

SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO

NEWSLETTER

JULHO 2025



SOCIEDADE
PORTUGUESA DE
HIPERTENSÃO
Portuguese Society of Hypertension

GERAL@SPHTA.ORG.PT





EDITORIAL DO PRESIDENTE

Caros Sócios,

Como vem sendo habitual, estas últimas semanas foram de intensa atividade da nossa Sociedade, reflexo do nosso compromisso na luta contra a hipertensão arterial e melhoria da saúde cardiovascular dos Portugueses. Iniciou com a nossa presença no Congresso Europeu de Hipertensão, onde tivemos a oportunidade de apresentar a nossa atividade na sessão “*National Initiatives and Goals for Better Hypertension Management*”, nomeadamente a Missão 70/26 e o programa “*Pela Saúde em Portugal*”. Vários sócios participaram nos grupos de trabalho a que pertencem, apresentaram trabalhos e destaque a Dra. Diana Ferrão que foi nomeada representante dos Jovens Investigadores no Conselho Científico da Sociedade Europeia de Hipertensão.

Uma vez mais no mês de Maio, de 10 a 17, realizámos a Semana da Hipertensão, com inúmeras atividades nas plataformas de comunicação das redes sociais, rastreios e sessões de ensino à população em várias Unidades Locais de Saúde (ULS) e uma ação numa escola, demonstrando a importância de sensibilizar todas as faixas etárias para a prevenção e controlo da hipertensão.

Celebrámos ainda o Dia Mundial da Hipertensão, reforçando a importância do conhecimento da pressão arterial e correta medição da mesma. Ainda neste contexto, de relevar a participação de várias escolas no concurso de desenho promovido pela World Hypertension League.

Mantivemos a nossa participação no *May Measure Month*, colaborando com a Ezfy e Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa. Em paralelo, mantivemos a nossa atividade formativa, com a realização do “Curso essencial de HTA” em formato online, contando com a participação de 709 colegas. Destaco ainda a 6ª edição do Curso “*Evidências no Diagnóstico e Tratamento de Hipertensão Arterial e Risco Cardiovascular Global*”, organizado pelo NISPH, que continua a ser uma referência na atualização científica em hipertensão. Estivemos ainda presentes em reuniões e eventos relevantes, como as *18 Jornadas de Prevenção do Risco Cardiovascular para Medicina Geral e Familiar* e o evento “*Challenges in Cardiology*”, o que permitiu-nos partilhar experiências e reforçar parcerias com outros profissionais e Sociedades. Para finalizar, destaco a Revista Portuguesa de Hipertensão e Risco Cardiovascular. Por um lado, porque mantemos o propósito de torná-la mais atrativa para que internos e assistentes publiquem os seus artigos e porque o artigo publicado no número 107 (Maio-Junho 2025) “*Novos fatores de risco para a hipertensão*”, da autoria do Prof. Doutor Luís Bronze foi distinguido “como o artigo mais destacado desta semana no Index das Revistas Médicas Portuguesas”.

Continuamos todos motivados e empenhados em contribuir, de forma efetiva, para a redução da mortalidade e morbilidade cardiovascular no nosso país, com a esperança de que, juntos, conseguiremos fazer a diferença na saúde dos portugueses.

Um abraço,

FERNANDO MARTOS GONÇALVES
PRESIDENTE DA SPH

NOTÍCIAS



“Uma melhor comunicação vai permitir conhecimento da situação e, certamente, uma maior adesão e persistência na terapêutica”



Evento da ESH realizado em Portugal é o “reconhecimento pelo que tem sido feito” na otimização da abordagem à hipertensão



Prémio Missão 70/26: “Queremos estratégias que sejam factíveis no nosso dia-a-dia e melhorem a comunicação entre todos”



Além do 14/9: Perspectivas e desafios para 2025 no tratamento da HTA



HTA e SAOS: uma associação demasiado perigosa



Sucesso do ESH Hypertension-Cardio Course reflete colaboração europeia e portuguesa no combate à hipertensão

NOTÍCIAS



“Precisamos de todas as boas ideias para ajudar a combater este flagelo que é a Hipertensão Arterial”



Idoso frágil: o que saber para melhor tratar



Prémio Missão 70/26 distingue quatro projetos.

