

» PALOMA OLIVETO

Pequenas flutuações na pressão arterial ao longo do dia são comuns e podem estar associadas, por exemplo, a momentos de estresse ou maior esforço físico. Porém, quando a oscilação mantém-se a longo prazo, o risco de acidente vascular cerebral (AVC) e mortalidade é elevado, segundo um estudo com dados de mais de 50 mil pessoas apresentado, ontem, na reunião anual da Associação Europeia para Estudo do Diabetes em Milão, na Itália.

Segundo os pesquisadores do Centro Médico da Universidade de Amsterdã, nos Países Baixos, quando o paciente também sofre de diabetes, o risco de morte por qualquer causa é ainda três vezes maior, em comparação com pessoas com níveis normais de açúcar no sangue e baixa variação da pressão arterial. “Ao contrário da pressão arterial média, a variabilidade da pressão arterial não é rotineiramente levada em consideração na avaliação da saúde. Esses resultados sugerem que ela poderia ajudar a identificar pacientes de alto risco que, de outra forma, poderiam passar despercebidos”, afirma Fariba Ahmadizar, que liderou o estudo.

Os pesquisadores usaram informações do UK Biobank, um banco de dados de saúde do Reino Unido. No começo do estudo, 50.744 participantes tinham níveis normais de açúcar no sangue, 5.397 foram diagnosticados com pré-diabetes — condição em que as taxas de glicemia estão altas, porém ainda não suficientes para caracterizar uma doença — e 1.470 faziam tratamento para diabetes tipo 2. Os pesquisadores avaliaram a variação da pressão arterial entre as consultas, levando em consideração o intervalo entre as medições. Os voluntários foram acompanhados por cinco anos em média. Durante o período, 319 desenvolveram demência, 571 sofreram um AVC e 1.460 morreram.

Medidas

Uma maior variabilidade em cada uma das quatro medidas de pressão arterial avaliadas — sistólica (máxima), diastólica (mínima), média e de pulso — foi relacionada a um risco maior de morte por qualquer causa. Essas associações permaneceram mesmo após o ajuste para outros fatores de risco, como glicemia. “Em outras palavras, a variação da pressão arterial entre as consultas foi associada a um risco maior de morte, mesmo após considerar a pressão arterial média”, explica Ahmadizar.

Cada aumento na variabilidade da pressão sistólica foi associado a um risco 11% maior de morte e de 10% de AVC. No caso da diastólica, os percentuais foram 8% e 12%, respectivamente. Os pesquisadores também examinaram os níveis de açúcar no sangue em combinação com a variabilidade da pressão arterial. Em comparação com os participantes com taxa de glicose normal e pouca oscilação na pressão, os pacientes de diabetes tipo 2 e flutuações mais altas tiveram um risco quase três vezes maior (2,8) de morrer durante o período de acompanhamento.

Já os participantes com pré-diabetes e alta variabilidade da pressão arterial sistólica tiveram uma probabilidade de morte 62% maior do que aqueles com níveis normais de açúcar no sangue e sem hipertensão. Por fim, os pesquisadores estimaram que o risco de morrer em 10 anos era de aproximadamente 1% entre os voluntários com glicemia adequada e baixa oscilação sistólica em comparação com aproximadamente 2,9% registrado entre aqueles com diabetes tipo 2 e alta variabilidade. Não foram encontradas associações estatisticamente significativas para demência.

