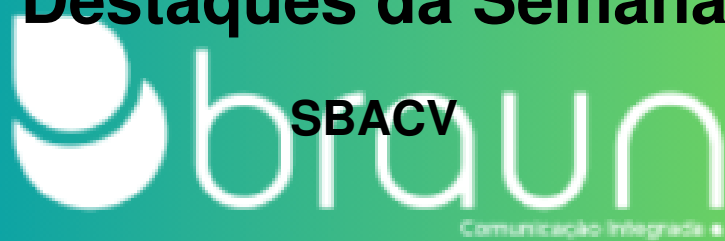


Destaques da Semana

SBACV



Jornal A Tribuna do Espírito Santo Espírito Santo (Noticias - 04/13/2026) Vein Week: suas pernas merecem atenção	5
Jornal Gazeta de Alagoas Alagoas (Noticias - 04/11/2026) Casa Fecha Feridas vira esperança contra amputações em diabéticos	6
Afina Menina Paraná (Noticias - 04/12/2026) Medicamentos para emagrecer exigem cuidado com a saúde vascular, alerta especialista	8
Ana Maria Online São Paulo (Noticias - 04/15/2026) Preenchimentos e cremes podem estar causando vasinhos no seu rosto; veja outros motivos	10
Araraquara News São Paulo (Noticias - 04/10/2026) ESTUDO RELACIONA OBESIDADE A MAIOR RISCO DE PROBLEMAS VASCULARES AINDA NA INFÂNCIA	12
Artrite Reumatóide São Paulo (Noticias - 04/13/2026) Calor intensifica inchaço nas pernas e problemas circulatórios	14
Bebedouro News (Noticias - 04/15/2026) Lipedema: a doença da gordura inflamada que muitas mulheres tratam como excesso de peso	16
BH em pauta Minas Gerais (Noticias - 04/14/2026) Lipedema: a doença da “gordura inflamada” que muitas mulheres tratam como excesso de peso	18
BH Eventos Minas Gerais (Noticias - 04/14/2026) Lipedema: a doença da 'gordura inflamada' que muitas mulheres tratam como excesso de peso	20
Brazil Health São Paulo (Noticias - 04/10/2026) Remédios para emagrecer: especialista alerta para riscos à circulação sem acompanhamento	22
CATANDUVA NA NET São Paulo (Noticias - 04/14/2026) Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas	24
Câmara Municipal Curitiba Paraná (Noticias - 04/10/2026) Proposta política para prevenir amputações em diabéticos	26
Conselho Federal de Medicina Distrito Federal (Noticias - 04/14/2026) CFM, AMB e sociedades unidas na defesa da Resolução nº 2.448/25 e contra as glosas injustificadas	28
Feiras do Brasil São Paulo (Noticias - 04/13/2026)	

Congresso Internacional So Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular reunir especialistas em SP	30
Folha da Cidade Rio Grande do Norte ((Não definido) - 04/14/2026) Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas	32
Gazeta de Alagoas Alagoas (Noticias - 04/11/2026) Casa Fecha Feridas vira esperança contra amputações em diabéticos	34
Jornal do Belém São Paulo (Noticias - 04/14/2026) Lipedema: a doença da 'gordura inflamada' que muitas mulheres tratam como excesso de peso	36
Ligado no Sul Santa Catarina (Noticias - 04/16/2026) Dra. Ana Nazário é uma das mais influentes de Cocal do Sul no Agora que São Elas	38
Mãe Blog São Paulo (Noticias - 04/13/2026) Meia de compressão gestante: qual a melhor em 2026	40
Novo Dia Not?cias (Noticias - 04/14/2026) Viaja no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas	44
Polo Médico Pernambuco (Noticias - 04/10/2026) Abril Laranja é o mês de conscientização de riscos e prevenção de amputações	45
Portal do Governo do Estado de Rondônia Rondônia (Noticias - 04/15/2026) Técnica de tratamento de varizes com espuma já atendeu 360 pacientes no Hospital de Base, em Porto Velho	47
Portal GRNEWS Minas Gerais (Noticias - 04/10/2026) Sedentarismo digital acende alerta para a saúde circulatória de jovens adultos	49
Portal Radar São Paulo (Noticias - 04/13/2026) Rebouças recebe o Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular	51
Saúde Debate Paraná (Noticias - 04/11/2026) Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista	53
SC em Pauta Santa Catarina (Noticias - 04/10/2026) Mitos e verdades sobre as meias de compressão	55
Terra Nacional (Saúde - 04/10/2026) Quem tem lipedema precisa perder muitos quilos como Yasmin Brunet fez? Especialista explica tratamento	57
Tua rádio Rio Grande do Sul (Noticias - 04/16/2026)	

