

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jan 19, 2024

Insuficiência cardíaca

A insuficiência cardíaca é uma doença grave da qual pode ser assustador ouvir falar. Mas isso não significa que seu coração está prestes a parar de funcionar. Existem tratamentos que podem ajudar e as pessoas podem viver com insuficiência cardíaca por muitos anos.

O que é insuficiência cardíaca?

Insuficiência cardíaca significa que seu coração não está se enchendo de sangue adequadamente ou não está bombeando sangue pelo corpo tão bem quanto deveria. Isso geralmente acontece porque seu coração foi danificado por outra condição médica. Por exemplo, um ataque cardíaco pode causar danos ao coração e causar insuficiência cardíaca. Outros motivos podem ser hipertensão arterial, problemas nas válvulas do coração ou diabetes.

Existem **dois** tipos principais de insuficiência cardíaca.

- A insuficiência cardíaca com **fração de ejeção preservada** às vezes é conhecida como insuficiência cardíaca “diastólica”. É quando seu coração está muito rígido ou rígido e não consegue se encher de sangue adequadamente.
- A insuficiência cardíaca com **fração de ejeção reduzida** às vezes é conhecida como insuficiência cardíaca “sistólica”. É quando seu coração está fraco demais para bombear sangue pelo corpo da maneira que deveria.

Quais são os sintomas?

Um dos principais sintomas da insuficiência cardíaca é a falta de ar. É normal ficar sem fôlego após o exercício, mas se você tiver insuficiência cardíaca, poderá ficar sem fôlego fazendo coisas do dia a dia.

Você pode achar especialmente difícil respirar quando está deitado. Muitas pessoas com insuficiência cardíaca se apoiam com travesseiros à noite para ajudar com isso.

A insuficiência cardíaca também pode fazer você se sentir fraco e cansado. Isso ocorre porque seu coração não consegue bombear sangue suficiente para os músculos para fornecer a energia de que precisam.

Insuficiência cardíaca

A insuficiência cardíaca também faz com que seu corpo retenha muita água. Às vezes, essa água extra pode vazar para os pulmões e fazer você tossir catarro rosado e espumoso. Você pode descobrir que a água extra também deixa seus pés, pernas e tornozelos inchados e inchados.

Seu médico precisará examiná-lo cuidadosamente e fazer alguns testes antes de poder dizer com certeza que você tem insuficiência cardíaca. Normalmente, isso envolve exames de sangue, radiografia de tórax e exames específicos que analisarão o funcionamento do coração.

Quais tratamentos funcionam?

Existem vários tratamentos que podem ajudar se você tiver insuficiência cardíaca. Esses medicamentos visam:

- Mantenha seus sintomas sob controle
- Impedindo que sua condição piore
- Melhore a saúde do seu coração
- Reduza o risco de ir ao hospital e
- Ajude você a viver mais.

Uma das principais razões pelas quais as pessoas com insuficiência cardíaca acabam no hospital é porque elas param de tomar seus remédios. Mesmo que você não goste de tomá-los, não pare de tomá-los sem falar com seu médico.

Comer de forma saudável e fazer exercícios também podem ajudar se você tiver insuficiência cardíaca. Converse com seu médico para obter mais conselhos sobre como começar. Você também pode ler nosso folheto *Insuficiência cardíaca: como posso me ajudar?* para obter conselhos sobre autocuidado.

Medicamentos comuns para insuficiência cardíaca

Você provavelmente precisará tomar vários medicamentos juntos. Os medicamentos que você toma dependerão do tipo de insuficiência cardíaca que você tem.

- **Os diuréticos** ajudam seu corpo a se livrar da água extra. Isso reduz a quantidade de líquido nas veias e artérias, o que ajuda a baixar a pressão arterial. Pode ser necessário tomá-los por um tempo para ajudá-lo a se sentir menos sem fôlego e reduzir o inchaço nos pés e nas pernas.
- Os **antagonistas da aldosterona** são um tipo de diurético que também protege o coração de um hormônio que pode piorar a insuficiência cardíaca.
- **Os inibidores da ECA, sacubitril/valsartan e antagonistas do receptor da angiotensina II ampliam os vasos sanguíneos** o que alivia parte da tensão do coração.
- **Os betabloqueadores** funcionam diminuindo a velocidade do coração para que ele não precise de tanto oxigênio.

