

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Jul 24, 2020

AVC causado por um coágulo sanguíneo: prevenção de um novo AVC

Se você teve um derrame causado por um coágulo sanguíneo, pode estar preocupado em ter outro. Mas existem tratamentos que podem reduzir a chance de isso acontecer.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são adequados para você.

O que é um derrame?

Um derrame ocorre quando o suprimento de sangue para uma parte do cérebro é interrompido. É extremamente perigoso. Se as células cerebrais ficarem muito tempo sem um suprimento de sangue, elas morrerão.

Existem duas causas principais de um derrame.

- Os derrames hemorrágicos são causados por um vaso sanguíneo quebrado no cérebro.
- Os derrames isquêmicos ocorrem quando um coágulo de sangue fica preso em um vaso sanguíneo no cérebro e bloqueia o fluxo de sangue. As informações neste folheto são sobre derrames isquêmicos.

Também é possível ter o que é chamado de mini-derrame. Um mini-derrame ocorre quando o suprimento de sangue para o cérebro é interrompido por apenas alguns minutos. Os médicos chamam isso de ataque isquêmico transitório, ou AIT.

Se você já teve um derrame ou mini-derrame antes, isso aumenta suas chances de ter outro. Você pode estar em maior risco se:

- você tem mais de 75 anos
- você tem insuficiência cardíaca, diabetes ou pressão alta
- você tem um tipo de batimento cardíaco irregular chamado fibrilação atrial.

Quais tratamentos ajudam a prevenir um derrame?

Seu médico sugerirá que você tome medicamentos para reduzir a chance de ter outro derrame. Algumas pessoas também podem se beneficiar da cirurgia.

Seu médico também sugerirá algumas mudanças em seu estilo de vida para ajudá-lo a se manter saudável.

Medicamento

Seu médico provavelmente recomendará que você tome um tipo de medicamento chamado **antiplaquetário**.

As plaquetas são pequenos discos no sangue que se juntam para formar crostas sobre feridas quando você sofre uma lesão. Os medicamentos antiplaquetários ajudam a reduzir a chance de ter outro derrame, impedindo que essas plaquetas se aglutinem para formar coágulos nos vasos sanguíneos.

Existem vários medicamentos que seu médico pode prescrever, em parte dependendo se você tem outros problemas cardíacos ou circulatórios. Mas todos eles funcionam de forma semelhante. Dois dos quais você já deve ter ouvido falar são aspirina e clopidogrel.

Um efeito colateral desses medicamentos é que eles podem fazer você sangrar com mais facilidade. Há uma pequena chance de que isso possa causar sangramento perigoso dentro do corpo (sangramento interno). Mas se você teve um derrame, é muito provável que os benefícios desses medicamentos superem os riscos.

Tomar um medicamento chamado **estatina** também pode diminuir a chance de ter outro derrame. As estatinas funcionam diminuindo os níveis de colesterol

O colesterol é uma substância gordurosa encontrada no sangue. Um pouco de colesterol é necessário para uma boa saúde, mas se você tiver muito de um tipo específico de colesterol, isso pode causar obstrução dos vasos sanguíneos.

As estatinas podem causar efeitos colaterais em algumas pessoas, incluindo problemas hepáticos ou musculares. Informe o seu médico se notar alguma dor ou fraqueza muscular ou quaisquer novos sintomas.

E se eu tiver um batimento cardíaco irregular?

Algumas pessoas que tiveram um derrame têm um tipo de batimento cardíaco irregular chamado fibrilação atrial. Se você tiver fibrilação atrial, o tratamento necessário para evitar outro derrame será um pouco diferente.

Um batimento cardíaco irregular pode significar que o sangue se acumula no coração e forma coágulos. Se um coágulo chegar ao cérebro, pode causar um derrame. Portanto, seu médico provavelmente sugerirá que você tome um **anticoagulante** para ajudar a evitar a formação de coágulos sanguíneos dessa maneira.

Um anticoagulante do qual você já deve ter ouvido falar é a varfarina. Mas existem vários medicamentos mais novos que fazem o mesmo trabalho. O tratamento sugerido pelo médico dependerá de qual deles ele acha que melhor se adequa a você e ao seu estilo de vida.

AVC causado por um coágulo sanguíneo: prevenção de um novo AVC

Um efeito colateral dos anticoagulantes é que eles podem fazer você sangrar com mais facilidade. Isso pode causar hemorragias internas perigosas.

