
QUAIS OS ÓRGÃOS MAIS AFETADOS PELA HIPERTENSÃO ARTERIAL?



CONSEQUÊNCIAS DE UMA TENSÃO ARTERIAL NÃO CONTROLADA.

Por Dr^a. Susana Pereira
Nefrologia da Casa de Saúde da Boavista

A hipertensão arterial, ou tensão arterial alta, é uma doença crónica que atinge cerca de 42% da população adulta portuguesa e constitui um dos principais fatores de risco cardiovascular. O consumo excessivo de sal na dieta ocidental é o principal responsável pelo aparecimento da Hipertensão e, por outro lado, dificulta o seu controlo.

Quais as consequências de uma Tensão Arterial não controlada

A Tensão Arterial Alta pode afetar os vasos de vários órgãos, nomeadamente o cérebro, coração, olhos, circulação dos membros inferiores e rim. O Acidente Vascular Cerebral e o Enfarte Agudo do Miocárdio são as complicações mais frequentes. Quando atinge o rim, origina microalbuminúria e/ou aumento da creatinina no sangue. Chamamos a estes casos Doença Renal Crónica (DRC). A progressão da DRC pode levar à necessidade de hemodiálise. A HTA é a segunda causa mais frequente para início de diálise.

Qual o papel do rim na Hipertensão Arterial

O rim tem múltiplas funções, para além da filtração de substâncias e resíduos do nosso metabolismo. Regula a homeostasia do potássio, fósforo e de outros eletrólitos e minerais, controla a eliminação da água, produz eritropoietina, que é essencial para não haver anemia, participa na formação de vitamina D, entre muitas outras funções. Ao regular a eliminação de sal e de água, contribui para o controlo da pressão arterial. Este mecanismo depende da quantidade de sal que ingerimos diariamente. Assim, se ingerirmos uma quantidade excessiva de sal, o rim tem uma resposta máxima de eliminação e gera ou agrava a Hipertensão Arterial.

Como medir a quantidade de sal que se ingere diariamente.

O seu médico pode medir esta quantidade numa colheita de urina de 24 horas.



CÉREBRO

- › Derrame cerebral
- › Demência



OLHOS

- › Cegueira



CORAÇÃO

- › Enfarte
- › Insuficiência cardíaca



RINS

- › Insuficiência renal



ARTÉRIAS

- › Entupimento arterial

Como pode saber se tem atingimento renal provocado pela Hipertensão Arterial?

Um exame simples de urina, análises ao sangue, que incluem creatina e ureia, e uma ecografia renal, são suficientes para fazer o diagnóstico.

A Doença Renal Crônica pode ter como sintomas a Hipertensão Arterial.

Mais de 90% dos doentes com Doença Renal Crônica têm Hipertensão Arterial. Apesar de as doenças renais serem silenciosas, ou seja, serem detetadas apenas em análises, a hipertensão arterial, em muitos casos, é a primeira manifestação de problemas renais. Daí, ser obrigatório em todos os casos de tensão arterial elevada fazer os exames atrás enunciados: medir creatinina e ureia no sangue, ter um exame de urina e realizar ecografia renal.

A medicação e as medidas não-farmacológicas são diferentes quando tenho Doença Renal Crônica e Hipertensão Arterial?

Geralmente, a Hipertensão Arterial na doença renal é mais difícil de controlar, porque o principal regulador do sal no organismo, o rim, está afetado e este mecanismo falha. Por esse motivo, são necessários vários anti hipertensores e uma restrição de sal ainda maior no plano alimentar. Outros fatores de risco cardiovascular devem ser modificados e controlados, como a diabetes, o tabagismo, o excesso de peso/obesidade e a dislipidemia. Estes, quando associados à HTA, aumentam o risco de complicações noutros órgãos e agravam a Doença Renal Crônica.

