

# DOENÇAS CARDIOVASCULARES: FATORES DE RISCO E PREVENÇÃO



**Palavras chaves :** Doenças cardiovasculares, Coração, Doença.

CASTRO, C. A. O<sup>1</sup>; REIS, E. P<sup>1</sup>; SOUZA, G. O<sup>1</sup>; PEREIRA, M-G. E<sup>1</sup>; DINIZ, R. F<sup>1</sup>; MARTINS, T. R<sup>1</sup>; RAMOS, F. O<sup>2</sup>.

1 - Acadêmicos do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho, UNIFAGOC UBÁ-MG.

2 – Professor do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Governador Ozanam Coelho, UNIFAGOC UBÁ-MG



## INTRODUÇÃO

Segundo a OMS as doenças cardiovasculares (DCV) estão no topo da lista de causas de morte em todo o mundo. Em 2017, representou 31% das mortes no mundo (OMS, 2017).

No Brasil as doenças mais comuns são :

- . Doenças coronariana (doença isquêmica do coração);
- . Hipertensão arterial;
- . Acidente vascular encefálico (AVE).

Atualmente os fatores de risco para o desenvolvimento das DCV são classificados em não modificáveis e modificáveis. (BONOTTO, 2021)

## OBJETIVO

Informar sobre as doenças cardiovasculares com foco em fatores de risco, intervenção e implementação de ações preventivas.

## METODOLOGIA OU RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trata-se de um artigo de revisão acrescido de uma entrevista com uma cardiologista que será designada apenas com o codinome Doutora A.

## DESENVOLVIMENTO

Os fatores de riscos podem ser classificados em: modificáveis e não modificáveis, como a hereditariedade, idade e sexo. Alguns dos fatores de risco que podem gerar problemas cardíacos são: tabagismo, o fumo acelera a oxidação do colesterol favorecendo o acúmulo de placa de aterosclerose. O risco de um fumante ter uma morte súbita e desenvolver doenças cardiovasculares são de 2 a 4 vezes maiores (QUEIROZ, 2021). Obesidade, são as gorduras que alojam nos vasos sanguíneos aumentando o risco de entupimento das artérias e atrapalhando

funcionamento do coração. Sedentarismo, as consequências de uma vida sem atividade física resulta no comprometimento da circulação e do funcionamento do coração.

Hipertensão: com a pressão elevada o coração trabalha mais, isso gera a hipertrofia dos músculos cardíacos, que faz ocorrer o dilatamento e enfraquecimento do coração.

Exemplos de fatores de riscos imutáveis são os hereditários, pois filhos de pessoas com patologias cardiovasculares são mais predispostos a desenvolver doença cardiovasculares.

As doenças crônicas não transmissíveis, provocam alterações no dia a dia dos indivíduos portadores, e por isso são responsáveis por mudanças comportamentais.

A prevenção começa com o próprio paciente realizando exames preventivos periodicamente e incluindo hábitos de uma vida saudável.

## CONCLUSÃO

O artigo trouxe informações sobre a anatomia do coração, como o coração funciona, quais doenças são as mais comuns, a doença prevalece em qual gênero e em quais países são mais comuns. Um fator extremamente importante é o estilo de vida que junto a hereditariedade pode gerar agravamento da situação tornando essencial ter uma boa alimentação e a prática de exercícios físicos, assim passando informações de como se prevenir e tratar doenças cardiovasculares

## REFERÊNCIAS

- Organização Mundial da Saúde. *Enfermidades Cardiovasculares*, 2017. Acesso em: 20/10/2021
- BONOTTO, G. M.; MENDOZA-SASSI, R. A.; SUSIN, L. R. O. Conhecimento dos fatores de risco modificáveis para doença cardiovascular entre mulheres e seus fatores associados: um estudo de base populacional. *Ciência & Saúde Coletiva*, v.21, n.1. Acesso em: 20/10/2021