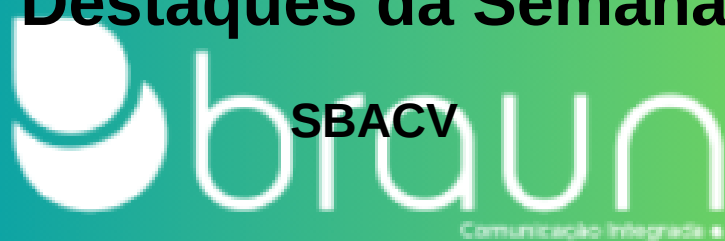


## **Destaques da Semana**

**SBACV**



|                                                                                                                                                        |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Jornal Monitor Mercantil   Rio de Janeiro</b> (Conjuntura - 04/07/2026)<br>Rápidas                                                                  | 7  |
| <b>Monitor Mercantil Online   Rio de Janeiro</b> (Noticias - 04/06/2026)<br>Fórum de Financiadores do Sul Global – 2026                                | 8  |
| <b>Folha de Boa Vista   Roraima</b> (Noticias - 04/03/2026)<br>ESPLANADEIRA                                                                            | 10 |
| <b>Jornal Diário de São Paulo   São Paulo</b> (Noticias - 04/03/2026)<br>ESPLANADEIRA                                                                  | 11 |
| <b>Jornal Diário de Taubaté   São Paulo</b> (Coluna Esplanada - 04/03/2026)<br>ESPLANADEIRA                                                            | 12 |
| <b>Jornal Estado de Minas   Minas Gerais</b> (Bem Viver - 04/04/2026)<br>Socorro, meu Deus, a menopausa chegou!                                        | 13 |
| <b>A voz que Clama no Deserto   São Paulo</b> (Noticias - 04/07/2026)<br>Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                 | 15 |
| <b>Afina Menina   Paraná</b> (Noticias - 04/04/2026)<br>Quatro riscos da circulação que toda mulher deve conhecer                                      | 17 |
| <b>Bebedouro News  </b> (Noticias - 04/08/2026)<br>Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.                   | 19 |
| <b>Brasil em Folhas   Goiás</b> (Noticias - 04/07/2026)<br>Insuficiência venosa: sintomas e tratamentos disponíveis                                    | 21 |
| <b>CBN Santos   São Paulo</b> (Noticias - 04/06/2026)<br>Desbandada no PSD: Governador Ratinho Junior em alerta                                        | 22 |
| <b>Coluna Esplanada   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/03/2026)<br>Esplanadeira 3/4/2026                                                            | 24 |
| <b>Correio Do Triângulo   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/03/2026)<br>COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro                             | 25 |
| <b>Deu Bom Brasília   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/09/2026)<br>Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista | 27 |
| <b>Diário da Cidade News   Mato Grosso do Sul</b> ((Não definido) - 04/07/2026)<br>Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis       | 29 |

|                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Diário de Foz   Paraná</b> (Noticias - 04/03/2026)                                       |    |
| Presidente Lula prorrogou, até novembro deste ano, a Assessoria Extraordinária para a COP30 | 31 |
| <b>Diário de Maringá   Paraná</b> (Noticias - 04/03/2026)                                   |    |
| COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro                                        | 33 |
| <b>Diário de Taubaté   São Paulo</b> (Noticias - 04/03/2026)                                |    |
| Coluna Esplanada – A COP que não acaba                                                      | 35 |
| <b>Diário Indústria &amp; Comércio   Paraná</b> (Noticias - 04/03/2026)                     |    |
| A COP que não acaba                                                                         | 37 |
| <b>Estado de Minas online   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/06/2026)                        |    |
| COP que nao acaba: Lula prorroga comitê até novembro                                        | 39 |
| <b>Estado de Minas online   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/04/2026)                        |    |
| Socorro, a menopausa chegou!                                                                | 41 |
| <b>Estado de Minas online   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/09/2026)                        |    |
| Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta médico                  | 43 |
| <b>Folha BV   Roraima</b> (Noticias - 04/03/2026)                                           |    |
| Governo prorroga assessoria da COP30 após evento esvaziado de líderes                       | 45 |
| <b>Folha Vitória   Espírito Santo</b> (Noticias - 04/03/2026)                               |    |
| A COP que não acaba                                                                         | 47 |
| <b>G1.Globo   Nacional</b> (Campinas e Região - 04/07/2026)                                 |    |
| Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                               | 49 |
| <b>Gazeta -São José do Rio Pardo   São Paulo</b> (Noticias - 04/03/2026)                    |    |
| A COP que não acaba                                                                         | 52 |
| <b>Gazeta da Semana   São Paulo</b> (Noticias - 04/07/2026)                                 |    |
| No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares      | 54 |
| <b>Gazeta da Semana   São Paulo</b> (Noticias - 04/08/2026)                                 |    |
| Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.           | 56 |
| <b>GMPS   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/06/2026)                                      |    |
| EXERCÍCIOS GARANTEM MELHOR SAÚDE VASCULAR E QUALIDADE DE VIDA                               | 58 |
| <b>Jornal Correio de Uberlândia   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/03/2026)                  |    |
| COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro                                        | 59 |

|                                                                                                                         |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Jornal da Cidade   Sergipe</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                               |    |
| A COP que não acaba                                                                                                     | 61 |
| <b>Jornal de Uberaba   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                         |    |
| COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro                                                                    | 63 |
| <b>Jornal do Belém   São Paulo</b> (Noticias - 04/08/2026)                                                              |    |
| Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.                                       | 65 |
| <b>Metropolitana Litoral   São Paulo</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                        |    |
| Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                                                           | 67 |
| <b>Midia Max   Mato Grosso do Sul</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                           |    |
| Governo insiste em COP30 após constrangimento com evento da ONU                                                         | 70 |
| <b>Minas1   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                                    |    |
| A COP que não acaba                                                                                                     | 72 |
| <b>Mossoró Hoje   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                       |    |
| [COLUNA ESPLANADA] aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD                                        | 74 |
| <b>Mossoró Hoje   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                       |    |
| [COLUNA ESPLANADA] Aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixaram o PSD                                      | 76 |
| <b>Multipliczine   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/08/2026)                                                             |    |
| Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.                                       | 78 |
| <b>Na Garopaba   Santa Catarina</b> (Noticias - 04/09/2026)                                                             |    |
| No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares                                  | 80 |
| <b>O Dia RJ Online   Rio de Janeiro</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                         |    |
| Leandro Mazzini: A COP que não acaba                                                                                    | 82 |
| <b>O Globo Online   Nacional</b> (Saúde - 04/09/2026)                                                                   |    |
| Lipedema: Yasmin Brunet mostra perda de 25kg após tratamento; veja os sintomas da doença que atinge 1 a cada 5 mulheres | 84 |
| <b>O quarto poder   Maranhão</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                                |    |
| No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares                                  | 87 |
| <b>O Rio Branco   Acre</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                                      |    |
| A COP que não acaba                                                                                                     | 89 |
| <b>O Tempo   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/08/2026)                                                                   |    |

|                                                                                                                                        |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Assim como Anitta, Camila Loures removeu veia da testa; entenda o procedimento                                                         | 91  |
| <b>Ousados Moda   São Paulo</b> (Noticias - 04/09/2026)                                                                                |     |
| Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista                                                       | 92  |
| <b>Polo Médico   Pernambuco</b> (Noticias - 04/10/2026)                                                                                |     |
| Abril Laranja é o mês de conscientização de riscos e prevenção de amputações                                                           | 94  |
| <b>Ponja   Maranhão</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                                                        |     |
| No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares                                                 | 96  |
| <b>Portal Filipe Mello   Paraíba</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                                           |     |
| Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular reunirá especialistas para discutir avanços na Cirurgia Vascular | 97  |
| <b>Portal GRNEWS   Minas Gerais</b> (Noticias - 04/10/2026)                                                                            |     |
| Sedentarismo digital acende alerta para a saúde circulatória de jovens adultos                                                         | 99  |
| <b>Portal Metrôpoles Online   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                             |     |
| Três raízes que combatem a hipertensão e protegem a saúde vascular                                                                     | 101 |
| <b>Portal Metrôpoles Online   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/03/2026)                                                             |     |
| Flacidez: médico revela como tratar a quebra do colágeno sem cirurgia                                                                  | 103 |
| <b>Portal Metrôpoles Online   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/04/2026)                                                             |     |
| Hábito comum pode elevar o colesterol e a gordura corporal; veja qual                                                                  | 105 |
| <b>Portal Metrôpoles Online   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                             |     |
| Camila Loures tira veia da testa; especialistas explicam procedimento                                                                  | 107 |
| <b>Portal Metrôpoles Online   Distrito Federal</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                             |     |
| Doce veneno: como o excesso de açúcar afeta o sistema circulatório                                                                     | 109 |
| <b>R?DIO GAZETA  </b> (Noticias - 04/07/2026)                                                                                          |     |
| Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                                                                          | 111 |
| <b>Radio Calçadão   Acre</b> (Noticias - 04/07/2026)                                                                                   |     |
| Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                                                                          | 113 |
| <b>Rádio Pro Arte   Mato Grosso</b> ((Não definido) - 04/07/2026)                                                                      |     |
| Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis                                                                          | 115 |
| <b>Revista Malu   Nacional</b> (Noticias - 04/08/2026)                                                                                 |     |
| Gravidez aumenta risco de trombose e exige atenção à circulação                                                                        | 118 |

**Sala da Notícia | São Paulo** (Noticias - 04/08/2026)

Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação. 120

**Sala da Notícia | São Paulo** (Noticias - 04/07/2026)

No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares 122

**SnifDoctor |** (Noticias - 04/08/2026)

Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular 124

**Terra | Nacional** (Saúde - 04/08/2026)

Gravidez aumenta risco de trombose e exige atenção à circulação 126

**Terra | Nacional** (Saúde - 04/10/2026)

Quem tem lipedema precisa perder muitos quilos como Yasmin Brunet fez? Especialista explica tratamento 128

**Tribuna de Minas | Minas Gerais** (Noticias - 04/03/2026)

COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro 130

**Tribuna do Norte | Rio Grande do Norte** (Noticias - 04/03/2026)

A COP que não acaba 132

**Tribuna Hoje | Alagoas** (Noticias - 04/03/2026)

A COP que não acaba 134

**Tribuna Livre Angra | Rio de Janeiro** (Noticias - 04/03/2026)

Coluna Esplanada: Brasil tem mais de 2,4 milhões de pessoas com Transtorno Autista 136

**UTV News | São Paulo** (Noticias - 04/07/2026)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis 138

**Voz do Bairro | São Paulo** (Noticias - 04/07/2026)

No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares 140

**Blog Jornal da Mulher | São Paulo** (Noticias - 04/09/2026)

Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação. 143

**Rápidas**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A **SBACV** está com inscrições abertas, até 14 de maio, para os exames de Título de Especialista em Angiologia e em Cirurgia Vascular 2026. Mais informações no [sbacv.org.br](http://sbacv.org.br) \*\*\* Com cerca de 150 lojas, a **Megamatte** participa da Franchise4U no RJ (9/4) e da Franchise B2B em BH (14/4), apresentando seus modelos de franquias.

**Assuntos e Palavras-Chave:** Megamatte - Megamatte, SBACV - SBACV

## **Fórum de Financiadores do Sul Global – 2026**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Marcos de Oliveira

O clima mais ameno marca o início da primavera em Beijing, mas o sol ainda luta para sair entre as nuvens. A capital chinesa recebeu, em 25 de março, o Fórum de Financiadores do Sul Global 2026, reunindo líderes de instituições financeiras, integrantes de governos, think tanks e integrantes da mídia para debater as conquistas e as perspectivas da cooperação em finanças verdes no Sul Global. Entre os participantes, o titular desta coluna.

O primeiro Fórum de Financiadores foi realizado em 2025. Iniciativa da agência de notícias Xinhua, o mecanismo é palco de debate para promover uma cooperação financeira mais profunda entre os países do Sul Global e contribuir com soluções para a construção de uma nova ordem global de governança financeira, conforme salientou Fu Hua, presidente da Xinhua, no discurso de abertura. Ele destacou a importância do apoio ao uso de moedas locais.

O Fórum marcou o lançamento da revista Global South Finance. Pan Haiping, presidente do China Economic Information Service, da Xinhua, destacou no editorial de

apresentação da publicação: No mundo atual, à medida que a transformação nunca vista em um século se acelera, a ascensão coletiva do Sul Global está remodelando a ordem financeira internacional com um momentum irreversível, emergindo como uma força vital impulsionando o desenvolvimento comum da humanidade.

Não se trata, portanto, somente de apoiar projetos de desenvolvimento sustentável. Trata-se de construir uma nova ordem financeira mundial, partindo dos objetivos e necessidades do Sul Global. Investimentos verdes e em novas forças produtivas de qualidade são parte dessa estrutura remodelada.

Nos últimos anos, os países do Sul Global intensificaram os esforços para canalizar mais recursos financeiros para indústrias verdes. Zhang Yi, presidente do Banco de Construção da China, disse que áreas como transição energética, proteção ecológica e adaptação climática estão abrindo um vasto espaço para maior envolvimento financeiro.

Até o final de 2025, o saldo dos empréstimos verdes da China atingiu 44,8 trilhões de yuans (cerca de US\$ 6,49 trilhões), enquanto a emissão acumulada de títulos verdes chegou a 5,2 trilhões de yuans, ambos entre os mais altos do mundo, de acordo com dados do Banco Central da China.

Uma das ações para alavancar o Fórum de Financiadores do Sul Global na reunião de conhecimentos financeiros e no fomento de intercâmbios é a criação do Conselho do Fórum de Financiadores do Sul Global, do qual falaremos amanhã.

Norte e Sul

A Nasa publicou foto feita pelo astronautas da Artemis 2 em que a Terra aparece de cabeça para baixo (com o Sul na posição em que normalmente é representado o

Norte).

Ao contrário das pesadas críticas que fizeram quando o presidente do IBGE, Marcio Pochmann, publicou um mapa do mundo com o Brasil no centro e o Sul no alto, os jornalões tupiniquins aplaudiram a foto da agência estadunidense.

Rápidas

A **SBACV** está com inscrições abertas, até 14 de maio, para os exames de Título de Especialista em Angiologia e em Cirurgia Vascular 2026. Mais informações aqui \*\*\* Com cerca de 150 lojas, a **Megamatte** participa da Franchise4U no RJ (9/4) e da Franchise B2B em BH (14/4), apresentando seus modelos de franquias.

**Assuntos e Palavras-Chave:** Megamatte - Megamatte, SBACV - SBACV

## ESPLANADEIRA

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

# Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. # JSL movimentou 26, 5 mi de caixas na Páscoa, 1. 500 caminhões e 80 mil T. # **SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. # Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. # Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. # Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. # Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

**ESPLANADEIRA**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

# Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. # JSL movimentou 26, 5 mil de caixas na Páscoa, 1. 500 caminhões e 80 mil T. # **SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. # Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. # Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. # Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

**ESPLANADEIRA**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

# Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. # JSL movimentou 26, 5 mi de caixas na Páscoa, 1. 500 caminhões e 80 mil T. # **SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. # Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. # Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. # Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. # Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Socorro, meu Deus, a menopausa chegou!

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Nunca imaginei que eu fosse passar por isso tão cedo, muito menos imaginaria que duraria tanto tempo. Os primeiros sintomas apareceram quando eu estava com 40 e poucos anos, mas não associei todos aqueles sintomas ao climatério. Não tinha fogachos, e, naquela época, eu ainda achava que o sintoma era apenas esse. Começou com uma mudança no meu ciclo menstrual, aí foi ficando irregular - um mês vinha um mar de sangue que nem um copinho coletor com um absorvente noturno seguravam. No mês seguinte, nem sinal, e eu, inocentemente, ia fazer teste de gravidez.

Eu estava com 41 anos e tive uma crise depressiva que eu nem sabia que podia ser tão terrível. As amigas me encaminharam para o psiquiatra, que me medicou, aí fui melhorando. Coincidentemente, anos depois, em uma palestra sobre menopausa, a palestrante, uma ginecologista, disse que aquele remédio era indicado para mulheres na menopausa que não podiam fazer reposição hormonal. Fiquei bem.

Eis que, aos 44 anos, veio o diagnóstico de câncer de mama. Vieram receptor hormonal, cirurgia, depois radioterapia, precisei tomar Tamoxifeno para evitar

recidiva (a volta da doença). Junto com todas essas etapas, vieram os fogachos, o nevoeiro mental e a depressão. Na época, eu não estava fazendo uso de antidepressivos e acabei precisando voltar. Cinco anos depois, tive alta do tratamento oncológico. Eu já não menstruava há cinco anos. Os sintomas da pós-menopausa estavam quase desaparecendo e voltaram. Pior, ainda volta, turbinados, diga-se de passagem! As ondas de calor vêm junto com uma confusão mental, uma tontura, uma quantidade de suor absurda. Precisava dividir tudo isso com mulheres que estão passando pela mesma coisa. Fiz até um grupo de whatsapp e pedi para as participantes me ajudarem a listar os sintomas. Fogacho, enxaqueca, sangramento nasal, insônia, ressecamento da pele, ressecamento dos olhos, falta de lubrificação, fadiga, sono durante o dia, falta de libido, ganho de peso, irritabilidade, nevoeiro mental, hematomas que surgem do nada, retenção de líquido, coceira no ouvido, queda de cabelo, baixa de cálcio, suor noturno, hemorragia, dor nas articulações, aumento da TPM, dor e inchaço nos seios, vertigem/labirintite, intolerância a bebidas alcoólicas, necessidade de cafeína, problemas de memória, e por aí vai.

Por causa do meu histórico de câncer de mama não posso fazer reposição hormonal, mas minha ginecologista disse que está chegando um medicamento sem hormônios para os fogachos. Isso vai ser muito bom. Cada vez que vem uma onda de calor, a sensação é de que está acontecendo um curto-circuito no cérebro devido ao aumento da temperatura. Eu me sinto como um vulcão em erupção quando essa onda de calor vem, porque ela vem de dentro para fora e explode tudo.

E tem mais: com a queda hormonal na menopausa, o estrogênio - que exerce um papel protetor sobre os vasos sanguíneos - diminui. Como consequência, os vasos tendem a perder flexibilidade e o risco de formação de placas de gordura nas artérias aumenta progressivamente. "O estrogênio funciona como um

aliado da saúde vascular. Quando ele cai, o organismo feminino passa a se comportar, do ponto de vista cardiovascular, de maneira mais semelhante ao masculino”, explica o médico Caio Focássio, cirurgião vascular e membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**).

