



Conhecer fatores de risco e agir rápido previnem complicações da trombose

Trombo é um coágulo —parcial ou total— que se forma nos vasos sanguíneos, veias ou artérias, limitando o fluxo normal do sangue. Quando isso acontece, estamos diante da trombose, que pode se manifestar de diferentes formas. Caso ela ocorra em uma veia profunda será definida como Trombose Venosa Profunda (TVP); se o coágulo se formar em uma artéria, ele é chamado de Trombose Arterial (TA) e pode levar ao infarto ou ao AVC (acidente vascular cerebral).

A TVP acomete desde crianças até idosos, é a causa de óbito de 100 mil pessoas todos os anos nos Estados Unidos, e ainda está na lista das causas de morte mais frequentes entre gestantes, pacientes com câncer e no puerpério.

Além disso, 3 em cada 10 pessoas que tiveram o problema podem ter novo episódio em um prazo de 10 anos. Embora esses dados sejam alarmantes, o fato é que a maioria desses eventos pode ser prevenida.

A mais séria complicação da trombose é o deslocamento do trombo da veia para o pulmão. Trata-se do Tromboembolismo Pulmonar (TEP), cuja gravidade dependerá do tamanho e da quantidade de coágulos. Os médicos podem se referir à presença de TVP e TEP como Tromboembolismo Venoso (TEV).

Em 90% dos casos, a situação é controlada com medicamentos, mas em algumas situações será necessária a atuação conjunta de cardiologistas, neurologistas, angiologistas, pneumologistas e até hematologistas.

Por que isso acontece?

Muitos fatores podem estar envolvidos no aparecimento de um coágulo. As causas mais comuns são

identificadas pelos especialistas por meio da chamada Tríade de Virchow, que avalia a presença das seguintes características:

- Lesão nos vasos sanguíneos: são exemplos a lesão da parede vascular que ocorre no trauma, cirurgia ou uso de cateter venoso;
- Hipercoagulação: desequilíbrio do processo normal da coagulação sanguínea decorrente de processos inflamatórios como a obesidade, doenças reumatológicas, tabagismo, uso de determinados fármacos como anticoncepcionais orais combinados (estrogênio e progesterona), além de gravidez e puerpério (períodos em que há redução fisiológica de fatores anticoagulantes naturais), intervenção cirúrgica e doenças hereditárias;
- Redução da velocidade do fluxo sanguíneo ou estase: longos períodos de imobilidade, como os que ocorrem após uma cirurgia, uma longa viagem, e até mesmo entre pacientes acamados podem facilitar a formação de coágulos.

Não obstante esses fatores possam desencadear a trombose, para algumas pessoas ela se manifesta sem nenhuma causa aparente, quando é chamada de trombose não provocada ou sem fator desencadeante conhecido.

Saiba reconhecer os sintomas

Os sinais e sintomas da TVP variam a depender da região do corpo na qual ela acontece. Mais comum nos membros inferiores, pode se manifestar também no braço e na pelve, ou em outra região do corpo. Variáveis em forma e intensidade, eles têm as seguintes características:

- Edema (inchaço)
- Dor
- Rubor da pele (ela fica mais escura – arroxeadada)
- Sensibilidade ao toque

No TEP (embolismo pulmonar), os sintomas são os seguintes:

- Dificuldade para respirar
- Palpitações
- Dor no peito ou desconforto que aumenta ao tossir ou respirar
- Pressão baixa
- Cansaço
- Dor nas costas

Quem precisa ficar atento?

A TVP pode acometer homens e mulheres igualmente, inclusive idosos. Durante a idade reprodutiva é mais comum entre as mulheres. Embora seja mais raro, crianças também podem ter trombose.

Caso você se encaixe em alguma das condições a seguir, as chances de ter o problema aumentam. Confira:

- Histórico familiar de TEV
- Idade superior a 40 anos
- Obesidade
- Tabagismo
- Histórico de trombose anterior
- Uso de anticoncepcional oral combinado
- Câncer (cérebro, pulmão, ginecológico ou gastrointestinal)

- Varizes
- Trauma múltiplo
- Paralisia por lesão medular
- Trauma de pélvis ou ossos longos
- Trombofilia (tendência a formar trombose)

Situações temporárias que facilitam o coágulo:

- Cirurgia geral de grande porte
- Cirurgia ortopédica de grande porte
- Anestesia
- Estar acamado, imobilidade
- Viagens (carro, trem ou avião) por mais de 8 horas
- Gravidez e puerpério
- Terapia hormonal
- Desidratação

Quando procurar ajuda?

Liz Ribeiro Wallim, especialista em clínica médica e reumatologia da Escola de Medicina da PUC-PR, diz que na TVP o sinal de alerta é dor e inchaço de membro inferior, geralmente unilateral. As veias superficiais da pele também ficam mais evidentes do que o outro lado, e a extremidade pode ficar mais arroxeadada.

Por isso, “ao identificar-se como integrante do grupo de risco, procure atendimento médico imediato. E o serviço de emergência será capaz de avaliar o caso e intervir”, explica a médica.

Como é feito o diagnóstico?

O médico vai levantar seu histórico de saúde e fazer o exame físico. Para confirmar a suspeita diagnóstica, é feita uma ecografia denominada Eco-Doppler, que confirmará ou não a presença da TVP, e ainda ajudará no diagnóstico diferencial, ou seja, excluirá outras possíveis causas dos sintomas apresentados.