Insuficiência cardíaca

- Os **inibidores do co-transportador de sódio e glicose 2 (SGLT2)** são geralmente usados no tratamento do diabetes, mas também podem ajudar pacientes com insuficiência cardíaca. Pesquisas mostraram que eles têm alguns benefícios, incluindo a redução do risco de ir ao hospital por causa da insuficiência cardíaca.

Todos os medicamentos podem ter efeitos colaterais. Dependendo dos medicamentos prescritos pelo médico, você pode sentir tosse, tontura, cansaço ou náusea. Converse com seu médico se tiver sintomas que você acha que são causados por seus tratamentos. Você pode mudar para um tipo ou dose diferente.

Outros tratamentos

Se você estiver tomando seu tratamento e ainda tiver sintomas, consulte seu médico. Eles podem sugerir que você experimente medicamentos diferentes.

A cirurgia também pode ser usada para tratar a insuficiência cardíaca em alguns casos. Se os vasos sanguíneos do seu coração estiverem bloqueados ou danificados, a cirurgia pode ajudar a repará-los. A cirurgia também pode ajudar se a insuficiência cardíaca for causada por problemas nas válvulas cardíacas.

Para alguns pacientes, um **dispositivo implantável** pode ser recomendado. Se seu coração não bater na velocidade certa, ou se as diferentes partes do seu coração não baterem juntas, seu médico pode sugerir a inserção de um marcapasso no peito.

Ou você também pode ter um dispositivo inserido que pode fazer seu coração começar de novo se parar de bater. Isso é chamado de desfibrilador. Às vezes, os desfibriladores são combinados com marcapassos.

Se você tiver insuficiência cardíaca grave, você pode ser considerado para um **dispositivo de assistência ventricular esquerda** ou um **transplante cardíaco**. Um dispositivo de assistência ventricular esquerda ajuda o lado esquerdo do coração a bombear o sangue adequadamente. Seu médico lhe dará mais informações sobre isso se você chegar a esse estágio.

O que vai acontecer comigo?

Ouvir que você tem uma doença grave pode ser um grande choque. Você pode estar se perguntando como a insuficiência cardíaca afetará seu futuro ou temer que isso encurte sua vida.

É difícil dizer exatamente o que acontecerá com você. A insuficiência cardíaca é uma doença complicada e afeta as pessoas de forma diferente. Mas muitas pessoas com insuficiência cardíaca são tratadas com sucesso e vivem por muitos anos.

Se a insuficiência cardíaca piorar por algum tempo, talvez seja necessário ir ao hospital para tratamento e ser tratado. Você também pode precisar de tratamentos extras neste momento.

É provável que você se saia melhor se tentar se manter saudável e tomar seus medicamentos. Converse com seu médico sobre como manter um estilo de vida saudável.

Insuficiência cardíaca

Você também pode ler nosso folheto *Insuficiência cardíaca: como posso me ajudar?* para obter conselhos sobre autocuidado.

Em casos de insuficiência cardíaca grave, seu tratamento pode deixar de ajudar. Se você chegar a esse estágio, seu médico poderá falar com você sobre cuidados **paliativos**. Esse é um cuidado que deixa você o mais confortável possível quando você tem uma condição que não pode mais ser tratada.

Onde obter mais ajuda e suporte

A insuficiência cardíaca é uma doença grave e é importante obter toda a ajuda e apoio disponíveis. Muitas pessoas acham útil conversar com outras pessoas com insuficiência cardíaca. Você pode perguntar ao seu médico sobre grupos de apoio em sua área. Por exemplo, no Reino Unido, a British Heart Foundation (bhf.org.uk) mantém uma lista de todos os grupos de apoio cardíaco na Inglaterra e no País de Gales. Você também pode pesquisar on-line para obter mais informações.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