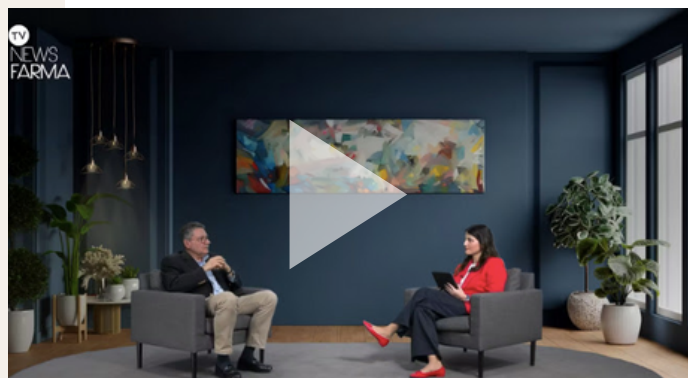


Inteligência artificial e *machine learning* na área da saúde



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Entrevista ao Presidente da SPH na Semana da Hipertensão na Edição de Maio 2025 do Jornal Saúde Online



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Hipertensão em Portugal: estratégias e desafios | Parte II

Fernando Martos Gonçalves discute a hipertensão em Portugal, abordando a prevalência, os desafios persistentes no diagnóstico e controlo, e a importância do Dia Mundial da Hipertensão.



FRANCISCA ABECASIS

Gestão da Hipertensão aguda: do diagnóstico diferencial ao tratamento.

Bolsa de Investigação "Vida após AVC"

Caros Sócios,

No âmbito da parceria estabelecida com a Associação Portugal – AVC, União de Sobreviventes, Familiares e Amigos e a pedido da respetiva entidade divulgamos a todos os sócios interessados a bolsa de investigação que se destina a financiar o(s) melhor(es) projeto(s) dedicados a aspeto(s) relacionado(s) com a Vida após AVC (Acidente Vascular Cerebral), no montante de 5.000 euros.

As **candidaturas decorrem até 20 de outubro de 2025** e o regulamento da Bolsa de Investigação segue em anexo podendo também ser consultado no site da Portugal AVC.

Esta bolsa de investigação é da exclusiva responsabilidade da Portugal AVC pelo que quaisquer informações adicionais deverão ser endereçadas a info@portugalavc.pt



Prémio Missão 70/26 – 3.ª Edição

COMUNICAÇÃO NA HTA – CRIAR LAÇOS PARA CONTROLAR

Apoiar a implementação de projetos e iniciativas que possam otimizar a comunicação na Hipertensão (HTA) é o principal objetivo desta 3.ª edição do Prémio Missão 70/26. O foco é melhorar a forma como se fala de HTA junto de diferentes públicos – profissionais de saúde, doentes e comunidade, contribuindo para um melhor controlo da Pressão Arterial.

A 3.ª Edição do Prémio Missão 70/26 é dedicada à Comunicação na Hipertensão (HTA), estimulando **projetos e iniciativas que promovam uma comunicação eficaz**, contribuindo para aumentar a literacia em saúde, para o fortalecimento da relação entre profissionais de saúde e entre profissionais de saúde e doentes e, consequentemente, para um melhor controlo da Pressão Arterial. Esta edição desafia os participantes a refletirem sobre o papel da comunicação na gestão da Hipertensão.

- Como transmitir mensagens úteis e motivadoras sobre HTA?
- Que laços podem ser construídos entre profissionais de saúde e doentes?
- Que laços podem ser construídos entre profissionais de saúde?
- De que forma pode a comunicação tornar-se um motor de mudança para melhorar o controlo da HTA, reduzir o risco cardiovascular e melhorar a qualidade de vida?

[CANDIDATURA](#)

[REGULAMENTO](#)

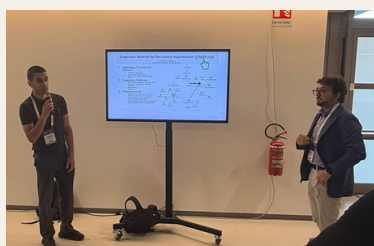


JÁ ACONTECEU

ESH

34th European Meeting on Hypertension and Cardiovascular protection

Entre os dias 23 e 26 de maio estivemos presentes no **34th European Meeting on Hypertension and Cardiovascular Protection**, organizado pela ESH e que decorreu em Milão. Nestes 4 dias de intensa actividade científica e troca de experiências com profissionais de excelência tivemos oportunidade de apresentar o nosso projecto Missão 70/26 na sessão das *National Initiatives and Goals for better Hypertension Management* bem como apresentar um trabalho sobre o projecto "Pela Saúde de Portugal". Vários dos nossos sócios contribuíram para a excelência do evento como palestrantes e moderadores das sessões científicas. Deveremos ainda destacar a **nomeação da Dra. Diana Ferrão** como representante dos Jovens Investigadores no Conselho Científico da Sociedade Europeia de Hipertensão.



