

SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO

NEWSLETTER

SETEMBRO 2025



SOCIEDADE
PORTUGUESA DE
HIPERTENSÃO
Portuguese Society of Hypertension

GERAL@SPHTA.ORG.PT





EDITORIAL DO PRESIDENTE

Caros sócios e amigos,

A hipertensão arterial continua a ser um dos principais desafios de saúde pública em Portugal e no mundo e a prevenção é, sem dúvida, o melhor caminho para inverter esta tendência. Em entrevista, o destaque dado pela Dra. Heloísa Ribeiro, Presidente eleita da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), às medidas de estilo de vida não podia ser mais pertinente. São medidas simples, mas com impacto no controlo da pressão arterial e na prevenção das complicações associadas. Esta deverá ser uma mensagem adaptada ao doente de forma a garantir adesão e promover uma vida saudável desde a infância até à idade avançada.

A comunicação, é o tema escolhido para a **3.ª Edição do Prémio Missão 70/26**, que desafia profissionais de saúde a realizar projetos que melhorem a literacia em saúde e fortaleçam os laços entre profissionais e doentes. Uma boa comunicação é fundamental para motivar, esclarecer e assim melhorar o controlo da hipertensão e a longo prazo, uma “maior quantidade com melhor qualidade” de vida.

Salientamos ainda a presença da SPH no **Congresso da Sociedade Brasileira de Hipertensão**, no passado dia 25 de Julho. Juntamente com a Dra. Rosa de Pinho, participámos na sessão “Iniciativas para Controlo da Hipertensão”, com a comunicação intitulada: “Experiência internacional: Missão 70/26 Sociedade Portuguesa de Hipertensão”, onde apresentámos a nossa experiência no desenvolvimento do projeto Missão 70/26. Destacamos a participação da SPH/NISPH na **13ª edição do projeto “Aldeia Feliz”**, em Monção, organizada pelo Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho. A Drª Ana Cristina Peixoto participou neste rastreio cardiovascular, organizado num lugar distante e com maior dificuldade de acesso a cuidados de saúde. A SPH mantém um plano formativo ativo, nomeadamente com a realização, no próximo mês de Outubro, no Porto, do **3º Curso Diferenciado de Hipertensão arterial e risco vascular** e com a realização da **21ª Summer School**, o que muito nos orgulha manter estas atividades. Anunciamos ainda a **Reunião “Artery 25”** em Valencia (Espanha) e chamo particular atenção para a Reunião **“Sharing Experiences on Renal Denervation”** organizada pela Associação Portuguesa de Intervenção Cardíaca da Sociedade Portuguesa de Cardiologia (APIC-SPC), dia 25 de setembro. A SPH estará presente e irá apresentar o **Consenso APIC-SPC/SPH sobre deservação renal**. Nas sugestões de leitura, apresentamos publicações relevantes como as novas Guidelines do “manejo” das dislipidemias da ESC/EAS, novos e não tão novos fármacos e a desprescrição, que convido todos a explorarem. A participação ativa de cada um de vós para a melhoria dos indicadores de saúde em Portugal, poderá abrir caminho a um futuro mais saudável.

Um abraço amigo,

FERNANDO MARTOS GONÇALVES
PRESIDENTE DA SPH

NOTÍCIAS



MASTERplan: novo documento da ESH visa simplificar e melhorar o controlo da hipertensão na Europa



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



ESH Hypertension-Cardio Course reforça colaboração europeia e simplificação das guidelines para melhoria do controlo da hipertensão



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



Curso prático da ESH promove implementação na prática clínica das guidelines para a abordagem à hipertensão



Rumo a um maior controlo da hipertensão: evento da ESH promove discussão interativa sobre implementação de guidelines e aumento da adesão à terapêutica

NOTÍCIAS



“É fundamental perceber que, efetivamente, a hipertensão é uma doença global”



ESH 2025: um evento que incentiva “trocar ideias, partilhar experiências e procurar soluções universais”



Betabloqueadores: “São uma das armas mais importantes no tratamento da hipertensão”



A importância do papel da proximidade com a população na prevenção cardiovascular



Hipertensão arterial em foco: o papel nacional no Congresso ESH e na Missão 70/26 em destaque



Estudo nacional demonstra caminhos para melhorar o controlo da hipertensão arterial em Portugal

NOTÍCIAS



Iniciativas da SPH aumentam alcance e reforçam combate à patologia



Hypertension Summer School para médicos com preocupações clínicas e de investigação



Caminhar mais depressa reduz risco cardiovascular em doentes hipertensos



HELOÍSA RIBEIRO

A importância das medidas de estilo de vida na prevenção e controlo da hipertensão arterial.

A presidente eleita da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), destaca a redução do consumo de sal, o aumento do potássio, a prática de exercício físico, a moderação do álcool e o abandono do tabaco. Enfatiza a necessidade de personalizar as recomendações e envolver o doente para garantir a adesão e promover uma vida mais saudável e ativa, desde a infância até à idade avançada.



