

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: May 07, 2025

Angina estável: o que é?

Se você tem angina, pode se preocupar com a forma como isso afetará sua vida e o que acontecerá com você. Mas existem bons tratamentos que podem controlar os ataques de angina e ajudá-lo a se manter ativo.

Esta informação é sobre angina estável causada por doença arterial coronariana. É chamado de estável porque tem um padrão regular. É o tipo mais comum de angina.

O que é angina estável?

As pessoas geralmente têm angina porque têm doença arterial coronariana. Uma artéria coronária é um vaso sanguíneo que transporta sangue rico em oxigênio para o coração. Na doença arterial coronariana, aglomerados de gordura se acumulam no revestimento interno das artérias. Com o tempo, as artérias se tornam estreitas.

Se suas artérias coronárias ficarem muito estreitas, seu coração pode não receber sangue suficiente às vezes em que precisa trabalhar mais do que o normal.

Isso significa que o músculo cardíaco não recebe oxigênio suficiente para bombear adequadamente. Isso pode causar desconforto ou dor. Essa é a dor que você sente quando tem um ataque de angina.

Coisas que podem fazer seu coração trabalhar mais e causar um ataque de angina incluem:

- aumento da atividade física
- saindo em climas frios
- sentindo-se chateado ou animado.

Quando você está descansando, seu coração não precisa trabalhar tanto. Portanto, tem oxigênio suficiente e você não deve sentir desconforto.

A **angina estável** tem um padrão regular. Você pega quando seu coração está trabalhando mais do que o normal e desaparece se você descansar ou tomar seu remédio para angina. Você pode aprender a reconhecer o padrão.

Angina estável: o que é?

Outro tipo de angina é chamado de angina **instável**. Se você tiver esse tipo de angina, poderá ter sintomas a qualquer momento, mesmo quando estiver descansando. Não há um padrão regular para seus sintomas e você pode sentir dores fortes que duram mais.

Ter angina aumenta sua chance de ter um ataque cardíaco. Portanto, é importante receber tratamento.

Quais são os sintomas?

A angina estável afeta as pessoas de maneiras diferentes.

- Algumas pessoas dizem que parece um peso no peito ou uma sensação de esmagamento.
- Você pode sentir dor no pescoço e na mandíbula ou nas costas.
- Você pode sentir dor em um ou nos dois braços.
- Algumas pessoas se sentem mal, exaustas ou suam mais do que o normal.
- Às vezes, ficar sem fôlego é o único sintoma.

Normalmente, o desconforto desaparece quando você para e descansa. Dura entre um e três minutos. Pode levar mais tempo para ir embora se você estiver com raiva ou chateado.

Se durar apenas alguns segundos, ou se for uma dor surda que dura horas, provavelmente não é angina.

É importante reconhecer como se sente sua angina e o que a causa. Você deve informar seu médico sobre quaisquer alterações no padrão de sua angina: por exemplo, se ela parecer diferente do normal ou se você começar a ter angina com mais frequência.

Você deve procurar ajuda médica imediatamente se sua angina:

- dura mais do que o normal
- acende quando você está descansando
- é pior do que o normal
- não desaparece, mesmo depois de tomar o remédio para angina (trinitrato de glicerila) três vezes.

Esses podem ser sinais de que sua angina está piorando e que você e seu médico precisam rever seu tratamento.

O que vai acontecer comigo?

Se você tem angina, é normal se preocupar com a forma como isso afetará sua vida. Ter angina significa que você tem mais chances de ter um ataque cardíaco.

Mas viver um estilo de vida saudável e tomar os medicamentos certos oferece a melhor chance de se manter com boa saúde. Para ler sobre tratamentos para angina estável e formas de se manter saudável, consulte nosso folheto *Angina estável: quais tratamentos funcionam?*

Angina estável: o que é?

Onde obter mais ajuda

Existem várias organizações e instituições de caridade que oferecem informações e conselhos a pessoas com angina estável. Por exemplo, no Reino Unido, a British Heart Foundation (bhf.org.uk) administra uma rede de grupos locais de apoio cardíaco em todo o país. Pergunte ao seu médico sobre organizações similares onde você mora.

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.

