

Com o coração partido

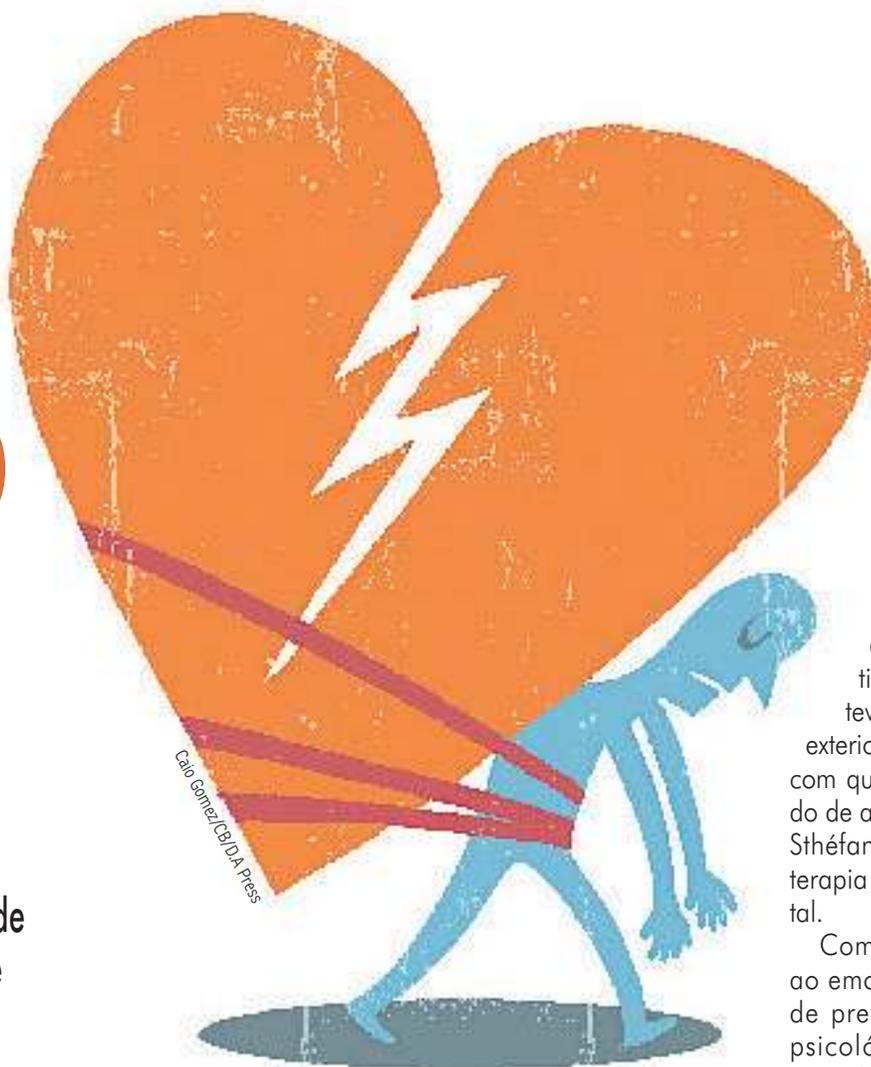
Forte estresse psicológico pode estimular o desenvolvimento da síndrome de Takotsubo, uma doença de fundo emocional que compromete, de fato, o funcionamento cardíaco

POR IANDARA PIMENTEL SANTANA*

Quem nunca ouviu — ou falou — a expressão “estou com o coração partido” ao término de um relacionamento ou após uma forte situação de estresse? Alguns desses episódios podem ir além do fator emocional e afetar a saúde física. A síndrome do coração partido é uma patologia que pode aparecer após eventos traumatizantes que afetam o funcionamento do coração. A morte de um familiar, o nervosismo causado pela rotina pesada de trabalho e a tensão física são exemplos de eventos causadores da doença.

“A causa primária para o desenvolvimento da síndrome é a presença de um estresse agudo, que pode ser psíquico ou uma doença aguda intensa”, explica Carlos Nascimento, coordenador da Cardiologia do Hospital Brasília Unidade Águas Claras. Esse estresse gera a liberação de substâncias, como a adrenalina, que causam mudanças na irrigação do músculo, afetando a contração normal do coração.

“Nessa alteração da contratilidade do coração, temos uma parte do órgão que contrai um pouco mais devagar, e uma outra contraindo bem mais rápido”, detalha o médico Thiago Germano, cardiologista do Hospital Anchieta de Brasília. Essa descarga de emoções pode causar sintomas pare-



lado. “O acúmulo de emoções que foram contidas na pessoa, que não teve estrutura suficiente para exteriorizar e elaborar, vai fazer com que o corpo entre em estado de alerta”, explica a psicóloga Sthéfani Alves, especialista em terapia cognitiva comportamental.

Como a doença está ligada ao emocional, uma das formas de prevenção é o tratamento psicológico e o investimento em melhor qualidade de vida.

cidos com os causados por infarto, por exemplo — dor no peito, falta de ar e cansaço. Além disso, tristeza profunda, sentimentos negativos e pensamentos suicidas são vistos em alguns pacientes.

A síndrome de Takotsubo, como também é chamada, pode afetar qualquer pessoa, independentemente de sexo, idade e etnia. Mas tem maior incidência em mulheres na pós-menopausa, por causa das alterações dos hormônios femininos, como a queda na produção de estrogênio.

No tratamento da síndrome, o médico visa dar suporte ao paciente, não existindo um medicação específica para a patologia. Porém, medicações para a dor e para diminuir o estresse do músculo podem ser usadas. Além disso, alguns pacientes precisam ser internados e ficam em observação, tendo seus sinais vitais acompanhados. Segundo Thiago Germano, em cerca de quatro semanas a condição é normalizada. Mas se não for tratada, pode piorar. “Pode evoluir de uma forma grave, e, por vezes, levar a óbito”, alerta o profissional.

Prevenção

O cuidado da saúde mental é importante para todos os âmbitos da vida, e a falta dele pode afetar a saúde física. Assim, o aparecimento de uma doença como a síndrome de Takotsubo não pode ser visto como algo iso-

A prática de exercícios físicos é um dos pilares básicos para evitar problemas de saúde como esse, além de uma alimentação equilibrada e o sono em dia.

O estresse exagerado, a causa da síndrome do coração partido, pode estar relacionado a dificuldades de lidar com as emoções e aos significados negativos que a pessoa atribui aos acontecimentos. Além disso, indivíduos com transtornos não tratados possuem mais chances de desenvolver problemas cardíacos, segundo a profissional.

Essa fragilidade no psicológico instiga a síndrome de Takotsubo, pela falta de recursos suficientes para lidar com as emoções. Ansiedade e depressão são alguns exemplos de transtornos que facilitam o aparecimento da patologia. “O acompanhamento psicológico permite desenvolver habilidades importantes para um bom gerenciamento emocional”, destaca Sthéfani.

Como é uma patologia que envolve muitas áreas do organismo, o cuidado integral do corpo e da mente faz-se necessário, tanto na questão da prevenção quanto no tratamento efetivo, para que o paciente não volte a ter a condição. “Importante lembrar que sem saúde mental não há saúde, e sem saúde não há vida”, lembra a psicóloga.

*Estagiária sob a supervisão