Se você estiver tomando varfarina, você fará exames de sangue regulares para se certificar de que está tomando a dose certa. Pode ser necessário ajustar sua dose dependendo dos resultados do teste. Isso reduz a chance de efeitos colaterais e garante que você receba o tratamento mais eficaz. Os anticoagulantes mais novos não exigem tantos testes.

Cirurgia

Seu médico pode recomendar cirurgia se você tiver um certo nível de bloqueio na artéria carótida do pescoço. Uma operação chamada **endarterectomia carotídea** pode remover esse acúmulo de gordura das artérias do pescoço (são as artérias que transportam sangue para o cérebro).

Se você fizer essa operação, receberá uma anestesia geral para dormir. O cirurgião então faz pequenos cortes nos principais vasos sanguíneos do pescoço e remove quaisquer bloqueios.

É uma operação séria e, como todas as cirurgias, tem riscos. Também não é adequado para todos. Por exemplo, para algumas pessoas, isso pode realmente aumentar a chance de um derrame. Converse com seu médico sobre se a cirurgia pode ser adequada para você.

Outra operação chamada implante de **stent na artéria carótida** às vezes é usada para ajudar a prevenir outro derrame. Isso usa um tubo com um pequeno balão na extremidade. O tubo passa pelos vasos sanguíneos e o balão é soprado para ampliar os bloqueios.

Essa operação é relativamente nova, então não sabemos tanto sobre o quão bem ela funciona quanto sabemos sobre endarterectomia.

O que posso fazer para me ajudar?

Fazer mudanças em seu estilo de vida pode ajudar a diminuir o nível de colesterol e ajudá-lo a ser mais saudável em geral.

Seu médico provavelmente o aconselhará a fazer várias coisas. Mas você ainda precisará tomar os medicamentos que seu médico prescreveu.

Todos os que tiveram um derrame devem se **exercitar** várias vezes por semana para reduzir a chance de outro derrame.

Se você foi parcialmente incapacitado por um derrame ou se perdeu alguma mobilidade, seu médico deve encaminhá-lo a um fisioterapeuta ou outro especialista para ajudá-lo a recuperar o máximo de movimento possível.

Se você está acima do peso, é uma boa ideia tentar obter um peso mais saudável. Fazer alguma atividade física pode ajudar. Fazer pelo menos 30 minutos de exercícios na maioria dos dias é uma boa meta.

Tente escolher uma atividade que o deixe aquecido e um pouco sem fôlego. Muitas pessoas acham que caminhar rapidamente é a coisa mais conveniente. Mas o tipo de exercício que você pode fazer dependerá de como seu derrame o afetou, especialmente no início.

AVC causado por um coágulo sanguíneo: prevenção de um novo AVC

Você pode conversar com seu médico sobre quais tipos de exercícios são mais seguros e melhores para você.

Se você fuma, seu médico o aconselhará fortemente a parar ou, pelo menos, tentar fumar menos. Fumar danifica os vasos sanguíneos e aumenta a probabilidade de um derrame. Seu médico ou farmacêutico pode ajudá-lo a parar de fumar.

(Para obter mais informações sobre como ajudar a parar de fumar, consulte nosso folheto sobre *Parar de fumar*.)

Também é importante seguir uma **dieta saudável** que inclua muitas frutas e vegetais frescos. Tente reduzir ao mínimo o açúcar, os alimentos processados e a junk food.

Se você tiver outra condição médica, como pressão alta ou problema cardíaco, tente se certificar de que ela seja mantida sob controle. Não tomar seus tratamentos para outras condições pode aumentar sua chance de ter outro derrame.

Onde posso obter mais ajuda?

Muitas pessoas que sofrem um AVC são reabilitadas em um centro especializado em AVC. Isso pode ajudá-lo a se recuperar se você perdeu alguma mobilidade ou tiver problemas para se comunicar.

Algumas pessoas ficam deprimidas após um derrame. Se você começar a se sentir deprimido, não guarde isso para si mesmo. A depressão pode retardar sua recuperação. Informe o seu médico e qualquer pessoa que esteja cuidando de você. Existem tratamentos que podem ajudar.

Ter um derrame pode significar fazer grandes mudanças em sua vida. Talvez seja útil conversar com pessoas que já passaram por uma situação semelhante. Ou, se você está cuidando de um parente que teve um derrame, pode sentir que precisa de mais conselhos e apoio. Seu médico pode aconselhá-lo e colocá-lo em contato com organizações que podem ajudar.

Por exemplo, no Reino Unido, a Stroke Association é uma instituição de caridade que oferece informações e apoio a pessoas que tiveram um derrame e suas famílias. Você pode descobrir mais no site deles (stroke.org.uk).

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

