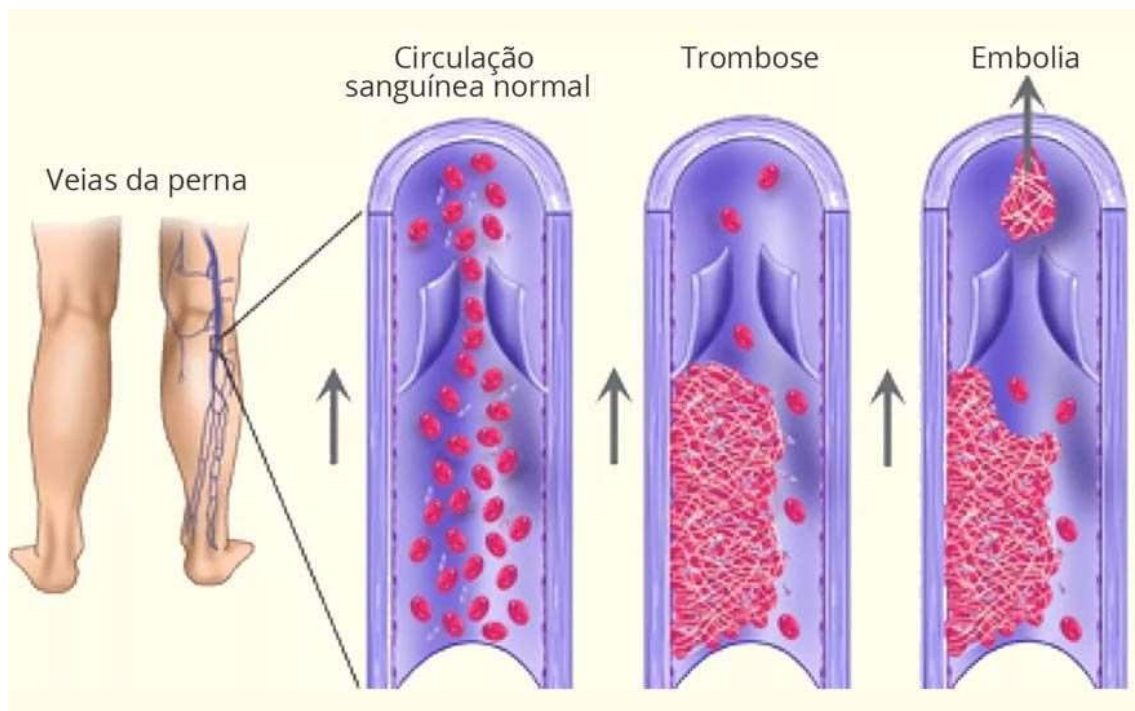


TROMBOEMBOLISMO VENOSO

O tromboembolismo venoso (ou TEV) é um termo que abrange a trombose venosa profunda e a embolia pulmonar.

