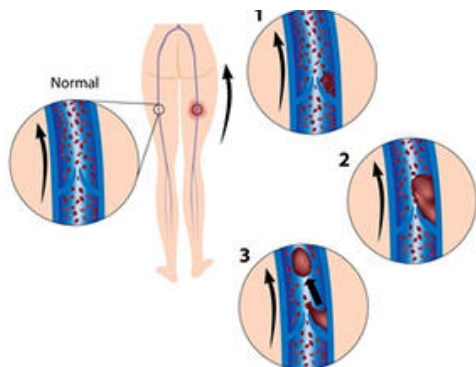


# Trombose venosa profunda e embolia pulmonar associadas a viagem de avião



Trombose venosa profunda ocorre quando um coágulo de sangue se forma em veias profundas da perna e obstruem o retorno venoso para o coração. Isto pode fazer a perna inchar e pode causar dor na panturrilha; contudo, às vezes cursa sem sintomas.

Embolia pulmonar ocorre quando coágulos de sangue saem das veias onde se desenvolveram, viajam pelo lado direito do coração e se alojam em vasos sanguíneos grandes ou pequenos que seguem para os pulmões (artérias pulmonares). Isto pode causar sintomas como dor no peito, dificuldade para respirar ou tosse com sangue. Em casos graves, pode resultar em colapso e morte súbita. Voos demorados ou múltiplos voos em um curto período podem causar trombose venosa profunda e embolia pulmonar. Qualquer situação em que os joelhos ficam dobrados por períodos prolongados sem muita movimentação ativa pode levar à redução do fluxo de sangue com aumento do risco de desenvolver coágulos de sangue. Outros fatores podem aumentar o risco, como cirurgia recente, uso de contraceptivos orais ou terapia hormonal, gravidez, câncer, problemas cardíacos e idade avançada. Fatores genéticos hereditários também podem contribuir.

## PREVENÇÃO

Meias elásticas de compressão graduada adequadamente ajustadas mostraram ter algum valor.

Para pessoas de alto risco, como aquelas com episódio anterior de trombose, heparina de baixo peso molecular pode ser prescrita por um médico de assistência primária e pode ser autoadministrada por meio de uma injeção sob a pele logo antes de um voo.

Levantar com frequência e andar pelo corredor do avião aumenta o fluxo de sangue e pode reduzir o risco de formação de coágulos, mas nem sempre é viável ou seguro.

A medida preventiva mais simples é “bombear os pés frequentemente enquanto permanecer no seu assento”. Alternar elevando os dedos dos pés e depois os calcanhares aumenta o fluxo de sangue nas veias das panturrilhas e diminui o risco de formação de coágulos.

## Referências

FOR MORE INFORMATION

World Health Organization Research Into Global Hazards of Travel (WRIGHT) Project

[www.who.int/cardiovascular\\_diseases/wright\\_project/phase1\\_report/WRIGHTREPORT.pdf](http://www.who.int/cardiovascular_diseases/wright_project/phase1_report/WRIGHTREPORT.pdf)

The Surgeon General's Call to Action to Prevent Deep Vein Thrombosis and Pulmonary Embolism

[www.surgeongeneral.gov/library/calls/deepvein/call-to-action-on-dvt-2008.pdf](http://www.surgeongeneral.gov/library/calls/deepvein/call-to-action-on-dvt-2008.pdf)

## Sobre o editor

© 2014 American Medical Association.

All rights reserved. This journal and the individual contributions contained in it are protected under copyright by AMA, and the following terms and conditions apply to their use.

JAMA® is a registered trademark of AMA, used under license.

The JAMA Network is a trademark of AMA, used under license.

Notice No responsibility is assumed by AMA for any injury and/or damage to persons or property as a matter of products liability, negligence or otherwise, or from any use or operation of any methods, products, instructions, or ideas contained in the material herein. Because of rapid advances in the medical sciences, in particular, independent verification of diagnoses and drug dosages should be made.

The translation has been undertaken by a third party translation provider at its sole responsibility. No responsibility is assumed by AMA in relation to the translation or for any injury and/or damage to persons or property as a matter of products liability, negligence or otherwise, or from any use or operation of any methods, products, instructions, or ideas contained in the material herein. Because of rapid advances in the medical sciences, in particular, independent verification of diagnoses and drug dosages should be made. Source material in English and as translated remains the intellectual property of the AMA.