

SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO

NEWSLETTER

JULHO 2026



SOCIEDADE
PORTUGUESA DE
HIPERTENSÃO
Portuguese Society of Hypertension

GERAL@SPHTA.ORG.PT





EDITORIAL DO PRESIDENTE

Caros colegas, sócios e amigos,

Esta edição da nossa Newsletter constitui um retrato particularmente expressivo da vitalidade da Sociedade Portuguesa de Hipertensão.

Nas últimas semanas, a SPH esteve presente em diferentes contextos, científicos, formativos, institucionais, mediáticos e comunitários, procurando cumprir uma missão que permanece muito clara: contribuir para melhorar a prevenção, o diagnóstico e o controlo da hipertensão arterial em Portugal. A divulgação de informação rigorosa e acessível continua a ser uma das nossas prioridades. As entrevistas concedidas por vários membros da SPH permitiram abordar temas tão relevantes como o diagnóstico precoce, a adesão à terapêutica, a intervenção da farmácia comunitária, a desnervação renal, as novas recomendações internacionais e os desafios quotidianos vividos pelas pessoas com hipertensão. Esta presença nos meios de comunicação social é essencial para aumentar a literacia em saúde e aproximar o conhecimento científico da população. Simultaneamente, a SPH tem procurado participar ativamente na discussão das políticas de saúde.

A reunião com o **Coordenador do Pacto Estratégico para a Saúde** e nossa presença **Conferência Safe Hearts**, na Assembleia da República demonstram a importância de integrar a hipertensão numa estratégia nacional mais ampla de prevenção das doenças crónicas e cardiovasculares. A articulação com outras sociedades científicas e organizações de saúde é indispensável para construir respostas coordenadas, sustentáveis e verdadeiramente centradas nas necessidades das pessoas.

A formação dos profissionais de saúde permanece igualmente no centro da nossa atividade. A realização da **4.ª edição do Curso Essencial de Hipertensão Arterial**, a preparação do **Curso Diferenciado de Hipertensão Arterial** e a participação no **Congresso Nacional de Medicina Interna** refletem o compromisso da SPH com a atualização científica, a qualidade da prática clínica e a implementação das melhores recomendações disponíveis.

Mas a nossa intervenção não se limita aos espaços científicos. As **ações de rastreio e educação para a saúde** realizadas em São João da Madeira e no Festival do Voluntariado, em Cascais, mostram a importância de estarmos próximos da comunidade. Cada medição da pressão arterial representa uma oportunidade para identificar uma pessoa em risco, promover escolhas mais saudáveis e evitar complicações futuras.

É também com esse sentido de ação que lançamos a **4ª edição do Prémio Missão 70/26, subordinada ao tema “Ação na HTA – Inovar para Controlar”**.

Queremos distinguir projetos simples, inovadores, aplicáveis e capazes de produzir um impacto real. As recomendações científicas são fundamentais, mas só transformam a saúde quando são traduzidas em iniciativas concretas na prática clínica e na comunidade.

Toda esta atividade resulta do empenho dos órgãos sociais, dos nossos núcleos, dos associados, dos parceiros institucionais e de muitos profissionais que partilham connosco a convicção de que controlar melhor a hipertensão é possível. A todos, deixo o meu sincero agradecimento.

Continuaremos a trabalhar com proximidade, ambição e sentido de responsabilidade.

Contamos com a participação de todos nas próximas iniciativas e, desde já, convidamo-vos a reservar as datas do **21º Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global**, que decorrerá de 18 a 21 de fevereiro de 2027.

Juntos, podemos transformar conhecimento em ação e ação em melhor saúde cardiovascular.

Um abraço amigo,

FERNANDO MARTOS GONÇALVES
PRESIDENTE DA SOCIEDADE PORTUGUESA DE HIPERTENSÃO



HELOÍSA RIBEIRO

Entrevista Visão

O desafio diário de viver bem com hipertensão

Ao longo do tempo, a pressão arterial não controlada vai causando lesões nos órgãos-alvo: o coração, os rins, os olhos, os vasos periféricos e o cérebro. Falamos de insuficiência cardíaca, doença renal crónica, alterações da visão e numa das suas formas mais devastadoras de deterioração cognitiva e demência



EMA PAULINO

Entrevista Médico News

O papel da farmácia comunitária na adesão à terapêutica: um pilar na gestão coordenada e próxima do doente crónico

A propósito do Dia Mundial da Adesão, que se assinalou a 27 de março, Ema Paulino, presidente da Associação Nacional das Farmácias (ANF), analisou os resultados do inquérito “Adesão à Terapêutica na Doença Crónica – A Visão dos Doentes”, realizado este ano em Portugal.