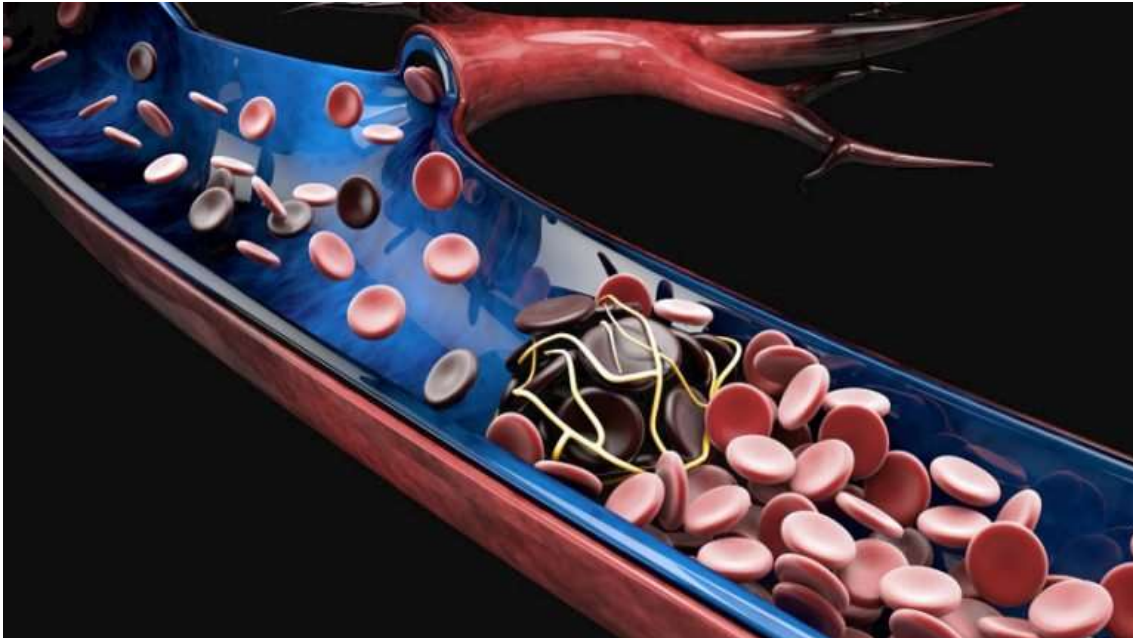
Quando um coágulo sanguíneo bloqueia uma veia, algo que ocorre mais frequentemente nas veias profundas das pernas, denomina-se de **trombose venosa profunda (ou TVP)**. Parte do coágulo sanguíneo de uma TVP pode ainda separar-se e deslocar-se até aos pulmões causando uma **embolia pulmonar (ou EP)**. A EP é mais grave do que a TVP e pode ser fatal caso não seja imediatamente diagnosticada e tratada. Caso a TVP não seja tratada, o risco de ocorrer uma EP aumenta.



Trombose venosa profunda

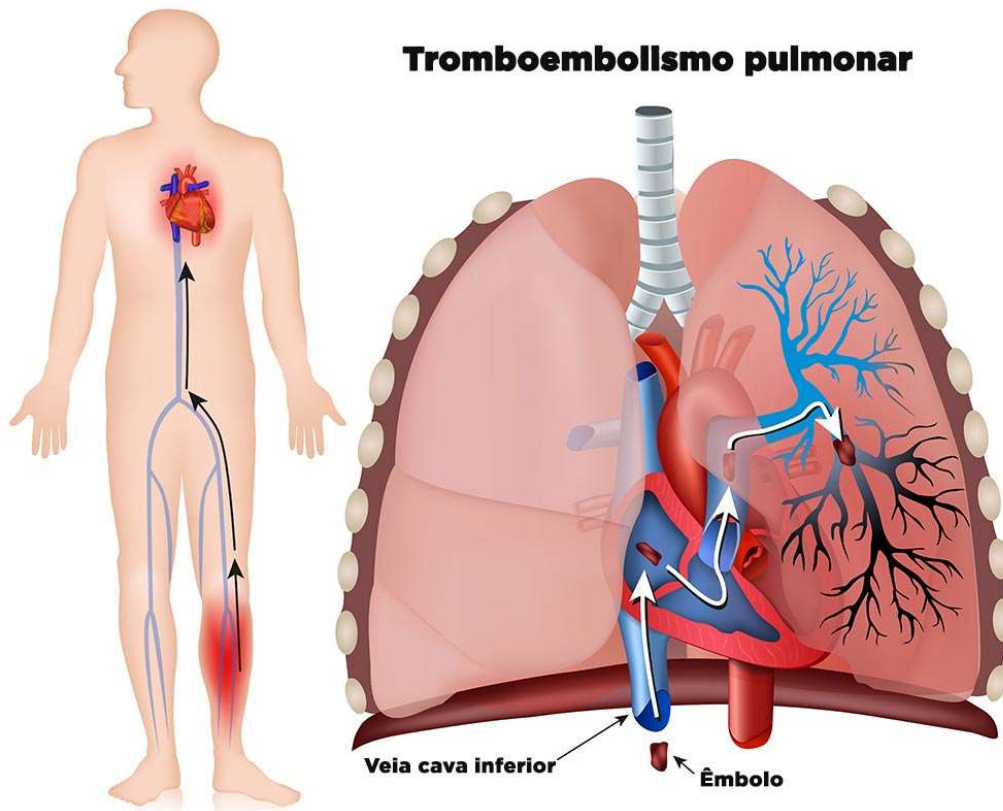
A trombose venosa profunda (ou TVP) ocorre quando um coágulo sanguíneo (ou trombo) se forma numa veia profunda do corpo, normalmente na parte inferior da perna, na coxa ou na região pélvica.