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Hipertensão em Portugal: estratégias e desafios | Parte I

O presidente da SPH discute a hipertensão em Portugal, abordando a prevalência, os desafios persistentes no diagnóstico e controlo, e a importância do Dia Mundial da Hipertensão, que se assinala anualmente a 17 de maio



HELOÍSA RIBEIRO
PRESIDENTE ELEITA DA SPH

HELOÍSA RIBEIRO

O futuro da luta contra a hipertensão em Portugal

A presidente eleita da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), aborda a missão da instituição de melhorar os resultados de Saúde em Portugal, focando-se no diagnóstico e controlo da hipertensão para reduzir a morbilidade e mortalidade dos portugueses.

JORNAL MÉDICO
DOS CUIDADOS DE SAÚDE MULTIDISCIPLINARES

TRIVERAM

TRIPLIXAM

Atorduo

USF D. João V

Gestic

Fernando Martos Gonçalves

12.º presidente

20º CONGRESSO PORTUGUÊS DE HIPERTENSÃO E RISCO CARDIOVASCULAR GLOBAL

FERNANDO MARTOS GONÇALVES, PRESIDENTE DA SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO

"O MF está perfeitamente apto a diagnosticar e tratar a HTA"

"De um modo geral, os casos são acompanhados e bem, pela MGF"

"Médico integra o HBA desde a sua inauguração"

Prémio Missão 70/26 – 3.ª Edição

COMUNICAÇÃO NA HTA – CRIAR LAÇOS PARA CONTROLAR

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?



Pode consultar todas as notícias relacionadas com este tema em diversas revistas digitais:

- [In Médico News Online, 01-07-2025](#)
- [In News Farma Online – My Cardiologia Online, 01-07-2025](#)
- [In Netfarma Online, 03-07-2025](#)
- [In News Farma Online – Farmacêutico News Online, 03-07-2025](#)
- [InPortugalAVC](#)

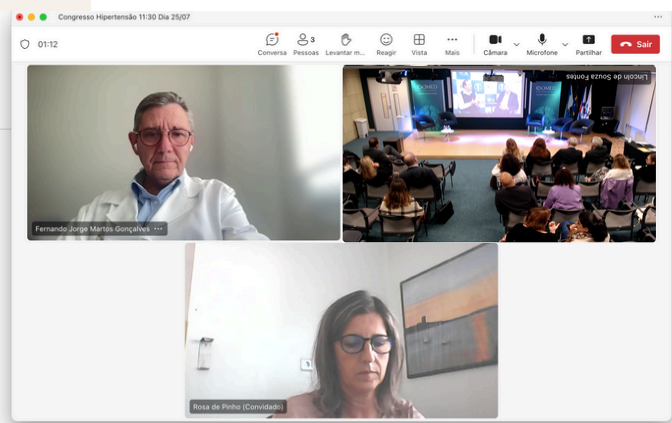
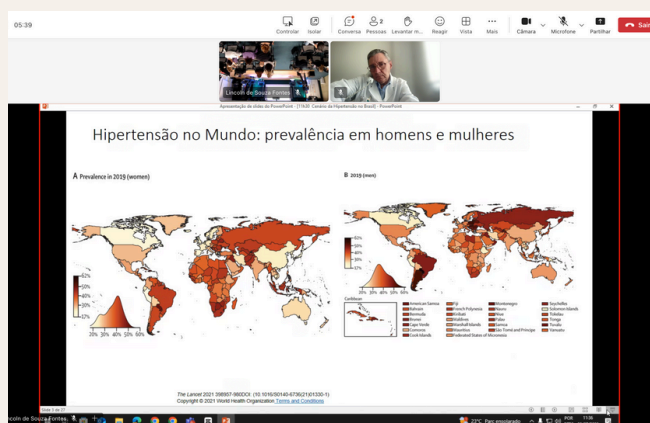
JÁ ACONTECEU

Rio de Janeiro

XXXIII Congresso da Sociedade Brasileira de HTA

No passado dia 25 de Julho, a SPH participou, a convite da Sociedade Brasileira de Hipertensão, no seu XXXIII Congresso.

Na sessão **“Iniciativas para Controle da Hipertensão”**, a Dra. Rosa de Pinho e Fernando Martos Gonçalves, via on-line, apresentaram **“Experiência internacional: Missão 70/26 Sociedade Portuguesa de Hipertensão”**. Partilharam a experiência no desenvolvimento do projeto Missão 70/26 em Portugal. Seguiu-se um diálogo interessante, com questões práticas. De referir que no Brasil, estão a desenvolver o projeto **“Movimento Aliança Onda 70/30”** com um propósito semelhante ao da Missão 70/26.



XXXIII CONGRESSO
da Sociedade Brasileira de
HIPERTENSÃO

23 a 25 de Julho de 2025
Rio de Janeiro - RJ



JÁ ACONTECEU

13ª edição – Monção

ALDEIA FELIZ

Nos passados dias 27 a 30 de agosto decorreu em Monção a 13ª Edição do Projeto Aldeia Feliz organizado pelo Núcleo de Estudantes de Medicina da Universidade do Minho.

