

Estudo confirma elevado risco cardiovascular da população

written by O Cidadão | 6 de Novembro, 2025



Além do nível de risco, o estudo permitiu ainda identificar disparidades significativas entre regiões do País: Portalegre registou o maior risco cardiovascular, enquanto Viana do Castelo apresentou os valores mais baixos, dados que reforçam a necessidade de abordagens regionais específicas. ***“Conhecer melhor a nossa realidade local pode mudar comportamentos – não só da população, mas também dos próprios médicos”***, defende Francisco Araújo, presidente da Sociedade Portuguesa de Aterosclerose e um dos autores desta investigação, que considera que a prevenção continua a ser a melhor estratégia.

Resultados que não surpreendem o especialista, ***“somos uma população cada vez mais envelhecida, e a idade é o principal marcador de risco cardiovascular”***, explica.

“A doença cardiovascular em Portugal tem múltiplos fatores de risco, mas seguramente o colesterol e a hipertensão são dois dos fatores principais. Uma consulta médica vai permitir avaliar o risco, permitir saber se há mudanças de estilo de vida que possam trazer benefício, se há medicação que precisa de ser introduzida do ponto de vista preventivo. Tudo isto pode diminuir de uma forma muito significativa a probabilidade de uma pessoa vir a ter um evento cardiovascular”, reforça o especialista.

Além dos ganhos em saúde, há também benefícios económicos nesta deteção precoce do risco. ***“Se nós estivermos a pensar que uma parte desta população, que tem alguma idade, tem um risco muito elevado de ter um evento, o custo pode ser imenso, decorrente da recuperação ou das sequelas, no caso, por exemplo, dos doentes com AVC. Ou seja, a prevenção tem ganhos significativos e nós temos que apostar todos nesse tipo de prevenção.”***

Conduzido pela Tonic Easy Medical, com a orientação científica de **Cristina Gavina** e **Francisco Araújo**, este estudo financiado pela Servier Portugal e publicado na revista *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, procurou traçar o perfil de risco cardiovascular em quatro países de risco baixo (França e Espanha) e moderado (Itália e Portugal) com recurso a uma aplicação digital que se destina a avaliar o risco cardiovascular em pessoas aparentemente saudáveis com base em vários parâmetros.

Uma ferramenta que, segundo o especialista, ajuda a combater uma tendência comum: a subestimação do risco. ***“Somos péssimos a fazer cálculos do risco. Já realizámos estudos em Portugal onde pedimos às pessoas para se autoavaliarem, e há uma clara tendência para minimizar o perigo”,*** alerta Francisco Araújo.

Os especialistas envolvidos neste trabalho recomendam, por isso, que **se intensifique o rastreio** e se desenvolvam estratégias de prevenção personalizadas, sendo o papel dos

médicos de clínica geral considerado essencial, uma vez que são estes os profissionais mais envolvidos na gestão do risco cardiovascular dentro dos sistemas nacionais de saúde.

OC/AJS