

SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO

NEWSLETTER

NOVEMBRO 2025



GERAL@SPHTA.ORG.PT





EDITORIAL DO PRESIDENTE

Caros colegas, sócios e amigos,

O mês de novembro trouxe-nos momentos de reflexão e interessa partilhar as nossas recentes atividades com toda a comunidade científica e clínica dedicada à hipertensão.

Em primeiro lugar, temos de destacar a perda do **Professor Graham MacGregor**, figura maior da saúde pública mundial. O seu trabalho pioneiro na redução do consumo de sal e açúcar e na prevenção cardiovascular deixa-nos um legado inspirador. A SPH associa-se às homenagens à sua memória e reafirma o compromisso de prosseguir esta missão de melhorar os nossos indicadores de saúde.

A formação continua a ser um dos pilares da nossa missão e, neste contexto, destaco a **3ª Edição do Curso Diferenciado em Hipertensão e Risco Cardiovascular Global** que reuniu profissionais empenhados na atualização em guidelines internacionais e na discussão de casos clínicos. A **21ª edição da Hypertension Summer School**, um curso intensivo e interativo destinado a jovens médicos com especial interesse na área cardiovascular e hipertensão arterial. Com o mesmo formato, destacando preletores nacionais e estrangeiros de prestígio, e a atribuição duma bolsa de estudo de 3 meses para integrar um projeto de investigação num centro de excelência internacional na área da hipertensão arterial.

A SPH participou ainda no evento **“Shaping the Future of Chronic Disease Care: Partnerships Across Healthcare”** organizado pela Associação Nacional das Farmácias (ANF) e AstraZeneca. No dia 25 de setembro de 2025, a SPH participou também na reunião **“APIC Focus Meeting 2025: Sharing Experiences on Renal Denervation”**, na sede da Sociedade Portuguesa de Cardiologia. Debateu-se o panorama da HTA e da desnervação renal em Portugal e foi apresentado o documento de consenso APIC-SPC/SPH sobre desnervação renal em Portugal. Também neste período, a nossa Sociedade esteve presente em diversos palcos internacionais, da Hungria à Islândia, passando pela Suíça, levando a voz da medicina portuguesa e partilhando conhecimento sobre o acompanhamento da hipertensão em cuidados primários, no idoso e em cenários clínicos complexos. Estas participações reforçam a relevância da SPH no contexto europeu e global.

Outro marco importante é o **Prémio Missão 70/26**, que nesta edição se centra na comunicação em saúde. Acreditamos que criar laços entre profissionais e doentes é essencial para alcançar melhores resultados no controlo da hipertensão. Convido todos a participar e a refletir sobre como comunicar pode ser um motor de mudança.

Finalmente, já estamos a preparar o **20º Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global**, que terá lugar em fevereiro de 2026, no Algarve. Será uma oportunidade única para partilhar ciência, reforçar redes de colaboração e celebrar os avanços que juntos temos conquistado. A SPH continua firme na sua missão: promover conhecimento, capacitar profissionais e melhorar a vida dos doentes hipertensos. Conto convosco para que, unidos, possamos transformar desafios em conquistas.

Um abraço amigo,

FERNANDO MARTOS GONÇALVES
PRESIDENTE DA SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO



NOTA DE PESAR – 6 DE NOVEMBRO DE 2025
PROFESSOR GRAHAM
MACGREGOR
(1941–2025)

A Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH) manifesta o seu profundo pesar pelo falecimento do Professor Graham MacGregor, ocorrido a 1 de setembro de 2025, aos 84 anos. Médico e investigador britânico, MacGregor foi uma figura pioneira na prevenção cardiovascular, dedicando a sua carreira ao estudo da hipertensão, da doença renal e dos efeitos do sal e do açúcar na saúde pública.

Destacou-se pela **capacidade de transformar evidência científica em políticas concretas, com impacto duradouro na saúde das populações**. Foi Professor de Medicina Cardiovascular no St George's Hospital Medical School e, posteriormente, no Wolfson Institute of Population Health (Queen Mary University of London). Fundou o grupo Consensus on Action on Salt and Health (CASH) e, mais tarde, a Action on Sugar, influenciando decisivamente a reformulação de alimentos no Reino Unido e em vários países. Presidiu à British and Irish Hypertension Society (1999–2001) e fundou a Blood Pressure Association (hoje BPUK), onde lançou a campanha "Know Your Numbers".