Brasil somou mais de 36 mil casos de trombose em 2025	59
Blog Jornal da Mulher São Paulo (Noticias - 04/14/2026) Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas	60
Professor José Costa Sergipe (Noticias - 04/16/2026) Saúde vascular: veja hábitos que impactam a circulação sanguínea	62
TV Record - Maringá - RIC TV Nacional (Balanço Geral Maringá - 04/13/2026) Aproximadamente 38% dos brasileiros têm varizes	64

Vein Week: suas pernas merecem atenção

[Link original](#)

Autor: FANILDA BARROS

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

Casa Fecha Feridas vira esperança contra amputações em diabéticos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Com uma taxa de 45 amputações por 100 mil habitantes - quase o dobro da média nacional -, Alagoas enfrenta um grave desafio de saúde pública. Em Maceió, a Casa Fecha Feridas Prof. Isaac Soares de Lima surge como estratégia para enfrentar esse cenário, realizando 500 procedimentos mensais e mantendo uma fila de espera de 120 pacientes.

Nos últimos cinco anos, Alagoas ficou entre os estados que mais registraram Índices de amputações no Brasil, assim como Sergipe e Piauí. Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Alagoas liderou a alta de cirurgias de membros inferiores pelo SUS em 2023: um salto de 214% em uma década, passando de 182 para 571 procedimentos anuais.

Cerca de 60% dos atendidos na Casa Fecha Feridas têm mais de 59 anos e vivem em áreas vulneráveis. Na capital, a maioria vem do Jacintinho, Prado e Trapiche. Do interior, destacam-se Rio Largo, Murici e Porto de Pedras.

ASSISTÊNCIA E

INTEGRAÇÃO

Vinculada à Uncisal, a unidade oferece consultas, curativos, exames de doppler colorido, desbridamentos, escleroterapia e confecção de palmilhas 3D.

O diretor médico, Guilherme Pitta, ressalta que o impacto da Casa nas estatísticas ainda é limitado pela falta de integração formal com as secretarias de Saúde.

“Sem a contratualização, não entramos formalmente no sistema para monitorar índices e garantir orçamento fixo”, lamenta.

Para Pitta, O foco deve ser a Atenção Básica. “Precisamos treinar médicos e enfermeiros de UPAs, UBSs e UDAs para identificar a gravidade do pé diabético. O tempo é decisivo: feridas graves exigem atendimento em até 12 horas para evitar a amputação. Se tivermos diagnóstico precoce, melhoramos muito”, afirma, citando a importância da Lei nº 7. 591/2024.

A nova legislação prevê a capacitação de profissionais e a criação de centros multidisciplinares com regulação imediata.

INOVAÇÃO E PESQUISA

A unidade também investe em tecnologia via PPG Biotec, desenvolvendo Botas de Unna, pomadas à base de água de coco e polainas compressivas. Entre os projetos estão a especialização em Doenças Vasculares para médicos municipais e a Casa Rosa

da, oficina que produzirá órteses e próteses com custo 80% menor que o de mercado.

“ELES ACREDITAM MAIS

DO QUE A GENTE”

A unidade recebe pacientes de todo o estado, incluindo Serrão e Agreste. Para o ex-motorista Je

ovandes Silva, 41, o serviço foi a salvação de sua mobilidade. Com diabetes há dez anos, ele quase perdeu o pé esquerdo. “Ouvi de um médico que a amputação era certa, mas aqui me acolheram e hoje estou ficando bom. Eles acreditam na nossa recuperação mais do que nós mesmos”, conclui.

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

Medicamentos para emagrecer exigem cuidado com a saúde vascular, alerta especialista

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O uso crescente de medicamentos para emagrecer, como semaglutida e liraglutida, tem despertado um alerta importante para a saúde vascular, especialmente quando esses remédios são utilizados sem o devido acompanhamento médico. Embora esses medicamentos sejam eficazes e seguros quando prescritos corretamente, o uso inadequado pode provocar alterações circulatórias e agravar quadros em pacientes com fatores de risco.

