



## INFORMAÇÃO DE AGENDA

### MAIO – Mês do Coração – Rastreio no Centro Comercial Dolce Vita Porto

## Ação de sensibilização para o Enfarte no Dolce Vita Porto

*Em Maio, Mês do Coração, a campanha “NÃO PERCA TEMPO. SALVE UMA VIDA – O ENFARTE NÃO PODE ESPERAR!” promove uma ação de sensibilização e rastreio à população, entre as 10h e as 13h, no próximo dia 26 de Maio no Centro Comercial Dolce Vita Porto.*

Esta iniciativa, em parceria com a marca Dolce Vita, tem como objetivo informar e sensibilizar a população para os principais **sinais e sintomas do Enfarte Agudo do Miocárdio (EAM)**, e a urgência de ligar de imediato 112, no âmbito da campanha da Associação Portuguesa de Intervenção Cardiovascular (APIC), membro da Sociedade Portuguesa de Cardiologia (SPC).

A campanha de sensibilização “NÃO PERCA TEMPO. SALVE UMA VIDA – O ENFARTE NÃO PODE ESPERAR!” pretende alertar a população para a importância de conhecer os sintomas, agir rapidamente, ligar 112, de forma a ser encaminhado para o hospital onde possa receber o tratamento mais adequado. O objetivo é reduzir a mortalidade por enfarte agudo do miocárdio (EAM), através do acesso dos doentes às terapêuticas mais adequadas, como é o caso da **angioplastia primária**.

*«Uma das principais barreiras ao tratamento do enfarte é o tempo que se perde desde que o doente apresenta os primeiros sintomas até receber o tratamento adequado. O doente deve ligar de imediato para o número de emergência, 112, para que receba de imediato o correto tratamento, e não deverá deslocar-se para o hospital pelos seus próprios meios», afirma o Dr. Hélder Pereira, Presidente da APIC e Director do Serviço de Cardiologia do Hospital Garcia de Orta. «Esta campanha pretende ajudar a população a reconhecer os sintomas de um enfarte, para que o tempo de resposta seja reduzido», conclui o especialista.*

Os **sinomas** mais comuns de um EAM são: **dor no peito**, por vezes com irradiação ao braço esquerdo, costas e pescoço; podendo ser acompanhada de **suores, náuseas, vômitos, falta de ar e ansiedade**. A população deve compreender a importância de ligar de imediato 112, de forma a garantir um rápido e correto tratamento para o EAM.

Algumas medidas simples que se podem implementar no dia-a-dia com excelentes resultados em termos de prevenção do EAM:

- Atividade física regular: no mínimo andar a pé 30 minutos por dia.
- Alimentação saudável: variada, com legumes, frutas, cereais completos, azeite e gorduras vegetais, peixe, carnes magras e com redução do sal.
- Não fumar.
- Vigilância: avaliação regular do peso, do perímetro abdominal, da tensão arterial; análises de colesterol e de glicemia (nas pessoas de maior risco). Consulta médica para controle dos valores elevados.

As ambulâncias do **INEM** estão equipadas com aparelhos que registam e monitorizam a atividade do coração. Este equipamento permite diagnosticar o enfarte e encaminhar o doente para o hospital mais indicado. O INEM comunica diretamente com o cardiologista de serviço no Hospital, para que tudo esteja preparado para quando o doente chegar.

O tratamento mais eficaz e com maior sucesso é a **angioplastia primária**, que consiste num procedimento médico para a abertura da obstrução de uma artéria do coração. Faz-se com a colocação de um cateter na artéria



obstruída, através do qual se introduz um balão que, quando insuflado, permite a abertura da artéria e restabelecimento do fluxo sanguíneo. Na maioria das vezes este procedimento é complementado com a colocação de um **stent**, dispositivo médico composto por uma pequena malha metálica que mantém o vaso aberto. É fundamental que este procedimento seja efetuado o mais cedo possível. Idealmente até 90 minutos após início dos sintomas.

### **Sobre a Campanha**

“NÃO PERCA TEMPO. SALVE UMA VIDA – O ENFARTE NÃO PODE ESPERAR!” faz parte da iniciativa “Stent for Life”, uma iniciativa conjunta da Associação Europeia de Intervenção Cardiovascular Percutânea (EAPCI), um núcleo da Sociedade Europeia de Cardiologia (ESC), e da EuroPCR. Esta iniciativa é apoiada por dez países europeus, incluindo a Bulgária, Portugal, Turquia, Espanha, Itália, França, Sérvia, Egito, Roménia e Grécia. Para mais informações visite o site nacional da campanha em [www.stentforlife.pt](http://www.stentforlife.pt)

**Para mais informações, contacte:** YoungNetwork | Tel.: +351 217 506 050  
Ana Tomás | Tlm.: +351 926 534 464 | [anatomas@youngnetwork.pt](mailto:anatomas@youngnetwork.pt)