ESPAÇO

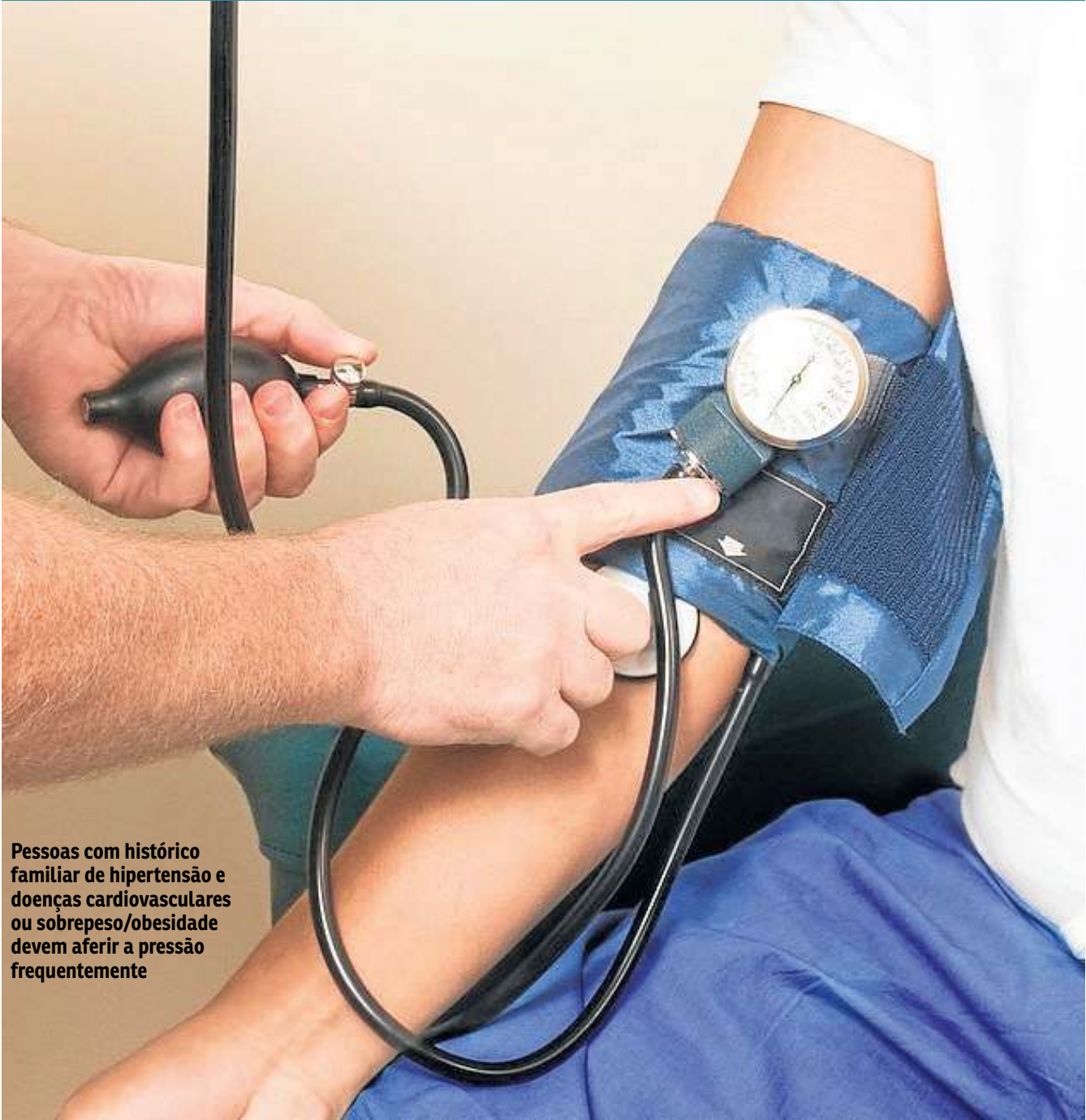
Foguete Starship orbita a Terra pela primeira vez

Projetado para futuras missões à Lua e a Marte, o megafoguete Starship, de Elon Musk, alcançou a órbita terrestre pela primeira vez, ontem, durante um voo de teste. Cerca de 25 minutos após decolar do Texas, o maior e mais potente veículo lançador até hoje começou a gravitar o planeta e a lançar satélites operacionais.

O gigante prateado e preto apresentou, no entanto, um problema em um dos motores. Por isso, a empresa encurtou o teste, inicialmente previsto para durar cerca de 10 horas. Em vez de dar seis voltas ao redor da Terra, a nave (estágio superior do foguete) completou apenas duas órbitas antes de descer de forma controlada e pousar na água de maneira um pouco brusca no Pacífico, três horas após o lançamento. O estágio inferior, que havia impulsionado o conjunto, caiu conforme o previsto nas águas do Golfo do México no início do voo.