JÁ ACONTECEU

DIANA FERRÃO

Representante dos Jovens Investigadores no Conselho Científico da ESH

É com enorme alegria, humildade e sentido de responsabilidade que aceitei em Junho de 2025 ser Representante dos Jovens Investigadores no Conselho Científico da Sociedade Europeia de Hipertensão (ESH). O *ESH Young Investigators Group* deu os primeiros passos em 2022, por iniciativa do Professor Jan Danser, sendo constituído por jovens investigadores e clínicos na área da Hipertensão Arterial. O grupo foi crescendo e, no início de 2025, foi decidido que um membro do grupo integraria o Conselho Científico da ESH para aumentar a proximidade dos jovens investigadores com as atividades e produção científica da Sociedade. **A principal missão do Young Investigators Group é constituir um fórum internacional de networking para jovens em início de carreira na área da Hipertensão, estimulando a partilha de conhecimento.**

Ao longo dos últimos três anos, as atividades promovidas pelo grupo têm crescido e fomentado o interesse de outros jovens investigadores. No âmbito das ESH Annual Meetings, apresentámos duas sessões científicas, encetámos atividades como a *ESH Meeting Official Run* e o *Under Pressure Quiz*, colaborámos como co-chairs de várias sessões científicas e de apresentação de comunicações orais e fomos membros do júri da atribuição dos prémios respetivos. Tecemos ainda colaborações em artigos científicos e outras atividades desenvolvidas pela ESH.

O futuro do Young Investigators Group passa por abrir as portas a todos os jovens clínicos e investigadores com interesse nesta área, com o objetivo de aumentar ainda mais a interação, discussão e produção científica e promover a inclusão e diversidade, com o propósito final de fomentar a partilha de conhecimento em Hipertensão.



- Especialista em Medicina Interna na ULS São João
- Representante dos Jovens Investigadores no Conselho Científico da Sociedade Europeia de Hipertensão.



JÁ ACONTECEU

NISPH

Evidências no Diagnóstico e Tratamento de Hipertensão Arterial e Risco Cardiovascular Global

Nos dias 17 e 31 de maio, realizou-se a 6ª edição do curso “Evidências no Diagnóstico e Tratamento de Hipertensão Arterial e RCV Global” pelo Núcleo de Internos da SPH. Este foi a 6ª edição deste curso anual, que desde a pandemia tem sido em formato online em colaboração com Adhara, o que tem permitido alcançar cada vez mais participantes. Este ano contou com cerca de 1000 participantes inscritos, excelente feedback dos temas e dinamização das sessões. O programa foca-se na atualização e revisão das mais recentes evidências, este ano seguindo o repto do MASTERplan da Sociedade Europeia de Hipertensão.



3ª edição

Curso Essencial de Técnicas de Medição da Pressão Arterial

No passado dia 21 de junho decorreu a 3ª Edição do Curso Essencial de Hipertensão. Sob o mote "**Duas Guidelines: Uma mensagem**" foram abordados os principais temas para o diagnóstico, estratificação de risco, promoção de saúde, tratamento e seguimento dos doentes que vivem com hipertensão. Com participação de 709 inscritos, a sessão final de casos clínicos permitiu uma rica e construtiva discussão clínica.



JÁ ACONTECEU

Albufeira

18^{as} Jornadas de Prevenção do Risco Cardiovascular em Medicina Geral e Familiar

Nos dias 20 e 21 de junho decorreram as 18^a Jornadas de Prevenção do Risco Cardiovascular em MGF, no Centro de Congressos Santa Eulália em Albufeira, que contaram com a presença do presidente da SPH que apresentou o tema **“Sweet spot no controlo da hipertensão arterial”**, onde falou sobre o valor alvo em que deveríamos ter os nossos doentes, salientando que este varia dependendo do estado funcional de cada um.