A Aldeia Feliz é um projeto que pretende promover a literacia em saúde junto de populações mais remotas e por isso mais desfavorecidas em termos de cuidados e prevenção em saúde.

A SPH foi desafiada a participar num momento de rastreio na manhã de dia 30 de Agosto e esteve representada pela Dra. Ana Cristina Peixoto que nos deixa o seu depoimento:

"Iniciativas de rastreio cardiovascular, como a "Aldeia Feliz", são oportunidades únicas de promoção da literacia em saúde. Estes momentos de proximidade e interação com a população são fundamentais, não só pela partilha de informação sobre a prevenção e controlo de fatores de risco cardiovasculares, mas também porque evidenciam o longo caminho a percorrer no que diz respeito à promoção de saúde e à prevenção da doença em Portugal.

Regiões do interior, como Monção, maioritariamente constituídas por uma população envelhecida e com acesso limitado à informação e aos cuidados de saúde, beneficiam ainda mais deste tipo de ações."



SUGESTÕES DE LEITURA

Clique nas imagens para
aceder aos artigos completos

Walking further and faster is linked to a reduced risk of heart attacks, heart failure and stroke in people with high blood pressure

Even walking fewer than 10,000 steps a day reduced the risk

07 Aug 2025

Topic(s): *Preventive Cardiology; Physical Inactivity and Exercise;*

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

ORIGINAL ARTICLE

Reduction of Antihypertensive Treatment in Nursing Home Residents

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

ORIGINAL ARTICLE

Efficacy and Safety of Baxdrostat in Uncontrolled and Resistant Hypertension

The NEW ENGLAND JOURNAL of MEDICINE

ORIGINAL ARTICLE

Beta-Blockers after Myocardial Infarction in Patients without Heart Failure

SUGESTÕES DE LEITURA

Clique nas imagens para
aceder aos artigos completos



European Society
of Cardiology

European Heart Journal (2025) 00, 1–70
<https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaf191>

ESC GUIDELINES

2025 ESC Clinical Consensus Statement on mental health and cardiovascular disease: developed under the auspices of the ESC Clinical Practice Guidelines Committee



European Society
of Cardiology

European Heart Journal (2025) 00, 1–20
<https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaf190>

ESC GUIDELINES

2025 Focused Update of the 2019 ESC/EAS Guidelines for the management of dyslipidaemias



European Society
of Cardiology

European Heart Journal (2025) 00, 1–107
<https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaf193>

ESC GUIDELINES

2025 ESC Guidelines for the management of cardiovascular disease and pregnancy

Hypertension

New online

<https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.125.24002>



REVIEW

Is It Time to Abandon the Kidney-Centered View on the Origin of Primary Hypertension?

Liffert Vogt , Vitória Cunha , Anna F. Dominiczak , Guido Grassi , Marek Rajzer ,
Agostino Virdis , and Thomas Weber 

PLANO FORMATIVO da **SPH**



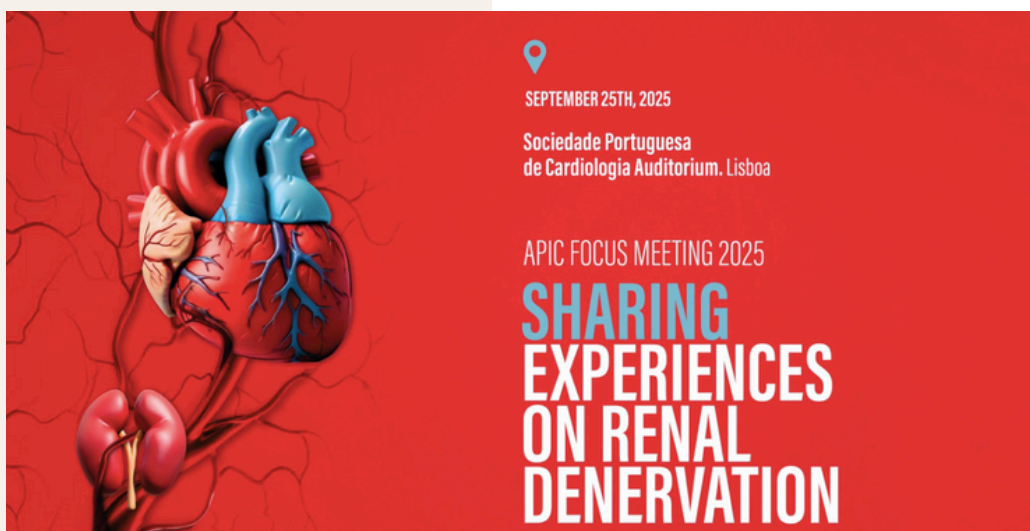
PARTICIPE!!

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

AGENDA



NOVA DATA
Inscrições até
7 de setembro
de 2025.



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