JOANA DELGADO SILVA

Entrevista Médico News

O “regresso” da desnervação renal: novos horizontes no tratamento da hipertensão

No âmbito do Congresso Português de Cardiologia (CPC 2026), a sessão dedicada à “Hipertensão arterial resistente e inovação terapêutica” contou com a apresentação esclarecedora de Joana Delgado Silva, presidente da Associação Portuguesa de Intervenção Cardiovascular (APIC)



FERNANDO MARTOS GONÇALVES

Entrevista Médico News

Prémio Missão 70/26: 4.ª edição desafia profissionais de saúde a transformar conhecimento em ação clínica

O período de candidaturas à 4.ª edição do Prémio Missão 70/26 já está a decorrer sob o mote “Ação na HTA – Inovar para Controlar”, com o objetivo de incentivar a proatividade na gestão da hipertensão arterial em Portugal.



HELOÍSA RIBEIRO

Entrevista Médico News

“Trazer a teoria para a prática” é o desafio da 4.ª edição do Prémio Missão 70/26

A Sociedade Portuguesa de Hipertensão (SPH), em parceria com a Servier Portugal, já lançou a 4.ª edição do Prémio Missão 70/26. Subordinada ao tema “Ação na HTA – Inovar para Controlar”, a iniciativa deste ano foca-se na implementação, como explicou, em entrevista à News Farma, Heloísa Ribeiro, presidente-eleita da SPH

4.ª EDIÇÃO

PRÉMIO MISSÃO 70/26

Ação na HTA: Inovar para Controlar

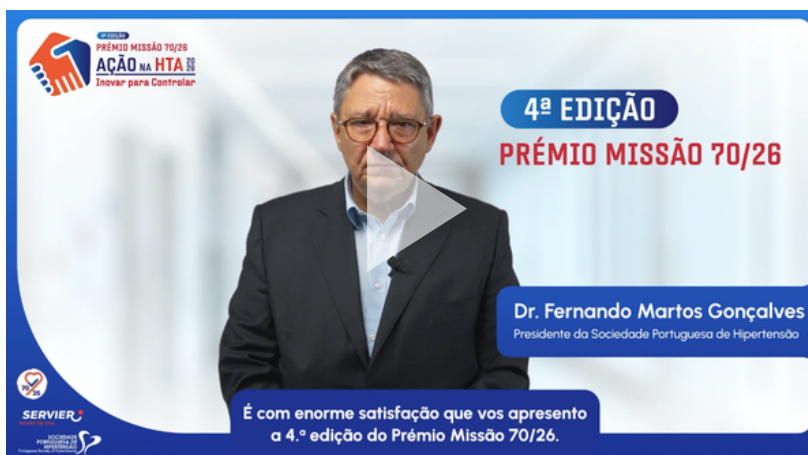


Motivar a implementação de projetos e iniciativas que otimizem o controlo tensional na Hipertensão Arterial (HTA) é o principal objetivo desta **4.ª edição** do Prémio Missão 70/26.

O foco é promover projetos inovadores junto de diferentes públicos – profissionais de saúde, doentes e comunidade – contribuindo para um melhor controlo da Pressão Arterial.

A 4.ª Edição do Prémio Missão 70/26 é dedicada à Ação na Hipertensão (HTA), estimulando projetos inovadores, simples e aplicáveis, capazes de gerar impacto real no controlo da Hipertensão Arterial.

Podem candidatar-se projetos já implementados ou em fase de implementação, que demonstrem impacto na melhoria do diagnóstico, tratamento ou adesão terapêutica na HTA.



