

# Faça como nós, mantenha o bom ritmo! Controle o seu coração!

Um em cada cinco AVC é causado por fibrilhação auricular



## A fibrilhação auricular é:

Uma perturbação do ritmo cardíaco (arritmia) que faz com que o seu coração bata rapidamente e fora de ritmo - A fibrilhação auricular aumenta o risco de insuficiência cardíaca, bem como a formação de coágulos sanguíneos, podendo, por sua vez, provocar uma trombose ou um acidente vascular cerebral (AVC).

A arritmia mais frequente e o risco de adoecer aumentam com a idade: **cerca de um em quinze adultos com mais de 65 anos sofre, atualmente, desta arritmia.**

**5X** É extremamente importante diagnosticar a fibrilhação auricular a tempo, pois sem um tratamento adequado, o risco de AVC é cinco vezes maior.

*1/3 das pessoas que sofrem de fibrilhação auricular não apresentam nenhum sintoma*

*A partir dos 40 anos, 1 em cada 4 pessoas acabará por desenvolver fibrilhação auricular (FA)*

## Felizmente, a fibrilhação auricular é detetada facilmente!

Para isso, basta ir ao seu médico assistente que controlará o seu ritmo cardíaco.

**Para diminuir o risco de AVC, a partir dos 65 anos adquira o bom ritmo e faça a despistagem da fibrilhação auricular.** Fale com o seu médico.

**Para obter mais informações e calcular o seu risco de AVC, visite [www.lebonrythme.lu](http://www.lebonrythme.lu)**

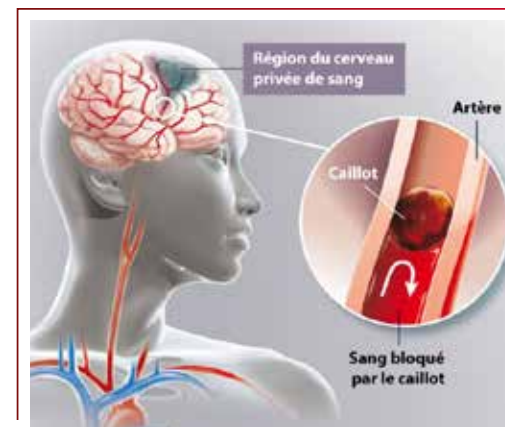


## O que é um AVC?

Um Acidente Vascular Cerebral (AVC) é uma **lesão cerebral** devido a uma perturbação do fluxo sanguíneo de uma parte do cérebro.

Normalmente, trata-se de um coágulo sanguíneo que fica bloqueado num vaso sanguíneo do cérebro, impedindo a circulação do sangue e levando a uma privação de oxigénio.

**O AVC é uma das principais causas de morte** e constitui a principal causa de invalidez (demência, paralisia total ou parcial) **nos adultos no Luxemburgo.**



## Como reconhecer um AVC?

Um AVC é um caso de **urgência médica**. Uma intervenção rápida permitirá, muitas vezes, limitar as sequelas.



**SINTOMAS DO AVC: RECONHEÇA-OS E ATUE RÁPIDO!**

# É um doente de risco?

Todas as pessoas podem desenvolver fibrilhação auricular, mas alguns fatores de risco podem favorecer o seu aparecimento.

**40+**

Ter mais de 40 anos



Ter tensão arterial elevada ou tomar medicamentos para tratar a sua hipertensão arterial



Ser diabético

**AVC**

Ter tido uma trombose ou um acidente vascular cerebral (AVC)



Ter tido um enfarte do miocárdio ou sofrer de insuficiência cardíaca



Sofrer de apneia do sono



Ter excesso de peso



Sofrer de hipertiroidismo



Consumo de álcool acima da média



Praticar muito desporto de resistência



Apresentar antecedentes familiares de fibrilhação auricular



Ser fumador

Visite [www.lebonrythme.lu](http://www.lebonrythme.lu) e calcule o seu risco de AVC

BeHRA (Belgian Heart Rhythm Association)  
Website: <https://www.behra.eu/fr/educational-files?tid=18>  
Belgian Stroke Council Website: <https://belgianstrokecouncil.be/fr/stroke-fr/#recognize>  
Camm J et al. 2014 The root map for change and the European atlas on the prevention of AF related stroke.  
Marini C et al. Stroke. 2005;36:1115-1119.