Leiria

Challenges in Cardiology

O presidente da SPH esteve presente nos 15 anos do “Challenges in Cardiology” que decorreu no dia 27 de junho no Villa Batalha, e apresentou o tema **“Hipertensão arterial. o fator de risco que devemos reabilitar”**. Fez uma resenha sobre a importância da doença cardiovascular e da hipertensão arterial como um dos fatores de risco mais importantes da mesma, equacionado o problema e estratégias para o seu controlo.



JÁ ACONTECEU



2025

SEMANA DA HTA

Este ano, à semelhança das edições anteriores, para comemoração da do **Dia Mundial da Hipertensão** a SPH organizou a Semana da HTA 2025 que se iniciou com uma actividade presencial de rastreio e ensinos à população inserida na Feira de Saúde de Belém. O restante programa teve seguimento nas **plataformas de comunicação online da SPH**. No Facebook e Instagram publicámos mensagens importantes para a população que vive com hipertensão e os seus familiares. Foram abordados tópicos centrais na prevenção e tratamento com estilos de vida saudáveis através da publicação de vídeos com receitas com baixo teor salino e exemplos de formas de exercício físico que pode ser aplicado no dia-a-dia. **Reforçámos a necessidade de uma correcta medição da pressão arterial para um correcto diagnóstico através da criação de um vídeo que motivamos a reverem e partilharem.** Foram ainda realizados vídeos de sensibilização para a adesão à terapêutica e vídeos com os nossos parceiros no combate à Hipertensão, os próprios doentes, com um vídeo que pretende promover a partilha de dúvidas na consulta médica e um vídeo que esclarece os diversos pontos em que os farmacêuticos contribuem para a gestão da hipertensão.



Mais uma vez tivemos oportunidade de apresentar aspectos chave da gestão de HTA nas crianças e idosos e de responder a perguntas que surgiram ao longo da semana aproximando a SPH à população em geral. Este ano a inovação foi a criação dum **programa dirigido especialmente ao LinkedIn onde tivemos a oportunidade de partilhar com os profissionais de saúde as actividades científicas da SPH** no que diz respeito a formação científica promovida pela sociedade, à renovação da Revista Portuguesa de Hipertensão e Risco Cardiovascular e às actividades do NISPH. Com esta actividade conseguimos alcançar mais de 1 milhão de pessoas com mais de 750 mil minutos de vídeo visualizados o que nos motiva a continuar a nossa actividade nas redes sociais.

JÁ ACONTECEU

USF Ria Formosa

“O que sabes sobre hipertensão arterial?”

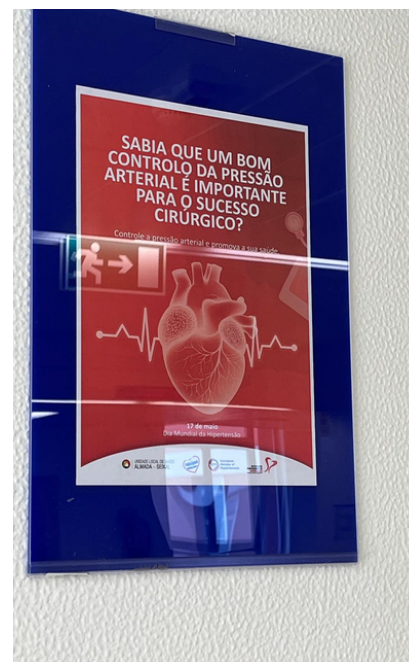
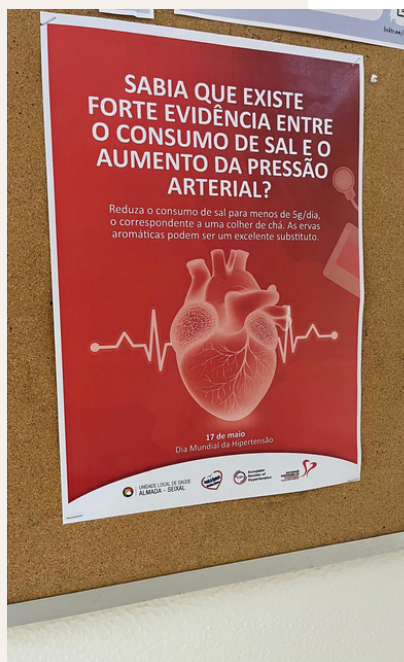
Na dia 15 de maio, a USF Ria Formosa, em Faro, na sequência da segunda fase do projeto “O que sabes sobre hipertensão arterial?”, recebeu os alunos da **Escola Básica de São Luís, em Faro**. A visita teve como objetivos dar a conhecer a importância do médico de medicina geral e familiar e do enfermeiro de família na promoção de saúde e prevenção de doença, a par da demonstração da dinâmica em consulta. Todas as crianças avaliaram a pressão arterial, o peso e a altura, juntamente com explicações sobre como melhorar os nossos hábitos de vida. No final, sistematizaram-se estratégias para hábitos saudáveis e de funcionamento dos cuidados de saúde, através de um jogo de tabuleiro. De regresso à escola, todos levaram um lanche apetitoso e de baixo teor em sal.



