



**EVITE  
UM AVC,  
CHECK SEU  
PULSO**



# POR QUE DEVO CHECAR O PULSO?

Você deve checar seu pulso pois através desse método tão simples é possível identificar uma frequência ou ritmo cardíaco anormal que sinaliza alguma alteração cardíaca e se investigado precocemente poderá evitar inúmeras complicações, uma delas o **AVC**.

Qual a diferença entre frequência cardíaca e ritmo cardíaco?



Ambos podem ser verificados em seu pulso radial, o deve ser avaliado **durante 1 minuto**.



Uma frequência cardíaca normal em repouso pode estar entre **60-100 batimentos por/minuto**.



O ritmo é definido como **regular ou irregular**.



No entanto, existem situações que poderão alterar a frequência e o ritmo cardíaco, por exemplo: **Idade, cafeína, atividade física, estresse, ansiedade e doenças cardíacas**.

# FIBRILAÇÃO ATRIAL

Vamos falar sobre a fibrilação atrial (FA), uma alteração no ritmo cardíaco que, na maioria das vezes, é silenciosa e pode causar complicações graves, como o AVC.

- Essa arritmia cardíaca aumenta substancialmente com a idade.
- É um problema no ritmo cardíaco que faz com que as duas pequenas câmaras superiores do coração (átrios) percam o sincronismo e, dessa forma, não esvaziem completamente e levem à formação de pequenos coágulos.
- Pode afetar pessoas de todas as idades e seu risco aumenta com o passar dos anos.

## Principais sinais e sintomas da fibrilação atrial:



**Palpitações (sensação de que o coração batendo forte e rápido dentro do peito);**



**Fraqueza ou cansaço;**



**Falta de ar;**



**Dor ou aperto no peito;**



**Tontura ou vertigem / zonzeira;**



**Desmaios.**

## Como diagnosticar a fibrilação atrial?



Palpando o pulso radial o próprio indivíduo e o profissional de saúde poderão identificar uma arritmia.



Na suspeita de alguma alteração, deve-se procurar atendimento na Unidade Básica de Saúde, para prosseguir a investigação.



Após avaliação médica, alguns exames poderão auxiliar no diagnóstico. São eles:

- Um eletrocardiograma (ECG), para registrar a atividade elétrica do coração, medir a frequência e regularidade dos batimentos cardíacos;
- Uma monitorização com Holter, o qual consiste em um monitor portátil que a pessoa usa durante 24 horas ou mais, a fim de detectar essa arritmia.

# ENTENDENDO A RELAÇÃO ENTRE A FIBRILAÇÃO ATRIAL E O AVC

Quando você tem fibrilação atrial (FA), o sangue do átrio pode formar coágulos.

Esses coágulos, então, podem ser transportados para o cérebro, causando um AVC isquêmico, ou seja, a oclusão de um vaso cerebral. Com tratamento preventivo adequado, esse problema pode ser evitado. Estudos mostram que o AVC causado por fibrilação atrial é mais grave e deixa o paciente incapacitado para suas atividades de vida diária.

## PREVENÇÃO DO AVC ISQUÊMICO

Para prevenir a formação de coágulos é utilizada uma medicação chamada anticoagulante.

Os anticoagulantes diminuem a capacidade de coagulação sanguínea; dessa forma, evitam que coágulos se formem e, então, se desloquem a outras partes do corpo.

## ANTICOAGULAÇÃO

Os anticoagulantes apresentam-se de várias formas. Na maioria das vezes são utilizados comprimidos, por via oral. Em casos específicos poderão ser prescritos na forma injetável.

Assim, uma vez que a anticoagulação oral seja indicada pelo médico, esse tratamento será contínuo.

REALIZAÇÃO:



Saiba mais  
sobre ABAVC!



[www.abavc.org.br](http://www.abavc.org.br)



[/abrasilavc](https://www.facebook.com/abrasilavc)



[/abavcoficial](https://www.instagram.com/abavcoficial)