Segundo 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, “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”. Estudos indicam que a semaglutida pode reduzir em até 20-22% o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto e AVC, mesmo em pacientes sem diabetes.

No entanto, o especialista alerta para os riscos do consumo sem avaliação médica adequada. “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”. Essas alterações podem afetar diretamente o sistema circulatório, aumentando a viscosidade do sangue e favorecendo a formação de trombos.

Pacientes com histórico de doenças vasculares, como trombose venosa profunda, embolia pulmonar ou doença arterial periférica, devem redobrar os cuidados. Embora não haja evidência consistente de aumento direto do risco de trombose com esses medicamentos, a desidratação e os desequilíbrios metabólicos exigem monitoramento rigoroso. Em casos como o lipedema, a perda de peso traz benefícios metabólicos, mas o acompanhamento multidisciplinar é fundamental.

O Dr. Rafael reforça que “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”. O acompanhamento contínuo durante o tratamento permite ajustes necessários para garantir a segurança, inclusive do ponto de vista vascular.

Durante o uso desses medicamentos, alguns sinais de alerta devem ser observados, como dor ou inchaço súbito nas pernas, falta de ar, dor no peito, tontura persistente, desmaios, palpitações e sinais de desidratação intensa. Nesses casos, a orientação médica imediata é essencial.

O principal cuidado, segundo o especialista, é evitar a automedicação. Esses medicamentos devem ser parte

de uma estratégia que inclui mudanças no estilo de vida, alimentação equilibrada e atividade física, sempre com indicação e acompanhamento médico.

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, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

Preenchimentos e cremes podem estar causando vasinhos no seu rosto; veja outros motivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Você já notou pequenas linhas avermelhadas ou arroxeadas ao redor do nariz, nos lábios ou até perto dos olhos? Embora muitas pessoas acreditem que isso seja apenas um sinal do tempo, os vasinhos no rosto - chamados tecnicamente de teleangiectasias - possuem diversas causas. Segundo a cirurgia vascular e membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), Aline Lamaita, essas marcas causam um aspecto de cansaço ou envelhecimento, mas possuem solução prática em consultório.

Primordialmente, a genética e o envelhecimento natural ditam o surgimento dessas veias. Com o passar dos anos, a pele perde colágeno e os compartimentos de gordura diminuem, tornando os vasos mais visíveis. Além disso, a exposição solar sem proteção é uma vilã silenciosa, pois a luz do sol dilata os capilares e retira a elasticidade das paredes vasculares. Como resultado, os vasinhos no rosto tornam-se permanentes e aparentes no colo, pescoço e face.

As principais causas dos vasinhos no rosto e o papel da

estética

Além dos fatores naturais, o uso inadequado de produtos e procedimentos pode piorar a situação. O excesso de procedimentos estéticos, como peelings químicos profundos feitos sem orientação, gera uma inflamação constante. “Para cicatrizar, ele faz uma vasodilatação, abrindo a circulação do local, para poder levar o que é necessário. Mas se os peelings químicos são intensos e realizados com muita frequência, sem orientação médica, isso provoca um grande processo inflamatório. Para quem já tem tendência, essa circulação não vai embora, então os vasinhos aparecem”, explica.

A aplicação de procedimentos estéticos como preenchedores também exige cautela. “A presença do preenchedor pode alterar a drenagem da circulação local e acentuar alguns vasos. Além disso, preenchedores não reabsorvíveis podem levar a processos inflamatórios que estimulam a produção de vasos”, detalha.

Do mesmo modo, o uso prolongado de cremes com corticoides afina a derme, deixando as veias que antes estavam escondidas totalmente expostas. Condições de saúde, como a rosácea e as mudanças hormonais da gravidez, também figuram na lista de causas frequentes.

O excesso de procedimentos estéticos, como peelings químicos profundos feitos sem orientação, gera uma inflamação constante - Canva Equipes/Africa images

Tratamentos modernos devolvem o viço à pele

Felizmente, a tecnologia atual oferece saídas rápidas e seguras. Lamaita destaca que o uso do laser e da luz pulsada são os métodos mais eficazes. “A luz pulsada é capaz de tratar a grande maioria dos vasinhos da face. Mas o laser é o que existe de mais específico para

tratamento de lesões vasculares apresentando maior efetividade no tratamento. São realizados disparos que agem no sangue dentro do vaso, queimando-o por dentro, o que leva ao seu fechamento". Com efeito, o paciente consegue eliminar o incômodo em poucas sessões, geralmente de uma a cinco, dependendo da extensão do caso.

