

Um médico, um desfibrilador e... um anjo da guarda

Três horas antes que o vôo São Paulo-Washington da United Airlines pousasse, um americano safenado de 75 anos sentiu uma forte dor no peito, começou a suar e ficar tonto. O único médico a bordo era o presidente da SBC/Funcor, Álvaro Avezum, que, chamado, diagnosticou síndrome coronária aguda (provável infarto agudo do miocárdio) e pediu aos comissários a caixa de pronto-socorro de bordo.

“Tinha nitrato e eu dei ao paciente, o fiz deglutir uma aspirina, mas em vez de melhorar, houve piora da dor, havendo, entretanto, estabilidade hemodinâmica. O paciente referiu tonturas e em seguida perdeu a consciência, sem pulso palpável; ou seja, teve uma parada cardíaca ali, na minha mão”, conta ele, ainda emocionado, relatando o fato uma semana depois. A solução foi fazer massagem cardíaca, uns 10 segundos no máximo, até que chegou o desfibrilador, mostrando que o paciente apresentava fibrilação ventricular, sen-

do possível aplicar o choque.

“O paciente reagiu bem, voltou, começou a falar, o monitor do desfibrilador mostrou ritmo sinusal 80 bpm, pressão estável, tanto que quando o comandante me consultou, eu fiz os cálculos de tempo, decidi e a decisão era só minha, que era melhor evitar um pouso de emergência numa pista alternativa, mas sem recursos, e chegar a Washington, onde ele teria acesso rápido a um hospital terciário, para ser submetido a cinecoronariografia e provável intervenção coronária percutânea.”

Álvaro Avezum sabe que muitos cardiologistas já tiveram experiência semelhante, sentiram efetivamente em que momento salvavam uma vida, mas ele garante que é uma sensação única. “A mulher do americano, velhinha também, tão nervosa que vomitava sem parar, me perguntava o tempo inteiro se a gente ia perder o marido dela, se ele ia mesmo morrer, ou havia alguma esperança.”

E para o cardiologista, no momento de integração total com o paciente e a família, olhando nos olhos da velhinha, ele diz que nunca se sentiu tão médico como então, nunca acreditou tanto em destino, no anjo da guarda que o usou. “Olha, se fosse um profissional de outra especialidade, sem treinamento em emergências cardiovasculares que estivesse no avião, o final da história seria outro; eu senti a importância dos cursos de treinamento em emergências cardiovasculares, incluindo aqueles da SBC, e percebi a importância de lutar para que muitos e muitos brasileiros estejam preparados para atuar numa situação de emergência.”

“O avião desceu em Washington, finalmente, a ambulância estava esperando, os paramédicos subiram, o paciente me agradeceu mais uma vez, a tripulação era toda sorrisos e pronto, estava acabado.” E foi então que o médico empedernido, durão, experiente, se sen-

tiu extremamente leve e bateu uma vontade imensa de telefonar para a família, contando numa ligação rápida, do aeroporto mesmo, mas que fez as vezes de uma ação de graças por estarem todos bem, por estarem vivos, por ele ter tido a oportunidade de fazer alguém viver.

“É isso que é ser médico”, diria ele mais tarde, quando foi convidado a relatar o caso para os 90 médicos reunidos para um encontro do FDA, para o qual estava indo. E concluiu confessando que muitas vezes teve dúvidas sobre a obrigatoriedade da haver desfibrilador disponível em aviões, em shoppings, em estádios, em prédios de escritórios.

“Quando, porém, vi meu paciente deixar o avião vivo, consciente e orientado, quando senti a profundidade da gratidão nos olhos da esposa dele, foi então que eu tive minha resposta: existem situações bem definidas em que um desfibrilador deva estar disponível para que outras histórias também tenham final feliz.”

14

Holter
MAPA
ECGd
Loop

Equipamentos e Sistemas Avançados em Eletrocardiologia não-Invasiva e MAPA





2 anos de garantia







30 ANOS
DE LIBERAÇÃO TECNOLÓGICA







Tel.: (11) 3141-1010 Fax: (11) 3141-0370
 Av. Paulista, 509 1º andar www.cardios.com.br

Gorduras trans

As gorduras trans e seus efeitos nocivos à saúde têm sido alvo de estudos recentes, assim como da ação de regulamentação de rótulos pela FDA. Conheça aqui um pouco mais sobre essa nova vilã da dieta.

Durante muitos anos, a gordura saturada foi considerada a grande vilã das doenças cardiovasculares. Agora, o olhar vigilante dos profissionais da saúde e da Anvisa volta-se contra uma “prima dela”, cujos efeitos podem ser ainda piores: a gordura trans. É bem provável que você nunca tenha ouvido falar dela, mas você conhece a gordura trans?

O que são?

As gorduras trans são um tipo específico de gordura saturada formada por um processo de hidrogenação natural (ocorrido no rúmen de animais) ou industrial. Estão presentes principalmente nos alimentos industrializados. Os alimentos de origem animal como a carne e o leite possuem pequenas quantidades dessas gorduras.

Para que servem?

As gorduras trans formadas durante o processo de hidrogenação industrial que transforma óleos vegetais líquidos em gordura sólida à temperatura ambiente são utilizadas para melhorar a consistência dos alimentos e também aumentar a vida de prateleira de alguns produtos.

Fazem mal à saúde?

Sim, o consumo excessivo de alimentos ricos em gorduras trans pode causar:

- Aumento do colesterol total e do colesterol ruim: LDL-colesterol
- Redução dos níveis de colesterol bom: HDL-colesterol

É importante ressaltar que não há evidência disponível que mostre benefícios à saúde a partir do consumo de gorduras trans.

Quais são os alimentos ricos em gordura trans?

Os alimentos industrializados, como sorvetes, batata frita, salgadinhos de pacote, pastelarias, bolos, biscoitos, frituras, *fast food*, entre outros; bem como a gordura hidrogenada e margarinas mais duras, e os alimentos preparados com esses ingredientes.

Como controlar o consumo?

O hábito da leitura dos rótulos dos alimentos permite verificar quais alimentos são ou não ricos em gorduras trans. A partir disso, é possível fazer escolhas mais saudáveis, dando preferência àqueles que tenham menor teor dessas gorduras, ou que não as contenham. Assim, para saber se um alimento é rico em trans, basta olhar a quantidade por porção. É recomendado não consumir mais que 2 g por dia! Sendo assim, com a nova portaria da Anvisa e do FDA de que todos os alimentos contendo gordura trans (gordura vegetal hidrogenada) tragam essa informação no rótulo, nosso consumidor poderá escolher melhor o alimento para garantir uma dieta mais saudável.

Fonte: www.anvisa.gov.br/alimentos

Cláudia Stéfani Marcílio

Nutricionista do Comitê Selo Aprovação SBC/Funcor e Gerente de Pesquisa da Divisão de Pesquisa do Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia

Sobre o Selo de Aprovação SBC

Os produtos que possuem o Selo de Aprovação SBC são avaliados por um Comitê constituído por médicos e nutricionistas e devem ser isentos de gordura trans e atender aos critérios de gordura total e saturada, colesterol, sódio e fibras. O Selo de Aprovação SBC é a garantia da compra de produtos diferenciados desde a sua concepção e que auxiliam na prevenção de doenças cardiovasculares



Conheça mais sobre o Selo. Acesse o site: www.cardiol.br/selo