JÁ ACONTECEU

Dia Mundial da HTA**Comemorações na ULS
Almada-Seixal**

Este ano a aposta da consulta de Hipertensão da ULS Almada-Seixal para comemoração do dia Mundial de HTA foi realização de uma actividade de sensibilização da população e de promoção da literacia em saúde. **Ao longo do mês de maio foram afixados cartazes informativos com frases de alerta e informação em todos os pisos do hospital** com mensagens personalizadas dirigidas à população que circula preferencialmente nas diversas áreas do hospital.

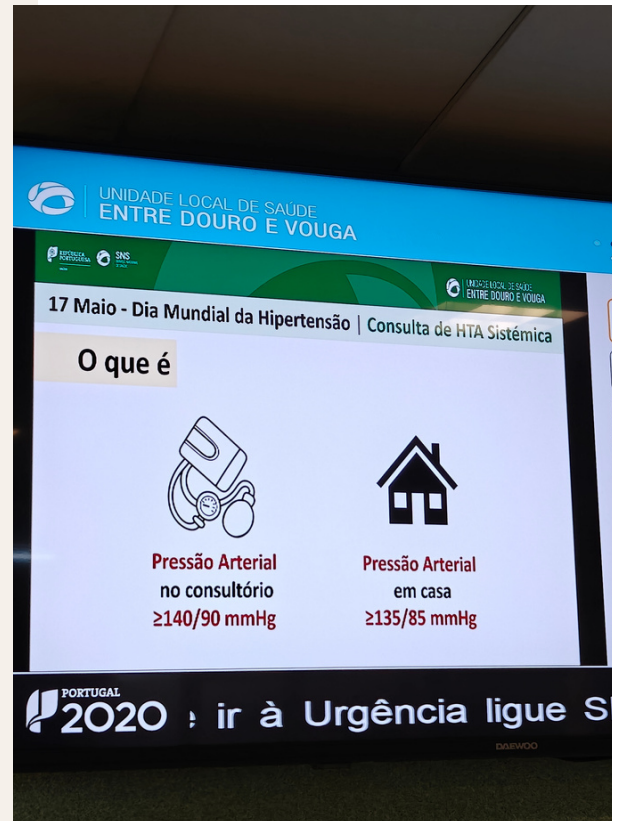


JÁ ACONTECEU

Dia Mundial da HTA

Comemorações na ULS
Entre Douro e Vouga

Para comemorar o Dia Mundial da HTA, a consulta de HTA da ULS de Entre o Douro e Vouga preparou uma **sessão informativa para os utentes**, que dinamizou os **monitores das sala de espera** no hospital e nos cuidados de Saúde Primários ao longo de todo o mês de maio. A atualização dos profissionais foi uma prioridade este ano, tendo-se promovido sessões científicas para médicos e enfermeiros. Estivemos presentes na reunião do internato da ULS que reuniu cerca de 100 colegas dos CSP, permitindo-nos uma aproximação entre especialidades e níveis de cuidados para um maior benefício do doente.



JÁ ACONTECEU

Dia Mundial da HTA

Comemorações no Hospital Beatriz Ângelo

No dia 15 de maio, no Hospital Beatriz Ângelo, realizámos um **rastreio de hipertensão arterial**, complementado pela avaliação do peso e altura dos participantes. Esta iniciativa contou com a presença das dietistas do hospital, que deram orientações nutricionais individualizadas.