Contudo, é fundamental manter cuidados pós-procedimento, como evitar o sol por uma semana e usar protetor solar rigorosamente. Visto que a genética não muda, novos vasinhos podem surgir com o tempo, mas o tratamento pode ser repetido com segurança. Para saber mais sobre cuidados vasculares, consulte fontes oficiais como a **SBACV**.

Resumo: Os vasinhos no rosto surgem por genética, sol e até excesso de procedimentos estéticos mal orientados. A médica Aline Lamaita explica que lasers modernos tratam o problema com segurança e rapidez. Manter a proteção solar é essencial para prevenir novas marcas.

Helena Gomes

Editora da Bons Fluidos e repórter da AnaMaria Digital. A jornalista já passou por Estadão, Band, e também foi estagiária na Editora Perfil

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

ESTUDO RELACIONA OBESIDADE A MAIOR RISCO DE PROBLEMAS VASCULARES AINDA NA INFÂNCIA

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

/ouça este conteúdo/

0:00

A obesidade prejudica a saúde de várias formas. Um estudo da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) revelou que o problema decorre de uma série de condições vasculares preocupantes, ainda na infância.

A pesquisa contou com a participação de 130 crianças, com idades entre os 6 e 11 anos, identificando que o sobrepeso ou obesidade em jovens influencia diretamente o risco de sofrer com a aterosclerose - conhecida como colesterol alto - infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Segundo a pesquisadora responsável, Maria do Carmo Pinho Franco, uma vez que as crianças não estão em fase de alterações hormonais, nem bebem, fumam ou possuem uma série de ocorrências desencadeadas por décadas de maus hábitos, o excesso de peso foi visto como o grande causador desse risco.

Publicidade

Diferentes exames foram realizados como a coleta de sangue. A análise dos pequenos considerados acima do peso identificou uma elevada concentração na expressão gênica da citocina inflamatória TNF-alta e níveis circulantes de micropartículas endoteliais apoptóticas. A situação indica dano à célula endotelial, considerado o orquestrador da saúde vascular. Assim, a lesão precoce dos vasos se mostrou diretamente ligada aos riscos citados anteriormente.

O índice de massa corporal (IMC), circunferência da cintura, pressão arterial e função endotelial da microvasculatura também foram medidos. As crianças com sobrepeso apresentaram os piores resultados no índice de Hiperemia Reativa, que avalia a saúde dos microvasos.

Segundo o cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Josualdo Euzébio Silva, a prevenção de danos à saúde vascular requer que a obesidade não seja vista como uma ocorrência normal. É preciso que os pais e responsáveis, assim como as crianças, sejam conscientizados sobre os riscos de uma alimentação inadequada, muitas vezes, ultraprocessada, rica em sódio, e a importância da prática de atividade física.

A obesidade é um fator de risco para a saúde vascular, junto dos casos familiares, idade avançada, colesterol alto, hipertensão, diabetes, sedentarismo, longos períodos de imobilidade, cirurgia recente, uso de anticoncepcionais e-ou outros medicamentos hormonais, gravidez, tabaco e consumo de álcool.

Josualdo recomenda consultas anuais com um cirurgião vascular, para identificar eventuais problemas de

maneira precoce, permitindo, assim, maiores oportunidades de tratamento e qualidade de vida.

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

Calor intensifica inchaço nas pernas e problemas circulatórios

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Priscila Torres

No verão, período marcado pelo calor intenso, sintomas como inchaço, cansaço nas pernas, queimação ou câibras nas pernas tendem a se intensificar e, muitas vezes, são encarados como algo normal da estação.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) ressalta, no entanto, que esses sinais podem indicar problemas circulatórios e não devem ser ignorados.

De acordo com o cirurgião vascular e diretor da **SBACV-SP**, Dr. Vinícius Bertoldi, as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas para o coração, favorecendo o aumento de volume e a sensação de peso, especialmente ao final do dia.

“O calor funciona como um verdadeiro teste de estresse para a circulação, tornando mais evidentes problemas que antes eram silenciosos”, explica.

Sinais de alerta de problemas circulatórios

Entre os principais sinais de alerta estão o edema persistente nos tornozelos, marcas de meia que demoram a desaparecer, coceira, queimação, escurecimento da pele e piora progressiva dos sintomas ao longo do dia.