Ele conta que a menopausa não representa apenas o fim do ciclo reprodutivo, mas uma transição biológica que altera o funcionamento do sistema circulatório. Após a menopausa, cresce a incidência de hipertensão arterial, alterações no colesterol, aumento de casos de doença arterial periférica, trombose, infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

“Muitas mulheres associam a menopausa apenas a sintomas como ondas de calor e alterações de humor, mas deixam de observar sinais circulatórios importantes, como inchaço persistente nas pernas, dor ao caminhar, sensação de peso ou cansaço vascular. Na verdade, é a prevenção cardiovascular que deve ganhar protagonismo nessa fase da vida. O grande segredo está em praticar atividade física regularmente, manter o controle do peso, realizar avaliações periódicas de pressão e colesterol e investigar os sintomas circulatórios sempre com acompanhamento médico individualizado”, acrescenta o médico.

Fácil, não é, mas eu tenho uma boa notícia. Se você está com esses sintomas, é sinal de que você está viva, então se cuide! Para mim, o pior dos castigos desse momento é que duas taças de vinho passaram a ter o mesmo efeito de beber uma garrafa de tequila. Agora só bebo cerveja sem álcool e penso muito antes de aceitar a segunda taça de vinho.

O pior dos castigos desse momento é que duas taças de vinho passaram a ter o mesmo efeito de beber uma garrafa de tequila

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

07/04/2026 (Foto: Reprodução) Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis Crédito: Divulgação Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves. A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo. Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais. Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa. Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão. A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico

familiar positivo, naquelas que passam muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso. Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização. Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna. Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal. Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse. Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito. Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico. "Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento", Classificação da doença: do C0 ao C6 O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa. Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6,

estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente. Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação. Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal. Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular. Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários. Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios. Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde. Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom. Quando procurar um médico imediatamente Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados: Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP) Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar) Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista

ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica. Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável Drogal. CRF/SP 43.895 Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

FONTE: <https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/especial-publicitario/rede-drogal/noticia/2026/04/07/insuficiencia-venosa-veja-sintomas-e-tratamentos-disponiveis.ghtml>

#Compartilhe

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Quatro riscos da circulação que toda mulher deve conhecer

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A circulação corporal é um tema fundamental para a saúde da mulher, mas que muitas vezes recebe pouca atenção. Problemas vasculares podem surgir de forma silenciosa e estão associados a fases importantes da vida feminina, como a gravidez, o uso de hormônios e predisposições individuais. Segundo o Dr. Edwaldo Joviliano, presidente da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), “a saúde vascular da mulher é influenciada por diversos fatores ao longo da vida. Conhecer esses riscos é essencial para prevenção e diagnóstico precoce”.

Um dos principais períodos que exigem cuidado especial é a gravidez. Durante a gestação, o corpo sofre transformações significativas, como o aumento do volume sanguíneo, a ação intensa dos hormônios e a compressão das veias pelo crescimento do útero. Isso dificulta o retorno do sangue ao coração e favorece o surgimento de varizes, inchaço nas pernas e sensação de peso, além de aumentar o risco de trombose. O especialista destaca que “a gestação cria um ambiente propício para alterações na circulação. Essa combinação pode favorecer desde quadros mais leves, como varizes, até eventos mais graves, como a

trombose, exigindo acompanhamento ao longo de todo o pré-natal”. A Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo) aponta que o risco de tromboembolismo venoso pode ser até 4,6 vezes maior em gestantes.

Outro sinal que merece atenção é a dor pélvica persistente, que pode estar relacionada às varizes pélvicas - uma dilatação das veias na região inferior do abdômen. Essa dor tende a piorar ao longo do dia, especialmente após longos períodos em pé ou durante o ciclo menstrual. O Dr. Joviliano alerta que “as varizes pélvicas ainda são pouco reconhecidas, o que pode atrasar o diagnóstico. Muitas mulheres convivem com dor crônica sem saber a causa. É importante investigar, especialmente quando há histórico de gestações”.

Além disso, o uso de anticoncepcionais hormonais exige avaliação individualizada. Embora seguros para a maioria, esses métodos podem aumentar o risco de trombose em mulheres com predisposição, como histórico familiar, obesidade, tabagismo e sedentarismo. Isso ocorre porque alguns hormônios interferem no sistema de coagulação do sangue, tornando-o mais propenso à formação de coágulos. “O uso de hormônios deve ser sempre individualizado e orientado por um médico. Nem todas as mulheres podem utilizar os mesmos métodos com segurança”, reforça o especialista.

Por fim, o check-up vascular é fundamental para a prevenção. Mesmo na ausência de sintomas, a avaliação clínica e exames como o ultrassom Doppler ajudam a identificar alterações precoces na circulação. O presidente da **SBACV** conclui que “o check-up vascular permite identificar fatores de risco antes que eles evoluam para quadros mais graves. Com medidas simples, como manter-se ativa, hidratar-se bem e evitar longos períodos na mesma posição, já é possível proteger a circulação no dia a dia”.

Este conteúdo foi elaborado com dados da assessoria

de imprensa.

Texto gerado a partir de informações da assessoria com  
ajuda da estagiária

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Ciência

Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.

Descubra como o exercício físico, se bem orientado, ajuda no bombeamento do sangue e por que quem já tem predisposição genética precisa de acompanhamento vascular para treinar com segurança.

0 4 Min

Dr. Josualdo Euzébio

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da

população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido, na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser

recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso, permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

Saiba mais sobre o trabalho do Dr. Josualdo Euzébio:  
[@dr.josualdo](#)

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

Notícia distribuída pela [saladanoticia.com.br](#). A Plataforma e Veículo não são responsáveis pelo conteúdo publicado, estes são assumidos pelo Autor(a):

MARIA JULIA HENRIQUES NASCIMENTO

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular



## **Desbandada no PSD: Governador Ratinho Junior em alerta**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

### **A COP que não acaba**

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar desbandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

### **MST reaparece**

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

### **O ‘caveirão’ do DF**

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

### **Para o espaço!**

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com gastança e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Esplanadeira 3/4/2026

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril.

#JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T.

#**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular.

#Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril.

#Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

#Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras.

#Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

#Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026.

#Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições

para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://l1nq.com/4hs4wlz> .

#De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3, e Janga, podcast “Vida Palmarina” estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3 e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares. Idealizada pela jornalista Tatiana Nascimento, #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://l1nq.com/4hs4wlz> .

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista**

[Link original](#)



### **Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista**



É um grupo de medicamentos que tem se tornado cada vez mais comum e é capaz de diminuir o peso por 5 a 10% em poucas semanas. Embora eficazes, os efeitos sobre a saúde vascular precisam ser monitorados, alerta o especialista. O uso desses medicamentos sem acompanhamento médico pode provocar alterações circulatórias e agravar quadros em pacientes com fatores de risco.

Os agonistas do receptor de GLP-1 representam um avanço significativo no tratamento do diabetes tipo 2 e da obesidade, com benefícios que vão além da perda de peso. Incluem redução de eventos cardiovasculares em pacientes selecionados, afirma o cirurgião vascular e vice-diretor científico da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - São Paulo (SBACV-SP), Dr. Rafael de Athayde Soares.

Estudos recentes demonstram que a semaglutida subcutânea semanal pode reduzir em até 20-22% o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto,

[Clique aqui para abrir a imagem](#)

há 4 minutos 3 min de leitura

O uso crescente de medicamentos para emagrecer, como a semaglutida e a liraglutida, tem acendido um alerta para a saúde vascular. Embora eficazes e seguros quando prescritos corretamente, a utilização sem acompanhamento médico pode provocar alterações circulatórias e agravar quadros em pacientes com fatores de risco.

“Os agonistas do receptor de GLP-1 representam um avanço significativo no tratamento do diabetes tipo 2 e da obesidade, com benefícios que vão além da perda de peso, incluindo redução de eventos cardiovasculares em pacientes selecionados”, afirma o cirurgião vascular e vice-diretor científico da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - São Paulo (SBACV-SP), Dr. Rafael de Athayde Soares.

Estudos recentes demonstram que a semaglutida subcutânea semanal pode reduzir em até 20-22% o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto,

AVC e morte cardiovascular, em pacientes com sobrepeso ou obesidade e doença cardiovascular estabelecida, mesmo na ausência de diabetes. Esses benefícios parecem ser, em parte, independentes da perda de peso, que gira em torno de 9,4%. Além disso, há evidências de melhora da capacidade de marcha e da qualidade de vida em pessoas com doença arterial periférica.

Apesar dos avanços, a administração indiscriminada desses medicamentos preocupa especialistas. Diabetes e obesidade, condições para as quais esses tratamentos são indicados, já estão diretamente associadas a alterações inflamatórias e metabólicas que comprometem a saúde dos vasos sanguíneos. O excesso de glicose pode danificar o endotélio vascular e favorecer a aterosclerose, enquanto o excesso de gordura corporal está relacionado à inflamação crônica, resistência à insulina e mudanças na coagulação, aumentando o risco de trombose, doença arterial periférica e insuficiência venosa.

“O consumo sem avaliação médica adequada pode expor o paciente a riscos desnecessários. O emagrecimento rápido, a redução da ingestão alimentar e os efeitos gastrointestinais podem levar à desidratação, desequilíbrios eletrolíticos e mudanças na pressão arterial, impactando a estabilidade hemodinâmica, especialmente em pessoas mais vulneráveis”, alerta o especialista.

Essas mudanças podem ter impacto direto no sistema circulatório. A desidratação reduz o volume sanguíneo circulante, enquanto os distúrbios eletrolíticos interferem no funcionamento do músculo cardíaco e no controle da pressão arterial. Em alguns casos, pode haver aumento da viscosidade do sangue, favorecendo um ambiente mais propenso à formação de trombos, especialmente em pacientes com fatores de risco prévios.

Pessoas com histórico de doenças vasculares, como trombose venosa profunda, embolia pulmonar ou doença arterial periférica, devem ter atenção redobrada. Embora não haja evidência consistente de aumento direto do risco de trombose com o emprego desses medicamentos, fatores como desidratação, perda rápida de peso e desequilíbrios metabólicos exigem monitoramento mais rigoroso. Em condições como o lipedema, a perda de peso pode trazer benefícios metabólicos, mas não altera o tecido adiposo característico da doença, sendo importante o acompanhamento multidisciplinar.

“Antes de iniciar o tratamento, é fundamental realizar uma avaliação médica individualizada, com análise do histórico clínico, das medicações em tratamento, da pressão arterial, da função renal e do estado de hidratação. Em muitos casos, a terapia pode ser conduzida com segurança, desde que haja acompanhamento adequado, com monitoramento contínuo dos parâmetros clínicos e ajustes conforme necessário.”

Durante o tratamento, alguns sinais devem servir de alerta, como dor ou inchaço súbito nas pernas, falta de ar, dor no peito, tontura persistente, desmaios, palpitações, queda importante da pressão arterial e sinais de desidratação intensa, como fraqueza ou redução significativa da urina. Nessas situações, a orientação médica deve ser procurada imediatamente.

A avaliação de um especialista vascular pode ser indicada em pacientes com histórico de trombose, doença arterial periférica, insuficiência venosa importante, edema persistente nas pernas ou sintomas sugestivos de problemas circulatórios, contribuindo para a prevenção de complicações e maior segurança no tratamento.

“O principal cuidado é evitar a automedicação. Esses medicamentos devem ser utilizados com indicação e acompanhamento médico, como parte de uma estratégia que inclui mudanças no estilo de vida, alimentação equilibrada e atividade física. O tratamento

precisa ser individualizado para garantir segurança, inclusive do ponto de vista vascular”, reforça o Dr. Rafael de Athayde Soares.

Sobre a **SBACV-SP**

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) é uma entidade sem fins lucrativos que representa os médicos que atuam nas especialidades de Angiologia e de Cirurgia Vascular no estado de São Paulo. A instituição tem como missão levar informação de qualidade sobre saúde vascular à população.

Para outras informações acesse o site e siga as redes sociais da Sociedade (Facebook e Instagram).

SAÚDE E BEM-ESTAR BRASIL

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis Crédito: Divulgação Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves. A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo. Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais. Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa. Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão. A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam

muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso. Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização. Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna. Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal. Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse. Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito. Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico. "Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento", Classificação da doença: do C0 ao C6 O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa. Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6,

estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente. Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação. Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal. Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular. Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários. Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios. Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde. Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom. Quando procurar um médico imediatamente Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados: Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP) Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar) Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista

ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica. Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável Drogal. CRF/SP 43.895 Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Presidente Lula prorrogou, até novembro deste ano, a Assessoria Extraordinária para a COP30**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”.

Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer.

Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio.

Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc.

Indústria têxtil e de confecção alerta Lula para desequilíbrio em isentar compras de blusas de US\$ 50

Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança

Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. **#SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Colunistas, Notícias

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://1nq.com/4hs4wlz> . #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3, e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares.

Leandro Mazzini

Leandro Mazzini é jornalista há 30 anos, graduado em Comunicação na FACHA (Rio) e pós-graduado em Ciência Política na UnB (Brasília). Foi colunista do Jornal do Brasil, Gazeta Mercantil, Revista Isto É, Portais iG e UOL e comentarista da Rede Mais/Record TV Minas. Apresentou programas de TV na Rede Vida (2009 a 2014) e Band Rio (2023 e 2024), e comentários políticos nas rádios TUPI FM (RJ), JK FM (DF), Muriaé FM (MG), Amapá FM (AP). Edita a Coluna Esplanda com equipe

de Brasília, Rio e SP, e atua como comentarista diário do Painel de Notícias da Rádio BandNews Rio e da TV Band Rio.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Coluna Esplanada – A COP que não acaba**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a Assessoria Extraordinária para a COP30. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga mas o Governo nega, claro que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados caveirões a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os veículos blindados de médio porte serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o Bope de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

---

por Leandro Mazzini

Previous PostFé e Razão - Páscoa: esperança de renovação e de poder recomeçar sempre Next PostSenado aprova guarda compartilhada de animais de estimação

Redação

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **COP que nao acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Siga nosso canal no WhatsApp e receba notícias relevantes para o seu dia

Reprodução Coluna Esplanada 03/04

Fique por dentro das notícias que importam para você!

SIGA O ESTADO DE MINAS NO SIGA O EM NO

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva (foto) assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou

avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

Publicidade

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

As opiniões expressas neste texto são de responsabilidade exclusiva do(a) autor(a) e não refletem, necessariamente, o posicionamento e a visão do Estado de Minas sobre o tema.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Socorro, a menopausa chegou!

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Nunca imaginei que eu fosse passar por isso tão cedo, muito menos imaginaria que duraria tanto tempo. Os primeiros sintomas apareceram quando eu estava com 40 e poucos anos, mas não associei todos aqueles sintomas ao climatério. Não tinha fogachos, e, naquela época, eu ainda achava que o sintoma era apenas esse. Começou com uma mudança no meu ciclo menstrual, aí foi ficando irregular - um mês vinha um mar de sangue que nem um copinho coletor com um absorvente noturno seguravam. No mês seguinte, nem sinal, e eu, inocentemente, ia fazer teste de gravidez.

Fique por dentro das notícias que importam para você!

SIGA O ESTADO DE MINAS NO SIGA O EM NO

Mulheres vivas

Os filhos e as pipas

Um dia de paz

Eu estava com 41 anos e tive uma crise depressiva que eu nem sabia que podia ser tão terrível. As amigas me

encaminharam para o psiquiatra, que me medicou, aí fui melhorando. Coincidentemente, anos depois, em uma palestra sobre menopausa, a palestrante, uma ginecologista, disse que aquele remédio era indicado para mulheres na menopausa que não podiam fazer reposição hormonal. Fiquei bem.

Eis que, aos 44 anos, veio o diagnóstico de câncer de mama. Vieram receptor hormonal, cirurgia, depois radioterapia, precisei tomar Tamoxifeno para evitar recidiva (a volta da doença). Junto com todas essas etapas, vieram os fogachos, o nevoeiro mental e a depressão. Na época, eu não estava fazendo uso de antidepressivos e acabei precisando voltar.

Cinco anos depois, tive alta do tratamento oncológico. Eu já não menstruava há cinco anos. Os sintomas da pós-menopausa estavam quase desaparecendo e voltaram. Pior, ainda volta, turbinados, diga-se de passagem! As ondas de calor vêm junto com uma confusão mental, uma tontura, uma quantidade de suor absurda. Precisava dividir tudo isso com mulheres que estão passando pela mesma coisa. Fiz até um grupo de whatsapp e pedi para as participantes me ajudarem a listar os sintomas.

Fogacho, enxaqueca, sangramento nasal, insônia, ressecamento da pele, ressecamento dos olhos, falta de lubrificação, fadiga, sono durante o dia, falta de libido, ganho de peso, irritabilidade, nevoeiro mental, hematomas que surgem do nada, retenção de líquido, coceira no ouvido, queda de cabelo, baixa de cálcio, suor noturno, hemorragia, dor nas articulações, aumento da TPM, dor e inchaço nos seios, vertigem/labirintite, intolerância a bebidas alcoólicas, necessidade de cafeína, problemas de memória, e por aí vai.

Por causa do meu histórico de câncer de mama não posso fazer reposição hormonal, mas minha ginecologista disse que está chegando um medicamento sem hormônios para os fogachos. Isso vai

ser muito bom. Cada vez que vem uma onda de calor, a sensação é de que está acontecendo um curto-circuito no cérebro devido ao aumento da temperatura. Eu me sinto como um vulcão em erupção quando essa onda de calor vem, porque ela vem de dentro para fora e explode tudo.

E tem mais: com a queda hormonal na menopausa, o estrogênio - que exerce um papel protetor sobre os vasos sanguíneos - diminui. Como consequência, os vasos tendem a perder flexibilidade e o risco de formação de placas de gordura nas artérias aumenta progressivamente. “O estrogênio funciona como um aliado da saúde vascular. Quando ele cai, o organismo feminino passa a se comportar, do ponto de vista cardiovascular, de maneira mais semelhante ao masculino”, explica o médico Caio Focássio, cirurgião vascular e membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**).

