

# Copa do Mundo: médico alerta para riscos cardíacos nos jogos

Cardiologista petropolitano explica como a emoção das partidas pode afetar a saúde

Fernando Frazão/Agência Brasil

Por Gabriel Rattes

A expectativa por uma Copa do Mundo costuma mobilizar milhões de torcedores e provocar reações intensas durante os jogos. Mas o que muitas pessoas consideram apenas nervosismo pode ter efeitos reais sobre o organismo. Em entrevista ao Correio Petropolitano Debate, o médico cardiologista Aloisio Barbosa Filho explicou como a emoção das partidas pode impactar a saúde cardiovascular e quais cuidados devem ser adotados para acompanhar os jogos com mais segurança.

Segundo o especialista, situações de grande tensão, como partidas decisivas da seleção brasileira ou do time do coração, estimulam a liberação de adrenalina pelo organismo. Essa resposta natural pode provocar sintomas como aceleração dos batimentos cardíacos, suor excessivo, sensação de frio e ansiedade.

“Quando você fica naquela expectativa de um jogo decisivo, libera adrenalina porque está nervoso. Isso estimula o coração e pode causar taquicardia, suor frio e outros sintomas relacionados à ansiedade”, explicou.

## Mistura de álcool e energético

Um dos principais alertas feitos pelo cardiologista é sobre o consumo de bebidas alcoólicas associado à energéticos, prática comum entre alguns torcedores durante grandes eventos esportivos.

De acordo com Aloisio, a combinação é contra indicada porque pode aumentar a estimulação do coração e favorecer o surgimento de arritmias cardíacas, especialmente em pessoas que já apresentam fatores de risco.

“A mistura de bebida alcoólica com energético pode provocar alterações importantes no ritmo cardíaco. Se a pessoa já está nervosa e ansiosa por causa do jogo, o risco pode ser ainda maior”, destacou.

## Atenção redobrada

Pessoas com hipertensão arterial, arritmias, insuficiência cardíaca ou histórico recente de infarto devem ter cuidados especiais durante os jogos. Em alguns casos, a recomendação médica pode ser até mesmo evitar acompanhar partidas muito emocionantes.

O cardiologista relatou que,



Especialista ressaltar tipos de bebidas e alimentos que podem ser prejudiciais durante as partidas



Arquivo Tvc

Cardiologista foi entrevistado no Correio Petropolitano Debate

durante sua atuação em unidades de terapia intensiva cardiológica, pacientes em recuperação de cirurgias cardíacas ou eventos cardiovasculares recentes eram orientados a não assistir a jogos justamente para evitar situações de estresse emocional.

“Quem acabou de infartar, quem tem uma arritmia não controlada ou problemas cardíacos mais graves pode ter uma descompensação do quadro por causa da ansiedade e da emoção do jogo”, afirmou. Segundo ele, a elevação da

pressão arterial e do ritmo cardíaco provocada pelo estresse pode desencadear complicações em pessoas predispostas.

## Sinais exigem atenção

Embora a aceleração dos batimentos possa ocorrer apenas

por nervosismo, alguns sintomas merecem avaliação médica, principalmente quando surgem de forma intensa ou inesperada. Entre os sinais de alerta citados pelo especialista estão:

- \* Batimentos cardíacos muito acelerados;
- \* Tontura ou sensação de desmaio;
- \* Pontos luminosos na visão;
- \* Dor intensa na nuca;
- \* Náuseas e vômitos;
- \* Dor de cabeça forte e persistente;
- \* Mal-estar associado à pressão alta.

A recomendação é procurar atendimento médico o mais rápido possível caso esses sintomas apareçam durante ou após a partida.

## Como torcer com mais segurança?

Para reduzir os riscos, Aloisio orienta que pessoas com doenças cardiovasculares mantenham acompanhamento médico regular e não abandonem o tratamento, mesmo nos dias de jogo. As principais recomendações incluem:

- \* Tomar corretamente os medicamentos prescritos;
- \* Evitar o consumo excessivo de álcool;
- \* Não misturar bebidas alcoólicas com energéticos;
- \* Respeitar orientações médicas em casos de problemas cardíacos recentes;
- \* Buscar ajuda médica diante de sintomas suspeitos;
- \* Tentar controlar a ansiedade durante as partidas.

“Torcer é uma paixão e sabemos que é difícil controlar a emoção. Mas é importante acompanhar os jogos com tranquilidade, sem deixar que a ansiedade tome conta”, orientou.

## Saúde em primeiro lugar

A cada edição da Copa do Mundo, expressões como “meu coração quase saiu pela boca” voltam a fazer parte do vocabulário dos torcedores. Segundo o cardiologista, apesar do tom bem-humorado da frase, ela retrata uma reação física real que pode ocorrer em momentos de grande tensão.

Para a maioria das pessoas, os sintomas são passageiros. Já para quem possui doenças cardiovasculares ou fatores de risco, a emoção excessiva pode representar um perigo maior. Por isso, a orientação é simples: torcer, vibrar e acompanhar os jogos, mas sem descuidar da própria saúde.