Essas alterações, segundo o especialista, vão além da questão estética e podem indicar comprometimento progressivo do sistema venoso, como a doença venosa crônica.

A desidratação, comum no verão, também pode agravar o quadro. A ingestão insuficiente de líquidos deixa o sangue mais concentrado, favorece a retenção de líquidos e aumenta a ocorrência de câibras.

Além disso, hábitos comuns desta época do ano, como permanecer longos períodos sentado ou em pé, consumir álcool em excesso, realizar viagens prolongadas e usar roupas muito apertadas, contribuem para o comprometimento do fluxo sanguíneo.

Diagnóstico e tratamento adequados

Ao perceber algum sintoma, a recomendação é buscar orientação médica antes de recorrer a automedicação ou a soluções caseiras. Embora possam trazer alívio pontual, essas práticas não abordam a origem do problema e podem retardar a avaliação correta.

Pessoas com varizes, histórico de trombose, gestantes, idosos, pessoas com obesidade e aquelas que passam longos períodos na mesma posição devem ter atenção redobrada. “Quando o inchaço melhora ao elevar as pernas, mas retorna diariamente, é importante investigar. O diagnóstico precoce ajuda a prevenir complicações futuras”, conclui o Dr. Vinícius.

Fonte: **SBACV-SP**

Foto: Shutterstock

Fonte: Guia da Farmácia.

The post Calor intensifica inchaço nas pernas e problemas circulatórios first appeared on Artrite Reumatóide.

O post Calor intensifica inchaço nas pernas e problemas circulatórios apareceu primeiro em Artrite Reumatóide.

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

Lipedema: a doença da gordura inflamada que muitas mulheres tratam como excesso de peso

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Saúde

Lipedema: a doença da gordura inflamada que muitas mulheres tratam como excesso de peso

Entenda a importância do diagnóstico correto da gordura nas pernas e braços, e como o cuidado integrado ajuda a controlar a inflamação e devolver a qualidade de vida.

Por Bendita Letra

Atualizado há 2 horas

2 5 Min

Dr. Rafael Fantin - Endocrinologista e Metabologista |
Especialista em Medicina do Exercício e Esporte |
Especialista Prática Ortomolecular e Nutrigenômica

Frequentemente confundido com a obesidade comum, o lipedema é uma condição crônica que atinge cerca de

12,3% das mulheres brasileiras, segundo dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Diferente do acúmulo de gordura tradicional, essa patologia se caracteriza por uma inflamação progressiva do tecido adiposo, concentrando-se de forma simétrica nas pernas e, por vezes, nos braços. O grande desafio reside no fato de que essa gordura é metabolicamente resistente a dietas restritivas e exercícios físicos intensos, o que faz com que muitas pacientes enfrentem anos de diagnósticos equivocados e tratamentos ineficazes que ignoram a raiz biológica do problema.

Para o endocrinologista e metabologista Rafael Fantin, a diferenciação entre o excesso de peso e a doença pode ser feita através da observação de sinais específicos no dia a dia. 'O lipedema costuma apresentar sintomas como dor ao toque, sensação de peso nos membros e uma facilidade incomum para o surgimento de hematomas, mesmo sem traumas significativos. Além da desproporção visual, a paciente pode sofrer com outros reflexos da inflamação sistêmica, como enxaquecas, TPM severa e até quadros de endometriose, já que a gordura inflamada interfere diretamente no equilíbrio hormonal e metabólico', explica.

A visão de que o lipedema é apenas uma questão de queimar calorias é um dos maiores equívocos apontados pelo médico. Ele ressalta que, por envolver uma disfunção no tecido adiposo que retém líquidos e libera substâncias inflamatórias, o tratamento precisa ser sistêmico para ser eficaz. 'Se focarmos apenas em procedimentos locais para quebra de gordura sem tratar a causa, o organismo volta a receber mensagens para armazenar gordura exatamente no mesmo lugar. É fundamental regularizar o metabolismo e rever a parte hormonal para que o corpo pare de sustentar esse processo inflamatório contínuo', pontua Fantin.

O impacto de ser tratada apenas como obesa vai além do físico, atingindo severamente o bem-estar psicológico da mulher. Muitas pacientes relatam um histórico de frustração e culpa ao não verem resultados nas regiões afetadas, mesmo com esforços extremos. Segundo o especialista em Medicina do Exercício e Esporte, o diagnóstico tardio prolonga um sofrimento desnecessário. 'Muitas mulheres passam anos ouvindo que falta força de vontade, o que gera ansiedade e baixa autoestima. O acolhimento médico é parte da cura; validar os sintomas e explicar que existe uma condição clínica por trás daquela aparência traz um alívio imenso e permite um plano de cuidado humanizado', afirma.