Em reconhecimento pelo seu impacto na saúde pública, foi distinguido com o título de Commander of the Order of the British Empire em 2019.

O seu legado perdura na redução da ingestão populacional de sal, na melhoria dos indicadores de saúde cardiovascular e na criação do MacGregor Centre for Global Blood Pressure Prevention and Control, recentemente anunciado pela Queen Mary University of London.

A SPH recorda com admiração o contributo do Professor MacGregor para a saúde pública global e para o avanço da investigação em hipertensão. A sua visão e determinação foram fonte de inspiração para muitos profissionais, incluindo os que integram a nossa comunidade científica. A SPH associa-se às homenagens internacionais e expressa as mais sentidas condolências à família, amigos e colegas.



FRANCISCA ABECASIS

Entrevista Jornal Médico

A Secretária-Geral da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), aborda do tema da Emergência Hipertensiva



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Entrevista Jornal Médico

O atual Presidente da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), fala sobre o papel dos médicos de família na HTA.



HELOÍSA RIBEIRO

Entrevista Jornal Médico

A Presidente-eleita da Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), aborda do tema da Hipertensão no Idoso.



ROSA DE PINHO

Entrevista Observador

Prevenção cardiovascular em tempo de gripe: a importância da vacinação e dos hábitos saudáveis



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Entrevista MyCardiologia

ADAMASTOR: mapa nacional para travar a hipertensão

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?**



PRÉMIO MISSÃO 70/26 3.ª EDIÇÃO
COMUNICAÇÃO NA HTA 2025
Criar Laços para Controlar

CANDIDATURA

REGULAMENTO

Prazo de submissão
30 de Novembro



3.ª EDIÇÃO
COMUNICAÇÃO NA HTA 2025
Criar Laços para Controlar

Dr. Fernando Martos Gonçalves
Presidente da Sociedade Portuguesa de Hipertensão

JÁ ACONTECEU

Sociedade Portuguesa de Hipertensão

Curso Diferenciado em Hipertensão e Risco Cardiovascular Global

A Sociedade Portuguesa de Hipertensão promoveu, nos dias 16 e 17 de outubro, a 3ª edição do **Curso Diferenciado em Hipertensão**, um programa formativo intensivo dedicado à atualização e capacitação clínica na abordagem da hipertensão arterial e do risco cardiovascular.

O curso contou com **17 participantes** e teve o patrocínio científico da **Ordem dos Médicos**, reforçando a relevância e a excelência científica da iniciativa.

O evento integrou ainda sessões práticas e colaborativas, com análise de casos clínicos e momentos de discussão multidisciplinar, culminando na avaliação final e sessão de encerramento.



Penela

21ª edição da Hypertension Summer School

De 23 a 26 de Outubro, decorreu a **21ª edição da Hypertension Summer School**, um curso intensivo e interativo destinado a jovens médicos com especial interesse na área cardiovascular, em particular na hipertensão arterial.

Este curso decorre num formato singular, privilegiando a proximidade entre participantes e preletores, nacionais e estrangeiros, de reconhecido prestígio. Ao melhor participante é atribuída uma bolsa de estudo de 3 meses para integrar um projeto de investigação num centro de excelência internacional na área da hipertensão arterial. E este ano, a **Dra. Rita Palma Feria**, Interna de Formação Específica de Medicina Interna do HBA foi a melhor aluna do Curso e ganhou esse prémio.



Hungria

Congresso da Sociedade Húngara de Hipertensão

Decorreu de 11 a 13 de setembro o 32º Congresso da Sociedade Húngara de Hipertensão. O simpósio conjunto com a SPH contou com a participação de Rosa de Pinho com o tema **“Hypertension Follow-up in Portuguese Primary Care System”**, de Fernando Martos Gonçalves que se dedicou a **“Management of Inpatient Elevated Blood Pressure”** e de Heloisa Ribeiro que abordou **“Management of Hypertension in Older Patients”**. Durante o congresso decorreu a cerimónia pública de reconhecimento de Rosa de Pinho como **membro honorário da Sociedade Húngara de Hipertensão**, o que muito enaltece a SPH.



Sociedade Portuguesa de Cardiologia

“APIC Focus Meeting 2025: Sharing Experiences on Renal Denervation”

No passado dia 25 de setembro de 2025, a SPH participou na reunião “APIC Focus Meeting 2025: Sharing Experiences on Renal Denervation”, na sede da Sociedade Portuguesa de Cardiologia. O presidente participou como moderador em conjunto com a Prof. Joana Delgado Silva, Presidente da APIC.