[CANDIDATURA](#)

[REGULAMENTO](#)

Esta edição desafia os participantes a desenvolver projetos que promovam a proatividade e as consequentes ações práticas na gestão da Hipertensão.

- Como transformar as recomendações em ações úteis na gestão da HTA na prática clínica?
- Que estratégias podem simplificar a gestão da HTA na prática clínica?
- Que estratégias inovadoras podem ser desenvolvidas para contribuir para um melhor controlo tensional?
- Como se podem aplicar as recomendações de forma simples na prática clínica e na gestão dos doentes hipertensos? Ou seja, como se pode promover, de forma eficaz, a ciência da implementação, contribuindo para um melhor controlo tensional?

Pacto Estratégico para a Saúde

Reunião com o Coordenador do Pacto Estratégico para a Saúde

No dia 15 de junho de 2026, a SPH reuniu com o **Professor Adalberto Campos Fernandes**, recentemente designado pelo Senhor Presidente da República como Coordenador do Pacto Estratégico para a Saúde.

Com o objetivo de promover uma abordagem integrada às doenças crónicas, convidou a Professora Cristina Vaz de Almeida, Presidente da Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, tendo a reunião contado igualmente com a participação da **Professora Cristina Gavina**, Presidente da Sociedade Portuguesa de Cardiologia, pelo **Dr. Nuno Bonito**, Presidente da Sociedade Portuguesa de Oncologia e pelo Presidente da Sociedade Portuguesa de Hipertensão, **Dr. Fernando Martos Gonçalves**.

Esta participação conjunta reflete a importância de uma abordagem integrada às doenças crónicas, valorizando a prevenção, a literacia em saúde e a articulação entre diferentes sociedades científicas. Neste contexto, a SPH reafirma o seu compromisso com a prevenção e a promoção da saúde cardiovascular, contribuindo para a construção de respostas integradas aos principais desafios de saúde pública em Portugal.



Assembleia da República

Conferência Safe Hearts

A Sociedade Portuguesa de Hipertensão, bem como a maioria das sociedades relacionadas com a doença cardiovascular, esteve representada na conferência Safe Hearts na Assembleia da República realizada no dia 25 de junho no âmbito da sessão **“Por um Coração Melhor, para Todos”**. Esta reunião reuniu líderes nacionais e europeus para discutir a implementação em Portugal do Safe Hearts Plan, o novo plano europeu de ação para a saúde cardiovascular.

O foco central foi criar um **Programa Nacional de Saúde Cardiovascular**, reforçando prevenção, diagnóstico precoce e reabilitação. A sessão destacou que o Safe Hearts Plan, aprovado por unanimidade na UE em dezembro de 2025, exige agora implementação nacional coordenada. O objetivo principal foi comprometer a Assembleia da República, o Governo e as entidades de saúde com um programa nacional estruturado para combater as doenças cardiovasculares – ainda a principal causa de morte em Portugal (33 mil/ano).

O alinhamento contou com:

- **Carmine Pacente** – relator do Comité das Regiões da UE
- **Héctor Bueno** – coordenador científico da estratégia espanhola, para a redução da doença cardiovascular
- **Catarina Martins** – eurodeputada e relatora sobre desigualdades de género na saúde
- **Cristina Gavina** – Presidente da Sociedade Portuguesa de Cardiologia

Houve, como evento final, um debate com deputados dos principais grupos parlamentares sobre este movimento de mudança.

Resumidamente, pretende-se aproveitar este impulso Europeu de mudança para que Portugal possa implementar uma estratégia abrangente de prevenção primordial, primária e secundária que salvem vidas e mudem atitudes de prestadores, instituições e, especialmente, da população, na procura de um bem maior e, claro, na redução da morbimortalidade cardiovascular.





FERNANDO MARTOS GONÇALVES

RTP Madeira | Consultório | 20 de maio

Nesta entrevista ao programa Consultório da RTP Madeira, o Presidente da SPH, Dr. Fernando Martos Gonçalves, abordou a importância do diagnóstico precoce da hipertensão arterial e o peso da HTA no risco cardiovascular. Alertou para as consequências de viver com hipertensão não controlada e sublinhou a necessidade de cumprir a terapêutica prescrita. Falou ainda das iniciativas da Sociedade Portuguesa de Hipertensão, nomeadamente os rastreios populacionais, e respondeu em direto a perguntas colocadas pelos espectadores do programa.

