

Recomendação /

Escolha não ser submetido a uma cirurgia eletiva sem conhecer o seu risco cardiovascular e como minimizá-lo.

Justificação /

A avaliação do risco cardiovascular no doente proposto para cirurgia tem por objetivo identificar a probabilidade de sofrer um evento cardíaco agudo (insuficiência cardíaca, enfarte do miocárdio ou paragem cardíaca) ou um acidente vascular cerebral (AVC) no período perioperatório. O risco cardiovascular deve ser partilhado pelo seu médico assistente, assim como a prevenção e/ou terapêutica e seus benefícios.

Existem recomendações universais para minimizar o risco de eventos cardiovasculares, nomeadamente:

1. Abstenção tabágica, no mínimo 4 semanas antes da data proposta para a realização da cirurgia;
2. Atividade física: 150 a 300 minutos semanais de exercício de intensidade moderada ou 75 a 150 minutos de intensidade elevada. Na impossibilidade de cumprir, manter a atividade mínima possível;
3. Dieta equilibrada, fazendo substituir as gorduras saturadas por não saturadas, diminuindo o teor em sal e açúcar, incluindo as frutas e legumes e restringindo o consumo de álcool (< 100 g por semana);
4. Controlo individualizado da hipertensão arterial, através de medidas higieno-dietéticas e eventualmente terapêutica farmacológica;
5. Controlo dos valores séricos do colesterol e triglicérideos;
6. Controlo metabólico da diabetes mellitus, com valor de HbA1c recente (últimos 3 meses).

—
A informação apresentada nesta recomendação tem um propósito informativo e não substitui uma consulta com um médico. Caso tenha alguma dúvida sobre o conteúdo desta recomendação e a sua aplicabilidade no seu caso particular, deve consultar o seu médico assistente.

Bibliografia /

- Sigrun Halvorsen, Julinda Mehilli, Salvatore Cassese, Trygve S Hall, Magdy Abdelhamid, Emanuele Barbato, Stefan De Hert, Ingrid de Laval, Tobias Geisler, Lynne Hinterbuchner, Borja Ibanez, Radosław Lenarczyk, Ulrich R Mansmann, Paul McGreavy, Christian Mueller, Claudio Muneretto, Alexander Niessner, Tatjana S Potpara, Arsen Ristić, L Elif Sade, Henrik Schirmer, Stefanie Schüpke, Henrik Sillesen, Helge Skulstad, Lucia Torracca, Oktay Tutarel, Peter Van Der Meer, Wojtek Wojakowski, Kai Zacharowski, ESC Scientific Document Group, 2022 ESC Guidelines on cardiovascular assessment and management of patients undergoing non-cardiac surgery: Developed by the task force for cardiovascular assessment and management of patients undergoing non-cardiac surgery of the European Society of Cardiology (ESC) Endorsed by the European Society of Anaesthesiology and Intensive Care (ESAIC), European Heart Journal, Volume 43, Issue 39, 14 October 2022, Pages 3826–3924, <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehac270>

Uma recomendação de:

Colégio da Especialidade de Anestesiologia da Ordem dos Médicos