Foi uma iniciativa multidisciplinar que reforçou a importância do trabalho em equipa na prevenção e controlo da HTA. Para além destas atividades, realizámos ainda uma **sessão clínica dedicada ao Dia Mundial da HTA**, onde debatemos estratégias de abordagem e controlo da hipertensão arterial.



JÁ ACONTECEU

Dia Mundial da HTA

Comemorações no
Hospital Aveiro

A ULS da Região de Aveiro, a Câmara de Aveiro e a Escola Superior de Saúde Universidade de Aveiro comemoraram no dia 19 de Maio, o Dia Mundial da HTA, com **rastreios na comunidade**. O programa incluiu bancas de medição da pressão arterial, avaliação do risco CV, glicemia e ficha lipídica e ainda uma caminhada feita pelos doentes da reabilitação cardíaca e familiares.

PROGRAMA
SAÚDE AVEIRO
SAÚDE NA PRAÇA
Mercado Manuel Firmino

17
mai
2025

Dia Mundial da
Hipertensão
Arterial



AVEIRO
CÂMARA
MUNICIPAL



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
REGIÃO DE AVEIRO



ESSUA
universidade de aveiro
escola superior de saúde



JÁ ACONTECEU

Lisboa

Ação de rastreio com Câmara Municipal de Lisboa

Durante o mês de maio o Departamento de Actividade Física e Desporto da Câmara Municipal de Lisboa promoveu um conjunto de **iniciativas para sensibilização da população para os cuidados de saúde cardiovascular**. A Sociedade Portuguesa de Hipertensão aceitou o desafio lançado pelo município e no dia 29 de maio, com colaboração de vários elementos do NISPH, promoveu uma **atividade de rastreio** que decorreu no pavilhão do Casal Vistoso. A ação centrou-se na promoção da saúde através de hábitos saudáveis como a prática de exercício físico regular e dieta equilibrada e esclarecimento de dúvidas sobre hipertensão e comorbilidades tendo desta forma contribuído para a promoção da literacia em saúde. Esta iniciativa foi dinamizada pelo NISPH, com apoio da Secretária Geral Dra. Francisca Abecasis, e participação da coordenadora do NISPH e 2 internas de medicina geral e familiar, uma delas membro do NISPH.



JÁ ACONTECEU

Campanha MMM 2025

May Measure Month

Em 2025 voltamos a colaborar com a Ezfy e a Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa nos momentos de rastreio da May Measure Month 2025. Durante o **Congresso Português de Cardiologia**, foi realizada uma sessão de formação que contou com a participação de mais de 60 pessoas.

Pode aceder ao [site](#) criado pelas nossas parceiras no MMM (Ezfy e faculdade de Farmácia).



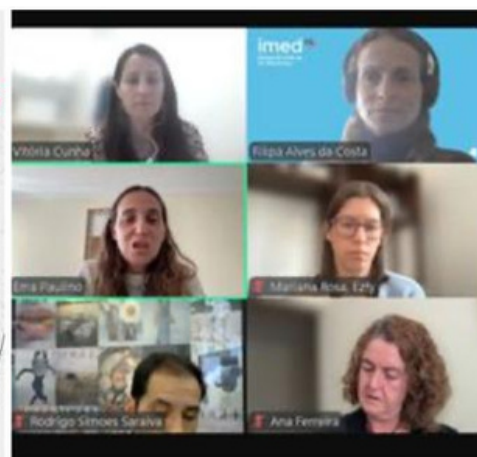
Campanha de Rastreio e Consciencialização para a Hipertensão Arterial e a Fibrilação Auricular



❤ Campanha May Measure Month 2025

Obrigado por fazer parte desta iniciativa!

Através da parceria entre a Sociedade Portuguesa de Hipertensão, a Ezfy e a Faculdade de Farmácia da Universidade de Lisboa, Portugal junta-se à Campanha MMM 2025, disponibilizando, a partir de 15 de maio até 31 de julho, avaliações gratuitas da Pressão Arterial e Ritmo Cardíaco a toda a população.



JÁ ACONTECEU

Word Hypertension Day 2025

Concurso de desenho infantil WHL 2025

Já são conhecidos os jovens artistas portugueses premiados no Programa Infantil de Arte 2025, promovido pela World Hypertension League (WHL) – uma iniciativa internacional que visa sensibilizar para a hipertensão arterial e incentivar estilos de vida saudáveis desde a infância.

