



PARA ADULTOS QUE VIVEM
COM HIPERTENSÃO ARTERIAL
PULMONAR (HAP)

Entender seu diagnóstico de HAP é crucial¹

**A HAP pode ser rara,
mas você não está
sozinho(a).¹**

Estima-se que, em 2021,
cerca de 192 mil pessoas
viviam com HAP no
mundo todo.²

ESTE GUIA FOI FEITO PARA TE
AJUDAR NA COMPREENSÃO DA
DOENÇA.

Paciente fictícia.





Paciente fictícia.

Entendendo a HAP

Um diagnóstico de hipertensão arterial pulmonar (HAP) pode levar tempo. Quando ele finalmente vem, pode ser que você sinta que há muitas coisas para processar.³ Aprender mais sobre a HAP e as opções de tratamento é um primeiro passo que pode te ajudar a se sentir mais preparado(a) e confiante, e ao mesmo tempo te empoderar para a participação ativa nas decisões tomadas em conjunto com sua equipe de tratamento.⁴

Sumário

Neste guia, você aprenderá:

Como a HAP afeta seu corpo

Página 3

Os sintomas da HAP

Página 3

Exames e testes comuns para monitorar a HAP

Página 5

Classes funcionais da HAP

Página 6

Como a HAP é tratada

Página 7

Dicas para conviver com a HAP

Página 8

Perguntas para sua equipe de tratamento

Página 10

Como a HAP afeta seu corpo?

A HAP afeta os pulmões e o coração, levando a sintomas em todo o corpo.^{2,5}

A HAP é um tipo de pressão sanguínea elevada nas artérias pulmonares (vasos sanguíneos nos pulmões). **Em pessoas que vivem com HAP, as paredes dessas artérias engrossam, o que também estreita o espaço pelo qual o sangue pode fluir.** O lado direito do coração precisa então trabalhar mais para bombear o sangue até os pulmões.^{1,2}

Com o tempo, o lado direito do coração pode se enfraquecer e perder a funcionalidade. Como resultado, menos oxigênio é transportado pelo corpo.⁶

Quais os sintomas da HAP?

A HAP pode ser diferente de pessoa para pessoa. Você pode experimentar sintomas durante atividades diárias como caminhar ou subir escadas.

Os sintomas comuns incluem:⁵



Falta de ar



Fadiga



Inchaço



Tontura



Desconforto
no peito

Quando a HAP se torna mais avançada, você pode notar sinais de que seu corpo não está obtendo oxigênio o suficiente. Esses sinais podem incluir:⁴



Desmaios



Lábios, dedos
das mãos ou dos
pés azulados.



Quais exames e testes podem ajudar os médicos a acompanhar a HAP?

Os especialistas recomendam consultas regulares de acompanhamento a cada 3 a 6 meses, ou conforme for orientado pelo seu médico. Como as necessidades de acompanhamento podem variar, fale com seu médico.⁴

Alguns exames para a HAP:

Exames de coração e pulmão^{4,5}

- **Cateterismo cardíaco direito (CCD):** mede a pressão sanguínea no pulmão. Esse exame confirma que você tem HAP.
- **Eletrocardiograma (ECG):** monitora a atividade elétrica do coração e detecta sinais de esforço dele.
- **Ressonância magnética (RM):** produz imagens detalhadas de seu coração e dos vasos sanguíneos vizinhos.
- **Raio-x do tórax:** fornece uma imagem do coração e dos pulmões.

Testes de esforço^{4,5}

- **Teste de caminhada de seis minutos (TC6M):** mede a distância que você consegue andar em 6 minutos. Pode ser usado para ajudar a acompanhar sua resistência e progresso ao longo do tempo.
- **Teste de esforço cardiopulmonar (TECP):** mede a resposta do seu coração e dos seus pulmões à atividade física. Geralmente é feito com uma esteira ou uma bicicleta ergométrica.

Exames de sangue^{4,5}

- **Exame de BNP ou NT-proBNP:** mede a quantidade de certas proteínas produzidas pelos vasos sanguíneos do seu coração e dos seus pulmões em uma amostra do seu sangue. Esse exame pode ajudar a verificar a saúde do seu coração.
- **Contagem das células sanguíneas:** mede o número e o tamanho de suas células sanguíneas. Ajuda a detectar anemia (baixa contagem de células vermelhas) e condições que possam estar afetando seu corpo.

**SUA EQUIPE DE TRATAMENTO
PODE USAR VÁRIOS EXAMES
E TESTES PARA ENTENDER
MELHOR SUA CONDIÇÃO^{4,5}**

Observar seus sintomas e relatá-los ao seu médico pode ajudá-lo a avaliar os exames e testes mais adequados para você.^{1,4}

A CLASSE FUNCIONAL É UMA PARTE DO ENTENDIMENTO DO STATUS DE RISCO GERAL.⁴

Seu médico pode usar muitos procedimentos para entender o seu *status* de risco (baixo, intermediário ou alto).⁴

Estes podem incluir determinados exames de sangue, como o NT-proBNP, e o TC6M.⁴

Fale com seu médico e equipe de tratamento para entender melhor a HAP.⁴

Quais são as classes funcionais da HAP?