[Ver entrevista completa](#)



HELOÍSA RIBEIRO

Porto Canal | Consultório | 25 de maio

No programa Consultório, do Porto Canal, a Dr.ª Heloísa Ribeiro, Presidente-Eleita da Sociedade Portuguesa de Hipertensão, alertou para os riscos da hipertensão arterial não controlada e reforçou a importância da prevenção, da adoção de hábitos de vida saudáveis e da medição regular da pressão arterial.

Destacou ainda que a hipertensão afeta cada vez mais pessoas jovens e que existem atualmente terapêuticas eficazes e acessíveis para o controlo da doença.

[Ver entrevista completa](#)

JÁ ACONTECEU

Centro de Congressos de Lagoa, Algarve

32.º Congresso Nacional de Medicina Interna

O 32.º CNMI decorreu sob o lema "Do Algarve para o Futuro – Inovação em Medicina Interna", reunindo internistas e especialistas de múltiplas áreas no regresso da Medicina Interna algarvia à organização do congresso, algo que não acontecia desde 2001.

A Sociedade Portuguesa de Hipertensão esteve representada com destaque através da conferência "**Porque temos tão poucos hipertensos controlados?**", apresentada pelo Dr. Fernando Martos Gonçalves, reforçando a relevância transversal da hipertensão arterial dentro da Medicina Interna e a importância do trabalho multidisciplinar entre sociedades científicas.

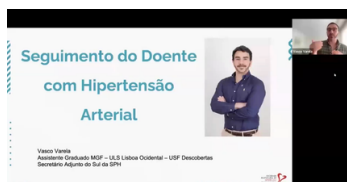


Sociedade Portuguesa de Hipertensão

Curso Essencial de Hipertensão Arterial (4.ª Edição)

A 4.ª edição do **Curso Essencial de Hipertensão Arterial**, promovida pela Sociedade Portuguesa de Hipertensão com o apoio da Adhara Academy, decorreu a 27 de junho de 2026 em formato online. A formação abordou conceitos essenciais da hipertensão arterial, procedimentos técnicos de medição da pressão arterial, requisitos para garantir leituras precisas e fiáveis, e atualização de boas práticas segundo as orientações clínicas atuais. Destinado a médicos, enfermeiros, farmacêuticos, nutricionistas e técnicos de saúde.

Pode aceder ao conteúdos deste curso [aqui](#).



JÁ ACONTECEU

ULS Entre Douro e Vouga | São João da Madeira

Dia Mundial da Hipertensão Arterial na ULS Entre Douro e Vouga

No âmbito do Dia Mundial da Hipertensão Arterial, a ULS Entre DOuro e Vouga, com apoio da SPH, realizou uma iniciativa que uniu os cuidados hospitalares e os cuidados de saúde primários da ULS junto da população de São João da Madeira.

Foram realizados **187 rastreios** de pressão arterial, numa oportunidade única de promoção da literacia e educação para a saúde.

Agradecemos ao Município de São João da Madeira pela forma calorosa como nos acolheu, à Sociedade Portuguesa de Hipertensão e à Aromáticas Vivas e AIPAN por contribuírem com o sabor de escolhas mais saudáveis para este dia especial.

Juntos, prevenimos, diagnosticamos e controlamos a hipertensão arterial!



JÁ ACONTECEU

SPH | Festival do Voluntariado, Cascais

Rastreio da SPH no Festival do Voluntariado em Cascais

No passado dia 10 de maio de 2026, participámos no Festival do Voluntariado em Cascais. Realizámos uma ação de sensibilização de risco cardiovascular e rastreio da Hipertensão Arterial em mais de **40 participantes**.

Esta ação foi dinamizada pela Sociedade Portuguesa de Hipertensão em colaboração com o Núcleo de Internos (NISPH), com participação do Presidente e Secretária Geral da SPH, a Coordenadora do Núcleo e 2 internas do Núcleo.



