



PASTORAL DA CRIANÇA

Para que todas as crianças tenham vida e a tenham em abundância (Jo 10,10)

Entrevista com Regina Reinaldin – Hipertensão (pressão alta) e colesterol na infância

A hipertensão arterial, também chamada de pressão alta, é uma doença perigosa. Muitas vezes, quando os sintomas aparecem, já está instalada há muito tempo e comprometeu o funcionamento de vários órgãos. A má alimentação e o sedentarismo são as principais causas desse problema que afeta milhões de pessoas.

E essa doença não é exclusiva de adultos. Uma estimativa da Sociedade Brasileira de Cardiologia revela que mais de 3,5 milhões de crianças e adolescentes sofrem de pressão alta no Brasil. A enfermeira da coordenação nacional da Pastoral da Criança, Regina Reinaldin, esclarece algumas dúvidas sobre a pressão alta na infância. E abaixo, há mais informações sobre o colesterol.



O que é hipertensão arterial ou pressão alta?

É o aumento da contração das paredes das artérias para impulsionar o sangue para todo o corpo. Esse aumento continuado acaba forçando o coração, os rins, o cérebro e as próprias artérias – podendo causar muitas doenças.

Criança pode ter pressão alta?

Infelizmente, hoje temos muitas crianças e adolescentes com a pressão alta. A explicação, na maior parte das vezes, está ligada ao estilo de vida que as crianças têm hoje em dia. Isso engloba os maus hábitos alimentares, o sedentarismo. Tudo isso vai levar à obesidade e às suas consequências, entre elas: a pressão alta.

A pressão alta também pode aparecer por herança, ou seja, pela história da família?

Sim. Entre filhos de pais hipertensos, é maior a possibilidade de desenvolver a pressão alta no futuro. Nas crianças, os principais fatores de risco para elevar a pressão, além da história familiar, são: sedentarismo, obesidade, colesterol alto e alimentação errada. E, também, o alto consumo de sódio, que está no sal. Já entre os adolescentes e jovens, também contribuem os hábitos de fumar, a ingestão de álcool e de drogas, o uso de anticoncepcionais orais e de anabolizantes.

Mais de 50% da população hipertensa não sabe que tem pressão alta. Com isso, pode estar correndo sério risco de morte. O que que essas pessoas deveriam fazer?

Em primeiro lugar, devem fazer os exames preventivos, pelo menos uma vez por ano. Com as crianças, por exemplo, se a mãe percebe que, na rotina com o pediatra, ele não mede a pressão: ela deve pedir para ele fazer isso. Além de monitorar a pressão arterial da criança, têm exames que podem colaborar para a descoberta de doenças relacionadas à hipertensão.

Há alguns sintomas que podem fazer a mãe desconfiar que seu filho está desenvolvendo pressão alta?

A família deve ficar alerta e medir a pressão regularmente quando: a criança apresentar dor de cabeça, cansaço, tonturas, sangramento pelo nariz, dificuldade de visão e, principalmente, se ela estiver acima do peso.

Quais são os riscos para uma criança que tem pressão alta, no momento atual e no futuro, quando ela for adulta?

Uma criança ou adolescente hipertenso poderá ter lesões nos chamados “órgãos alvos”: cérebro, coração e rins. Isso traz consequências muito sérias, como: acidente vascular cerebral, insuficiência cardíaca e até, a necessidade de uma hemodiálise por perda das funções renais.

Durante a consulta, o que os médicos podem fazer para prevenir a hipertensão nas crianças?

Eles devem medir a pressão da criança a partir dos três anos. Eles podem pedir exames de laboratório simples, como: exames de urina, dosagem sanguínea de ureia, creatinina e potássio – para ver se os rins estão trabalhando bem. Além de exames de glicose, colesterol, ácido úrico e eletrocardiograma.

E qual é o papel dos pais na prevenção da pressão alta nas crianças?

Os pais têm toda responsabilidade. Devem criar os bons hábitos nas crianças, aumentar as atividades físicas. A criança precisa ter um estilo de vida ativo: fazer uma atividade esportiva, ficar menos horas vendo televisão ou no computador, diminuir a ingestão de alimentos com gorduras saturadas. É muito importante ter em casa sempre uma comida saudável.

O SUS oferece tratamento para hipertensão infantil?

Sim. O SUS garante as consultas e o tratamento de quem foi diagnosticado com a pressão alta. O paciente encontra os medicamentos necessários nas farmácias básicas das Unidades de Saúde, nas unidades próprias da Farmácia Popular ou nas drogarias conveniadas do programa "Aqui tem Farmácia Popular". Dessa forma, o acesso ao medicamento está garantido e o sucesso do tratamento só depende do paciente e de sua família.

Regina, tem mais alguma orientação que você gostaria de acrescentar?

Resumindo: se a criança precisa de tratamento, só o médico pode prescrever o medicamento correto. A criança vai precisar de um constante acompanhamento médico. Deve fazer um controle de peso; uma alimentação equilibrada, com pouco sal; e fazer atividades físicas.

Esta entrevista é parte do Programa de Rádio Viva a Vida da Pastoral da Criança.
Programa de Rádio 1248 - 31/08/2015 – Hipertensão (pressão alta) e colesterol na infância