A Organização Mundial de Saúde agrupa a HAP em quatro classes funcionais com base no modo como os sintomas afetam a vida diária.⁴

O que cada classe funcional significa?⁴

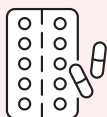
Classe 1	Classe 2	Classe 3	Classe 4
- Sem sintomas em repouso. - Sem sintomas durante atividades habituais. 	- Sem sintomas em repouso. - O paciente pode sentir falta de ar durante atividades habituais. 	- Confortável em repouso. - Mesmo atividades leves podem causar falta de ar. 	- Os sintomas podem estar presentes mesmo em repouso. - Os sintomas, incluindo falta de ar, podem se manifestar com pouca atividade física. 

Como a HAP é tratada

Viver com HAP é uma condição que varia de pessoa para pessoa, e assim também é o tratamento. Sua equipe de tratamento te ajudará a montar um plano que se encaixe em suas necessidades e objetivos, desde as opções de tratamento até o suporte adicional.⁷

Opções de medicamentos para HAP

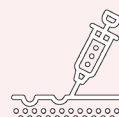
Há diferentes medicamentos específicos para HAP. Eles podem ser:⁷



Ingeridos
(via oral)



Aspirados por meio
de um inalador ou
nebulizador (inalados)



Administrados por
meio de uma injeção
subcutânea

Esses medicamentos funcionam de formas diferentes. Alguns ajudam a melhorar o fluxo sanguíneo nas artérias de seus pulmões. Outros ajudam seu coração e seus pulmões a trabalhar de forma mais eficiente.⁷

Ao colaborar com seu médico, você pode explorar diversas opções de tratamento para escolher aquela que se encaixa melhor nas suas necessidades.⁷

Sua equipe de tratamento também pode recomendar:



Terapia com oxigênio
que pode ajudar a manter os
níveis de oxigênio regulares.⁷



Mudanças no estilo de vida
como exercícios e hábitos saudáveis
que fortalecem seu corpo.⁸

**CONTE AO
MÉDICO SE VOCÊ
ESTIVER GRÁVIDA
OU SE PLANEJA
ENGRAVIDAR.⁴**

É importante conversar abertamente com seu médico sobre gravidez e planejamento familiar, para que juntos vocês possam tomar decisões sobre qual a melhor conduta.⁴

Dicas para conviver com a HAP

Viver com HAP é uma condição que traz altos e baixos, tanto físicos como emocionais. Seja generoso(a) consigo mesmo(a). E lembre-se, você não precisa lidar com tudo sozinho(a).⁴

Algumas maneiras de te ajudar a lidar com a HAP:



Observe seus sintomas entre as consultas.⁸



Tome os medicamentos de acordo com a prescrição.⁴



Permaneça ativo(a) de uma forma que seja a correta para você e de acordo com as orientações de seu médico.⁴



Compareça às consultas regulares com a equipe de tratamento (a cada 3 a 6 meses para alguns pacientes, ou segundo orientações de seu médico).⁴



Tire todas as suas dúvidas com seu médico e equipe de tratamento. Conte todas as suas preocupações.⁴



Conecte-se com outras pessoas que vivem com HAP. Elas podem entender melhor o que você está passando.⁴

VIAGENS

Você precisará fazer certos planejamentos antes de viajar:⁴

- Se você for viajar para um lugar com altitude elevada (mais de 1.500 metros acima do nível do mar), diga isso ao seu médico.
- Leve medicamentos extras, uma lista dos medicamentos e um documento com informações sobre sua doença.
- Certifique-se de que seus medicamentos estejam embalados e armazenados corretamente.

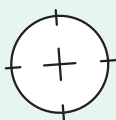
Dicas para observar regularmente seus sintomas

É importante observar seus sintomas entre as consultas e compartilhá-los com sua equipe de tratamento.^{6,8}



Formas de anotação⁸

Use um diário, um aplicativo ou notas no seu celular



Seja específico(a)⁸

Anote o que você sentiu, quando aconteceu e o que você estava fazendo.



Observe os padrões⁸

Você está mais cansado(a) em determinados dias, ou sentindo falta de ar mais rapidamente do que costumava?



Leve suas anotações em todas as consultas^{4,8}



Sempre fale com o médico^{4,8}

Não espere o médico perguntar por alguma coisa. Compartilhe o que você notou, mesmo que pareça pouca coisa.