Ele conta que a menopausa não representa apenas o fim do ciclo reprodutivo, mas uma transição biológica que altera o funcionamento do sistema circulatório. Após a menopausa, cresce a incidência de hipertensão arterial, alterações no colesterol, aumento de casos de doença arterial periférica, trombose, infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

“Muitas mulheres associam a menopausa apenas a sintomas como ondas de calor e alterações de humor, mas deixam de observar sinais circulatórios importantes, como inchaço persistente nas pernas, dor ao caminhar, sensação de peso ou cansaço vascular. Na verdade, é a prevenção cardiovascular que deve ganhar protagonismo nessa fase da vida. O grande segredo está em praticar atividade física regularmente, manter o controle do peso, realizar avaliações periódicas de pressão e colesterol e investigar os sintomas circulatórios sempre com acompanhamento médico individualizado”, acrescenta o médico.

Siga nosso canal no WhatsApp e receba notícias relevantes para o seu dia

Fácil, não é, mas eu tenho uma boa notícia. Se você está com esses sintomas, é sinal de que você está viva, então se cuide! Para mim, o pior dos castigos desse momento é que duas taças de vinho passaram a ter o mesmo efeito de beber uma garrafa de tequila. Agora só bebo cerveja sem álcool e penso muito antes de aceitar a segunda taça de vinho.

As opiniões expressas neste texto são de responsabilidade exclusiva do(a) autor(a) e não refletem, necessariamente, o posicionamento e a visão do Estado de Minas sobre o tema.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta médico**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O uso crescente de medicamentos para emagrecer, como a semaglutida e a liraglutida, tem acendido um alerta para a saúde vascular. Embora eficazes e seguros quando prescritos corretamente, a utilização sem acompanhamento médico pode provocar alterações circulatórias e agravar quadros em pacientes com fatores de risco.

“Os agonistas do receptor de GLP-1 representam um avanço significativo no tratamento do diabetes tipo 2 e da obesidade, com benefícios que vão além da perda de peso, incluindo redução de eventos cardiovasculares em pacientes selecionados”, afirma o cirurgião vascular e vice-diretor científico da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - São Paulo (**SBACV-SP**), Rafael de Athayde Soares.

Estudos recentes demonstram que a semaglutida subcutânea semanal pode reduzir em até 20-22% o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto, AVC e morte cardiovascular, em pacientes com sobrepeso ou obesidade e doença cardiovascular

estabelecida, mesmo na ausência de diabetes. Esses benefícios parecem ser, em parte, independentes da perda de peso, que gira em torno de 9,4%. Além disso, há evidências de melhora da capacidade de marcha e da qualidade de vida em pessoas com doença arterial periférica.

Fique por dentro das notícias que importam para você!

SIGA O ESTADO DE MINAS NO SIGA O EM NO

Siga nosso canal no WhatsApp e receba notícias relevantes para o seu dia

4 hábitos para emagrecer e não engordar de novo de forma natural

Apesar dos avanços, a administração indiscriminada desses medicamentos preocupa especialistas. Diabetes e obesidade, condições para as quais esses tratamentos são indicados, já estão diretamente associadas a alterações inflamatórias e metabólicas que comprometem a saúde dos vasos sanguíneos. O excesso de glicose pode danificar o endotélio vascular e favorecer a aterosclerose, enquanto o excesso de gordura corporal está relacionado à inflamação crônica, resistência à insulina e mudanças na coagulação, aumentando o risco de trombose, doença arterial periférica e insuficiência venosa.

“O consumo sem avaliação médica adequada pode expor o paciente a riscos desnecessários. O emagrecimento rápido, a redução da ingestão alimentar e os efeitos gastrointestinais podem levar à desidratação, desequilíbrios eletrolíticos e mudanças na pressão arterial, impactando a estabilidade hemodinâmica, especialmente em pessoas mais vulneráveis”, alerta o especialista.

Essas mudanças podem ter impacto direto no sistema

circulatório. A desidratação reduz o volume sanguíneo circulante, enquanto os distúrbios eletrolíticos interferem no funcionamento do músculo cardíaco e no controle da pressão arterial. Em alguns casos, pode haver aumento da viscosidade do sangue, favorecendo um ambiente mais propenso à formação de trombos, especialmente em pacientes com fatores de risco prévios.

Pessoas com histórico de doenças vasculares, como trombose venosa profunda, embolia pulmonar ou doença arterial periférica, devem ter atenção redobrada. Embora não haja evidência consistente de aumento direto do risco de trombose com o emprego desses medicamentos, fatores como desidratação, perda rápida de peso e desequilíbrios metabólicos exigem monitoramento mais rigoroso. Em condições como o lipedema, a perda de peso pode trazer benefícios metabólicos, mas não altera o tecido adiposo característico da doença, sendo importante o acompanhamento multidisciplinar.

“Antes de iniciar o tratamento, é fundamental realizar uma avaliação médica individualizada, com análise do histórico clínico, das medicações em tratamento, da pressão arterial, da função renal e do estado de hidratação. Em muitos casos, a terapia pode ser conduzida com segurança, desde que haja acompanhamento adequado, com monitoramento contínuo dos parâmetros clínicos e ajustes conforme necessário,” ensina o médico

Durante o tratamento, alguns sinais devem servir de alerta, como dor ou inchaço súbito nas pernas, falta de ar, dor no peito, tontura persistente, desmaios, palpitações, queda importante da pressão arterial e sinais de desidratação intensa, como fraqueza ou redução significativa da urina. Nessas situações, a orientação médica deve ser procurada imediatamente.

A avaliação de um especialista vascular pode ser indicada em pacientes com histórico de trombose, doença arterial periférica, insuficiência venosa importante, edema persistente nas pernas ou sintomas sugestivos de problemas circulatórios, contribuindo para

a prevenção de complicações e maior segurança no tratamento.

“O principal cuidado é evitar a automedicação. Esses medicamentos devem ser utilizados com indicação e acompanhamento médico, como parte de uma estratégia que inclui mudanças no estilo de vida, alimentação equilibrada e atividade física. O tratamento precisa ser individualizado para garantir segurança, inclusive do ponto de vista vascular”, reforça Athayde Soares.

Sobre a **SBACV-SP**

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) é uma entidade sem fins lucrativos que representa os médicos que atuam nas especialidades de Angiologia e de Cirurgia Vascular no estado de São Paulo. A instituição tem como missão levar informação de qualidade sobre saúde vascular à população.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Governo prorroga assessoria da COP30 após evento esvaziado de líderes**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

BRASÍLIA, SEXTA-FEIRA, 3 DE ABRIL DE 2026 - Nº 4.326

### **A COP que não acaba**

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1

bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e

cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

#### Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

#### ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

[email protected] 2011 - 2026. Coluna Esplanada® - Todos os direitos reservados.

LEMA Comunicação

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Opinião

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”.

Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer.

Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas.

Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a

Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do

ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

#### Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

#### ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves.

A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo.

Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais.

Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa.

Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas

na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão.

A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso.

Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização.

Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais

Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna.

Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal.

Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse.

Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito.

Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico.

“Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”,

Classificação da doença: do C0 ao C6

O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa.

Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6, estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente.

Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação.

Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo

O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal.

Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular.

Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários.

Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios.

Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde.

Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom.

Quando procurar um médico imediatamente

Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados:

Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP)

Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar)

Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas

Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno

Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a

intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica.

Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável  
Drogal. CRF/SP 43.895

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Isabele Coluna Esplanada

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://1nq.com/4hs4wlz> . #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3, e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares.

The post A COP que não acaba appeared first on Gazeta Do Rio Pardo.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Gratuito

Inchaços nas pernas, edemas, sensação de peso e cansaço são alguns dos sintomas mais comuns de doenças vasculares. No Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril, especialistas fazem um alerta sobre condições que podem gerar desconforto e prejudicar a qualidade de vida. No Brasil, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, os problemas vasculares atingem cerca de 38% da população adulta. Por isso, o cuidado preventivo surge como a principal estratégia para manter a qualidade de vida, sempre acompanhada do atendimento médico especializado.

Para quem busca evitar desconfortos e manter a saúde vascular em dia, especialistas recomendam as seguintes práticas:

Mantenha a hidratação em dia: o consumo adequado de água auxilia na fluidez sanguínea e combate a retenção de líquidos, fator que reduz o inchaço nos membros

inferiores.

Abandone o tabagismo: as substâncias presentes no cigarro agredem as paredes das veias e artérias, aumentando o risco de formação de coágulos e trombozes.

Modere o consumo de álcool: o excesso de bebidas alcoólicas contribui para a desidratação do organismo e para a dilatação dos vasos sanguíneos, fatores que favorecem o aparecimento de edemas e a sensação de peso nas pernas.

Cuidado com a temperatura: o calor excessivo causa a dilatação das veias e pode dificultar o retorno do sangue venoso. Evite banhos muito quentes ou exposição prolongada ao sol.

Pratique exercícios físicos: atividades como caminhada, natação ou ciclismo fortalecem os músculos das pernas e melhoram o fluxo sanguíneo.

Atenção ao peso e à dieta: o controle do peso reduz a pressão sobre as veias, e a hidratação auxilia no combate à retenção de líquidos.

Faça pausas ao longo do dia: evite ficar muito tempo na mesma posição; levante-se e caminhe brevemente a cada hora.

Evite roupas apertadas: peças que comprimem demais a circulação dificultam o retorno venoso.

Eleve os membros inferiores: repouse com os pés acima do nível do coração por 15 minutos ao fim do dia. Isso facilita a drenagem e alivia a sensação de peso nas pernas.

Adote a compressão graduada: o uso de meias de compressão graduada, conforme a orientação médica,

auxilia o retorno sanguíneo e previne a evolução de problemas venosos.

Adotar práticas que auxiliem na melhora da circulação de sangue no organismo são fundamentais para evitar doenças crônicas como as varizes e a Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

#### Escute Suas Pernas

Alinhada a esse propósito, a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, promove a campanha 'Escute Suas Pernas', que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

Para saber mais sobre a campanha visite o site oficial [sigvaris.com/escutesuaspernas](http://sigvaris.com/escutesuaspernas) e o perfil [sigvarisgroup.brasil](http://sigvarisgroup.brasil) nas redes sociais.

#### Sobre a SIGVARIS GROUP

A SIGVARIS GROUP é uma empresa suíça de capital 100% familiar desde sua fundação e que está empenhada em ajudar as pessoas a se sentirem melhor com soluções inovadoras e de alta qualidade em terapia de compressão médica. Todo dia. No mundo todo. Nosso portfólio atende a uma ampla gama de diferentes necessidades e indicações, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida às pessoas, prevenir e tratar doenças venosas e proporcionar conforto em todos os momentos da vida. A empresa foi fundada em 1864 na cidade de Winterthur e, por aproximadamente 100 anos, produziu “tecidos emborrachados elásticos”, comercializado na Suíça e no Exterior. Entre 1958 e 1960, colaborou com o Dr. Karl Sigg para desenvolver meias médicas de compressão para melhorar a função venosa e aliviar os sintomas venosos. O portfólio de produtos foi ampliado em 2009 quando as linhas esportivas, de viagem e de bem-estar, dedicadas ao consumidor, foram acrescentadas à linha médica. As

meias das linhas de viagem e bem-estar proporcionam uma função preventiva e aliviam os primeiros sintomas de problemas nas pernas, enquanto os produtos da linha esportiva apoiam o desempenho dos atletas e seu tempo de recuperação. No mundo, são 1,5 mil funcionários, em fábricas na Suíça, França, Brasil, Polônia e Estados Unidos, bem como subsidiárias integrais na Alemanha, Áustria, Reino Unido, Canadá, China, Austrália, México e Emirados Árabes Unidos, com atendimento a 70 países. No Brasil, são mais de 200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

#### Outras informações

Site SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

YOUTUBE

Informações para a imprensa

CDI Comunicação

Diego Andrade - [email protected] - (11) 96749-5818

André Guerra - [email protected] - (11) 91617-4138

Jorge Valério - [email protected] - (11) 99822-9013

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dr. Josualdo Euzébio

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de

gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido, na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso, permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

Saiba mais sobre o trabalho do Dr. Josualdo Euzébio:  
[@dr.josualdo](#)

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## EXERCÍCIOS GARANTEM MELHOR SAÚDE VASCULAR E QUALIDADE DE VIDA

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O Dia Mundial da Atividade Física chega como uma data importante para conscientizar a população sobre os benefícios dos exercícios para além dos estéticos, envolvendo, também, maior qualidade de vida com a manutenção da saúde e dos sistemas, como o vascular.

A saúde vascular requer o bom funcionamento das artérias, veias e vasos linfáticos, afinal, quando saudáveis, permitem a circulação adequada do sangue pelo corpo, distribuindo oxigênio e nutrientes.

Contudo, uma saúde vascular adequada depende da movimentação do corpo para influenciar a circulação sanguínea, tornando-a eficiente, inclusive para prevenir graves doenças, como a trombose, varizes, hipertensão e, até mesmo, um acidente vascular cerebral (AVC), proporcionando maior longevidade.

Segundo o cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Josualdo Euzébio Silva, o exercício previne o acúmulo de sangue nos membros inferiores, responsável por gerar inchaço, varizes e, até mesmo, a trombose. A condição forma coágulos nos vasos,

responsáveis por obstruir e originar uma série de problemas, como a embolia pulmonar, sendo muitas vezes, fatal.

As caminhadas, por exemplo, contribuem para o tratamento de problemas como a doença arterial periférica (DAP), uma obstrução crônica das artérias com placas de gordura ao reduzir o diâmetro das veias e o fluxo sanguíneo. A atividade combinada com a prescrição de medicamentos aliviam os sintomas desconfortáveis da condição.

A prática de atividade física regular ainda é capaz de fortalecer o endotélio - ou seja, a parte interna dos vasos sanguíneos -, restringindo a resistência vascular periférica e auxiliando no controle da glicose. Vale recordar que o diabetes é uma doença responsável por uma série de alterações no funcionamento do corpo, sendo capaz de afetar, justamente, os vasos, ao torná-los mais frágeis e rígidos.

Outro benefício da atividade física está na diminuição das placas de gordura, conhecidas como colesterol elevado ou aterosclerose. "O próprio corpo produz colesterol, porém, o mesmo também pode ser adquirido com a alimentação e, quando o sedentarismo está associado, a tendência é os índices ficarem elevados e o próprio organismo não consegue eliminar, ficando preso nos vasos", explica o angiologista.

Os tratamentos para condições vasculares incluem o uso de medicamentos e os quadros considerados mais graves requerem intervenções cirúrgicas pelo risco de morte. Por esse motivo, é importante atenção aos sinais e, claro, ter conhecimento sobre o histórico familiar, indicativo da probabilidade de sofrer com certas patologias.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3 e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://l1nq.com/4hs4wlz> .

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

### A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

### MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

### O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

### Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

(Os artigos publicados com assinatura não traduzem, necessariamente, a opinião do Jornal da Cidade, sendo de responsabilidade total do autor).

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3 e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://l1nq.com/4hs4wlz> .

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido,

na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso,

permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

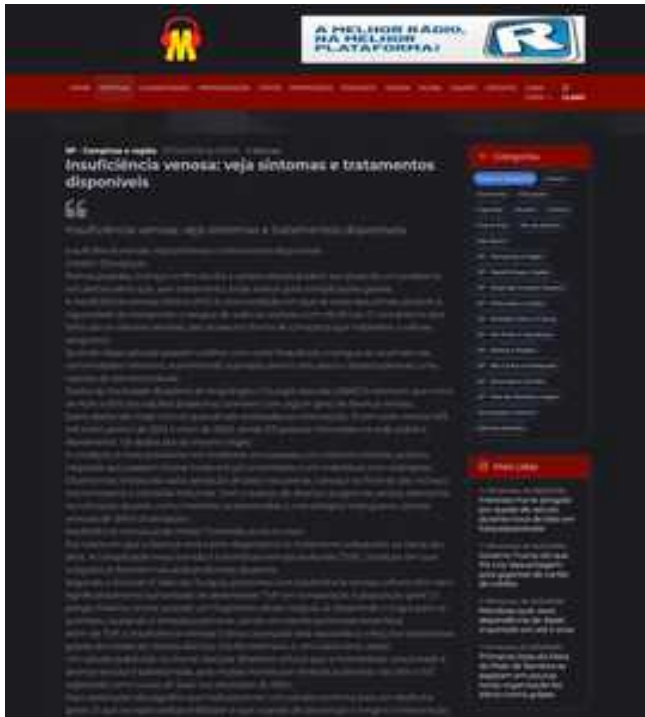
Saiba mais sobre o trabalho do Dr. Josualdo Euzébio:  
[@dr.josualdo](#)

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

Crédito: Divulgação

Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves.

A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo.

Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais.

Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de

doença venosa.

Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão.

A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso.

Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização.

Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais

Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna.

Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal.

Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse.

Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito.

Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico.

“Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”,

Classificação da doença: do C0 ao C6

O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa.

Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6, estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente.

Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação.

Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo

O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal.

Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos

(também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular.

Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários.

Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios.

Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde.

Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom.

Quando procurar um médico imediatamente

Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados:

Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP)

Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar)

Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas

Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno

Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica.

Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável  
Drogal. CRF/SP 43.895

Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Governo insiste em COP30 após constrangimento com evento da ONU

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918, que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para VIPs do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment -, o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com gastança e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem, reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale, com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil t. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

Fale com os jornalistas do Midiamax

Tem alguma denúncia, flagrante, reclamação ou sugestão de pauta para o Jornal Midiamax?

Envie direto para nossos jornalistas pelo WhatsApp (67) 99207-4330. O sigilo está garantido na lei.

Clique no nome de qualquer uma das plataformas abaixo para nos encontrar nas redes sociais:

Instagram, Facebook, TikTok, YouTube, WhatsApp, Bluesky e Threads.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril.

#JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T.

#**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular.

#Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril.

#Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

#Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras.

#Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **[COLUNA ESPLANADA] aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

**COLUNA ESPLANADA**

Por Leandro Mazzini

Com Carol Purificação e Alexandre Brás

BRASÍLIA, SEXTA-FEIRA, 3 DE ABRIL DE 2026 - Nº 4.326

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a "Assessoria Extraordinária para a COP30". Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento

internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados "caveirões" a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os "veículos blindados de médio

porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril.

#JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T.

**#SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular.

#Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril.

#Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

#Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras.

#Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **[COLUNA ESPLANADA] Aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixaram o PSD**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

**COLUNA ESPLANADA**

Por Leandro Mazzini

Com Carol Purificação e Alexandre Brás

BRASÍLIA, SEXTA-FEIRA, 3 DE ABRIL DE 2026 - Nº 4.326

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento

internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio

porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril.

#JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T.

**#SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular.

#Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril.

#Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

#Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras.

#Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido,

na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso,

permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

Saiba mais sobre o trabalho do Dr. Josualdo Euzébio:  
[@dr.josualdo](#)

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Sinais como peso e cansaço nas pernas atingem cerca de 38% dos brasileiros adultos. Veja 10 recomendações para evitar problemas venozos

Resumo em tópicos:

Doenças vasculares podem evoluir para quadros crônicos como varizes e Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

A adoção de hábitos saudáveis na rotina está entre as principais iniciativas para evitar complicações severas e preservar a mobilidade.

Diretrizes de entidades como a **SBACV** incluem hidratação, exercícios físicos e o uso de compressão graduada como pilares do tratamento preventivo.

Inchaços nas pernas, edemas, sensação de peso e cansaço são alguns dos sintomas mais comuns de doenças vasculares. No Dia Mundial da Saúde,

celebrado em 7 de abril, especialistas fazem um alerta sobre condições que podem gerar desconforto e prejudicar a qualidade de vida. No Brasil, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, os problemas vasculares atingem cerca de 38% da população adulta. Por isso, o cuidado preventivo surge como a principal estratégia para manter a qualidade de vida, sempre acompanhada do atendimento médico especializado.

Para quem busca evitar desconfortos e manter a saúde vascular em dia, especialistas recomendam as seguintes práticas:

Mantenha a hidratação em dia: o consumo adequado de água auxilia na fluidez sanguínea e combate a retenção de líquidos, fator que reduz o inchaço nos membros inferiores.

Abandone o tabagismo: as substâncias presentes no cigarro agredem as paredes das veias e artérias, aumentando o risco de formação de coágulos e trombozes.

Modere o consumo de álcool: o excesso de bebidas alcoólicas contribui para a desidratação do organismo e para a dilatação dos vasos sanguíneos, fatores que favorecem o aparecimento de edemas e a sensação de peso nas pernas.

Cuidado com a temperatura: o calor excessivo causa a dilatação das veias e pode dificultar o retorno do sangue venoso. Evite banhos muito quentes ou exposição prolongada ao sol.

Pratique exercícios físicos: atividades como caminhada, natação ou ciclismo fortalecem os músculos das pernas e melhoram o fluxo sanguíneo.

Atenção ao peso e à dieta: o controle do peso reduz a

pressão sobre as veias, e a hidratação auxilia no combate à retenção de líquidos.

Faça pausas ao longo do dia: evite ficar muito tempo na mesma posição; levante-se e caminhe brevemente a cada hora.

Evite roupas apertadas: peças que comprimem demais a circulação dificultam o retorno venoso.

Eleve os membros inferiores: repouse com os pés acima do nível do coração por 15 minutos ao fim do dia. Isso facilita a drenagem e alivia a sensação de peso nas pernas.

Adote a compressão graduada: o uso de meias de compressão graduada, conforme a orientação médica, auxilia o retorno sanguíneo e previne a evolução de problemas venosos.

Adotar práticas que auxiliem na melhora da circulação de sangue no organismo são fundamentais para evitar doenças crônicas como as varizes e a Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

#### Escute Suas Pernas

Alinhada a esse propósito, a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, promove a campanha 'Escute Suas Pernas', que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

Para saber mais sobre a campanha visite o site oficial [sigvaris.com/escutesuaspernas](http://sigvaris.com/escutesuaspernas) e o perfil [sigvarisgroup.brasil](http://sigvarisgroup.brasil) nas redes sociais.

#### Sobre a SIGVARIS GROUP

A SIGVARIS GROUP é uma empresa suíça de capital 100% familiar desde sua fundação e que está

empenhada em ajudar as pessoas a se sentirem melhor com soluções inovadoras e de alta qualidade em terapia de compressão médica. Todo dia. No mundo todo. Nosso portfólio atende a uma ampla gama de diferentes necessidades e indicações, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida às pessoas, prevenir e tratar doenças venosas e proporcionar conforto em todos os momentos da vida. A empresa foi fundada em 1864 na cidade de Winterthur e, por aproximadamente 100 anos, produziu 'tecidos emborrachados elásticos', comercializado na Suíça e no Exterior. Entre 1958 e 1960, colaborou com o Dr. Karl Sigg para desenvolver meias médicas de compressão para melhorar a função venosa e aliviar os sintomas venosos. O portfólio de produtos foi ampliado em 2009 quando as linhas esportivas, de viagem e de bem-estar, dedicadas ao consumidor, foram acrescentadas à linha médica. As meias das linhas de viagem e bem-estar proporcionam uma função preventiva e aliviam os primeiros sintomas de problemas nas pernas, enquanto os produtos da linha esportiva apoiam o desempenho dos atletas e seu tempo de recuperação. No mundo, são 1,5 mil funcionários, em fábricas na Suíça, França, Brasil, Polônia e Estados Unidos, bem como subsidiárias integrais na Alemanha, Áustria, Reino Unido, Canadá, China, Austrália, México e Emirados Árabes Unidos, com atendimento a 70 países. No Brasil, são mais de 200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Leandro Mazzini: A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: O Diaredacao@odia.com.br

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva (foto) assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O ‘caveirão’ do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela

2ª vez, com gastança e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

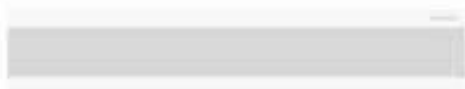
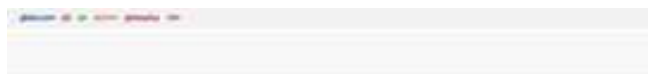
## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Lipedema: Yasmin Brunet mostra perda de 25kg após tratamento; veja os sintomas da doença que atinge 1 a cada 5 mulheres

[Link original](#)



### Lipedema: Yasmin Brunet mostra perda de 25kg após tratamento; veja os sintomas da doença que atinge 1 a cada 5 mulheres

Condição é caracterizada por um acúmulo de gordura geralmente confinado às pernas, braços, coxas e parte superior dos braços.



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Por O Globo — Rio de Janeiro

A modelo Yasmin Brunet mostrou nas redes sociais, nesta quarta-feira, a mudança no seu corpo após ter dado início ao tratamento para o lipedema. Após o diagnóstico, em 2024, ela começou a tratar a doença, em abril, e disse ter perdido 25 kg desde então.

Na imagem de dezembro daquele ano, a empresária e ex-participante do Big Brother Brasil, da TV Globo, aparece com o inchaço nas pernas já bastante diminuído. A modelo conta que deu uma pioradinha desde a última consulta em 2024, mas que pretende voltar a aderir às recomendações do seu médico para manter o lipedema sob controle:

Já sei o que tenho que fazer. Tenho questões alimentares, vocês sabem, mas não fico mais nesse desespero.

Continuar Lendo

O que é lipedema?

Embora muito prevalente, com estimativas que chegam a 1 a cada 5 mulheres, o lipedema foi reconhecido como doença apenas em 2019 pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Oficialmente, o termo foi incluído dois anos depois na 11ª edição da Classificação Internacional de Doenças (CID), onde é caracterizado como um inchaço gorduroso' (...) geralmente confinado às pernas, coxas, quadris e parte superior dos braços.

A doença não é nova, foi descrita pela primeira vez ainda em 1940 por dois pesquisadores da Mayo Clinic, nos Estados Unidos. Por isso, também é conhecida como síndrome Allen-Hines, em referência aos nomes dos médicos. No entanto, demorou a ser difundida entre os profissionais, sendo até hoje comumente confundida com outros diagnósticos, como obesidade e linfedema.

O lipedema é uma condição vascular, crônica e progressiva caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura subcutânea principalmente nos membros inferiores (coxas e pernas) e, em alguns casos, nos braços. Esse acúmulo de gordura não é influenciado diretamente pela dieta ou pelo exercício físico e está associado a dor, sensibilidade e tendência à formação de hematomas. Além disso, ocorre quase que exclusivamente em mulheres explica Armando Lobato, angiologista e cirurgião vascular, ex-presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**.

Mais recentemente, além da inclusão na CID, os relatos de personalidades que sofrem com o problema têm ajudado a jogar luz sobre o lipedema. No Brasil, alguns nomes que ganharam destaque nos últimos anos ao falarem sobre o diagnóstico foram o de Yasmin e da repórter do programa Mais Você', da TV Globo, Juliane Massaoka. Ambas relataram o inchaço nas pernas que não correspondia ao acúmulo de gordura no restante do

corpo.

O aumento da conscientização sobre o lipedema nos últimos anos se deve a vários fatores, como a maior disseminação de informações por profissionais de saúde e pacientes compartilhando sobre a doença, especialmente por meio da internet e redes sociais. Além disso, temos diagnósticos mais precisos e mais interesse nos tratamentos afirma Lobato.

Quais os sintomas do lipedema?

Especialistas ouvidos pelo GLOBO explicam que o aspecto visual das pernas é geralmente o sintoma que acende o primeiro alerta sobre a possibilidade de ser um caso de lipedema, explica o médico Fábio Kamamoto, diretor do Instituto Lipedema Brasil.

Alguns sintomas são bastante característicos, como a desproporção da região da cintura em relação às pernas, ou seja, alguém com muito menos gordura no resto do corpo do que nos membros. Além disso, quando essa pessoa perde peso com dieta e exercícios físicos, ela consegue emagrecer no tronco, mas nem sempre nos membros.

Ele explica que outras queixas que podem estar acompanhadas são dores, sensação de peso, de queimação e formação de hematomas, especialmente nas pernas. Esses sintomas podem piorar com mudanças hormonais, como na puberdade, com o uso de anticoncepcionais de hormônios, na gestação e na menopausa.

Qual a prevalência do lipedema no Brasil?

O diagnóstico é feito de forma clínica, baseado na avaliação do médico e na história da paciente. Exames de imagem, como ultrassonografia e ressonância magnética, podem ser utilizados para diferenciar o lipedema de outras condições, porém não existe um teste laboratorial específico para confirmar a doença.

Em relação à prevalência do lipedema na população, os

especialistas explicam que, como ele muitas vezes não é diagnosticado corretamente, os números reais são incertos. No entanto, Lobato, da **SBACV**, aponta que os estudos têm apontado para algo entre 11% e 19% das mulheres ou seja, até 1 a cada 5.

Entre as brasileiras, um trabalho publicado no periódico *Jornal Vascular Brasileiro* por pesquisadores paulistas, em 2022, estimou que 12,3% têm lipedema após realizar questionários. O que, com base nos últimos números do Censo Demográfico do IBGE, representaria cerca de 12,9 milhões de mulheres no país.

O que causa o lipedema?

Ainda não se sabe exatamente o que causa o lipedema, mas hoje a doença é compreendida como uma condição multifatorial que engloba fatores genéticos e hormonais. Isso porque há muitos relatos de pacientes que citam casos semelhantes na família, indicando uma predisposição hereditária.

Além disso, o fato de afetar quase que exclusivamente mulheres e estar ligado aos períodos de mudanças hormonais é o que sugere a ação dos hormônios femininos, especialmente do estrogênio, no seu desenvolvimento, explicam os especialistas.

Lobato, da **SBACV**, acrescenta que fatores ambientais, como alimentação inadequada, sedentarismo, obesidade, entre outros hábitos nocivos à saúde, podem impactar a progressão da doença.

Quais os tratamentos do lipedema?

Kamamoto, do Instituto Lipedema, explica que por ser uma doença que se desenvolve a partir da presença de hormônios e tem características genéticas, não são causas que podem ser mudadas. Por isso dizemos que não existe uma cura para o lipedema, mas existe sim um controle contínuo.

O tratamento consegue aliviar as queixas e melhorar a qualidade de vida da paciente. A estratégia ideal deve

ser individualizada e orientada pelo profissional que acompanha o caso. Um dos fatores que pode influenciar a melhor conduta é o grau do lipedema, que é dividido em quatro estágios, do 1 ao 4, de acordo com a severidade.

#### Estágios do lipedema

A superfície da pele é normal, ocorre aumento da gordura no tecido subcutâneo e há presença de nódulos ou bolinhas de gordura, como se fossem pérolas por baixo da pele;

A pele é irregular, um pouco mais flácida do que o esperado para a idade e com aspecto de celulite, e os nódulos que podemos palpar ficam maiores;

A pele é significativamente mais flácida, com a presença de dobras de pele. Isso pode causar dificuldade para caminhar e se movimentar. Além dos nódulos, podemos palpar também áreas de fibrose, que são como cicatrizes por baixo da pele causadas pela inflamação crônica;

Todas as alterações descritas no estágio 3, mais o comprometimento do sistema linfático. O linfedema (comprometimento dos vasos linfáticos) pode ocorrer em qualquer estágio, mas é mais frequentemente encontrado em mulheres com lipedema a partir do estágio 3, quando é chamado de lipo-linfedema, ou no estágio 4.

\* Fonte: **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**

Entre as alternativas terapêuticas, os médicos podem indicar a prática de atividades físicas de baixo impacto, como hidroginástica, caminhada e pilates, que ajudam na circulação e mobilização da gordura; a adoção de uma alimentação balanceada e terapias compressivas, com meias ou bandagens, para reduzir o edema e melhorar a circulação.

No caso da alimentação, orienta-se implementar dietas

ricas em frutas, vegetais, proteínas magras e gorduras saudáveis para ajudar a reduzir a inflamação e a retenção de líquidos. O consumo de alimentos ultraprocessados, açúcar refinado e excesso de sal devem ser evitados.

Também é indicado que a paciente tenha uma boa ingestão de água, evite longos períodos sentada ou em pé e busque práticas que auxiliam a controlar o estresse, como meditação e yoga, já que ele pode piorar o quadro de inflamação.

Além disso, pode ser recomendado o uso de medicamentos para aliviar dores e inflamações e a prática da drenagem linfática para auxiliar a circulação.

Caso o tratamento conservador não melhore o quadro da paciente, há a opção de cirurgia. Nesse caso, Lobato explica que existe um tipo específico de lipoaspiração para lipedema que consegue remover a gordura em excesso:

A técnica consegue reduzir significativamente os depósitos de gordura e aliviar os sintomas mas, como a doença é crônica, o depósito anormal de gordura pode voltar a aparecer novamente. E a lipoaspiração, como qualquer procedimento cirúrgico, tem risco de complicações, por isso deve ser avaliada a cada caso pelo médico junto com a paciente.

INSCREVA-SE NA NEWSLETTER

= 640px)">

Bem de Saúde

Novidades para você ficar bem de corpo e alma. Às quintas.

Inscrição

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Resumo em tópicos:

Doenças vasculares podem evoluir para quadros crônicos como varizes e Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo. A adoção de hábitos saudáveis na rotina está entre as principais iniciativas para evitar complicações severas e preservar a mobilidade. Diretrizes de entidades como a **SBACV** incluem hidratação, exercícios físicos e o uso de compressão graduada como pilares do tratamento preventivo.

Inchaços nas pernas, edemas, sensação de peso e cansaço são alguns dos sintomas mais comuns de doenças vasculares. No Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril, especialistas fazem um alerta sobre condições que podem gerar desconforto e prejudicar a qualidade de vida. No Brasil, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, os problemas vasculares atingem cerca de 38% da população adulta. Por isso, o cuidado preventivo surge como a principal estratégia para

manter a qualidade de vida, sempre acompanhada do atendimento médico especializado.

Para quem busca evitar desconfortos e manter a saúde vascular em dia, especialistas recomendam as seguintes práticas:

Mantenha a hidratação em dia: o consumo adequado de água auxilia na fluidez sanguínea e combate a retenção de líquidos, fator que reduz o inchaço nos membros inferiores. Abandone o tabagismo: as substâncias presentes no cigarro agridem as paredes das veias e artérias, aumentando o risco de formação de coágulos e trombozes. Modere o consumo de álcool: o excesso de bebidas alcoólicas contribui para a desidratação do organismo e para a dilatação dos vasos sanguíneos, fatores que favorecem o aparecimento de edemas e a sensação de peso nas pernas. Cuidado com a temperatura: o calor excessivo causa a dilatação das veias e pode dificultar o retorno do sangue venoso. Evite banhos muito quentes ou exposição prolongada ao sol. Pratique exercícios físicos: atividades como caminhada, natação ou ciclismo fortalecem os músculos das pernas e melhoram o fluxo sanguíneo. Atenção ao peso e à dieta: o controle do peso reduz a pressão sobre as veias, e a hidratação auxilia no combate à retenção de líquidos. Faça pausas ao longo do dia: evite ficar muito tempo na mesma posição; levante-se e caminhe brevemente a cada hora. Evite roupas apertadas: peças que comprimem demais a circulação dificultam o retorno venoso. Eleve os membros inferiores: repouse com os pés acima do nível do coração por 15 minutos ao fim do dia. Isso facilita a drenagem e alivia a sensação de peso nas pernas. Adote a compressão graduada: o uso de meias de compressão graduada, conforme a orientação médica, auxilia o retorno sanguíneo e previne a evolução de problemas venosos.

Adotar práticas que auxiliem na melhora da circulação

de sangue no organismo são fundamentais para evitar doenças crônicas como as varizes e a Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

#### Escute Suas Pernas

Alinhada a esse propósito, a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, promove a campanha “Escute Suas Pernas”, que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## A COP que não acaba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Leandro Mazzine

Publicado em 03/04/2026

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências

mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da

Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste

ano a "Assessoria Extraordinária para a COP30". Serão dois assessores de cargo

especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério

do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com

muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se

sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo

no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e

inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey,

para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio.

Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por

outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da

Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda

recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo

nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de

Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar

um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado

do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30

anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados "caveirões" a uma fábrica especializada no

Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os

conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os "veículos blindados de médio

porte" serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o "Bope" de Brasília. A

Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta

brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-

eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no

currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está

mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de

pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da

população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a

necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL

movimenta 26,5 mi de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #SBACV

abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê

de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por

9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

#Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para

acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Assim como Anitta, Camila Loures removeu veia da testa; entenda o procedimento

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

No início da semana, a influenciadora Camila Loures compartilhou com seus seguidores o resultado de um procedimento feito para remover uma veia visível na testa. Em uma publicação no Instagram, a criadora de conteúdo contou que a cirurgia era algo que ela desejava muito fazer.