Entre outros participantes (nacionais e um estrangeiro), destaco o Dr. Luís Nogueira da Silva que apresentou a **situação atual da HTA em Portugal**, a apresentação do **Consenso de desnervação renal SPH-APIC** e o debate com a presença da Dra. Vitoria Cunha e do Prof. Mesquita Bastos.



Reykjavik

21º European Geriatric Medicine Society

Decorreu em Reykjavik o 21º congresso anual da European Geriatric Medicine Society, que contemplou um simpósio conjunto com a European Society of Hypertension com o título **“Coordinated action between GPs, Geriatricians and Hypertension Specialists in order to propose the most adapted antihypertensive treatment in older adults?”**. A Presidente Eleita da SPH, Dra Heloisa Ribeiro, apresentou o tema *“How to adapt treatment in old patients according to the frailty level: The ESH guidelines”*, numa sessão que contou com a moderação de Reinhold Kreutz e Maria Nikolau e com a presença de Gulistan Bahat, Rosalinde Poortvliet e Thomas Weber no painel de discussão.



Associação Nacional das Farmácias

“Shaping the Future of Chronic Disease Care: Partnerships Across Healthcare”

Organizado pela Associação Nacional das Farmácias (ANF) e a AstraZeneca, no dia 18 de setembro de 2025, o Presidente da SPH participou no evento *“Shaping the Future of Chronic Disease Care: Partnerships Across Healthcare”*, na sede da ANF, Lisboa.

Com a participação da Associação Nacional das Farmácias, Direção-Geral da Saúde, Ordem dos Farmacêuticos, Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, Sociedade Portuguesa de Nefrologia, Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH) e AstraZeneca Global, realizou-se um debate/reflexão sobre **a gestão integrada de doenças crónicas, como a hipertensão arterial, insuficiência cardíaca e doença renal crónica**, e o papel dos diferentes intervenientes no seu cuidado, incluindo as farmácias comunitárias, destacando a sua proximidade dos doentes.

Suiça

Hypertension 8 Small Countries Meeting

Decorreu nos dias 31 de outubro e 1 de novembro o *Hypertension 8 Small Countries Meeting*, em Lausanne, na Suíça. A Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH) esteve representada pelo seu Presidente, que apresentou a Missão 70/26 na mesa “**Keys to reach 75% control in hypertension: lessons learned from Hy-8 countries**” e pela Presidente Eleita, que moderou a apresentação de Liffert Vogt, dedicada ao tema “**The spectrum of aldosterone dysregulation and its role in hypertension and cardiovascular outcomes**”. A delegação portuguesa contou ainda com a participação de Ana Tornada, que apresentou “**Blood pressure profile and autonomic nervous system dysfunction**” e Joana Sequeira Mendes, que apresentou “**Via Verde Hypertension Project: a fast track for hypertension diagnosis and therapy adherence**”. As intervenções portuguesas foram muito participadas e receberam grande interesse por parte da audiência, o que muito honra a SPH.



Guiné Bissau

Missão humanitária na área da HTA e Diabetes

Na semana de 6 a 10 de outubro 2025, a **Associação Bisturi Humanitária** realizou mais uma missão na área dos cuidados de saúde primários (CSP), inserido num projeto de atuação de 2 doenças crónicas com grande impacto na Guiné Bissau, como é o caso da Diabetes e da Hipertensão.

Nesta missão participaram dois elementos que tem tido uma ligação próxima à Sociedade Portuguesa de Hipertensão e que tem continuado o trabalho da melhoria do diagnóstico e do controlo da Hipertensão Arterial além fronteiras. Os elementos que participaram nesta missão foram Rosa de Pinho, Médica de Família e Vitória Cunha, Medicina Interna com companhia de uma enfermeira CSP, Marisa Costa. Durante estes 5 dias úteis, foram realizados um total de **158 rastreios de HTA e de Diabetes**, realizados em várias centros de Bissau, nomeadamente no Centro Saúde Bairro Militar, Hospital da Força Aérea e Centro Materno Infantil. A média de idade das pessoas rastreadas foi de 40,1 anos, sendo 50% homens. Dos rastreados verificou-se que 14,6% tinham Hipertensão já conhecida, dos quais apenas 13% tinham tido já prescrição prévia mas **apenas uma pessoa cumpria terapêutica**, o que demonstra a baixa adesão para este problema. Das 158 pessoas rastreadas, 48,1% tinham valores de pressão arterial acima de 140/90 na primeira medição e 39,2% mantinha elevação da mesma na segunda medição.