Como a trombose é tratada?

O objetivo do tratamento é impedir a formação e o aumento do trombo, bem como evitar que ele chegue até o pulmão. A principal estratégia terapêutica é o uso de medicamentos anticoagulantes por prazo determinado pelo médico, a depender do risco de cada paciente. Esse tempo pode ser de 3 até 24 meses.

Em caso de gravidez, o tratamento é também medicamentoso e deve durar por toda a gestação e até 6 semanas após o nascimento do bebê —ou mesmo por mais tempo, conforme o quadro. Nesses casos, usa-se a heparina de baixo peso molecular (HBPM), dados os seus perfis de segurança.

Na maioria das vezes o manejo é clínico, com medicamentos anticoagulantes, mas quando há embolia pulmonar, pode ser indicado o uso de trombolítico (substância para dissolver o coágulo) ou cirurgia para remoção do mesmo (em casos específicos).

Possíveis complicações

A principal complicação de curto prazo da TVP é TEP. A de longo prazo, é a Síndrome pós-trombótica, que se caracteriza por dor crônica; sensação de peso; cãibra; inchaço, com melhora dos sintomas

durante repouso e elevação dos membros inferiores, além do uso de meias elásticas. A explicação é de Ana Luiza Engelhorn, professora de angiologia da Escola de Medicina da PUC-PR.

Essa síndrome pode se manifestar em 20% a 50% dos casos, de 1 a 2 anos após o evento. E os fatores de risco associados são obesidade, nova trombose e problemas de coagulação.

Outra possível consequência é a [hipertensão](#) pulmonar (na TEP), o agravamento de doença arterial (se não houver mudanças de hábitos de vida) e hemorragia espontânea decorrente do uso de medicamentos anticoagulantes e antiplaquetários, especialmente em idosos.

TVP x Trombose Arterial

Enquanto a TVP acomete uma veia profunda, a trombose arterial é aquela onde o coágulo se forma em uma artéria. Geralmente ela decorre de alguma complicação da doença aterosclerótica —que é o acúmulo de gordura na parede arterial, mas pode ter outros fatores de risco.

Em algumas situações, o primeiro “sintoma” é o infarto agudo do miocárdio ou o AVC —que podem levar à morte súbita ou a graves complicações. Quando atinge uma artéria periférica, os sintomas são diferentes da TVP, e se caracterizam pela dor súbita e progressiva, esfriamento e palidez do braço ou perna, piorando muito quando anda ou se eleva o membro.

Caso o foco seja uma artéria cerebral, confusão, alteração ou dificuldade ao falar, formigamento ou diminuição da força em um dos lados do corpo (direito ou esquerdo, nunca os dois ao mesmo tempo), perda unilateral da visão, dificuldade para engolir, andar ou segurar objetos poderão ser observados. Nesses casos, a intervenção médica deve ser imediata.

No caso de TA, o tratamento prevê o uso combinado de medicamentos —já que é comum a existência de outras doenças (comorbidades), explica o cardiologista João Vicente Silveira, da Unidade de Hipertensão do InCor-FMUSP.

Caso a trombose seja diagnosticada antes do infarto, “uma intervenção cirúrgica para a colocação de um stent (mecanismo que impede a constrição do fluxo local) também é uma das possíveis medidas, assim como eventual procedimento para retirada do coágulo e da gordura”, completa o especialista.

Dá para prevenir a trombose?

A trombose pode acontecer de repente, mesmo na ausência de algum sintoma ou fatores de risco. Contudo, você pode colaborar para prevenir sua manifestação ou o agravamento do quadro, adotando as seguintes medidas:

- Conheça seu histórico familiar.
- Aprenda a reconhecer os sintomas para buscar ajuda médica imediata.
- Mantenha-se hidratado. Um dos riscos para a TVP é a desidratação.
- Evite a obesidade.
- Pratique atividade física. Caminhadas regulares podem ajudar.
- Reduza o consumo de bebidas alcoólicas.
- Evite o tabagismo.
- Mantenha as pernas em posições que permitam a circulação sanguínea.
- Levante e caminhe um pouco após estar sentado por períodos prolongados.
- Fale com seu médico sobre a necessidade de medidas preventivas caso tenha de se submeter a alguma cirurgia.
- Consulte seu médico sobre a melhor forma de usar meias elásticas no seu caso. Na síndrome pós-trombótica, ela garante 50% de alívio dos sintomas.

Fontes: Ana Luiza Engelhorn, médica especialista em clínica médica e angiologia e professora adjunta da disciplina de angiologia da Escola de Medicina da PUC-PR (Pontifícia Universidade Católica do Paraná); João Vicente da Silveira , cardiologista e médico-assistente da Unidade de Hipertensão do InCor-FMUSP (Instituto do Coração da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo) e Liz Ribeiro Wallim, médica especialista em clínica médica e reumatologia, e professora da Escola de Medicina da PUC-PR. Revisão técnica: Ana Luiza Engelhorn.

Referências: Ministério da Saúde; SBACVSP (Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vasculiar Regional São Paulo); CDC (Centers for Disease Control and Prevention); Damilola Ashorobi; Roberto Fernandez. Thrombosis. NCBI. 2019; Abdulrahman Abas Osman, Weina Ju, Dahui Sun , Baochang Qi. Review Article Deep venous thrombosis: a literature review. Int J Clin Exp Med 2018.

Fonte: [Uol](#).
[Read More](#)