“Fiz a retirada da veia na testa que me incomodava muito”, escreveu ela, contando também que o procedimento foi muito tranquilo. “Queria compartilhar com vocês porque sei que muita gente também tem essa veia chata”, disse.

O tratamento realizado por Camila, que também já foi feito por Anitta em 2024, é chamado de Endolaser, uma técnica minimamente que atua diretamente por dentro da veia. Segundo a cirurgiã vascular Camila Caetano, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** e professora universitária, esse tipo de tratamento é indicado para veias mais calibrosas.

Ela ressalta ainda que a retirada pode ser feita também com um laser transdérmico, aplicado sobre a pele. “Ele faz a veia diminuir e desaparecer aos poucos”, explica a médica, destacando que o objetivo das abordagens é eliminar a veia visível sem prejudicar a circulação, com segurança e resultado natural.

De acordo com Camila, na maioria dos casos, o benefícios dos procedimentos é estético, já que a veia muito aparente pode dar um aspecto de cansaço ou envelhecimento. “Mas vai além disso: quando o paciente se sente bem com a própria imagem, há um impacto direto na autoestima, na confiança e até na vida social. Em situações mais raras, também pode haver benefício funcional”, acrescenta.

A cirurgião vascular destaca que o procedimento é seguro, desde que seja feito por um especialista. “Os efeitos mais comuns são leves e temporários, como roxos, inchaço ou discreta alteração na cor da pele”, lista. “Na face, o cuidado deve ser ainda maior, pois é uma região delicada. Por isso, a experiência do profissional é fundamental”, reitera.

Como o procedimento é minimamente invasivo, a recuperação também costuma ser rápida. Segundo Camila, geralmente, o paciente é liberado para voltar à rotina no mesmo dia ou na data seguinte. “Pode haver um inchaço leve ou pequenos hematomas por alguns dias, e o resultado aparece gradualmente ao longo das semanas”, pontua.

A recuperação também envolve cuidados simples, que incluem evitar o sol nos primeiros dias, usar protetor solar e não manipular a região, além de seguir todas as orientações dadas pelo médico.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Uso sem orientação médica pode provocar alterações circulatórias e exigir cuidado especial em pacientes com fatores de risco

O uso crescente de medicamentos para emagrecer, como a semaglutida e a liraglutida, tem acendido um alerta para a saúde vascular. Embora eficazes e seguros quando prescritos corretamente, o uso sem acompanhamento médico pode causar alterações circulatórias e agravar quadros em pacientes com fatores de risco.

“Os agonistas do receptor de GLP-1 representam um avanço significativo no tratamento do diabetes tipo 2 e da obesidade, com benefícios que vão além da perda de peso, incluindo redução de eventos cardiovasculares em pacientes selecionados”, afirma o cirurgião vascular e vice-diretor científico da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Rafael de Athayde Soares.

Estudos recentes demonstram que a semaglutida

subcutânea semanal pode reduzir em até 20-22% o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto, AVC e morte cardiovascular, em pacientes com sobrepeso ou obesidade e doença cardiovascular estabelecida, mesmo na ausência de diabetes. Esses benefícios parecem ser, em parte, independentes da perda de peso, que gira em torno de 9,4%. Além disso, há evidências de melhora da capacidade de marcha e da qualidade de vida em pessoas com doença arterial periférica.

Apesar dos avanços, a administração indiscriminada desses medicamentos preocupa especialistas. Diabetes e obesidade, condições para as quais esses tratamentos são indicados, já estão diretamente associadas a alterações inflamatórias e metabólicas que comprometem a saúde dos vasos sanguíneos. O excesso de glicose pode danificar o endotélio vascular e favorecer a aterosclerose, enquanto o excesso de gordura corporal está relacionado à inflamação crônica, resistência à insulina e mudanças na coagulação, aumentando o risco de trombose, doença arterial periférica e insuficiência venosa.

“O consumo sem avaliação médica adequada pode expor o paciente a riscos desnecessários. O emagrecimento rápido, a redução da ingestão alimentar e os efeitos gastrointestinais podem levar à desidratação, desequilíbrios eletrolíticos e mudanças na pressão arterial, impactando a estabilidade hemodinâmica, especialmente em pessoas mais vulneráveis”, alerta o especialista.

Essas mudanças podem ter impacto direto no sistema circulatório. A desidratação reduz o volume sanguíneo circulante, enquanto os distúrbios eletrolíticos interferem no funcionamento do músculo cardíaco e no controle da pressão arterial. Em alguns casos, pode haver aumento da viscosidade do sangue, favorecendo um ambiente mais propenso à formação de trombos, especialmente

em pacientes com fatores de risco prévios.

Pessoas com histórico de doenças vasculares, como trombose venosa profunda, embolia pulmonar ou doença arterial periférica, devem ter atenção redobrada. Embora não haja evidência consistente de aumento direto do risco de trombose com o emprego desses medicamentos, fatores como desidratação, perda rápida de peso e desequilíbrios metabólicos exigem monitoramento mais rigoroso. Em condições como o lipedema, a perda de peso pode trazer benefícios metabólicos, mas não altera o tecido adiposo característico da doença, sendo importante o acompanhamento multidisciplinar.

“Antes de iniciar o tratamento, é fundamental realizar uma avaliação médica individualizada, com análise do histórico clínico, das medicações em tratamento, da pressão arterial, da função renal e do estado de hidratação. Em muitos casos, a terapia pode ser conduzida com segurança, desde que haja acompanhamento adequado, com monitoramento contínuo dos parâmetros clínicos e ajustes conforme necessário.”

Durante o tratamento, alguns sinais devem servir de alerta, como dor ou inchaço súbito nas pernas, falta de ar, dor no peito, tontura persistente, desmaios, palpitações, queda importante da pressão arterial e sinais de desidratação intensa, como fraqueza ou redução significativa da urina. Nessas situações, a orientação médica deve ser procurada imediatamente.

A avaliação de um especialista vascular pode ser indicada em pacientes com histórico de trombose, doença arterial periférica, insuficiência venosa importante, edema persistente nas pernas ou sintomas sugestivos de problemas circulatórios, contribuindo para a prevenção de complicações e maior segurança no tratamento.

“O principal cuidado é evitar a automedicação. Esses medicamentos devem ser utilizados com indicação e acompanhamento médico, como parte de uma

estratégia que inclui mudanças no estilo de vida, alimentação equilibrada e atividade física. O tratamento precisa ser individualizado para garantir segurança, inclusive do ponto de vista vascular”, reforça o Dr. Rafael de Athayde Soares.

Sobre a **SBACV-SP**

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) é uma entidade sem fins lucrativos que representa os médicos que atuam nas especialidades de Angiologia e de Cirurgia Vascular no estado de São Paulo. A instituição tem como missão levar informação de qualidade sobre saúde vascular à população.

Para outras informações acesse o site e siga as redes sociais da Sociedade (Facebook e Instagram).

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Abril Laranja é o mês de conscientização de riscos e prevenção de amputações**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Pacientes mostram que é possível manter-se em movimento após a perda de membros. FOTO: Divulgação

Da Redação

No Recife, o Abril Laranja, começou com o OBV em Movimento, um aulão de dança e alongamento para cerca de 40 pacientes amputados que passam por reabilitação com atividades físicas. O evento, promovido pela Clínica Ortopedia Boa Viagem, aderiu à campanha da Associação Brasileira de Ortopedia Técnica (Abotec) para prevenir as causas de amputações.

Cálculo renal causou infecção que levou Hilda a sofrer amputações i. FOTO: Divulgação

De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), mais da metade dos casos envolvem pessoas com diabetes, seguida por acidentes de trânsito - principalmente motos, e de trabalho. No entanto, as cirurgias em membros inferiores podem

estar relacionadas à causas como o tabagismo, hipertensão arterial, idade avançada, insuficiência renal crônica, histórico familiar e pacientes com câncer ósseo.

Seja qual for a causa, é necessário mostrar que é preciso seguir em frente após um acidente ou uma doença que causa a perda de um ou mais membros. Hilda Patriota, 52 anos, é um exemplo. Ela amputou os quatro membros por causa de uma infecção generalizada ocasionada por cálculo renal. Mas com a ajuda das próteses está voltando a se movimentar.

Amputação em números

Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) apontam que mais de 282 mil cirurgias de amputação de membros inferiores (pernas ou pés) foram realizadas no Sistema Único de Saúde (SUS) entre janeiro de 2012 e maio de 2023. A Sociedade Brasileira de Medicina Física e Reabilitação, atesta que o Brasil possui cerca de 500 mil pessoas amputadas.

Diante desse quadro, a Abotec tomou a iniciativa e há sete anos faz um alerta popular para a prevenção com a campanha Abril Laranja - mês de conscientização da amputação.

O movimento tem dois pilares fundamentais:

1) Combater as causas da amputação: Busca conscientizar a população sobre a importância de prevenir as causas patológicas e traumáticas da amputação: doenças vasculares, como o pé diabético, e os riscos dos acidentes de trânsito, especialmente os envolvendo motocicletas.

2) Ressignificar vidas: Tem como foco o apoio a pessoas que sofreram amputações de qualquer origem, incentivando-as a superar desafios e a manter uma vida

plena e de qualidade.

Para o fisioterapeuta Tiago Bessa, especialista em reabilitação à frente da Clínica Ortopedia Boa Viagem, o diagnóstico precoce pode ser um grande aliado no tratamento. “O Abril Laranja é fundamental para esclarecer que o processo de amputação não impede o paciente de seguir uma vida plena e feliz”, declarou.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Resumo em tópicos: Doenças vasculares podem evoluir para quadros crônicos como varizes e Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo. A adoção de hábitos saudáveis na rotina está entre as principais iniciativas para evitar complicações severas e preservar a mobilidade. Diretrizes de entidades como a **SBACV** incluem hidratação, exercícios...

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular reunirá especialistas para discutir avanços na Cirurgia Vascular**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Encontro idealizado pela **SBACV-SP** acontecerá em São Paulo com programação multidisciplinar e participações nacional e internacional

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) promoverá, de 23 a 25 de abril de 2026, o CISP/XXIV Encontro São Paulo - Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular, no Centro de Convenções Rebouças. O evento, que integra o calendário da especialidade no país, reunirá especialistas para atualização científica e discussão clínica. A expectativa é receber cerca de 1.000 participantes, entre médicos, residentes, acadêmicos e profissionais da saúde.

A programação abordará temas atuais das doenças arteriais, venosas e linfáticas, com participação de convidados do Brasil e do exterior. O conteúdo inclui avanços em diagnóstico, condutas terapêuticas e desafios da prática médica.

Sob a presidência do cirurgião vascular Dr. Antonio Eduardo Zerati, o evento mantém sua proposta de evolução contínua, com uma comissão organizadora formada por especialistas de destaque da Cirurgia Vascular, responsáveis pela construção de uma programação científica atual e alinhada às principais demandas da prática clínica.

“Assumir a presidência do CISP pela primeira vez é uma grande responsabilidade e também uma oportunidade de contribuir para a evolução do encontro. Nossa expectativa é entregar uma edição ainda mais relevante, com conteúdo científico de excelência, integração entre especialistas e uma experiência enriquecedora para todos os participantes”, destaca Dr. Zerati.

A abordagem será multidisciplinar, com painéis, palestras e debates, além de conteúdos voltados à inovação, atualização técnica e discussão de casos clínicos relevantes. A grade científica do encontro também se destaca pela qualidade e diversidade do corpo de palestrantes, promovendo um ambiente rico para troca de experiências, atualização profissional e integração entre diferentes realidades da área vascular.

Além da programação científica principal, o evento contará com atividades complementares, como lunch meetings, simpósios satélites e podcasts, ampliando as oportunidades de interação entre especialistas, indústria e demais profissionais do setor.

O congresso também reforça seu compromisso com a produção científica, incentivando a submissão e apresentação de trabalhos, pesquisas e casos clínicos relevantes para o avanço da especialidade.

Ao longo das edições, o CISP/Encontro São Paulo vem ampliando seu prestígio, impacto científico e visibilidade institucional, consolidando-se como uma plataforma estratégica para o desenvolvimento da Cirurgia Vascular

e Endovascular no Brasil.

Serviço:

CISP/XXIV Encontro São Paulo - Congresso  
Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e  
Endovascular

Data: de 23 a 25 de abril de 2026

Local: Centro de Convenções Rebouças - São Paulo -  
SP

Mais informações: [www.cispvascular.com.br](http://www.cispvascular.com.br)

Sobre a **SBACV-SP**

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) é uma entidade sem fins lucrativos que representa os médicos que atuam nas especialidades de Angiologia e de Cirurgia Vascular no estado de São Paulo. A instituição tem como missão levar informação de qualidade sobre saúde vascular à população.

Para outras informações acesse o site e siga as redes sociais da Sociedade (Facebook e Instagram).

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV,  
SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de  
Cirurgia Vascular

## Sedentarismo digital acende alerta para a saúde circulatória de jovens adultos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A rotina moderna, moldada pelo trabalho remoto e pelo uso intenso de telas, trouxe um efeito colateral silencioso que preocupa especialistas: o comprometimento da circulação nas pernas. O hábito de permanecer sentado por períodos prolongados, antes associado a faixas etárias mais avançadas, agora reflete em queixas frequentes em consultórios vasculares entre pessoas cada vez mais jovens. O fenômeno, impulsionado pela falta de movimentação no home office, tem antecipado sintomas de sobrecarga venosa que antes surgiam apenas após os 40 ou 50 anos.

### O mecanismo da bomba muscular em repouso

A eficiência do sistema venoso depende diretamente da movimentação física. Ao caminhar, os músculos da panturrilha atuam como uma verdadeira bomba, impulsionando o sangue das extremidades de volta ao coração. Quando o corpo fica estático diante do computador, esse mecanismo perde força, provocando a estagnação sanguínea e sobrecarregando as veias.

Segundo a Dra. Dafne Leiderman, cirurgiã vascular e diretora da **SBACV** regional São Paulo, essa imobilidade prolongada é suficiente para gerar desconfortos mesmo em quem não possui uma doença vascular instalada.

### Sinais precoces que vão além da estética

Muitos jovens interpretam o surgimento de microvasos apenas como uma insatisfação estética, mas eles podem ser o primeiro indício de que o sistema circulatório está sofrendo. Além das marcas visíveis, o corpo emite outros sinais de alerta ao final do dia, como sensação de peso, cansaço localizado, queimação e inchaço recorrente nos tornozelos. Fatores como genética, uso de hormônios e postura inadequada potencializam esses riscos, tornando essencial a observação atenta de qualquer incômodo persistente que seja rotineiramente ignorado.

### Estratégias para proteger as pernas no home office

Para quem não pode evitar as longas jornadas sentado, pequenas mudanças de hábito são fundamentais para reativar o retorno venoso. Especialistas recomendam pausas regulares para caminhar, manter a hidratação em dia e realizar exercícios que fortaleçam a panturrilha, como a musculação ou caminhadas diárias. Outra medida eficaz é utilizar apoios para elevar levemente os pés, evitando que as pernas permaneçam em um ângulo rígido de 90° por muito tempo.

### Importância do diagnóstico especializado e preventivo

Normalizar a dor e o inchaço como parte do cansaço cotidiano é um erro comum que pode adiar tratamentos necessários. A investigação com um cirurgião vascular, auxiliada pelo exame de ultrassom Doppler, permite identificar precocemente refluxos venosos ou comprometimentos na veia safena. Conforme destaca a

Dra. Dafne Leiderman, o reconhecimento precoce desses sinais é o passo decisivo para preservar a qualidade de vida e garantir uma longevidade vascular saudável, evitando que pequenos desconfortos se transformem em problemas crônicos no futuro. Com informações da Assessoria de Comunicação da Dra. Dafne Leiderman, médica e cirurgiã vascular.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Três raízes que combatem a hipertensão e protegem a saúde vascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Camila Santos

A busca por uma longevidade saudável passa, invariavelmente, pelo que colocamos no prato. No campo da saúde cardiovascular, pequenos ajustes na dieta podem oferecer benefícios comparáveis a intervenções preventivas de ponta. Segundo o médico Herik Oliveira, cirurgião vascular e especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o segredo para uma circulação eficiente pode estar escondido em três raízes comuns na mesa dos brasileiros: beterraba, cúrcuma e gengibre.

Esses alimentos atuam como aliados estratégicos do sistema circulatório, combatendo desde a inflamação crônica até a formação de coágulos perigosos. “Elas funcionam como vasodilatadores naturais e antioxidantes que protegem a integridade dos vasos”, afirma o especialista.

Entenda

**Vasodilatação natural:** o nitrato da beterraba expande os vasos sanguíneos, facilitando a passagem do sangue

e reduzindo a pressão arterial.

**Ação antitrombótica:** compostos do gengibre impedem que as plaquetas se agrupem, reduzindo o risco de trombos e coágulos.

**Proteção das artérias:** a cúrcuma combate os radicais livres, evitando o desgaste das paredes internas do coração e das veias.

**Controle de lipídios:** o consumo regular auxilia na redução dos níveis de colesterol LDL e triglicerídeos.

O poder das raízes no organismo

Cada uma dessas raízes desempenha um papel específico na manutenção da “máquina” cardiovascular. A beterraba, por exemplo, é uma fonte abundante de nitrato inorgânico. Uma vez ingerido, esse composto é convertido em óxido nítrico, um gás que relaxa os músculos das paredes arteriais. O resultado é um controle mais eficaz da hipertensão.

Já o gengibre destaca-se pelo gingerol. Além de sua conhecida ação anti-inflamatória, ele possui propriedades antiagregantes. Na prática, isso significa que ele dificulta a formação de coágulos que poderiam causar complicações graves. “Ele atua ainda no perfil lipídico, ajudando a baixar o colesterol ruim (LDL) e os triglicerídeos”, explica Herik Oliveira.

A cúrcuma, por sua vez, traz a curcumina como protagonista. Por ser um antioxidante potente, ela reduz o estresse oxidativo, que é uma das principais causas de envelhecimento precoce do sistema cardiovascular. Ao controlar a inflamação crônica, a raiz blindo o coração contra danos estruturais.

Como consumir para obter resultados

Para que os benefícios sejam aproveitados, o cirurgião vascular destaca que a forma de preparo é essencial:

Beterraba: pode ser consumida crua em saladas ou batida em sucos para preservar os nitratos.