No campo das estratégias práticas, o controle alimentar desempenha um papel de suporte, mas não de solução isolada. A prioridade deve ser evitar gatilhos inflamatórios presentes em ultraprocessados, açúcares e farinhas refinadas, que tendem a agravar o volume e a sensibilidade dos membros. O endocrinologista destaca que o tratamento ideal é multidisciplinar. 'Não se trata apenas de cirurgia. O uso de compressão, drenagem linfática e exercícios de baixo impacto são pilares que devolvem a mobilidade. Uma dieta com foco antioxidante ajuda a reduzir o inchaço e a inflamação, permitindo que a paciente retome a qualidade de vida e a funcionalidade no cotidiano', reforça.

Ao entender que o lipedema exige uma abordagem que une regulação metabólica, ajuste no estilo de vida e, em alguns casos, intervenções técnicas, é possível frear a evolução da doença. O acompanhamento especializado garante que a estratégia não seja apenas estética, mas voltada para a saúde integral. Com o diagnóstico correto e o manejo dos processos inflamatórios, a jornada de tratamento deixa de ser um ciclo de restrições sem fim e passa a ser um caminho de autoconhecimento e controle sobre a própria saúde.

Acompanhe o trabalho do Dr. Rafael Fantin nas redes sociais: @dr.rafaelfantin | institutorafaelfantin.com.br

Fonte: Dr. Rafael Fantin - Endocrinologista e

Metabologista | Especialista em Medicina do Exercício e Esporte | Especialista Prática Ortomolecular e Nutrigenômica

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

Lipedema: a doença da “gordura inflamada” que muitas mulheres tratam como excesso de peso

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Frequentemente confundido com a obesidade comum, o lipedema é uma condição crônica que atinge cerca de 12,3% das mulheres brasileiras, segundo dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Diferente do acúmulo de gordura tradicional, essa patologia se caracteriza por uma inflamação progressiva do tecido adiposo, concentrando-se de forma simétrica nas pernas e, por vezes, nos braços. O grande desafio reside no fato de que essa gordura é metabolicamente resistente a dietas restritivas e exercícios físicos intensos, o que faz com que muitas pacientes enfrentem anos de diagnósticos equivocados e tratamentos ineficazes que ignoram a raiz biológica do problema.

Para o endocrinologista e metabologista Rafael Fantin, a diferenciação entre o excesso de peso e a doença pode ser feita através da observação de sinais específicos no dia a dia. “O lipedema costuma apresentar sintomas como dor ao toque, sensação de peso nos membros e uma facilidade incomum para o surgimento de hematomas, mesmo sem traumas

significativos. Além da desproporção visual, a paciente pode sofrer com outros reflexos da inflamação sistêmica, como enxaquecas, TPM severa e até quadros de endometriose, já que a gordura inflamada interfere diretamente no equilíbrio hormonal e metabólico”, explica.

A visão de que o lipedema é apenas uma questão de queimar calorias é um dos maiores equívocos apontados pelo médico. Ele ressalta que, por envolver uma disfunção no tecido adiposo que retém líquidos e libera substâncias inflamatórias, o tratamento precisa ser sistêmico para ser eficaz. “Se focarmos apenas em procedimentos locais para quebra de gordura sem tratar a causa, o organismo volta a receber mensagens para armazenar gordura exatamente no mesmo lugar. É fundamental regularizar o metabolismo e rever a parte hormonal para que o corpo pare de sustentar esse processo inflamatório contínuo”, pontua Fantin.

O impacto de ser tratada apenas como obesa vai além do físico, atingindo severamente o bem-estar psicológico da mulher. Muitas pacientes relatam um histórico de frustração e culpa ao não verem resultados nas regiões afetadas, mesmo com esforços extremos. Segundo o especialista em Medicina do Exercício e Esporte, o diagnóstico tardio prolonga um sofrimento desnecessário. “Muitas mulheres passam anos ouvindo que falta força de vontade, o que gera ansiedade e baixa autoestima. O acolhimento médico é parte da cura; validar os sintomas e explicar que existe uma condição clínica por trás daquela aparência traz um alívio imenso e permite um plano de cuidado humanizado”, afirma.

