

ORIENTAÇÕES AOS PACIENTES PORTADORES DE MARCAPASSO CARDÍACO

Você é portador de um marcapasso, um pequeno aparelho implantando embaixo de sua pele que é capaz de controlar os batimentos cardíacos, e portanto de evitar que seu coração funcione de maneira lentificada. A vida das pessoas com estes dispositivos é praticamente normal, com muito poucas limitações, mas sempre deve haver atenção aos cuidados para o bom funcionamento deste aparelhinho.

O que deve ser evitado ?

Essas situações podem colocar em risco o funcionamento do marcapasso e portanto devem ser evitadas ao máximo. Mas se, por acidente acontecer, você deverá procurar o mais rápido possível o médico:

- Choque elétrico: evite realizar serviços com risco de choque elétrico. Mas não exagere, você pode ter contato normal com qualquer equipamento elétrico como televisão, rádio, secadores, eletrodomésticos, chuveiro elétrico, desde que estejam bem aterrados e não produzam vibração exagerada.
- Microondas: apesar dos equipamentos mais novos terem uma blindagem segura, recomenda-se manter uma distância de pelo menos 2 metros quando estiver em funcionamento.
- Evite se aproximar de fogões de indução, aparelhos de medição de gordura corporal, colchões magnéticos, soldadores elétricos
- Evitar se aproximar de aparelhos sonoros, grandes caixas de som, dotadas de imãs potentes
- Detectores de metais em aeroportos e em portas de bancos e dispositivos anti-furtos de lojas - Estes dispositivos são capazes de causar interferências em alguns tipos de marca-passos, devendo em geral ser evitados. Modelos de marcapasso mais novos sofrem menos essa influência. Lembre-se que por ser de metal pode haver a ativação de alarme.
- Transformadores e linhas de força de alta tensão - Podem interferir, sendo recomendado aos pacientes que não transitem a menos de 4m destes locais.
- Em relação ao ambiente profissional: empresas de energia elétrica, indústrias mecânica, siderúrgica, eletro-eletrônicas e telecomunicações muitas vezes devem readequar a atividade para reduzir risco de exposição a agentes como soldas elétricas, transformadores, linhas de alta tensão, transmissores, secadores de radiofrequência, motores elétricos e outros geradores de campos eletromagnéticos.
- Exames de ressonância magnética: a menos que o seu tipo de marcapasso seja apropriado, é proibido a realização deste exame em portadores de marcapasso.
- Procedimentos como litotripsia, eletroneuroestimulação, radioterapia e eletrocauterização são contra-indicados, ou poderiam ser feitos com cuidados especiais.

Deve se ter cuidado, mas de maneira geral não é contra-indicado

- Aparelhos que produzem vibração - Vibrações causadas por aparelhos eletrodomésticos, como barbeadores elétricos, escovas dentais elétricas, aparadores de grama, hidromassagem, perfuradores elétricos e vibradores para massagem podem influir nos marca-passos dotados de sensores para movimento, provocando uma aceleração sem maior importância.
- Sauna - Não interfere diretamente nos marca-passos, porém saunas prolongadas podem diminuir a pressão arterial. Em pacientes com marca-passo e frequência cardíaca fixa não há um aumento compensatório da frequência cardíaca, podendo surgir sintomas.
- Telefone celular - Recomenda-se manter o aparelho a uma distância superior a 15cm do marca-passo, além da sua utilização no lado contrário ao implante, ou seja, se o marcapasso estiver a esquerda, utilize o ouvido direito para apoiar.
- Prática de esportes - Raramente podem interferir com alguns tipos de marca-passo devido a algum esforço da musculatura próxima da unidade geradora, e geralmente não são contra-indicados. Se a prática for mais intensa, procure orientação do seu médico para estas atividades uma vez que alguns marcapassos precisam de uma programação e cuidados específicos para liberação. Além disso, esportes de contato podem ter riscos de impacto na unidade geradora do marcapasso.

Não existe limitação para as outras atividades que não foram listadas acima, então portanto o paciente pode livremente dirigir, caminhar, nadar, realizar atividade sexual, utilizar dispositivos eletrônicos como computadores, tablets, frequentar casas de espetáculos, shoppings, parques de diversão, **etc.** Além disso, exames como ultra-som, tomografia, radiografia, angiografias podem ser realizados sem qualquer risco.

Se meu marcapasso estiver com algum problema, quais podem ser os sintomas ?

Fique atento para sintomas como tonturas, escurecimentos visuais, palpitações, fadiga inexplicada e principalmente desmaios. Em caso deste último não perca tempo e procure uma emergência cardiológica imediatamente. Sintomas mais leves e toleráveis podem aguardar uma visita ambulatorial com o cardiologista especialista em marcapasso (muitas vezes o mesmo médico que implantou o marcapasso)

Caso haja necessidade de algum procedimento cirúrgico ?

O marcapasso pode sofrer interferências do bisturi elétrico utilizado em procedimentos de moderado a grande porte, mesmo que não sejam próximos ao coração. Informe ao seu cirurgião e anestesista, bem como ao cardiologista durante a consulta pré-operatória para que sejam tomadas todas as precauções, que vão desde recomendações gerais até a necessidade de reprogramação do marcapasso antes e depois da cirurgia.

Outras recomendações

Sempre guarde com você, e de preferência tire uma cópia do seu cartão do marcapasso. Este cartão é entregue a todas as pessoas que colocaram o marcapasso e nele está registrado: o tipo de marcapasso, a programação do marcapasso, o fabricante, etc. Para que seja feito qualquer tipo de regulação ou mesmo verificar a carga da bateria do marcapasso essas informações são muito importantes. Além disso, por lei, a identificação através do cartão permite que você não seja exposto as portas eletromagnéticas em bancos e aeroportos.

Independente da sua consulta com o cardiologista geral, deve haver uma avaliação regular pelo cardiologista especialista em marcapasso, no primeiro ano do implante feita com maior frequência e em seguida anualmente.

A duração da bateria é muito variada, sendo maior nos modelos de marcapasso mais novos, mas dependendo muito do tipo de utilização. A duração média é em torno de 10 anos, sendo raros os casos que necessitam a troca do gerador antes de 8 anos. De qualquer maneira, durante as visitas anuais com o cardiologista especialista em marcapasso é feita a medida da carga da bateria, e preventivamente marcada a troca do marcapasso meses antes que o mesmo pare de funcionar.

Alguns locais ou aparelhos podem demonstrar o símbolo universal de risco para portadores de marcapasso:

