

2014-05-07 19:45:49

<http://justnews.pt/noticias/dia-europeu-da-insuficiencia-cardiaca-assinalado-em-guimaraes>

## **Dia Europeu da Insuficiência Cardíaca assinalado em Guimarães**

Guimarães vai ser palco da luta contra a Insuficiência Cardíaca (IC). A propósito do Dia Europeu da Insuficiência Cardíaca, o Grupo de Estudo de Insuficiência Cardíaca, integrado na Sociedade Portuguesa de Cardiologia, vai promover, dia 9 de maio, uma aula de dança destinada a doentes com IC, a profissionais de saúde e à população em geral.

O evento pretende enfatizar a importância de um estilo de vida saudável, com exercício físico moderado e alimentação equilibrada, no tratamento e prevenção da IC que afeta mais de 4% da população acima dos 25 anos de idade.

Esta ação realiza-se pelas 17h00, no Largo da Oliveira, em Guimarães, sendo a participação livre e gratuita, sem necessidade de inscrição. Os interessados apenas deverão chegar meia hora antes para receberem os kits de participação.

Fazendo parte deste Grupo de Estudo da IC, a cardiologista do Centro Hospitalar do Alto Ave, Filipa Almeida, refere-se a este evento como uma oportunidade para promover o exercício físico, que é um dos conselhos para a prevenção das doenças cardíacas como a IC: "O objetivo é chamar a atenção para a doença e que a população possa fazer exercício físico, melhorando a sua condição física, a capacidade de esforço e, assim, de resistência à insuficiência cardíaca. A taxa de mortalidade desta doença é muito elevada, quando não tratada estamos a falar, aos dois anos, na ordem dos 40% e aos cinco anos na ordem dos 80%."

De acordo com Filipa Almeida, "Não só a mortalidade é elevada como também a morbilidade. É uma doença incapacitante, progressivamente debilitante e que na sua fase terminal é extremamente sintomática e muito difícil de tolerar. Inúmeros fármacos são eficazes, mas acima de tudo medidas simples são muito importantes, entre as quais esquemas dietéticos saudáveis e o exercício físico".

O Centro Hospitalar do Alto Ave tem uma consulta organizada de insuficiência cardíaca avançada, para os casos mais graves, que trata cerca de 150 doentes por ano. Ao nível do internamento, cerca de 70% dos doentes que dão entrada no Serviço de Cardiologia é devido à IC, com um número que ronda os 500 por ano.

### **Um Sábado com a Insuficiência Cardíaca**

No dia 10 de maio, também na cidade de Guimarães, o Grupo de Estudo de Insuficiência Cardíaca (GEIC) da Sociedade Portuguesa de Cardiologia organiza, no Hotel de Guimarães, a Reunião com a Medicina Geral e Familiar, sob o lema "Um Sábado com a Insuficiência Cardíaca".