No campo das estratégias práticas, o controle alimentar desempenha um papel de suporte, mas não de solução isolada. A prioridade deve ser evitar gatilhos inflamatórios presentes em ultraprocessados, açúcares e farinhas refinadas, que tendem a agravar o volume e a

sensibilidade dos membros. O endocrinologista destaca que o tratamento ideal é multidisciplinar. “Não se trata apenas de cirurgia. O uso de compressão, drenagem linfática e exercícios de baixo impacto são pilares que devolvem a mobilidade. Uma dieta com foco antioxidante ajuda a reduzir o inchaço e a inflamação, permitindo que a paciente retome a qualidade de vida e a funcionalidade no cotidiano”, reforça.

Ao entender que o lipedema exige uma abordagem que une regulação metabólica, ajuste no estilo de vida e, em alguns casos, intervenções técnicas, é possível frear a evolução da doença. O acompanhamento especializado garante que a estratégia não seja apenas estética, mas voltada para a saúde integral. Com o diagnóstico correto e o manejo dos processos inflamatórios, a jornada de tratamento deixa de ser um ciclo de restrições sem fim e passa a ser um caminho de autoconhecimento e controle sobre a própria saúde.

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

Lipedema: a doença da 'gordura inflamada' que muitas mulheres tratam como excesso de peso

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Frequentemente confundido com a obesidade comum, o lipedema é uma condição crônica que atinge cerca de 12,3% das mulheres brasileiras, segundo dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Diferente do acúmulo de gordura tradicional, essa patologia se caracteriza por uma inflamação progressiva do tecido adiposo, concentrando-se de forma simétrica nas pernas e, por vezes, nos braços. O grande desafio reside no fato de que essa gordura é metabolicamente resistente a dietas restritivas e exercícios físicos intensos, o que faz com que muitas pacientes enfrentem anos de diagnósticos equivocados e tratamentos ineficazes que ignoram a raiz biológica do problema.

Para o endocrinologista e metabologista Rafael Fantin, a diferenciação entre o excesso de peso e a doença pode ser feita através da observação de sinais específicos no dia a dia. 'O lipedema costuma apresentar sintomas como dor ao toque, sensação de peso nos membros e uma facilidade incomum para o surgimento de hematomas, mesmo sem traumas

significativos. Além da desproporção visual, a paciente pode sofrer com outros reflexos da inflamação sistêmica, como enxaquecas, TPM severa e até quadros de endometriose, já que a gordura inflamada interfere diretamente no equilíbrio hormonal e metabólico', explica.

A visão de que o lipedema é apenas uma questão de queimar calorias é um dos maiores equívocos apontados pelo médico. Ele ressalta que, por envolver uma disfunção no tecido adiposo que retém líquidos e libera substâncias inflamatórias, o tratamento precisa ser sistêmico para ser eficaz. 'Se focarmos apenas em procedimentos locais para quebra de gordura sem tratar a causa, o organismo volta a receber mensagens para armazenar gordura exatamente no mesmo lugar. É fundamental regularizar o metabolismo e rever a parte hormonal para que o corpo pare de sustentar esse processo inflamatório contínuo', pontua Fantin.

O impacto de ser tratada apenas como obesa vai além do físico, atingindo severamente o bem-estar psicológico da mulher. Muitas pacientes relatam um histórico de frustração e culpa ao não verem resultados nas regiões afetadas, mesmo com esforços extremos. Segundo o especialista em Medicina do Exercício e Esporte, o diagnóstico tardio prolonga um sofrimento desnecessário. 'Muitas mulheres passam anos ouvindo que falta força de vontade, o que gera ansiedade e baixa autoestima. O acolhimento médico é parte da cura; validar os sintomas e explicar que existe uma condição clínica por trás daquela aparência traz um alívio imenso e permite um plano de cuidado humanizado', afirma.

No campo das estratégias práticas, o controle alimentar desempenha um papel de suporte, mas não de solução isolada. A prioridade deve ser evitar gatilhos inflamatórios presentes em ultraprocessados, açúcares e farinhas refinadas, que tendem a agravar o volume e a

sensibilidade dos membros. O endocrinologista destaca que o tratamento ideal é multidisciplinar. 'Não se trata apenas de cirurgia. O uso de compressão, drenagem linfática e exercícios de baixo impacto são pilares que devolvem a mobilidade. Uma dieta com foco antioxidante ajuda a reduzir o inchaço e a inflamação, permitindo que a paciente retome a qualidade de vida e a funcionalidade no cotidiano', reforça.