Cúrcuma: o ideal é utilizá-la em pó ou fresca, sempre acompanhada de uma pitada de pimenta-do-reino, que aumenta significativamente a absorção da curcumina pelo corpo.

Gengibre: versátil, pode ser administrado em chás, ralado em sucos naturais ou como tempero em pratos quentes.

Embora naturais, o especialista reforça que essas raízes devem complementar um estilo de vida saudável e não substituem tratamentos médicos prescritos para condições crônicas.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Flacidez: médico revela como tratar a quebra do colágeno sem cirurgia

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Camila Santos

A busca por uma aparência rejuvenescida e por contornos mais definidos não precisa, necessariamente, passar pelo centro cirúrgico. Com o avanço da medicina estética e da tecnologia de tecidos, tratar a flacidez tornou-se um processo de regeneração celular. Segundo o cirurgião vascular Herik Oliveira, especialista pela **SBACV**, a chave para o sucesso está em identificar se o problema é cutâneo ou muscular.

Através de intervenções não invasivas que estimulam a produção natural de colágeno, é possível reorganizar as fibras da pele e recuperar a sustentação perdida pelo envelhecimento ou perda de peso rápida.

Entenda

Tipos distintos: a flacidez cutânea atinge a elasticidade da pele, enquanto a muscular decorre da perda de força e massa magra.

Causas variadas: envelhecimento, exposição solar, menopausa e emagrecimento repentino (como o uso de

“canetas” ou bariátrica) são os principais gatilhos.

Tecnologia de ponta: procedimentos como ultrassom microfocado e radiofrequência atuam nas camadas profundas para retrair o tecido.

Abordagem híbrida: o resultado satisfatório depende da união entre tecnologias injetáveis e mudança no estilo de vida, como dieta proteica.

O mapa da flacidez: pele vs. músculo

Para tratar, é preciso primeiro classificar. A flacidez cutânea ou dérmica é caracterizada por uma pele mais fina e sem sustentação, comum na face, pescoço e braços. Já a muscular surge pela redução da massa magra, sendo mais visível nos membros superiores e inferiores.

De acordo com Herik Oliveira, o envelhecimento natural diminui a produção de colágeno e elastina, mas fatores externos como cigarro, álcool e estresse oxidativo aceleram esse dano.

“Na menopausa, a queda do estrogênio potencializa essa perda. Já a flacidez muscular é impulsionada pelo sedentarismo e por dietas de perda de peso muito rápidas”, explica o médico.

Treinos de força combatem a flacidez

O arsenal tecnológico sem cirurgia

A boa notícia para quem evita o bisturi é a variedade de substâncias e aparelhos que promovem a “autocura” do tecido. Entre as opções mais eficazes estão:

Bioestimuladores de colágeno: substâncias injetáveis que forçam o corpo a produzir novas fibras de sustentação nas camadas profundas.

Ultrassom microfocado: tecnologia que causa uma

“desinflamação” controlada e organizada, promovendo a retração da pele e até a redução de gordura subcutânea.

Criofrequência e radiofrequência: geram calor intenso para contrair as fibras existentes e estimular o surgimento de novas. O microagulhamento associado à radiofrequência permite atingir todas as camadas da pele simultaneamente.

Estilo de vida e acompanhamento médico

Embora as máquinas entreguem resultados impressionantes, o tratamento não é isolado. O paciente precisa adotar uma rotina que sustente os ganhos obtidos no consultório. Isso inclui uma alimentação rica em proteínas para manutenção muscular, uso rigoroso de protetor solar - para evitar o estresse oxidativo das fibras - e hidratação constante.

A estratégia é multidisciplinar.

“É fundamental que o paciente passe por uma avaliação para identificar a causa exata. Com o apoio de nutricionistas, dermatologistas e endocrinologistas, criamos um plano personalizado”, afirma o cirurgião. O foco é uma abordagem ampla, garantindo que o tratamento da flacidez seja seguro, individualizado e, acima de tudo, eficaz sem a necessidade de internação hospitalar.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Hábito comum pode elevar o colesterol e a gordura corporal; veja qual

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Camila Santos

O hábito de permanecer sentado por longas horas, comum na rotina de escritórios e no uso excessivo de telas, tornou-se uma ameaça direta à longevidade cardiovascular, podendo causar alterações nos níveis de colesterol. Segundo o cirurgião vascular Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), a falta de movimentação dos membros inferiores prejudica o retorno do sangue ao coração, facilitando a formação de trombos.

Estudos recentes apontam que o risco de doenças graves dispara após oito horas de comportamento sedentário, exigindo mudanças imediatas na rotina para evitar danos irreversíveis ao sistema circulatório.

Entenda

Falha no retorno venoso: a ausência de contração muscular nas pernas dificulta o bombeamento do sangue de volta ao coração.

Risco de trombose: o sangue parado (estase) nas veias favorece a formação de coágulos, que podem se deslocar para o pulmão.

Prejuízo metabólico: ficar parado reduz a produção de enzimas que queimam gordura, elevando o colesterol e o risco de diabetes.

Enfraquecimento cardíaco: a combinação de obesidade e acúmulo de placas de gordura nas artérias sobrecarrega o músculo cardíaco.

A posição sentada por longos períodos pode acarretar em consequências negativas para a saúde cardiovascular, incluindo o enfraquecimento do coração e o aumento do risco de trombose venosa profunda

O inimigo oculto do metabolismo

A inatividade física prolongada vai muito além do desconforto muscular. De acordo com Herik Oliveira, a falta de movimento interrompe processos químicos vitais.

“A ausência de contração muscular diminui a produção da lipase lipoproteica, uma enzima crucial para o metabolismo de gorduras no sangue”, explica o cirurgião. Sem essa limpeza natural, o corpo fica mais suscetível ao ganho de peso e ao desenvolvimento de diabetes tipo 2.

Esse cenário cria um efeito dominó: o sobrepeso e o acúmulo de placas de gordura nas artérias elevam a pressão arterial e, conseqüentemente, resultam no enfraquecimento progressivo do coração. O órgão, sem o auxílio da “bomba muscular” das panturrilhas, precisa trabalhar com mais esforço para manter a circulação ativa.

Trombose e sinais de alerta

O perigo mais imediato do sedentarismo é a Trombose

Venosa Profunda (TVP). Segundo o especialista, quando o sangue fica retido nas pernas por muito tempo, ele tende a coagular. Ele destaca que sintomas como dor intensa, inchaço unilateral, câimbras frequentes e dificuldade para caminhar não devem ser ignorados.

“Sinais como falta de ar e dor no peito também exigem atenção médica imediata, pois podem indicar que um coágulo se desprendeu e atingiu os pulmões”, alerta Oliveira.

Nesses casos, a procura por um pronto-socorro ou um cirurgião vascular é fundamental para evitar complicações fatais.

#### Prevenção e evidência científica

A ciência ratifica a gravidade do problema. Uma pesquisa publicada no American College of Cardiology revela que permanecer sentado por mais de 10 horas e meia aumenta drasticamente o risco de eventos cardiovasculares. Outro estudo, do European Journal of Epidemiology, fixa o limite de alerta em oito horas diárias.

Para mitigar esses riscos, a recomendação é simples, mas exige disciplina:

Pausas ativas: caminhar de 2 a 3 minutos a cada hora trabalhada.

Exercícios locais: realizar movimentos de flexão e rotação dos pés enquanto estiver sentado.

Alongamento: esticar as pernas regularmente para estimular o fluxo sanguíneo.

Compressão: o uso de meias elásticas pode ser um aliado, mas deve ser feito apenas sob supervisão médica.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Camila Loures tira veia da testa; especialistas explicam procedimento

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Camila Loures contou nas redes sociais que fez uma operação para remover a veia da testa, assim como Anitta. Segundo a influencer, de 31 anos, o procedimento foi feito na sexta-feira (3/4), por meio de endolaser.

“A gente sabe. Não tinha como falar que não tinha. Tava nítida! Ela aparecia quando eu estava sorrindo muito, ou ansiosa, ou nervosa... Eu tinha que editar as fotos todas”, afirmou Camila Loures.

Ver essa foto no Instagram

Um post compartilhado por Camila Loures  
(@camilaloures)

De acordo com Guilherme de Oliveira Bessa, cirurgião vascular do Hospital Santa Lúcia Gama, este procedimento não é exatamente uma cirurgia. É utilizado laser e a aplicação de uma substância conhecida como espuma para secar a veia.

“Assim, após alguns dias da aplicação, a veia vai desaparecer lentamente. Podem ser necessárias duas

ou três sessões para ter um bom resultado”, afirma o profissional ao Metrôpoles.

Procedimento traz prejuízo para a circulação?

Algumas complicações podem surgir decorrente do procedimento. As mais comuns, segundo Guilherme, são o surgimento de manchas no local e a inflamação da veia, conhecida como flebite. “Quando é feito por um profissional experiente, essas complicações podem ser evitadas.”

Em relação aos prejuízos para a circulação, Antônio Carlos de Souza, angiologista e cirurgião vascular, afirma que a retirada de uma veia visível na testa não compromete a saúde.

“As veias da testa fazem parte de uma rede venosa rica em conexões, o que permite que o sangue seja redirecionado por outros vasos sem prejuízo funcional relevante”, esclarece o diretor de publicações da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular.

Além disso, Antônio destaca que, atualmente, o tratamento nem sempre envolve a retirada cirúrgica. “A tendência moderna é utilizar técnicas menos invasivas, principalmente com o uso de laser, que trata o vaso sem necessidade de removê-lo.”

Camila Loures

## Cuidados pós-operação

Segundo o cirurgião vascular Guilherme de Oliveira Bessa, não são necessários cuidados antes do procedimento. Porém, é preciso atentar-se ao pós-operatório.

“Alguns dias após o laser e a aplicação da espuma, é preciso evitar exposição ao sol, para reduzir o risco de manchas. As manchas, quando surgem, podem ser permanentes”, comenta o expert.

Camila Loures

#### Alternativas menos invasivas

Da acordo com o angiologista Antônio Carlos de Souza, existem duas principais formas de tratamento com laser para remover veias aparentes na região da testa:

##### Laser transdérmico (através da pele)

“Atua de fora para dentro, sem incisões. A energia do laser atinge a veia e pode reduzir seu calibre ou promover seu fechamento. É mais indicado para veias menores”, explica o médico.

##### Laser endovenoso (endolaser)

Antônio relata que esse procedimento é indicado para veias mais calibrosas. “Nesse caso, uma fibra é introduzida dentro da veia, e o laser age de dentro para fora, promovendo a obliteração controlada do vaso.”

Camila Loures

#### O que evitar

De acordo com Antônio Carlos, um ponto de extrema importância é evitar injeções deliberadas dentro dessas veias da testa ou da face, como na escleroterapia indiscriminada.

“Isso porque há risco de complicações graves, incluindo comprometimento ocular, devido à comunicação dessas veias com a circulação orbital.”

Por isso, a recomendação é clara: o tratamento deve ser sempre realizado por médico especialista, com experiência em cirurgia vascular e conhecimento detalhado da anatomia facial, capaz de indicar a melhor técnica de forma segura e individualizada.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Doce veneno: como o excesso de açúcar afeta o sistema circulatório**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Camila Santos

A vilã silenciosa da saúde moderna não é apenas a gordura, mas a glicose em excesso. O consumo desenfreado de açúcar tem se revelado um dos principais agentes tóxicos para o sistema cardiovascular, agindo diretamente na estrutura das veias e artérias.

Segundo o médico Herik Oliveira, cirurgião vascular e especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o açúcar elevado no sangue desencadeia um processo de inflamação crônica e estresse oxidativo que compromete a camada interna dos vasos - o endotélio -, reduzindo a produção de óxido nítrico, substância essencial para a proteção vascular.

Entenda

**Agressão ao endotélio:** o açúcar age como um agente tóxico, ferindo a parede interna dos vasos e causando seu endurecimento precoce.

**Comprometimento venoso:** nas veias, a inflamação enfraquece as paredes, favorecendo o surgimento de varizes e o risco de trombose.

**Aterosclerose acelerada:** nas artérias, a glicose facilita o acúmulo de placas de gordura e aumenta os níveis de colesterol ruim (LDL).

**Hipertensão correlacionada:** o consumo de açúcar frequentemente acompanha o de sódio, reduzindo a capacidade de dilatação dos vasos e elevando a pressão.

Os vasos sanguíneos são prejudicados pelos picos glicêmicos

O mecanismo da lesão vascular

O impacto do açúcar difere ligeiramente entre os tipos de vasos, mas o resultado final é igualmente perigoso. Nas artérias, o excesso de glicemia promove a formação de placas de gordura e o endurecimento das paredes arteriais, processo conhecido como aterosclerose. “Isso obstrui a passagem do sangue e reduz o fluxo para órgãos vitais”, explica Herik Oliveira. Além disso, o açúcar elevado impulsiona os níveis de triglicerídeos e do colesterol LDL, acelerando esse entupimento.

Já no sistema venoso, a inflamação crônica causada pelo estresse oxidativo debilita as veias. Essa fragilidade leva à dilatação dos vasos, resultando em varizes e, em casos mais graves, na formação de coágulos. O estado inflamatório aumenta a viscosidade do sangue, elevando consideravelmente as chances de uma trombose venosa.

Doces são ultraprocessados

Sinais de alerta e consequências

As consequências do descuido a longo prazo são

severas: maior incidência de infarto agudo do miocárdio (IAM) e acidente vascular cerebral (AVC). Por isso, o especialista alerta para sintomas que podem indicar que o corpo está sofrendo com o excesso de glicose:

Cansaço extremo e fome constante;

Ganho de peso rápido (especialmente na região abdominal);

Sensação de formigamento ou dormência nas mãos e pés.

Ao optar por comidas prontas que têm valor nutricional ruim, o coração fica mais vulnerável a doenças

Prevenção e estilo de vida

Para reverter esse quadro e proteger o coração, a recomendação é clara: um acompanhamento médico rigoroso com controle de glicemia e hemoglobina glicada. “É fundamental manter uma alimentação rica em fibras, reduzir drasticamente os carboidratos simples, praticar exercícios físicos regularmente e prezar por uma boa qualidade de sono”, pontua o cirurgião. O equilíbrio entre dieta e movimento continua sendo a melhor receita para manter os vasos sanguíneos íntegros e o fluxo da vida sem interrupções.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis Crédito: Divulgação Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves. A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo. Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais. Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa. Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão. A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam

muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso. Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização. Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna. Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal. Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse. Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito. Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico. “Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”, Classificação da doença: do C0 ao C6 O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa. Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6,

estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente. Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação. Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal. Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular. Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários. Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios. Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde. Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom. Quando procurar um médico imediatamente Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados: Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP) Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar) Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista

ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica. Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável Drogal. CRF/SP 43.895 Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis Crédito: Divulgação Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves. A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo. Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais. Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa. Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão. A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam

muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso. Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização. Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna. Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal. Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse. Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito. Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico. “Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”, Classificação da doença: do C0 ao C6 O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa. Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6,

estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente. Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação. Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal. Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular. Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários. Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios. Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde. Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom. Quando procurar um médico imediatamente Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados: Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP) Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar) Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista

ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica. Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável Drogal. CRF/SP 43.895 Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

Fonte da Reprodução:

<https://g1.globo.com/sp/campinas-regiao/especial-publicitario/rede-drogal/noticia/2026/04/07/insuficiencia-venosa-veja-sintomas-e-tratamentos-disponiveis.ghtml>

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

Crédito: Divulgação

Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves.

A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo.

Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais.

Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de

doença venosa.

Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão.

A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso.

Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização.

Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais

Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna.

Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal.

Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse.

Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito.

Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico.

“Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”,

Classificação da doença: do C0 ao C6

O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa.

Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6, estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente.

Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação.

Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo

O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal.

Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos

(também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular.

Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários.

Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios.

Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde.

Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom.

Quando procurar um médico imediatamente

Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados:

Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP)

Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar)

Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas

Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno

Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica.

Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável  
Drogal. CRF/SP 43.895

Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Gravidez aumenta risco de trombose e exige atenção à circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Freepik

Especialistas destacam que mudanças no corpo da gestante elevam risco vascular; pós-parto é o período mais crítico

A gravidez é um período de transformações intensas no corpo da mulher, muitas delas invisíveis, mas com impacto direto na saúde. Entre essas mudanças, as que envolvem a circulação sanguínea merecem atenção especial. Isso porque a gestação, por si só, aumenta significativamente o risco de trombose, condição potencialmente grave e ainda pouco reconhecida fora do meio médico.

Com a chegada de períodos mais frios, como o outono, é comum associar a queda de temperatura a alterações na circulação. De fato, o organismo responde ao frio com a chamada vasoconstrição periférica, mecanismo que reduz o fluxo sanguíneo na pele e nas extremidades para preservar o calor corporal. No entanto, especialistas alertam: esse fator, isoladamente, não é o principal responsável pelo aumento do risco de trombose.

“O que realmente determina esse risco é a própria gestação”, explica o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Dr. Edwaldo Joviliano. “O corpo da mulher entra em um estado de maior tendência à coagulação, como forma de proteção contra sangramentos no parto, mas isso também favorece a formação de trombos.”

Além da hipercoagulabilidade, outros fatores contribuem para esse cenário. O volume de sangue pode aumentar em até 50% durante a gravidez, os hormônios promovem a dilatação das veias e o crescimento do útero passa a comprimir estruturas importantes da circulação venosa. Como resultado, o retorno do sangue das pernas ao coração se torna mais lento, condição que favorece o aparecimento de varizes e, em casos mais graves, a trombose.

Risco maior e pouco percebido

Dados de diretrizes da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) indicam que o risco de tromboembolismo venoso é cerca de quatro a cinco vezes maior em gestantes do que em mulheres não grávidas da mesma idade. Embora a incidência seja considerada baixa, entre 5 e 10 casos por 10 mil gestações, o impacto é significativo: a trombose está entre as principais causas indiretas de mortalidade materna.

O risco aumenta ao longo da gravidez e atinge seu ponto mais elevado no período pós-parto. As primeiras seis semanas após o nascimento concentram a fase de maior vulnerabilidade, exigindo atenção mesmo após a alta hospitalar.

Sinais que não devem ser ignorados

Durante a gestação, sintomas como inchaço nas pernas, sensação de peso e aparecimento de varizes são comuns e, na maioria das vezes, benignos. No

entanto, alguns sinais devem acender o alerta.

