

Informações Gerais

- Será informado do risco de desenvolver patologia cardiovascular e suas complicações associadas, de modo a:
 - ◇ Potenciar uma melhor vigilância dos fatores de risco;
 - ◇ Promover a saúde cardiovascular, atuando especificamente sobre cada um dos fatores de risco;
 - ◇ Adotar estilos de vida saudáveis;
 - ◇ Otimizar a utilização dos cuidados de saúde disponibilizados.
- Poderão ser pedidos exames complementares, de acordo com a avaliação clínica efetuada;



A USISM disponibiliza consultas para o ajudar a manter a saúde cardiovascular. Informe-se com o seu Médico ou Enfermeiro sobre como poderá integrar o Processo Assistencial Integrado do Risco Vascular.

Contactos úteis:

Centro de Saúde de Nordeste

✉ sres-csn@azores.gov.pt

☎ 296 480 090

Centro de Saúde de Ponta Delgada

✉ sres-usismiguel@azores.gov.pt

☎ 296 249 220

Centro de Saúde de Povoação

✉ sres-csp@azores.gov.pt

☎ 296 550 150

Centro de Saúde de Ribeira Grande

✉ sres-csrg@azores.gov.pt

☎ 296 470 500

Centro de Saúde de Vila Franca do Campo

✉ sres-csvfc@azores.gov.pt

☎ 296 539 420

Nota: As informações contidas no panfleto são complementares às fornecidas pelos profissionais de saúde, não os substituindo em nenhuma circunstância.

Elaborado por: Conceição Carreiro; Raquel Raposo

Data: 06-03-2018

Modelo: SAI.300.1.3/A



Tel: 296 249 220
www.usism.pt



Roteiro de Informação à Pessoa com Risco Vascular



Tenha um **Estilo de Vida Saudável!**

A sua saúde agradece...

Doenças cardiovasculares

▪ Em Portugal, as doenças cérebro-cardiovasculares, que afetam o sistema circulatório, ou seja, o coração e os vasos sanguíneos (artérias, veias e vasos capilares), são, ainda, a principal causa de morte, incapacidade, sofrimento e utilização de recursos económicos.

▪ O controlo dos fatores de risco é a melhor forma de prevenir este tipo de doenças

▪ Um fator de risco é uma condição que aumenta o risco cardiovascular, ou seja, aumenta a probabilidade de sofrer uma doença cardiovascular.

▪ Os fatores de risco podem ser divididos em duas grandes categorias:

Modificáveis

- * Açúcar elevado no sangue
- * Colesterol elevado
- * Triglicéridos elevados
- * Pressão arterial elevada (hipertensão arterial)
- * Excesso de peso e obesidade
- * Hábito de fumar
- * Abuso de bebidas alcoólicas
- * Pouco exercício físico (sedentarismo)

Não Modificáveis

- * Idade
- * Sexo
- * Genética



A quem se destina?

A todos os utentes com idade superior a 18 anos consoante a avaliação de risco cardiovascular determinado.

Periodicidade das Consultas?

De acordo com a estratificação do Risco Cardiovascular determinado para o utente.

Que profissionais o vão atender?

Para o seu acompanhamento terá à sua disposição uma equipa multidisciplinar constituída por:

- Médico de Família;
- Enfermeiro de Família;
- Nutricionista;
- Psicólogo;
- Assistente Social;
- Secretária Clínica.