**VOCÊ É QUEM
CONHECE MELHOR
O SEU CORPO.**

Compartilhe o que você observou com sua equipe de tratamento. Quando seu médico sabe dos seus sintomas, juntos vocês podem tomar melhores decisões sobre seu tratamento.^{1,8}

Colabore com sua equipe de tratamento

Estar ciente e conhecer mais sua condição e opções de tratamento pode te ajudar a se sentir mais confiante e empoderar as escolhas compartilhadas com seu médico.^{1,4,8}



Aqui há algumas perguntas que podem ajudar a orientar sua próxima conversa:^{1,4,8}



Qual a causa da minha HAP?



Podemos discutir meu *status* de risco e como ele é medido?



Quais são os benefícios e riscos do meu plano de tratamento?



Eu vou observar meus sintomas diariamente. Na minha próxima consulta, podemos analisar minhas anotações para acompanhar meu nível de risco ao longo do tempo?



Qual será a frequência das minhas consultas de acompanhamento?



Quais tratamentos estão disponíveis? O que isso pode significar para meu plano de tratamento?



Quais mudanças em meu estilo de vida podem me ajudar a lidar com meus sintomas?



Quais recursos vocês recomendam para que eu aprenda mais sobre a HAP e obtenha suporte?

Observações:

.....

.....

.....

.....

A comunidade da HAP é forte e está aí para ajudar

As organizações ligadas à HAP oferecem orientações, ferramentas para serem aplicadas na vida diária e oportunidades para se conectar com outras pessoas que vivem com HAP. Algumas organizações que podem ajudar:



Casa Hunter, instituição sem fins lucrativos voltada a pacientes com doenças raras:
(11) 2776-3647 / (11) 99435-1299
casahunter@casahunter.org.br



ABRAF, Associação Brasileira de Apoio à Família com Hipertensão Pulmonar e Doenças Correlatas:
0800-042-0070.



Instituto Unidos pela Vida, organização social sem fins lucrativos voltada a pessoas com fibrose cística, doenças raras e doenças respiratórias:
(41) 99630-0022 / contato@unidospelavida.org.br.

Este conteúdo não foi elaborado em parceria com as organizações aqui citadas nem recebeu patrocínio destas, e tem como objetivo apenas informar quais as redes de apoio ao paciente disponíveis.

SUA OPINIÃO É IMPORTANTE EM TODAS AS CONSULTAS.

Conte ao médico tudo sobre seus sintomas, seja alguma mudança que você notou no seu estado de saúde ou algo que vem te incomodando há algum tempo. Registre tudo o que notar entre as consultas, não espere o médico perguntar. Falar dos seus sintomas pode ajudar seu médico a entender melhor sua HAP e como ele e a equipe podem te ajudar.^{1,4,8}

Referências:

1. American Lung Association. Understanding Your Lung Health: PAH. Disponível em: <https://www.lung.org/getmedia/ccd84d25-39b6-48fa-a174-1c0dbd59d03a/ALA-Lung-Health-PAH-V5.pdf>. Acessado em 27 de outubro de 2025.
2. GBD 2021 Pulmonary Arterial Hypertension Collaborators. Global, regional, and national burden of pulmonary arterial hypertension, 1990–2021: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *Lancet Respir Med*. 2025;13:69–79.
3. Ismail R, Hegab S, Kelly B et al. Serious illness conversations in pulmonary hypertension. *Pulm Circ*. 2021;11(4):1-6.
4. Humbert M, Kovacs G, Hoeper MM et al; ESC/ERS Scientific Document Group. 2022 ESC/ERS Guidelines for the diagnosis and treatment of pulmonary hypertension. *Eur Heart J*. 2022;43(38):3618-3731.
5. American Lung Association. What Are the Symptoms of Pulmonary Arterial Hypertension? Disponível em: <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-arterial-hypertension/symptoms-diagnosis>. Acessado em 27 de outubro de 2025.
6. American Lung Association. Learn About Pulmonary Arterial Hypertension. Disponível em: <https://www.lung.org/lung-health-diseases/lung-disease-lookup/pulmonary-arterialhypertension/learn-about-pulmonary-arterial-hypertension>. Acessado em 19 de novembro de 2025.
7. Pulmonary Hypertension Association (PHA). Treatments. Disponível em: <https://phassociation.org/patients/treatment>. Acessado em 27 de outubro de 2025.
8. Mayo Clinic. Pulmonary hypertension. Disponível em: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pulmonary-hypertension/diagnosis-treatment/drc-20350702>. Acessado em 19 de novembro de 2025.

Este material informativo não substitui a conversa com um médico, pois apenas esse profissional poderá te orientar sobre a prevenção de doenças e o uso adequado de medicamentos. Não tome nenhum medicamento sem ter recebido orientação médica.

Copyright © 2026 Merck & Co., Inc., Rahway, NJ, EUA, e suas afiliadas.
Todos os direitos reservados.
BR-SOT-00232 PRODUZIDO EM MARÇO/2026 VÁLIDO POR 2 ANOS