Dor em uma das pernas, aumento de volume assimétrico, vermelhidão e calor local podem indicar trombose venosa profunda, situação que exige avaliação médica imediata. “É fundamental que a gestante esteja orientada para reconhecer esses sinais e buscar atendimento rapidamente”, reforça Joviliano.

Quem tem mais risco

Alguns fatores aumentam ainda mais a probabilidade de complicações vasculares durante a gestação e o puerpério. Entre eles: idade acima de 35 anos; obesidade; histórico de trombose; presença de trombofilias; sedentarismo ou imobilização prolongada e cesariana, especialmente associada a outros fatores.

Nesses casos, o acompanhamento médico deve ser mais rigoroso e, em situações específicas, pode incluir medidas preventivas adicionais.

Prevenção é simples e eficaz

Apesar do alerta, especialistas reforçam que a maioria dos casos pode ser evitada. Medidas simples, quando adotadas de forma regular, têm impacto direto na redução do risco.

Manter-se ativa, evitar longos períodos sentada ou em pé, elevar as pernas ao descansar, manter boa hidratação e utilizar meias de compressão quando indicadas são recomendações amplamente respaldadas por diretrizes médicas.

“O cuidado com a circulação deve fazer parte do pré-natal. Com acompanhamento adequado, é possível atravessar a gestação com segurança e tranquilidade”, afirma o presidente da **SBACV**.

Mais informação, menos risco

Embora mudanças de temperatura influenciem o funcionamento do sistema circulatório, o principal fator

de risco para trombose continua sendo a própria gestação, especialmente no período pós-parto.

Por isso, a orientação dos especialistas é clara: informação de qualidade, acompanhamento regular e atenção aos sinais do corpo são as melhores ferramentas para prevenir complicações.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.**

[Link original](#)

Ciência &Saúde

Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.

Descubra como o exercício físico, se bem orientado, ajuda no bombeamento do sangue e por que quem já tem predisposição genética precisa de acompanhamento vascular para treinar com segurança.

Por Bendita Letra

4 Min

Dr. Josualdo Euzébio

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido, na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o

sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso, permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular

é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

Saiba mais sobre o trabalho do Dr. Josualdo Euzébio: @dr.josualdo

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

Notícia distribuída pela [saladanoticia.com.br](http://saladanoticia.com.br). A Plataforma e Veículo não são responsáveis pelo conteúdo publicado, estes são assumidos pelo Autor(a):

MARIA JULIA HENRIQUES NASCIMENTO

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

SDN Releases

Ciência &Saúde

No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

Sinais como peso e cansaço nas pernas atingem cerca de 38% dos brasileiros adultos. Veja 10 recomendações para evitar problemas venosos

Por DIEGO ANDRADE

6 Min

Gratuito

Inchaços nas pernas, edemas, sensação de peso e cansaço são alguns dos sintomas mais comuns de doenças vasculares. No Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril, especialistas fazem um alerta sobre condições que podem gerar desconforto e

prejudicar a qualidade de vida. No Brasil, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, os problemas vasculares atingem cerca de 38% da população adulta. Por isso, o cuidado preventivo surge como a principal estratégia para manter a qualidade de vida, sempre acompanhada do atendimento médico especializado.

Para quem busca evitar desconfortos e manter a saúde vascular em dia, especialistas recomendam as seguintes práticas:

Mantenha a hidratação em dia: o consumo adequado de água auxilia na fluidez sanguínea e combate a retenção de líquidos, fator que reduz o inchaço nos membros inferiores.

Abandone o tabagismo: as substâncias presentes no cigarro agredem as paredes das veias e artérias, aumentando o risco de formação de coágulos e trombozes.

Modere o consumo de álcool: o excesso de bebidas alcoólicas contribui para a desidratação do organismo e para a dilatação dos vasos sanguíneos, fatores que favorecem o aparecimento de edemas e a sensação de peso nas pernas.

Cuidado com a temperatura: o calor excessivo causa a dilatação das veias e pode dificultar o retorno do sangue venoso. Evite banhos muito quentes ou exposição prolongada ao sol.

Pratique exercícios físicos: atividades como caminhada, natação ou ciclismo fortalecem os músculos das pernas e melhoram o fluxo sanguíneo.

Atenção ao peso e à dieta: o controle do peso reduz a pressão sobre as veias, e a hidratação auxilia no combate à retenção de líquidos.

Faça pausas ao longo do dia: evite ficar muito tempo na mesma posição; levante-se e caminhe brevemente a cada hora.

Evite roupas apertadas: peças que comprimem demais a circulação dificultam o retorno venoso.

Eleve os membros inferiores: repouse com os pés acima do nível do coração por 15 minutos ao fim do dia. Isso facilita a drenagem e alivia a sensação de peso nas pernas.

Adote a compressão graduada: o uso de meias de compressão graduada, conforme a orientação médica, auxilia o retorno sanguíneo e previne a evolução de problemas venosos.

Adotar práticas que auxiliem na melhora da circulação de sangue no organismo são fundamentais para evitar doenças crônicas como as varizes e a Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

#### Escute Suas Pernas

Alinhada a esse propósito, a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, promove a campanha 'Escute Suas Pernas', que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

Para saber mais sobre a campanha visite o site oficial [sigvaris.com/escutesuaspernas](http://sigvaris.com/escutesuaspernas) e o perfil [sigvarisgroup.br](http://sigvarisgroup.br) nas redes sociais.

#### Sobre a SIGVARIS GROUP

A SIGVARIS GROUP é uma empresa suíça de capital 100% familiar desde sua fundação e que está empenhada em ajudar as pessoas a se sentirem melhor com soluções inovadoras e de alta qualidade em terapia

de compressão médica. Todo dia. No mundo todo. Nosso portfólio atende a uma ampla gama de diferentes necessidades e indicações, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida às pessoas, prevenir e tratar doenças venosas e proporcionar conforto em todos os momentos da vida. A empresa foi fundada em 1864 na cidade de Winterthur e, por aproximadamente 100 anos, produziu “tecidos emborrachados elásticos”, comercializado na Suíça e no Exterior. Entre 1958 e 1960, colaborou com o Dr. Karl Sigg para desenvolver meias médicas de compressão para melhorar a função venosa e aliviar os sintomas venosos. O portfólio de produtos foi ampliado em 2009 quando as linhas esportivas, de viagem e de bem-estar, dedicadas ao consumidor, foram acrescentadas à linha médica. As meias das linhas de viagem e bem-estar proporcionam uma função preventiva e aliviam os primeiros sintomas de problemas nas pernas, enquanto os produtos da linha esportiva apoiam o desempenho dos atletas e seu tempo de recuperação. No mundo, são 1,5 mil funcionários, em fábricas na Suíça, França, Brasil, Polônia e Estados Unidos, bem como subsidiárias integrais na Alemanha, Áustria, Reino Unido, Canadá, China, Austrália, México e Emirados Árabes Unidos, com atendimento a 70 países. No Brasil, são mais de 200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular reunirá especialistas para discutir avanços na Cirurgia Vascular

Encontro idealizado pela **SBACV-SP** acontecerá em São Paulo com programação multidisciplinar e participações nacional e internacional

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) promoverá, de 23 a 25 de abril de 2026, o CISP/XXIV Encontro São Paulo - Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular, no Centro de Convenções Rebouças.

O evento, que integra o calendário da especialidade no país, reunirá especialistas para atualização científica e discussão clínica. A expectativa é receber cerca de 1.000 participantes, entre médicos, residentes, acadêmicos e profissionais da saúde.

A programação abordará temas atuais das doenças

arteriais, venosas e linfáticas, com participação de convidados do Brasil e do exterior. O conteúdo inclui avanços em diagnóstico, condutas terapêuticas e desafios da prática médica.

Sob a presidência do cirurgião vascular Dr. Antonio Eduardo Zerati, o evento mantém sua proposta de evolução contínua, com uma comissão organizadora formada por especialistas de destaque da Cirurgia Vascular, responsáveis pela construção de uma programação científica atual e alinhada às principais demandas da prática clínica.

“Assumir a presidência do CISP pela primeira vez é uma grande responsabilidade e também uma oportunidade de contribuir para a evolução do encontro. Nossa expectativa é entregar uma edição ainda mais relevante, com conteúdo científico de excelência, integração entre especialistas e uma experiência enriquecedora para todos os participantes”, destaca Dr. Zerati.

A abordagem será multidisciplinar, com painéis, palestras e debates, além de conteúdos voltados à inovação, atualização técnica e discussão de casos clínicos relevantes. A grade científica do encontro também se destaca pela qualidade e diversidade do corpo de palestrantes, promovendo um ambiente rico para troca de experiências, atualização profissional e integração entre diferentes realidades da área vascular.

Além da programação científica principal, o evento contará com atividades complementares, como lunch meetings, simpósios satélites e podcasts, ampliando as oportunidades de interação entre especialistas, indústria e demais profissionais do setor.

O congresso também reforça seu compromisso com a produção científica, incentivando a submissão e apresentação de trabalhos, pesquisas e casos clínicos relevantes para o avanço da especialidade.

Ao longo das edições, o CISP/Encontro São Paulo vem

ampliando seu prestígio, impacto científico e visibilidade institucional, consolidando-se como uma plataforma estratégica para o desenvolvimento da Cirurgia Vascular e Endovascular no Brasil.

CISP/XXIV Encontro São Paulo - Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular

Data: de 23 a 25 de abril de 2026

Local: Centro de Convenções Rebouças - São Paulo - SP

Mais informações: [www.cispvascular.com.br](http://www.cispvascular.com.br)

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Gravidez aumenta risco de trombose e exige atenção à circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Gabriela de Lisboa / Revista Malu

Especialistas destacam que mudanças no corpo da gestante elevam risco vascular; pós-parto é o período mais crítico

A gravidez é um período de transformações intensas no corpo da mulher, muitas delas invisíveis, mas com impacto direto na saúde. Entre essas mudanças, as que envolvem a circulação sanguínea merecem atenção especial. Isso porque a gestação, por si só, aumenta significativamente o risco de trombose, condição potencialmente grave e ainda pouco reconhecida fora do meio médico.

Com a chegada de períodos mais frios, como o outono, é comum associar a queda de temperatura a alterações na circulação. De fato, o organismo responde ao frio com a chamada vasoconstrição periférica, mecanismo que reduz o fluxo sanguíneo na pele e nas extremidades para preservar o calor corporal. No entanto, especialistas alertam: esse fator, isoladamente, não é o principal responsável pelo aumento do risco de trombose.

'O que realmente determina esse risco é a própria gestação', explica o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Dr. Edwaldo Joviliano. 'O corpo da mulher entra em um estado de maior tendência à coagulação, como forma de proteção contra sangramentos no parto, mas isso também favorece a formação de trombos.'

Além da hipercoagulabilidade, outros fatores contribuem para esse cenário. O volume de sangue pode aumentar em até 50% durante a gravidez, os hormônios promovem a dilatação das veias e o crescimento do útero passa a comprimir estruturas importantes da circulação venosa. Como resultado, o retorno do sangue das pernas ao coração se torna mais lento, condição que favorece o aparecimento de varizes e, em casos mais graves, a trombose.

Risco maior e pouco percebido

Dados de diretrizes da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) indicam que o risco de tromboembolismo venoso é cerca de quatro a cinco vezes maior em gestantes do que em mulheres não grávidas da mesma idade. Embora a incidência seja considerada baixa, entre 5 e 10 casos por 10 mil gestações, o impacto é significativo: a trombose está entre as principais causas indiretas de mortalidade materna.

O risco aumenta ao longo da gravidez e atinge seu ponto mais elevado no período pós-parto. As primeiras seis semanas após o nascimento concentram a fase de maior vulnerabilidade, exigindo atenção mesmo após a alta hospitalar.

Sinais que não devem ser ignorados

Durante a gestação, sintomas como inchaço nas pernas, sensação de peso e aparecimento de varizes são comuns e, na maioria das vezes, benignos. No

entanto, alguns sinais devem acender o alerta.

Dor em uma das pernas, aumento de volume assimétrico, vermelhidão e calor local podem indicar trombose venosa profunda, situação que exige avaliação médica imediata. 'É fundamental que a gestante esteja orientada para reconhecer esses sinais e buscar atendimento rapidamente', reforça Joviliano.

Quem tem mais risco

Alguns fatores aumentam ainda mais a probabilidade de complicações vasculares durante a gestação e o puerpério. Entre eles: idade acima de 35 anos; obesidade; histórico de trombose; presença de trombofilias; sedentarismo ou imobilização prolongada e cesariana, especialmente associada a outros fatores.

Nesses casos, o acompanhamento médico deve ser mais rigoroso e, em situações específicas, pode incluir medidas preventivas adicionais.

Prevenção é simples e eficaz

Apesar do alerta, especialistas reforçam que a maioria dos casos pode ser evitada. Medidas simples, quando adotadas de forma regular, têm impacto direto na redução do risco.

Manter-se ativa, evitar longos períodos sentada ou em pé, elevar as pernas ao descansar, manter boa hidratação e utilizar meias de compressão quando indicadas são recomendações amplamente respaldadas por diretrizes médicas.

'O cuidado com a circulação deve fazer parte do pré-natal. Com acompanhamento adequado, é possível atravessar a gestação com segurança e tranquilidade', afirma o presidente da **SBACV**.

Mais informação, menos risco

Embora mudanças de temperatura influenciem o funcionamento do sistema circulatório, o principal fator

de risco para trombose continua sendo a própria gestação, especialmente no período pós-parto.

Por isso, a orientação dos especialistas é clara: informação de qualidade, acompanhamento regular e atenção aos sinais do corpo são as melhores ferramentas para prevenir complicações.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## Quem tem lipedema precisa perder muitos quilos como Yasmin Brunet fez? Especialista explica tratamento

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Simples Conteúdo

Yasmin Brunet surpreendeu seus seguidores ao mostrar seu antes e depois de perder 25 quilos ao fazer uma dieta para tratar o lipedema. A modelo precisou cortar o glúten para desinflamar.

“Eu estava completamente com o meu lipedema inflamado, com 25 quilos a mais do que eu estou agora. Aqui, [olha como] eu fiquei logo em seguida, e obviamente sou humana, cometo erros e voltei a comer glúten. Aí aqui deu uma pioradinha de novo”, relatou ela nas redes sociais.

Mas será que todo mundo que tem lipedema precisa alcançar uma grande perda de peso para tratar a condição?

‘Não necessariamente. O lipedema é uma doença crônica do tecido gorduroso, com forte influência hormonal e genética, e não está diretamente relacionado apenas ao peso corporal. Existem pacientes

com lipedema que são magras e, ainda assim, apresentam acúmulo desproporcional de gordura principalmente em pernas e, às vezes, braços. Casos como o da Yasmin Brunet chamam atenção, mas não representam uma regra’, explica Dr Guilherme Jonas, médico angiologista e cirurgião vascular, membro da **SBACV** - Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular.

Segundo o especialista, o objetivo do tratamento não é “perder muitos quilos”, e sim controlar sintomas como dor, inchaço e progressão da doença, sempre respeitando a individualidade de cada paciente.

‘O emagrecimento pode ajudar, mas não é o tratamento principal nem resolve o lipedema isoladamente. A perda de peso pode reduzir a sobrecarga do corpo e melhorar sintomas associados, especialmente quando há sobrepeso ou obesidade associados’., diz.

No entanto, a gordura do lipedema costuma ser resistente à dieta e ao exercício convencional. ‘Por isso, encarar o emagrecimento como única solução pode gerar frustração. O tratamento adequado é multidisciplinar e visa melhorar qualidade de vida, dor e função, não apenas o peso na balança’.

O tratamento do lipedema

envolve um conjunto de estratégias. Entre elas, destacam-se medidas clínicas como atividade física regular (principalmente exercícios de baixo impacto), uso de meias de compressão, terapias como drenagem linfática manual e cuidados com a alimentação com foco anti-inflamatório.

‘Em alguns casos selecionados, pode-se considerar tratamento cirúrgico, como a lipoaspiração específica para lipedema, que é diferente da estética e deve ser feita por equipe experiente. O acompanhamento com

especialista é fundamental para definir o melhor plano, pois cada caso tem características próprias', completa.

Como é feito o diagnóstico do lipedema?

O diagnóstico do lipedema é principalmente clínico, ou seja, baseado na avaliação médica detalhada da história e do exame físico.

'Alguns sinais clássicos incluem dor ao toque, facilidade para formar hematomas, acúmulo de gordura simétrico em pernas (e às vezes braços), preservando pés e mãos, e dificuldade de resposta ao emagrecimento', explica o médico.

Exames de imagem, como ultrassom, podem ser utilizados para complementar a avaliação e descartar outras condições, como linfedema ou doenças venosas.

'O diagnóstico precoce é muito importante para evitar progressão e iniciar o tratamento adequado', conclui.

Ver essa foto no Instagram

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **COP que não acaba: Lula prorroga comitê até novembro**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Leandro Mazzini

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a "Assessoria Extraordinária para a COP30". Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

LEIA MAIS: Corretoras cobram prioridade do BC para compra de ouro

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados "caveirões" a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os "veículos blindados de médio porte" serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o "Bope" de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e

cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

#### Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

#### ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://1nq.com/4hs4wlz> . #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3 e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **A COP que não acaba**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Leandro Mazzini

Com Equipe DF, SP e RJ

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a "Assessoria Extraordinária para a COP30". Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados "caveirões" a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os "veículos blindados de médio porte" serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o "Bope" de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um

orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. **#SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4.

Os artigos publicados com assinatura não traduzem, necessariamente, a opinião da TRIBUNA DO NORTE, sendo de responsabilidade total do autor.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## [A COP que não acaba](#)

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Depois de passar constrangimento numa COP30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer. Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná,

Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados “caveirões” a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

## Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

## ESPLANADEIRA

#Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril. #JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T. #**SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular. #Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril. #Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF. #Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras. #Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia 9/4. #Sal e Brasa Grill Express recebe pela 3ª vez Selo ABF Excelência em Franchising 2026. #Fundação Rosa Luxemburgo e NPC abrem inscrições para curso gratuito de Mídias Sociais e IA - <https://l1nq.com/4hs4wlz> . #De Tatiana Nascimento e produzido por Central 3 e Janga, podcast "Vida Palmarina" estreia segunda-feira, propondo novo olhar sobre o Quilombo dos Palmares.

