

ECG de Holter: O que é e como funciona

O Holter é um exame que permite monitorizar a atividade elétrica do coração durante um período prolongado, geralmente 24 a 48 horas. Este exame é particularmente útil para detetar arritmias, avaliar a frequência cardíaca e compreender a relação entre sintomas e a atividade cardíaca. Neste texto, vamos explorar o que é o Holter, como é realizado e quais são os seus objetivos.

O que é um Holter?

O Holter é um dispositivo portátil que regista continuamente os batimentos do coração. Ele consiste em pequenos eléctrodos que são colocados na pele do peito e conectados a um gravador que armazena os dados. Este exame é chamado assim em homenagem ao seu inventor, o médico americano Norman Holter.

Como é realizado um exame Holter?

A realização de um exame Holter é simples e não invasiva. Veja as etapas típicas do processo:

1. **Preparação:** O paciente é convidado a vestir roupas confortáveis. Antes de colocar os eléctrodos, a pele do peito é limpa para garantir uma boa aderência.
2. **Colocação dos eléctrodos:** O técnico coloca vários eléctrodos adesivos na pele do peito. Estes eléctrodos captam a atividade elétrica do coração e enviam os sinais para o gravador.
3. **Ligação ao gravador:** O gravador, que é pequeno e portátil, é preso à cintura do paciente ou usado com uma correia no ombro. Este aparelho regista a atividade elétrica do coração durante o período de monitorização.
4. **Atividades diárias:** Durante o exame, o paciente pode realizar a maioria das suas atividades normais, como trabalhar, fazer compras ou praticar exercício leve. No entanto, é importante evitar molhar os eléctrodos e informar o técnico sobre qualquer sintoma que ocorra durante o período de monitorização.
5. **Retirada do dispositivo:** Após o período estabelecido, o paciente retorna à clínica para a remoção dos eléctrodos e do gravador.

Para que serve o Holter?

O exame Holter tem várias aplicações na avaliação da saúde cardíaca:

1. **Deteção de arritmias:** O Holter é especialmente eficaz na identificação de arritmias, que são batimentos cardíacos irregulares que podem não ser captados durante um eletrocardiograma (ECG) de repouso.
2. **Avaliação da frequência cardíaca:** O exame ajuda a monitorizar a frequência cardíaca ao longo do dia e da noite, permitindo identificar episódios de taquicardia (batimentos rápidos) ou bradicardia (batimentos lentos).
3. **Correlação com sintomas:** Os pacientes são geralmente instruídos a manter um diário onde anotam os momentos em que sentem sintomas, como dor no peito, falta de ar ou palpitações. Isso ajuda os médicos a correlacionar os sintomas com as anomalias detetadas durante a monitorização.
4. **Avaliação da Eficácia de Tratamentos:** Para pacientes em tratamento de doenças cardíacas, o Holter pode ser utilizado para monitorizar a eficácia de medicamentos e outros tratamentos.

Interpretação dos resultados

Após a conclusão do exame, os dados recolhidos são analisados por um cardiologista. O médico avaliará o traçado eletrocardiográfico em busca de anomalias e determinará se são necessárias intervenções ou ajustes no tratamento.

Conclusão

O exame Holter é uma ferramenta valiosa na monitorização da saúde cardíaca. É um procedimento simples e seguro que oferece informações importantes sobre a atividade elétrica do coração durante um período prolongado. Se o seu médico recomendar um exame Holter, saiba que este é um passo importante para compreender melhor a sua saúde cardiovascular. Não hesite em discutir com o seu médico quaisquer dúvidas ou preocupações que possa ter sobre o exame. A deteção precoce e a monitorização eficaz são essenciais para manter um coração saudável.