

Estudo PHISA: 25% dos Doentes Hipertensos Portugueses Continuam por Tratar

42,2% dos portugueses têm Hipertensão Arterial (HTA) e destes 74,9% estão medicados. Estes dados preliminares são do estudo "PHISA – Portuguese Hypertension and Salt Study", realizado pela Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH) em conjunto com a Universidade Fernando Pessoa. O estudo revela ainda que 42,6% das pessoas com HTA têm a doença controlada, ou seja, quatro vezes mais do que verificado no anterior estudo sobre hipertensão (HTA) realizado em 2003.

O estudo, apresentado no "7º Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global", que decorreu em Vilamoura de 28 de Fevereiro a 3 de Março passados, teve como objectivo actualizar os dados sobre a prevalência e grau de controlo da HTA no País e a relação destes dados com o consumo de sal dos portugueses. "Através deste estudo os especialistas da área cardiovascular vão ter acesso a resultados fidedignos e actuais sobre a prevalência da HTA, o consumo de sal e o nível de controlo da doença", explicou, na ocasião, o Dr. Fernando Pinto, Presidente-Eleito da SPH e Presidente da Comissão Organizadora do Congresso. Apesar da quantidade de sal recomendada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) se situar em 5,5g/dia, o estudo revelou que os portugueses ingerem actualmente 10,7 g por dia, ou seja, 5,2g a mais. O estudo para análise do consumo de sal é o maior estudo alguma vez realizado em todo o mundo, com mais de 3 mil análises de urina de 24 horas. Estes resultados preocupam os especialistas, pois há uma relação entre o consumo de sal e o aumento da HTA e consequentemente às comorbilidades associadas e à mortalidade por AVC e doença cardíaca. Por outro lado, há provas de que a redução do consumo de sal diminui proporcionalmente a mortalidade por AVC. Segundo o Prof. Luís Martins, cardiologista e um dos coordenadores deste estudo, esta redução de 1,3g/dia (relativamente ao resultado do estudo realizado em 2005 pelo Prof. Jorge Polónia) "apesar de pequena é uma redução significativa, dado que grande parte dos países levaram cerca de 20 anos a conseguir este tipo de evolução. Como é o

caso da Finlândia ou da Inglaterra". O Dr. Fernando Pinto, reforçou que "se a lei da redução do sal no pão que foi criada em 2007 fosse devidamente regulamentada e alargada a outros alimentos esta redução seria ainda maior. Outro aspecto fundamental e que poderia contribuir para este objectivo seria uma rotulagem compreensível dos alimentos relativamente à quantidade de sal que contêm, tal como acontece para as calorias ou o açúcar, com, por exemplo, um código de cores (tipo semáforo) de fácil interpretação para o risco associado à HTA." O Presidente-Eleito da SPH acrescentou ainda que "a Sociedade não defende medidas punitivas mas sim uma intervenção pela positiva, por exemplo, a redução da taxa de impostos dos alimentos com menor teor sal."

Quando comparados os dados deste estudo com o realizado em 2003 (Macedo ME e col. 2003, J Hypertens. 2005) é claro o aumento de conhecimento da doença, assim como a quantidade de doentes tratados e controlados. A percentagem de doentes em tratamento aumentou dos 38,9% para os 74,9%, da mesma forma que os doentes com a doença controlada quadruplicaram, passando dos 11,2% para os 42,6% (Figura 1).

Se se subdividir estes dados por faixas etárias verifica-se que contrariamente ao que seria suposto, a população com menos de 35 anos, ou seja, a população activa é a que menos sabe sobre a doença, a menos tratada e a que tem a doença menos controlada (Figura 2).

"De uma maneira geral, a partir dos 65 anos podemos apenas retardar a morte, entre os 35 e os 64 anos podemos regredir a doença e até aos

35 anos podemos prevenir", explica o Prof. Luís Martins.

Por outro lado, os portugueses na faixa etária com mais de 65 anos são os que mais conhecem, mais estão em tratamento e por consequência têm a doença melhor controlada. Sendo, no entanto, a faixa etária onde é mais prevalente e onde existem mais co-morbilidades, há ainda um longo caminho para fazer uma vez que a HTA aumenta com a idade.

Estratificando os resultados por regiões NUTS*, o Alentejo assume-se como a região com maior prevalência de HTA (49,8%) e o Porto e Norte com menor (39,1%) (Figura 3).

"Desde o estudo realizado há dez anos, melhorámos muito o grau de tratamento da HTA. Isto é, o número de pessoas hipertensas hoje medicadas e controladas é substancialmente maior (quase o dobro)", revela o Prof. Luís Martins. Os especialistas alertam também a população para a importância da adopção de estilos de vida saudáveis, principalmente as pessoas com HTA que devem incluir na sua rotina medidas como uma alimentação equilibrada, exercício físico regular, evitar o álcool e o tabaco, além do tratamento farmacológico. É também de salientar que mais de 50% dos doentes hipertensos não sofre apenas de HTA mas também das chamadas comorbilidades, ou seja, outras doenças adicionais que surgem associadas à HTA, que podem ser diabetes, dislipidemia, doenças coronárias, AVC, entre outra, e que agravam muito o risco do doente. Por esta

* NUTS – nomenclatura comum das unidades territoriais estatísticas.

