

Infarto: risco para jovens

22/12/ 2009

O Dia

A suspeita de que a atriz americana Brittany Murphy, 32 anos, tenha morrido por infarto fulminante traz à tona a discussão sobre o risco de problemas cardíacos em pessoas com menos de 40 anos. De acordo com o Ministério da Saúde, 2,5% das mortes por infarto este ano no Brasil foram de pessoas nesta faixa etária.

O diretor da Sociedade Brasileira de Cardiologia, Rui Ramos, explica que, apesar de o número de óbitos ser baixo, a incidência de casos é alta, chegando a 20% no País. Ainda segundo o médico, 25% dos infartos em jovens são causados por uso de cocaína, só perdendo para causas hereditárias.

Outros fatores são tabagismo, obesidade, má alimentação, sedentarismo, pressão e colesterol altos e estresse.

Segundo o professor de Clínica Médica da UniRio, Marcos Benchimol, é preciso ficar atento também a distúrbios alimentares, como anorexia e bulimia.

"Ouso de laxantes, diuréticos, calmantes e a indução ao vômito diminuem as reservas de potássio e outros minerais.

Isso pode provocar arritmia cardíaca, que leva à morte súbita.

Dietas que privilegiam somente um grupo de alimentos, como somente proteínas ou sopas, também podem causar o problema", afirma.

Benchimol explica que mesmo jovens sem histórico familiar devem realizar exames de coração. "É fundamental evitar o cigarro, praticar exercícios físicos e se alimentar corretamente.

Essa receita é para todos e evita não só problemas no coração, mas muitas outras doenças", orienta Benchimol.