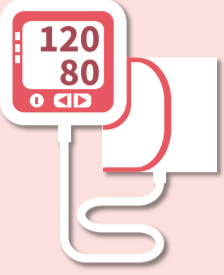


# HEARTS Vía Clínica

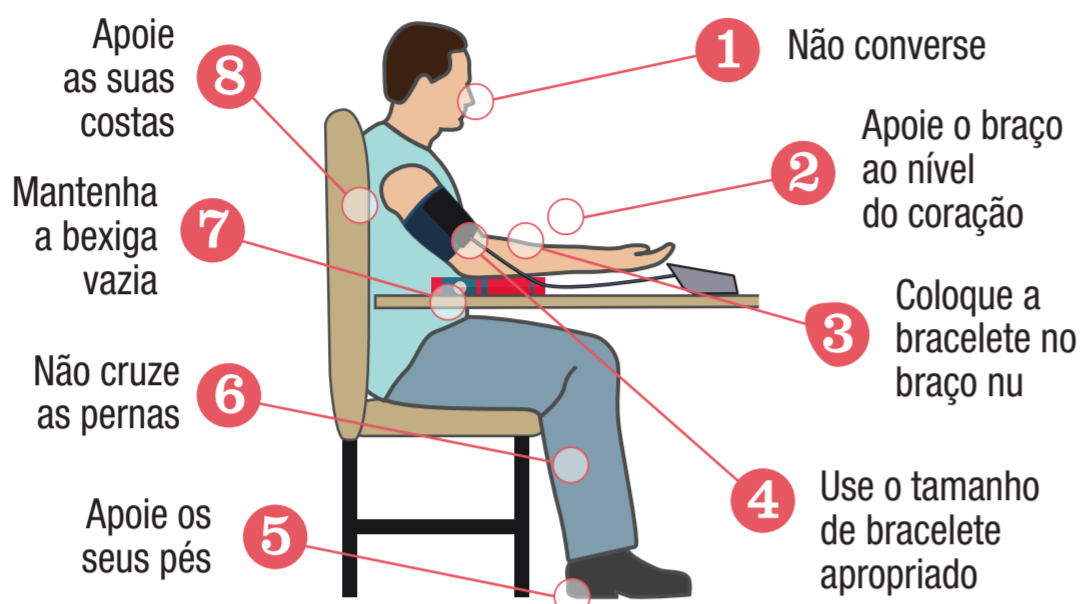
## A

### MEDIÇÃO PRECISA DA PRESSÃO ARTERIAL

MEDIR A PRESSÃO ARTERIAL EM TODOS OS ADULTOS E EM TODAS AS VISITAS



Sempre que disponível, utilizar dispositivos automáticos validados para o braço.



## B

### RISCO CARDIOVASCULAR

CONHEÇA O SEU RISCO DE DOENÇA CARDIOVASCULAR E COMO MODIFICÁ-LO

#### CALCULADORA DO RISCO CARDIOVASCULAR

Utilize o HEARTS App para avaliar o seu risco cardiovascular.



Código de digitalização para aceder à calculadora de risco cardiovascular.



Este aplicativo não substitui o juízo clínico.

## C

### PROTOCOLO DE TRATAMENTO

INICIAR O TRATAMENTO IMEDIATAMENTE APÓS A CONFIRMAÇÃO DA HIPERTENSÃO

Pressão arterial  $\geq 140/90$  mmHg em todos os HIPERTENSOS

Pressão arterial sistólica  $\geq 130$  mmHg em HIPERTENSOS DE ALTO RISCO (Doença cardiovascular estabelecida, Diabetes, Doença renal crónica, pontuação de risco  $\geq 10\%$ )

Risco cardiovascular	Todos os hipertensos	Hipertensos de ALTO RISCO	
		COM doença cardiovascular estabelecida	SEM doença cardiovascular estabelecida
ALVO da Pressão arterial $<140/90$ mmHg	✓		
ALVO da Pressão arterial sistólica $<130$ mmHg		✓	✓
ASPIRINA 100 mg/dia		✓	
Doses altas de estatinas: ATORVASTATIN 40 mg/dia		✓	
Doses moderadas de estatinas: ATORVASTATIN 20 mg/dia			✓



Evitar o consumo de álcool



Índice de massa corporal entre 18,5 e 24,9



Evitar alimentos ricos em sódio

**1** 1 comp. de TELMISARTANA-ANLODIPINO 40/5 mg

1 MÊS



Fazer 30 minutos de actividade física diariamente

**2** Paciente fora do alvo após repetição da medição:  
1 comp. de TELMISARTANA-ANLODIPINO 80/10 mg

1 MÊS



Manter uma dieta saudável

**3** Paciente fora do alvo após repetição da medição:  
1 comp. de TELMISARTANA-ANLODIPINO 80/10 mg  
+ 1/2 comp. de CLORTALIDONA 25 mg

1 MÊS

**4** Paciente fora do alvo após repetição da medição:  
1 comp. de TELMISARTANA-ANLODIPINO 80/10 mg  
+ 1 comp. de CLORTALIDONA 25 mg

1 MÊS



Não fumar

Paciente fora do alvo:  
Consultar o próximo nível de cuidados

Pacientes controlados	Acompanhamento mínimo a cada 6 MESES	Acompanhamento mínimo a cada 3 MESES	Fornecer medicamentos para 3 MESES	Vacinação		
				Influenza	Pneumococcus	COVID
Todos os hipertensos	✓		✓			✓
Hipertensos de ALTO RISCO		✓	✓	✓	✓	✓

**OPAS**

Organização Pan-Americana da Saúde  
Organização Mundial da Saúde  
SECRETARIA REGIONAL DAS AMÉRICAS

**HEARTS**

Proposta de Via Clínica standard desenvolvida pela equipe HEARTS nas Américas

\*Os medicamentos incluídos são exemplos e podem ser substituídos por qualquer um dos três grupos farmacológicos recomendados (inibidores da ECA/RAAs, CCBs ou tiazida/tiazida símile). Comece com uma combinação de dois medicamentos em um único comprimido ou com dois comprimidos de dose fixa separados se a primeira opção não estiver disponível. A atorvastatina serve como exemplo e pode ser substituída por outras estatinas.

AVALIAR A ADERÊNCIA AO TRATAMENTO EM CADA VISITA

AGRUPAR OS MEDICAMENTOS NUMA ÚNICA DOSE DIÁRIA

Este protocolo NÃO É INDICADO em MULHERES em IDADE FÉRTIL