O coágulo interrompe ou restringe o fluxo sanguíneo normal da veia levando à acumulação de sangue a montante do coágulo.



Embolia Pulmonar

Uma embolia pulmonar (ou EP) ocorre quando um vaso sanguíneo nos pulmões é bloqueado por um coágulo sanguíneo ou parte de um coágulo (êmbolo) que se tenha separado de uma TVP e se desloque ao longo da corrente sanguínea para os pulmões. Caso seja de grande dimensão, o coágulo pode restringir o fluxo de sangue para os pulmões e causar dificuldades respiratórias.



O que causa um tromboembolismo venoso?

Algumas situações aumentam o risco de TEV, como por exemplo lesões resultantes de traumatismo ou cirurgia, níveis elevados de estrogénio e o tabagismo.

A trombose venosa profunda (TVP) é geralmente causada por uma combinação de complicações de saúde ou de situações que aumentam o risco de TVP tais como:

- **Fluxo sanguíneo lento devido a falta de mobilidade resultante de:**

- Doença grave

- Hospitalização

- Estar acamado de forma prolongada (mais de 3 dias)

- Viagens longas (que impliquem estar sentado consecutivamente durante mais de 4 horas)

- Estilo de vida sedentário

- **Tendência do sangue para coagular mais facilmente devido a:**

- Problemas hereditários

- Aumento dos níveis de estrogénio

- Gravidez e até 6 semanas após o parto

- Terapêutica hormonal de substituição e contraceção oral

- **Lesões ou inflamação**

Grande cirurgia ou lesão recente (nos últimos 3 meses)

Determinadas doenças crónicas

Doença cardíaca, pulmonar ou renal

Cancro e respetivos tratamentos

- **Outros factores:**

Antecedentes de problemas de coagulação ou TVP/EP prévia

Antecedentes familiares de TVP/EP

Idade > 40 anos

Tabagismo

Excesso de peso ou obesidade

Quais os sinais e sintomas da TVP?

Em alguns casos podem não existir sintomas.

Os sinais e sintomas mais frequentes de uma trombose venosa profunda (TVP) numa perna são:

- Dor
- Sensibilidade
- Tumefação
- Sensação de calor
- Alterações de cor da pele

Estes sintomas podem aparecer repentinamente ou lentamente ao longo de dias ou semanas.

A TVP pode ser difícil de diagnosticar, pois os sintomas não são específicos e são semelhantes a uma dor muscular ou sensibilidade resultante de câibras ou de sobre-esforço muscular.

Quais os sinais e sintomas da EP?

À semelhança da TVP, os sintomas de uma EP não são específicos e dependem da gravidade do bloqueio sanguíneo a nível pulmonar.

Os sintomas mais frequentes de uma EP podem incluir:

- Falta de ar
- Tosse
- Tonturas
- Ansiedade
- Dor ou desconforto no peito
- Batimento Cardíaco mais baixo ou TA baixa.

Os sintomas de uma EP podem ser semelhantes aos de outros problemas de saúde, tais como pneumonia ou enfarte do miocárdio (ataque cardíaco).

É importante que procure assistência médica imediatamente caso sofra qualquer um destes sintomas.

Prevenção do tromboembolismo venoso

Para prevenir a formação de um coágulo sanguíneo:

- Dieta saudável e equilibrada
- Exercício físico regular
- Cessação Tabágica
- Avaliação de risco de TEV em caso de operação ciúrgica

As pessoas que já sofreram um TEV têm maior probabilidade de sofrer um novo TEV (recorrência) quando comparadas com alguém que nunca teve um TEV.