As obras apresentadas abordaram, com grande imaginação e sensibilidade, as principais mensagens da campanha do “Dia Mundial da Hipertensão 2025”:

- Medição regular da pressão arterial: conhece os teus números.
- Mais atividade física e menos tempo de ecrãs: anda, corre, dança, brinca!
- Alimentação saudável e com menos sal: frutas e vegetais são aliados do coração.
- Prevenção do tabagismo: diz não ao fumo!

Os trabalhos dos participantes portugueses receberam certificados de participação da WHL, no âmbito das comemorações do Dia Mundial da Hipertensão, a 17 de maio.

Esta distinção é um reflexo do compromisso nacional com a educação para a saúde desde cedo, e do talento promissor de uma geração que já contribui ativamente para um futuro mais saudável.

Conheça os trabalhos portugueses »



Clique nas imagens para
aceder aos artigos completos

BLOOD PRESSURE
2025, VOL. 34, NO. 1, 2506083
<https://doi.org/10.1080/08037051.2025.2506083>



NEWS

OPEN ACCESS

'Pela Saúde de Portugal' – data from a screening on blood pressure

Heloisa Ribeiro^a , Luis Nogueira Silva^{b,c} , Manuel Viana^d, José Guilherme Assis^e ,
Telmo Borges Coelho^e, João Pedro Patrocínio^f, Rogério Ferreira^g, Inês Ambrósio^h, Rita Palma Fériaⁱ,
Francisca Abecasis^j, Inês Pinto^k, Fernando Martos Gonçalves^l and Rosa de Pinho^a



European Heart Journal (2025) 46, 1907–1916
<https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaf125>

STATE OF THE ART REVIEW
Digital health and innovation

Artificial intelligence to improve cardiovascular population health

Benjamin Meder ^{1,2,*}, Folkert W. Asselbergs ^{3,4,5}, and Euan Ashley ⁶



European Heart Journal - Digital Health (2025) 00, 1–14
<https://doi.org/10.1093/ehjdh/ztaf028>

REVIEW

Artificial intelligence (machine learning, deep learning)

Applications of large language models in cardiovascular disease: a systematic review

José Ferreira Santos ^{1,2,*}, Ricardo Ladeiras-Lopes^{3,4}, Francisca Leite^{2,5},
and Hélder Doreis^{6,7,8,9}

Incorporating AI into cardiovascular diseases prevention—insights from Singapore

Mayank Dalakoti,^{a,b,c,*} Scott Wong,^d Wayne Lee,^d James Lee,^d Hayang Yang,^{a,b} Shawn Loong,^{a,b} Poay Huan Loh,^{a,b,c} Sara Tyebally,^{a,b,c}
Andie Djohan,^{a,b,c} Jeanne Ong,^{a,b,c} James Yip,^{a,b,d} Kee Yuan Ngiam,^{d,e} and Roger Foo^{a,b,e}

Research Article

Patient perceptions, motivations and barriers to treatment adherence in hypertension: Results of a questionnaire-based survey in five European countries

Michel Burnier , Michel Azizi , Julien Magne , Aleksander Prejbisz , Vitoria Cunha , Pankaj Gupta , ... show all

Received 10 Apr 2025, Accepted 21 May 2025, Accepted author version posted online: 30 May 2025

PLANO FORMATIVO da SPH



PARTICIPE!!

Para mais informações clique aqui e
consulte o nosso site
(<https://www.sphta.org.pt/pt>).

AGENDA



LINKS RELEVANTES

- Sociedade Portuguesa de Hipertensão
- European Society of Hypertension
- World Hypertension League
- Ordem dos Médicos
- American College of Cardiology (ACC)
- American Heart Association (AHA)
- Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar
- Departamento de Hipertensão Arterial da SBC
- Fundação Portuguesa de Cardiologia
- Sociedade Brasileira de Hipertensão
- Sociedade Húngara de Hipertensão
- Sociedade Polaca de Hipertensão
- Sociedade Portuguesa de Cardiologia
- Sociedade Portuguesa de Medicina Interna
- Sociedade Portuguesa de Neurologia
- American Heart Association Council for High Blood Pressure Research

Redes Sociais SPH