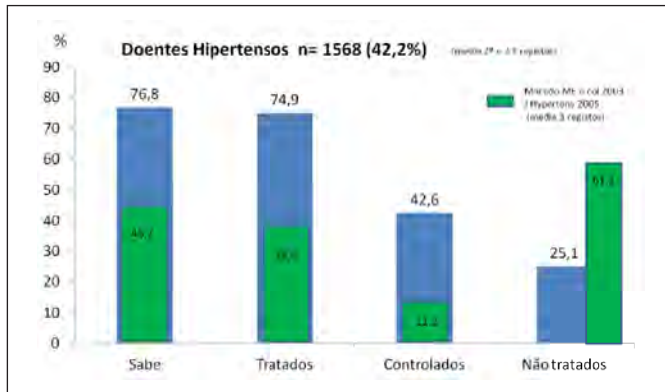


Figura 1

razão, são por norma doentes polimedicados que tomam múltiplos comprimidos diariamente.

“A título de exemplo, na diabetes o mais importante é manter controlada a HTA. Porque não se morre propriamente de diabetes, morre-se de complicações da HTA”, acrescentou o Prof. Luís Martins. De acordo com o Dr. Fernando Pinto, os principais objetivos deste estudo foram “em primeiro lugar, avaliar a pressão arterial, o tratamento e o grau de controlo. Outro dos aspetos inovadores foi a avaliação do consumo de sal e da sua correlação com a HTA, com uma dimensão de amostra nunca realizada a nível nacional ou mesmo internacional. A terceira inovação foi a análise dos padrões genéticos que podem estar relacionados com a HTA. Do nosso conhecimento, não há nenhum estudo no mundo que congregue estas três componentes. Além disso, foram avaliados os índices antropométricos, as comorbilidades, os hábitos de vida e ainda os antecedentes pessoais e familiares dos indivíduos recrutados, bem como a sua medicação anti-hipertensora.”

METODOLOGIA DO PHYSA

O estudo de prevalência foi realizado por uma empresa especializada e independente. A amostra foi constituída por 3720 pessoas, estratificadas por sexo, grupo etário e região, representativas da realidade nacional, conforme o último *Census*. O estudo incluiu medições múltiplas da pressão arterial por investigadores especificamente treinados, com aparelhos automáticos, tendo sido realizados três mais três registos efetuados em dois dias diferentes, com um intervalo de 15 dias. Foi feita a determinação do consumo de sal pelo doseamento de sódio na uri-

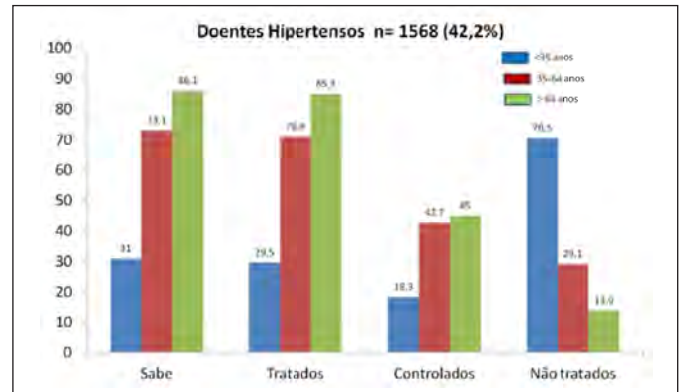


Figura 2

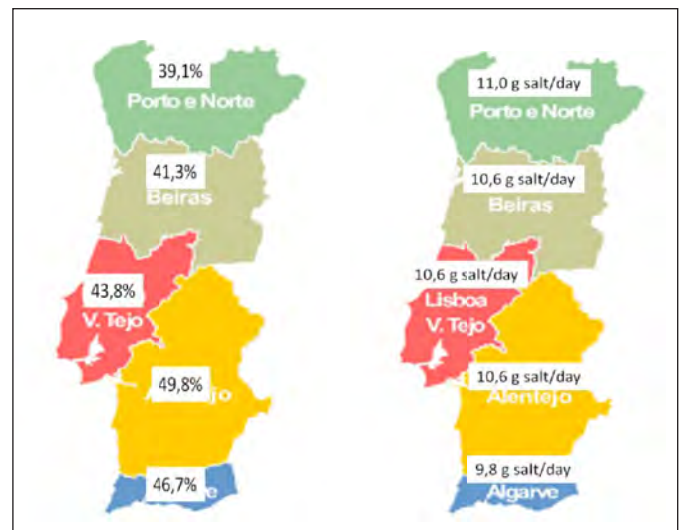


Figura 3

na de 24 horas (único método fidedigno para esta avaliação) com mais de 3000 amostras. Para além disso foi feita a caracterização de perfis genéticos através de testes de saliva. Todas as amostras são relativas a Portugal Continental. ■



Na página da “Anamnesis” no Facebook (procurar em: Anamnesis - Revista Médica), são partilhadas com regularidade notícias relevantes sobre Medicina (num sentido lato, abrangendo o Diagnóstico, a Clínica, a Terapêutica a Investigação Biomédica, a Medicina Comportamental, a Psicologia Médica, a Sociologia Médica, a Economia Médica e a Ecologia Médica) e Saúde (incluindo Sistemas e Políticas de Saúde, Saúde e Segurança, Saúde e Consumidores, Saúde e Ambiente, e Saúde na União Europeia).