



DRA. ANA CAROLINA LUCIO PEREIRA

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA
CRM/SP 121675 - RQE 35255
TEGO 031-09

- Graduada na Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM);
- Residência na Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM).

Hipertensão Arterial requer atenção redobrada na gravidez

Mulheres com menos de 20 anos e mais de 35 anos estão mais aptas a adquirir a doença.

A hipertensão é a complicação que mais preocupa as mulheres durante a gravidez e acomete, em média, de 5 a 10% das gestações brasileiras. Também é responsável por uma importante taxa de morbimortalidade perinatal e materna. A médica ginecologista e obstetra, Dra. Ana Carolina L. Pereira, alerta: “gestantes com menos de 20 anos e com mais de 35 anos possuem mais predisposição para o quadro e, por isso, o cuidado com a saúde deve ser redobrado”.

O aumento da pressão arterial também pode atingir mulheres que não tinham esse tipo de problema antes da gravidez. Foi o caso de Rosemeire Duarte, Taubaté, que logo no início da gestação foi diagnosticada com uma possível predisposição para a doença e precisou tomar alguns cuidados. “Estava com sobrepeso e, apesar de planejada, a gravidez aconteceu bem antes do esperado”, relata. “Tive que entrar com medicação e controle da alimentação, mas, confesso que não me políci direito quanto aos alimentos. Foi necessário muito repouso e, mesmo assim, minha filha, hoje com 5 anos, acabou nascendo um pouco antes da hora, por conta do risco”, ressalta Rosemeire.

A Dra. Ana Carolina alerta que, em casos como esse, a hipertensão geralmente se deve às alterações em vasos da placenta, provocadas por

prováveis alterações do sistema imune da gestante. “O diagnóstico precoce é essencial, bem como aferições constantes do nível pressórico e controle do ginecologista”, afirma a médica. Ela ressalta ainda que os medicamentos de controle não prejudicam a saúde do bebê. “Pelo contrário, o tratamento adequado visa melhorar a condição clínica da mãe e evita complicações, como restrições no crescimento do feto, deslocamento da placenta, antecipação do parto e até o óbito fetal”.

Manter uma rotina com qualidade de vida, prática de exercícios físicos e uma alimentação equilibrada são alguns dos fatores que podem evitar o desenvolvimento da doença. “É importante também que a grávida restrinja ao máximo o consumo de sódio, presente principalmente em alimentos industrializados”, reforça a médica. “Muita gente nem imagina, mas o sódio está presente também nos doces e até em refrigerantes zero açúcar”, relembra a doutora.

Para as mulheres que já estão planejando engravidar, um alerta: “fiquem atentas a sintomas como dor de cabeça, visão turva, dificuldade para respirar, dores e inchaços, que devem ser relatados ao médico nas consultas de pré-natal”, finaliza a Dra. Ana Carolina.



Dados

Até 2025, o número de hipertensos nos países em desenvolvimento, como o Brasil, deverá crescer 80%

(Fonte: Sociedade Brasileira de Hipertensão - SBH).

Ainda, segundo estimativa do MS, considerando estudos por região e estados, 32,5% da população maior de 18 anos sofre com a doença.

(Fonte: PMSJC).

