas pernas, é mais indicado o repouso, aliado ao uso de medicamentos anticoagulantes



A cirurgia para a retirada do coágulo, nas pernas, ainda é discutível. No cérebro, a operação é indicada dependendo da área em que esteja o coágulo. No coração, a região afetada determina o uso de remédios ou cirurgia (desde cateterismo até colocação de ponte de safena)