Em relação aos valores de glicemia 15,8% dos rastreados tinham valores acima do recomendado, sendo que 9,5% eram diagnósticos óbvios de diabetes. Apenas 5,7 % já conheciam o diagnóstico de diabetes. Verificamos que 44,9 % tinham excesso ponderal. Embora a amostra tenha sido muito pequena, confirmamos que estas doenças crónicas são um problema crescente e a aposta na prevenção deve ser uma prioridade. Nesse sentido foi feito apostou- se na sensibilização para o uso excessivo de sal e açúcar e os casos considerados relevantes, foram orientados devidamente. Foi dado uma entrevista na Radio Solmansi (umas das principais rádios de Bissau), sobre a pertinência destas temáticas para a melhoria da saúde dos guineenses.

Mais importante e de forma a dar continuidade ao trabalho nestas áreas, foram feitas **várias formações sobre HTA e Diabetes** no adulto e na grávida em diferentes locais, com capacitação de 192 profissionais de diversas áreas da saúde, incluindo alunos da saúde, assistentes sociais e agentes saúde comunitários, que poderão ser pontos focais promissores na comunidade, para identificar e orientar estas doenças precocemente. Continuamos a acreditar que são duas áreas para as quais a Guiné, tem ferramentas disponíveis, apesar das dificuldades, mas a grande mudança está na educação da população e formação dos profissionais da área da saúde. Nesse sentido, a Bisturi continuará disponível para ajudar a melhorar o panorama da diabetes e hipertensão na Guiné.



Rosa de Pinho e Vitória Cunha

SUGESTÕES DE LEITURA

Clique nas imagens para aceder aos artigos completos

SNAPSHOTS

HowBP study: A cross-sectional study evaluating how blood pressure is usually measured



Estudo HowBP: avaliação transversal sobre a forma como a pressão arterial é habitualmente medida

Daniel Caldeira ^{a,b,c,d,*}, Beatriz Garcia ^{a,d}, Fausto J. Pinto ^{a,c}

Hypertension prevalence and monitoring – Was it simple in the COVID pandemic? Is it simple today?



Prevalência e monitorização da hipertensão arterial - Foi simples durante a pandemia de COVID-19? É simples hoje em dia?

Luís Bronze ^{a,b}

Cardiol Ther
<https://doi.org/10.1007/s40119-025-00434-4>



REVIEW

Resistant Blood Pressure: New Frontiers in Interventional Hypertension Therapy

Jeffrey D. Taylor  · Chukwunonyelum Uche · Vanessa Rowe · Aleyah Hattab · Arvind Draffen · Vicki Groo · Adhir Shroff

CONSENSUS DOCUMENT

Executive summary of the 2025 consensus on the diagnosis and treatment of hypertension of the International Forum on Internal Medicine

R. Sabio ^{a,*}, P. Valdez ^b, E. Casariego Vales ^c, L. Cámera ^d, H.L. Puello Galarcio ^e, M. Camafont ^f, en nombre del Grupo de Trabajo Hipertensión arterial-FIMI¹

AGENDA



Caro colega,

[Inscrições aqui](#)

A 20^a edição do Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global vai ter lugar de 19 a 22 de fevereiro de 2026, em Albufeira. Num ambiente informal que promove a interação entre os participantes, esperamos que a comunicação seja explorada como um fator fundamental para criar laços para controlar o doente hipertenso, para isso haverá um **Workshop preparado especialmente para si!** Inscreva-se, as vagas são limitadas!

Num edição muito especial para a **Missão 70/26**, serão entregues os prémios da **3^a edição** do prémio, também dedicado à comunicação. **Relembramos que tem ainda até ao final do mês para submeter o seu projeto!** (veja na página 6 desta newsletter)

A Comissão Organizadora empenhou-se em elaborar um programa rico e atrativo, que pretende trazer a teoria, de uma forma atualizada e dinâmica, até à nossa prática clínica, numa mensagem clara de que é preciso ser pró-ativo e consistente para alcançar os melhores resultados ao longo do continuum vascular.

Esperamos por si no Algarve!



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

