

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 prelectores 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

NOTÍCIAS



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 3ª EDIÇÃO
COMUNICAÇÃO NA HTA 2025
Criar Laços para Controlar

Prazo de submissão
30 de Novembro

[CANDIDATURA](#)

[REGULAMENTO](#)



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 Faria**, Interna de Formação Específica de Medicina Interna do HBA foi a melhor aluna do Curso e ganhou esse prémio



JÁ ACONTECEU

Hungria

Congresso da Sociedade Húngara de Hipertensão

Decorreu de 11 a 13 de setembro o 32.º 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.



JÁ ACONTECEU

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.

JÁ ACONTECEU

Suíça

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.



JÁ ACONTECEU

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,e}, 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. Cámara ^d, H.L. Puella Galarcio ^e, M. Camafort ^f, en nombre del Grupo de Trabajo Hipertensión arterial-FIMI[†]

AGENDA



Caro colega,

Inscrições aqui

A 20ª 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 **3ª 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!



DATA LIMITE PARA SUBMISSÃO DE RESUMOS:

31 DEZEMBRO DE 2025

Para os trabalhos aceites:

- Despesas de inscrição e alojamento dos primeiros autores (interno de formação específica) pago pela SPH.
- 3 Prémios monetários no valor de 400 euros
- Resumo dos trabalhos vencedores publicado na Revista de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global.



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