Tags:

coluna esplanada

leandro mazzini

tribuna hoje

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Coluna Esplanada: Brasil tem mais de 2,4 milhões de pessoas com Transtorno Autista

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Facebook

X

Pinterest

WhatsApp

A COP que não acaba

Depois de passar constrangimento numa COP 30 esvaziada de líderes de potências mundiais, o Governo não desistiu de insistir no mais do mesmo. O presidente Lula da Silva assinou o Decreto 12.918 que prorroga do último 31 de março até novembro deste ano a “Assessoria Extraordinária para a COP30”. Serão dois assessores de cargo especial, com bons salários, cedidos pela Secretaria de Gestão e Inovação ao Ministério do Meio Ambiente. Como, pelo próprio Decreto anterior, a função do Comitê (com muito mais gente) era organizar, executar e acompanhar o evento internacional, não se sabe o que a dupla vai fazer.

Quem passou por Belém lembra-se do calçadão decorativo no centro da cidade que escondeu um riacho de esgoto - que subiu semanas atrás e inundou avenidas. Houve também um vergonhoso show milionário de Mariah Carey, para vips do governador Helder Barbalho numa barca que ficou à deriva num rio. Detalhe: Só a Usina de Itaipu mandou mais de R\$ 1 bilhão para obras na capital.

Fui e não volto

Grande parte dos aliados do governador do Paraná, Ratinho Junior, deixou o PSD por outros partidos. Rafael Greca foi para o MDB; Alexandre Curi, presidente da Assembleia, fincou pé no Republicanos etc. Inconformado, o governador manda recados a deputados e prefeitos para evitar debandada. Há quem diga - mas o Governo nega, claro - que haverá dificuldades para liberação de verbas a projetos de desertores.

MST reaparece

Sem protagonismo há anos nos Governos de esquerda - desde a apagada gestão de Dilma Rousseff, que sofreu impeachment - o MST mete os pés na estrada para tentar um holofote. Põe 3 mil lavradores na estrada na Marcha de Curionópolis até o Eldorado do Carajás, de 13 a 17 de abril, destino onde houve o massacre da PM do Pará há 30 anos. Aliás, a reforma agrária que transforma acampamento em assentamento vai bem.

O 'caveirão' do DF

O Governo do DF encomendou os chamados 'caveirões' a uma fábrica especializada no Canadá, a melhor e mais reconhecida do mundo. Não serão tão robustos como os conhecidos, mas parecidos com os SUV americanos. Os “veículos blindados de médio porte” serão utilizados pelo Batalhão de forças especiais da

PM, o “Bope” de Brasília. A Secretaria de Segurança Pública acompanha de perto e já fez visita técnica.

Para o espaço!

Muito interessante no Brasília Shopping a exposição da trajetória do 1º astronauta brasileiro, o hoje senador Marcos Pontes (PL-SP). Uma história de superação, do ex-eletricista de linha férrea a piloto da FAB e cosmonauta, com quatro idiomas no currículo. É um orgulho para um País. Apesar da nova gestão de Lula da Silva que está mandando o Brasil para espaço pela 2ª vez, com ganância e rombo nas estatais.

Autismo

Dados de 2025 do IBGE apontam que o Brasil possui hoje cerca de 2,4 milhões de pessoas com diagnóstico positivo para o autismo, o que corresponde a quase 1,2% da população. O Dia Mundial da Conscientização do Autismo, celebrado ontem reforça a necessidade de um olhar cuidadoso e responsável sobre as pessoas com o transtorno.

ESPLANADEIRA

- Herman Miller promove Outono Sale com 15% de desconto em abril.

- JSL movimentou 26,5 mil de caixas na Páscoa, 1.500 caminhões e 80 mil T.

- **SBACV** abre inscrições para provas de título em Angiologia e Cirurgia vascular.

- Turnê de K-pop 2026 WAY BETTER WORLD TOUR: GLOBAL WARMING passa por 9 cidades em abril.

- Domino's Pizza conquista Selo de Excelência da ABF.

- Fundação Estudar estende prazo e aposta em bolsas e networking para acelerar carreiras.

- Fazenda Churrascada recebe Michel Teló, no DF, dia

9/4.

TRIBUNA LIVRE: JORNALISMO SÉRIO. O TEMPO TODO

Ainda não segue o canal do Tribuna Livre? Acompanhe aqui no WhatsApp

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Insuficiência venosa: veja sintomas e tratamentos disponíveis Crédito: Divulgação Pernas pesadas, inchaço no fim do dia e varizes visíveis podem ser sinais de um problema circulatório sério que, sem tratamento, pode evoluir para complicações graves. A insuficiência venosa crônica (IVC) é uma condição em que as veias das pernas perdem a capacidade de transportar o sangue de volta ao coração com eficiência. O mecanismo que falha são as válvulas venosas, estruturas em forma de comporta que impedem o refluxo sanguíneo. Quando essas válvulas passam a falhar com certa frequência, o sangue se acumula nas extremidades inferiores, aumentando a pressão dentro dos vasos e desencadeando uma cascata de danos teciduais. Dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) estimam que cerca de 40% a 60% dos adultos brasileiros convivem com algum grau de doença venosa. Esses dados são mais críticos quando são analisadas as internações. Foram pelo menos 425 mil entre janeiro de 2012 e maio de 2022, sendo 113 pessoas internadas na rede pública diariamente. Os dados são do mesmo órgão. A condição é mais prevalente em mulheres, em pessoas com histórico familiar positivo, naquelas que passam

muitas horas em pé ou sentadas e em indivíduos com sobrepeso. Os sintomas iniciais são sutis: sensação de peso nas pernas, cansaço ao final do dia, inchaço nos tornozelos e câimbras noturnas. Com o avanço da doença, surgem as varizes, alterações na coloração da pele, como manchas acastanhadas e, nos estágios mais graves, úlceras venosas de difícil cicatrização. Insuficiência venosa pode matar? Entenda os riscos reais Em casos em que a doença evolui sem diagnóstico ou tratamento adequado, os riscos são altos. A complicação mais temida é a trombose venosa profunda (TVP), condição em que coágulos se formam nas veias profundas da perna. Segundo o Journal of Vascular Surgery, pacientes com insuficiência venosa crônica têm risco significativamente aumentado de desenvolver TVP em comparação à população geral. O perigo máximo ocorre quando um fragmento desse coágulo se desprende e migra para os pulmões, causando a embolia pulmonar, sendo um evento potencialmente fatal. Além da TVP, a Insuficiência Venosa Crônica avançada está associada a infecções bacterianas graves derivadas de úlceras abertas, celulite extensiva e, em casos raros, sepse. Um estudo publicado no Jornal Vascular Brasileiro reforça que a mortalidade relacionada à doença venosa é subestimada, pois muitas mortes por embolia pulmonar não têm a IVC registrada como causa de base nos atestados de óbito. Essa explicação não significa que todo paciente com varizes caminha para um desfecho grave. O que os especialistas enfatizam é que a janela de prevenção é longa e a intervenção precoce muda radicalmente o prognóstico. “Infelizmente, pacientes com esse tipo de quadro não são investigados a tempo, o que resulta no alto número de internações. Por isso sempre aconselhamos que a pessoa deve fazer o devido acompanhamento médico para conseguir identificar a tempo essa condição e dar início ao tratamento”, Classificação da doença: do C0 ao C6 O sistema CEAP (Clínica, Etiologia, Anatomia e Fisiopatologia) é o padrão internacional para identificar a insuficiência venosa. Ele vai de C0, quando não há sinais visíveis, mas há sintomas, como no caso da C6,

estágio de úlcera ativa. Os estágios C4 e C5 já envolvem lesões cutâneas sérias, e o C6 exige tratamento multidisciplinar urgente. Quanto mais cedo for feito o diagnóstico, maior a chance de o paciente permanecer nos estágios iniciais da classificação. Tratamentos disponíveis e o papel do acompanhamento contínuo O tratamento da insuficiência venosa é escalonado conforme a gravidade. Medidas conservadoras formam a base em qualquer estágio: meias de compressão graduada, elevação dos membros inferiores, prática regular de caminhada e controle do peso corporal. Do ponto de vista farmacológico, os flebotônicos (também chamados de venoativos ou antivaricosos) são amplamente utilizados para reduzir sintomas como dor, peso e inchaço. Por outro lado, eles devem ser prescritos por um angiologista ou cirurgião vascular. Uma revisão publicada na revista Pubmed concluiu que flebotônicos reduzem de forma significativa o edema e a dor em pacientes com IVC em estágios iniciais e intermediários. Para quem busca facilidade e rapidez no acesso a medicamentos e produtos de suporte, a farmácia online da Drogal oferece entrega em casa com portfólio completo para cuidados circulatórios. Na plataforma, é possível encontrar o Varicell, produto voltado ao cuidado das varizes, além de uma linha ampla de medicamentos antivaricosos que pode ser consultada com orientação de um profissional de saúde. Nos casos de maior gravidade, os procedimentos intervencionistas entram em cena, mas em casos mais graves, cirurgias com a remoção das varizes podem ser indicadas. A escolha do método depende da condição de cada paciente e deve ser definida pelo cirurgião vascular após avaliação com ultrassom. Quando procurar um médico imediatamente Existem sinais de alerta que exigem avaliação médica urgente e não devem ser ignorados: Dor súbita, vermelhidão e calor em uma das pernas, especialmente com inchaço assimétrico (suspeita de TVP) Falta de ar repentina, dor no peito ou tosse com sangue após um período de imobilidade prolongada (suspeita de embolia pulmonar) Ferida na perna que não cicatriza em duas semanas Sangramento de variz, mesmo que aparentemente pequeno Fora das urgências, a recomendação é procurar um angiologista

ou cirurgião vascular ao primeiro sinal persistente de peso ou inchaço nas pernas, ainda que as varizes não sejam visíveis. O diagnóstico precoce é a intervenção de maior custo-benefício no manejo da insuficiência venosa crônica. Eliane Messias Rodrigues, farmacêutica responsável Drogal. CRF/SP 43.895 Veja como montar um kit de primeiros socorros em casa

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## No Dia Mundial da Saúde, especialistas alertam para a prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Gratuito

Inchaços nas pernas, edemas, sensação de peso e cansaço são alguns dos sintomas mais comuns de doenças vasculares. No Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril, especialistas fazem um alerta sobre condições que podem gerar desconforto e prejudicar a qualidade de vida. No Brasil, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, os problemas vasculares atingem cerca de 38% da população adulta. Por isso, o cuidado preventivo surge como a principal estratégia para manter a qualidade de vida, sempre acompanhada do atendimento médico especializado.

Para quem busca evitar desconfortos e manter a saúde vascular em dia, especialistas recomendam as seguintes práticas:

**Mantenha a hidratação em dia:** o consumo adequado de água auxilia na fluidez sanguínea e combate a retenção de líquidos, fator que reduz o inchaço nos membros

inferiores.

**Abandone o tabagismo:** as substâncias presentes no cigarro agredem as paredes das veias e artérias, aumentando o risco de formação de coágulos e trombozes.

**Modere o consumo de álcool:** o excesso de bebidas alcoólicas contribui para a desidratação do organismo e para a dilatação dos vasos sanguíneos, fatores que favorecem o aparecimento de edemas e a sensação de peso nas pernas.

**Cuidado com a temperatura:** o calor excessivo causa a dilatação das veias e pode dificultar o retorno do sangue venoso. Evite banhos muito quentes ou exposição prolongada ao sol.

**Pratique exercícios físicos:** atividades como caminhada, natação ou ciclismo fortalecem os músculos das pernas e melhoram o fluxo sanguíneo.

**Atenção ao peso e à dieta:** o controle do peso reduz a pressão sobre as veias, e a hidratação auxilia no combate à retenção de líquidos.

**Faça pausas ao longo do dia:** evite ficar muito tempo na mesma posição; levante-se e caminhe brevemente a cada hora.

**Evite roupas apertadas:** peças que comprimem demais a circulação dificultam o retorno venoso.

**Eleve os membros inferiores:** repouse com os pés acima do nível do coração por 15 minutos ao fim do dia. Isso facilita a drenagem e alivia a sensação de peso nas pernas.

**Adote a compressão graduada:** o uso de meias de compressão graduada, conforme a orientação médica,

auxilia o retorno sanguíneo e previne a evolução de problemas venosos.

Adotar práticas que auxiliem na melhora da circulação de sangue no organismo são fundamentais para evitar doenças crônicas como as varizes e a Trombose Venosa Profunda (TVP), condição grave em que coágulos interrompem o fluxo sanguíneo.

#### Escute Suas Pernas

Alinhada a esse propósito, a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, promove a campanha 'Escute Suas Pernas', que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

Para saber mais sobre a campanha visite o site oficial [sigvaris.com/escutesuaspernas](http://sigvaris.com/escutesuaspernas) e o perfil [sigvarisgroup.brasil](http://sigvarisgroup.brasil) nas redes sociais.

#### Sobre a SIGVARIS GROUP

A SIGVARIS GROUP é uma empresa suíça de capital 100% familiar desde sua fundação e que está empenhada em ajudar as pessoas a se sentirem melhor com soluções inovadoras e de alta qualidade em terapia de compressão médica. Todo dia. No mundo todo. Nosso portfólio atende a uma ampla gama de diferentes necessidades e indicações, com o objetivo de promover saúde e qualidade de vida às pessoas, prevenir e tratar doenças venosas e proporcionar conforto em todos os momentos da vida. A empresa foi fundada em 1864 na cidade de Winterthur e, por aproximadamente 100 anos, produziu “tecidos emborrachados elásticos”, comercializado na Suíça e no Exterior. Entre 1958 e 1960, colaborou com o Dr. Karl Sigg para desenvolver meias médicas de compressão para melhorar a função venosa e aliviar os sintomas venosos. O portfólio de produtos foi ampliado em 2009 quando as linhas esportivas, de viagem e de bem-estar, dedicadas ao consumidor, foram acrescentadas à linha médica. As

meias das linhas de viagem e bem-estar proporcionam uma função preventiva e aliviam os primeiros sintomas de problemas nas pernas, enquanto os produtos da linha esportiva apoiam o desempenho dos atletas e seu tempo de recuperação. No mundo, são 1,5 mil funcionários, em fábricas na Suíça, França, Brasil, Polônia e Estados Unidos, bem como subsidiárias integrais na Alemanha, Áustria, Reino Unido, Canadá, China, Austrália, México e Emirados Árabes Unidos, com atendimento a 70 países. No Brasil, são mais de 200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

#### Outras informações

Site SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

YOUTUBE

Informações para a imprensa

CDI Comunicação

Diego Andrade - [email protected] - (11) 96749-5818

André Guerra - [email protected] - (11) 91617-4138

Jorge Valério - [email protected] - (11) 99822-9013

Notícia distribuída pela [saladanoticia.com.br](http://saladanoticia.com.br). A Plataforma e Veículo não são responsáveis pelo conteúdo publicado, estes são assumidos pelo Autor(a):

DIEGO ANDRADE DE ARAÚJO

[email protected]

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV,  
SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de  
Cirurgia Vascular

## **Musculação causa varizes? Mitos e verdades sobre o impacto do peso na circulação.**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Descubra como o exercício físico, se bem orientado, ajuda no bombeamento do sangue e por que quem já tem predisposição genética precisa de acompanhamento vascular para treinar com segurança.

A prática regular de exercícios físicos é frequentemente apontada como um pilar da saúde, mas no ambiente das academias, um receio comum persiste entre os frequentadores: o medo de que o levantamento de peso excessivo possa provocar o surgimento de veias dilatadas e tortuosas. Dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** indicam que as varizes afetam cerca de 38% da população adulta no Brasil, sendo a predisposição genética o principal fator de risco. O que muitos desconhecem é que, longe de ser uma vilã, a musculação pode atuar como uma importante aliada no retorno venoso, desde que executada com a técnica correta e acompanhamento especializado.

De acordo com o cirurgião vascular e endovascular Josualdo Euzébio, o mito de que o esforço físico causa

a doença surge da observação de atletas com veias muito aparentes. 'Existe uma diferença crucial entre a veia saltada, comum em quem tem baixo percentual de gordura e alta vascularização muscular, e a veia doente, que perdeu sua função elástica. O exercício resistido, na verdade, fortalece a musculatura da panturrilha, que funciona como o nosso segundo coração, empurrando o sangue de volta para a parte superior do corpo', explica o especialista.

O problema não reside no peso em si, mas na forma como a pressão intra-abdominal é gerada durante séries muito intensas sem a respiração adequada. Quando uma pessoa prende o fôlego ao fazer força, ocorre um aumento momentâneo da pressão nas veias das pernas, o que pode agravar quadros em quem já possui válvulas venosas fragilizadas. Por isso, o médico ressalta que o treino deve ser progressivo, evitando bloqueios respiratórios prolongados que dificultem o fluxo sanguíneo em direção ao tronco.

Para aqueles que já possuem histórico familiar ou sintomas iniciais, como cansaço e peso nos membros inferiores ao fim do dia, a avaliação profissional se torna indispensável antes de iniciar um cronograma de alta performance. O cirurgião esclarece que 'quem tem predisposição genética não precisa abandonar a musculação, mas deve entender que o equilíbrio entre carga e repetição é a chave para não sobrecarregar o sistema circulatório'. Em alguns casos, o uso de meias de compressão esportivas durante a atividade pode ser recomendado para otimizar a performance vascular.

Além do fortalecimento muscular, a atividade física auxilia no controle do peso corporal, reduzindo a carga inflamatória que prejudica as paredes dos vasos. O sedentarismo, este sim, é um inimigo real, pois a falta de movimento faz com que o sangue acumule nas extremidades, aumentando a pressão venosa crônica. O foco deve ser sempre a prevenção combinada, unindo a

força dos treinos com o monitoramento constante da saúde das veias.

O diagnóstico precoce e o tratamento moderno das varizes, que hoje dispensa longos períodos de repouso, permitem que o paciente retorne rapidamente às suas atividades físicas. 'O objetivo atual da medicina vascular é devolver a autonomia ao indivíduo. Orientamos que o treino seja um aliado do tratamento, mantendo a circulação ativa e as pernas saudáveis para suportar a rotina', finaliza.

Fonte: Dr. Josualdo Euzébio - Cirurgião Vascular e Endovascular

@dr.josualdo

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular