

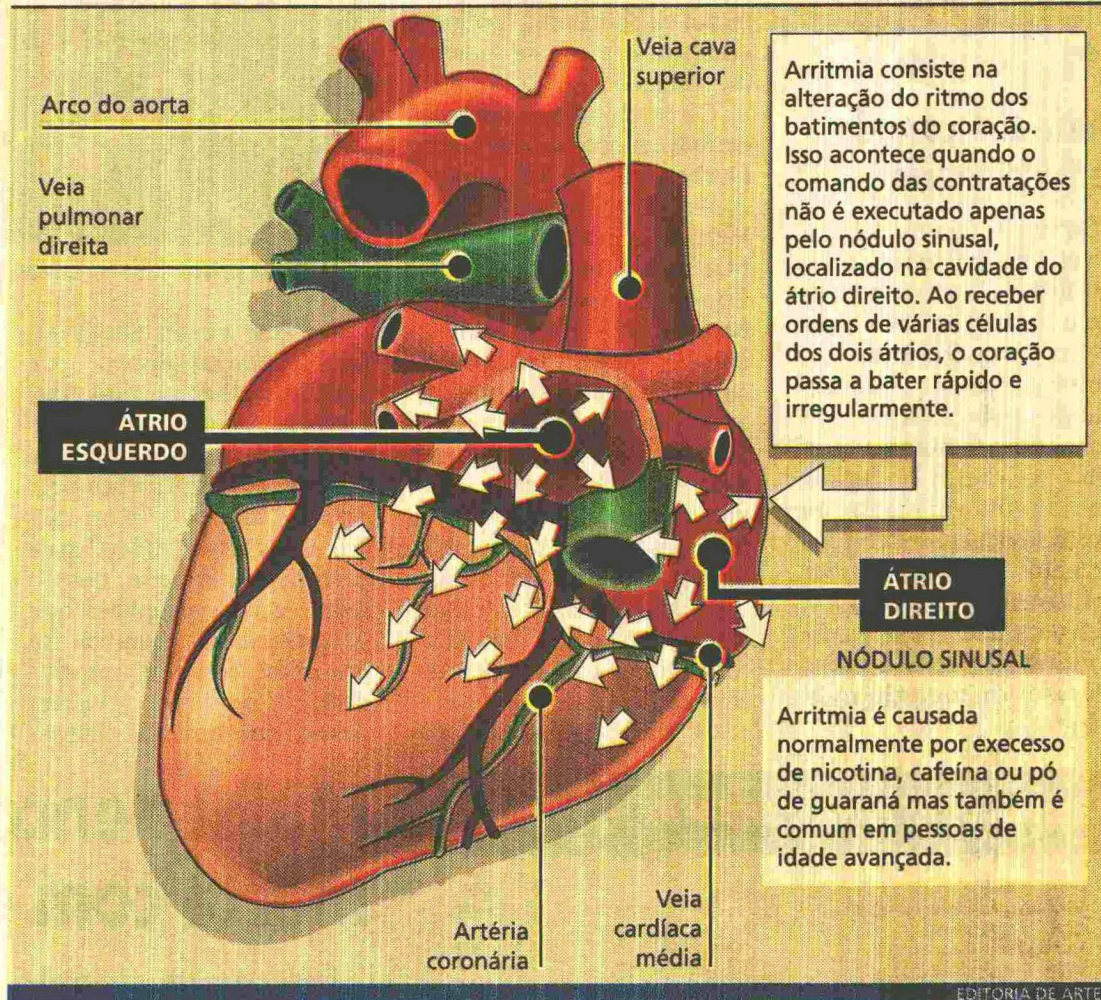
# Exames periódicos evitam problemas *saúde*

Visitar periodicamente um cardiologista pode ser a forma mais correta de evitar problemas cardíacos. Esta semana os brasileiros – em especial os torcedores do Flamengo – foram surpreendidos por uma repentina internação do técnico de futebol Mario Jorge Lobo Zagallo. Depois de ganhar um exame do plano de saúde, Zagallo foi internado por estar com arritmia cardíaca.

A arritmia é uma das anomalias mais frequentes no funcionamento do coração. Segundo especialistas, o coração é uma grande bomba, com duas cavidades ocas formadas por um músculo involuntário que ao contrair-se faz com que o sangue seja bombeado. Este movimento deve ser constante e contínuo para possibilitar que o coração possa levar o sangue de que todos os tecidos do corpo necessitam para funcionar corretamente.

Uma das duas câmaras do coração, a aurícula direita, contém um grupo de células chamadas de nódulo sinusal que atua como um marcapasso, produzindo impulsos elétricos que fazem com que o músculo do coração se contraia e relaxe a cada ciclo cardíaco. A frequência do ritmo cardíaco que determina tais impulsos elétricos depende da atividade, variando de 60 a 80 batidas por minuto (em descanso) a até

## O problema do treinador



EDITORIA DE ARTE

mais de 200 batidas (nos exercícios).

Quando a geração e a condução dos impulsos elétricos são irregulares ou defeituosas, são produzidas arritmias. As arritmias são batidas muito rápidas (taquicardia) ou muito lentas

(bradicardia). As causas da arritmia variam. Podem vir com um café, passando por alimentos e bebidas com cafeína abundante, o cigarro, o álcool, determinadas drogas ilegais, e alguns medicamentos. As crises podem ser desencadeadas pelo exercício

físico ou estresse emocional, embora frequentemente não seja encontrado um fator de desencadeamento. No caso de Zagallo, o fraco desempenho do Flamengo no Campeonato Brasileiro de Futebol pode ter sido a causa do problema.