Perigosas oscilações

Estudo mostra que variações de longo prazo na pressão arterial podem aumentar o risco de AVC e morte. Pacientes com diabetes 2 e grandes flutuações na aferição têm chance quase três vezes maior



Pessoas com histórico familiar de hipertensão e doenças cardiovasculares ou sobrepeso/obesidade devem aferir a pressão frequentemente

Acompanhamento

Para o cardiologista Donald Lloyd-Jones, professor de medicina preventiva na Universidade de Northwestern, nos Estados Unidos, o acompanhamento da variabilidade da pressão arterial pode ajudar a entender quem corre maior risco de morte súbita cardíaca, permitindo ações de prevenção. “A variabilidade da pressão arterial não se resume a números em um gráfico. Ela nos revela algo importante sobre um risco oculto que não conseguíamos quantificar antes. Para os milhões de pessoas que aferir sua pressão arterial, existe um incentivo para ir além dos números e tentar

manter a estabilidade”, diz.

Os mecanismos por trás das flutuações necessitam mais estudos, argumenta Wanpen Vongpatanasin, professora do Departamento de Medicina Interna do UT Southwestern Medical Center em Dallas, nos Estados Unidos. “É muito difícil dizer o que poderia explicar essa associação. Pode ser que a adesão à medicação não seja boa ou por questões de estilo de vida. “Se soubéssemos os mecanismos reais que causam as oscilações na pressão arterial, poderíamos ter ferramentas melhores para reduzir as consequências para o coração.”

Independentemente dos mecanismos que explicam as variações, o cardiologista

Vinícius Marques Rodrigues, do Orion Complex, em Goiânia, alerta sobre a necessidade de monitorar constantemente a pressão arterial, pois 50% dos pacientes são assintomáticos. “Aferir a pressão regularmente é, comprovadamente, a maneira mais eficaz de diagnosticar a doença cardiovascular antes que ela cause danos sérios à saúde. Pessoas acima de 20 anos devem medir a pressão ao menos uma vez por ano, isso pode ser feito durante o check-up anual com o médico, caso não apresentem fatores de risco. Para quem tem histórico familiar ou sobrepeso, essa frequência deve ser determinada por um médico cardiologista.”

RONALDO SCHEMIDT/AFP



Além do voo, a missão conseguiu lançar 26 satélites Starlink de nova geração

Três perguntas para

Luciano Carvalho/Divulgação



ERIKA CAMPANA, PRESIDENTE DO DEPARTAMENTO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA

O que significa ter uma pressão arterial variável entre consultas?

Apresentar uma variabilidade elevada significa que os valores tensionais do paciente oscilam significativamente de uma consulta para outra. O estudo demonstra que essa flutuação constitui um fator de risco independente, associado ao aumento da mortalidade por todas as causas e ao risco de acidente vascular cerebral. Isso significa que, mesmo quando a média da pressão arterial do paciente está dentro da faixa considerada adequada no intervalo, oscilações acentuadas entre as consultas continuam aumentando o risco de complicações e óbito.

Quais mecanismos poderiam explicar essa relação?

A variabilidade funciona ao mesmo tempo como marcador de instabilidade cardiovascular e, possivelmente, como agente de dano vascular e de órgão-alvo. Oscilações repetidas da pressão arterial aumentam as mudanças cíclicas de tensão e a força de atrito do fluxo sanguíneo nas células endoteliais (que formam o revestimento interno das câmaras cardíacas). Isso favorece disfunção endotelial, remodelamento vascular e aumento da rigidez arterial. Forma-se, ainda, um possível ciclo: artérias mais rígidas amortecem menos as oscilações de pressão, aumentando a própria variabilidade. Picos repetidos de hipertensão arterial são transmitidos para órgãos de alto fluxo e baixa resistência, especialmente cérebro e rins favorecendo as lesões a estes órgãos. Quedas excessivas de pressão também podem ser prejudiciais, sobretudo em pessoas com aterosclerose, rigidez arterial ou autorregulação comprometida.

O estudo mostra associação entre a alta variabilidade da pressão sistólica e mortalidade em pessoas com pré-diabetes ou diabetes tipo 2. O que isso significa para o acompanhamento desses pacientes?

Para a prática e o acompanhamento clínico, isso indica que monitorar apenas a glicemia ou apenas a pressão arterial média é insuficiente para estimar todo o risco do paciente. Pacientes pré-diabéticos e diabéticos com grande variação da pressão sistólica representam o grupo de mais alto risco, ressaltando que a estabilidade pressórica (manutenção da pressão arterial dentro de limites fisiológicos saudáveis e seguros) contínua entre as consultas é um marcador determinante. Isso significa que mais do que alcançar a meta de controle da pressão e da glicose, o que importa é a persistência do controle ao longo do tempo. **(PO)**