JÁ ACONTECEU

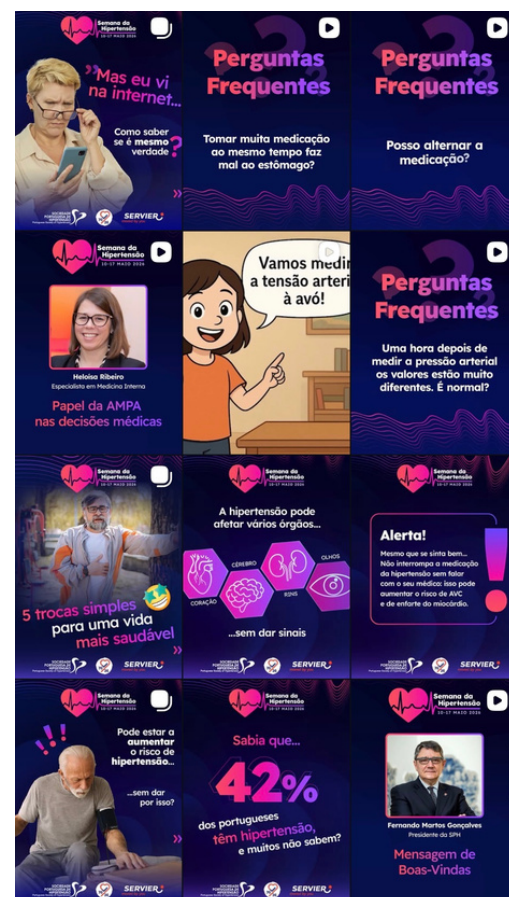
Comemoração

SEMANA DA HTA 2026

Nos passados dias 10 a 17 de maio decorreu mais uma edição da **Semana da Hipertensão** em parceria com a Servier Portugal.

Tal como em anos anteriores aproveitámos a comemoração da efeméride do dia Mundial da Hipertensão para reforçar a nossa proximidade com a comunidade. Ao longo desta semana foi reforçada a dinamização dos conteúdos nos nossos canais digitais permitindo reforçar a importância da prevenção da hipertensão, do seu correcto diagnóstico e das principais medidas terapêutica com foco na adesão às mesmas. Tivemos ainda oportunidade de partilhar testemunhos de doentes que vivem com hipertensão, de fornecer conselhos clínicos e de esclarecer dúvidas que permitem melhorar o conhecimento desta patologia. Aproveitámos ainda esta semana para divulgar junto dos profissionais de saúde as atividades formativas da SPH.

Os resultados finais corresponderam às expectativas: A edição de 2026 destacou-se pelo forte desempenho digital alcançado nas diferentes plataformas, gerando mais de 2,5 milhões de impressões, elevados níveis de visualização de vídeo e um engagement muito significativo junto da comunidade.



Sociedade Portuguesa de Hipertensão

Curso Diferenciado em Hipertensão Arterial

Nos dias 15 e 16 de outubro de 2026, terá lugar a 4.^a Edição do **Curso Diferenciado em Hipertensão Arterial**, que se realizará em **Lisboa**.

Este curso, dirigido a profissionais de saúde com interesse na área da hipertensão arterial e do risco cardiovascular, tem como objetivo promover a atualização científica e o aprofundamento de conhecimentos nos temas mais relevantes para a prática clínica, contribuindo para uma melhor abordagem diagnóstica e terapêutica destes doentes.

A iniciativa é promovida pela Sociedade Portuguesa de Hipertensão.

[Clique para saber mais](#)



AGENDA



Save the Date

21.º Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global

International Meeting on Hypertension and Global Cardiovascular Risk

18 a 21 de fevereiro de 2027
Algarve, Portugal

Estamos a preparar a 21.ª edição do Congresso Português de Hipertensão e Risco Cardiovascular Global, pensada especialmente para si.

O nosso objetivo é estar cada vez mais próximos da sua prática clínica diária, consolidando conhecimentos fundamentais, promovendo a atualização científica e estimulando a descoberta das mais recentes novidades na área da Hipertensão Arterial e do Risco Cardiovascular Global.

Esta edição contará com várias novidades, formatos dinâmicos e momentos de interação que prometem tornar o congresso ainda mais enriquecedor e memorável.

CLICA PARA SABER MAIS



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