Ao entender que o lipedema exige uma abordagem que une regulação metabólica, ajuste no estilo de vida e, em alguns casos, intervenções técnicas, é possível frear a evolução da doença. O acompanhamento especializado garante que a estratégia não seja apenas estética, mas voltada para a saúde integral. Com o diagnóstico correto e o manejo dos processos inflamatórios, a jornada de tratamento deixa de ser um ciclo de restrições sem fim e passa a ser um caminho de autoconhecimento e controle sobre a própria saúde.

Acompanhe o trabalho do Dr. Rafael Fantin nas redes sociais: @dr.rafaelfantin | institutorafaelfantin.com.br

Fonte: Dr. Rafael Fantin - Endocrinologista e Metabologista | Especialista em Medicina do Exercício e Esporte | Especialista Prática Ortomolecular e Nutrigenômica

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

Remédios para emagrecer: especialista alerta para riscos à circulação sem acompanhamento

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O aumento do uso de medicamentos para perda de peso, como semaglutida e liraglutida, tem levado especialistas a reforçar um ponto de atenção: a segurança do tratamento também passa pela saúde vascular. Embora essas drogas sejam consideradas seguras quando bem indicadas, a automedicação e o acompanhamento inadequado podem favorecer alterações que afetam a circulação, principalmente em pacientes com fatores de risco.

Segundo o cirurgião vascular Rafael de Athayde Soares, vice-diretor científico da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - São Paulo (**SBACV-SP**), os agonistas do receptor de GLP-1 mudaram o cenário do cuidado com obesidade e diabetes. “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.

Estudos citados pelo especialista apontam que a

semaglutida aplicada semanalmente pode reduzir o risco de eventos cardiovasculares graves, como infarto e AVC, em pessoas com sobrepeso ou obesidade e doença cardiovascular já estabelecida, mesmo sem diabetes. Também há dados sugerindo melhora na capacidade de marcha e na qualidade de vida em pacientes com doença arterial periférica.

Por que o tema preocupa especialistas

Diabetes e obesidade, condições para as quais esses medicamentos costumam ser indicados, já se associam a maior risco de problemas nos vasos sanguíneos. O excesso de glicose pode lesar o endotélio (camada interna dos vasos) e favorecer aterosclerose, enquanto o excesso de gordura corporal se relaciona a inflamação crônica, resistência à insulina e alterações na coagulação, aumentando a chance de trombose, doença arterial periférica e insuficiência venosa.

Soares alerta que o uso sem avaliação individual pode trazer efeitos indiretos com impacto circulatório. “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”, diz.

Quem precisa de atenção redobrada

Pessoas com histórico de trombose venosa profunda, embolia pulmonar, doença arterial periférica e outras doenças vasculares devem ter monitoramento mais rigoroso. Embora não haja evidência consistente de que esses medicamentos aumentem diretamente o risco de trombose, fatores como desidratação, perda rápida de peso e desequilíbrios metabólicos podem elevar a vulnerabilidade de quem já tem predisposição.

Em quadros como lipedema, o especialista ressalta que a perda de peso pode ajudar em aspectos metabólicos, mas não muda o tecido adiposo típico da doença, o que reforça a importância de acompanhamento multidisciplinar.

Sinais de alerta durante o uso

O médico orienta procurar atendimento imediato diante de sintomas que podem sugerir complicações, como dor ou inchaço súbito nas pernas, falta de ar, dor no peito, tontura persistente, desmaios, palpitações, queda importante de pressão arterial e sinais de desidratação intensa, como fraqueza ou redução significativa da urina.

Antes de iniciar o tratamento, Soares recomenda avaliação médica com revisão do histórico clínico, das medicações em uso, da pressão arterial, da função renal e do estado de hidratação. “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”, afirma.

Para o especialista, a principal medida de segurança é evitar a automedicação e tratar o emagrecimento como parte de um plano mais amplo, com ajustes de alimentação, atividade física e acompanhamento regular. “O principal cuidado é evitar a automedicação. Esses medicamentos devem ser utilizados com indicação e acompanhamento médico”, reforça.

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

Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Com a proximidade dos feriados de 21 de abril e 1º de maio, milhares de brasileiros se preparam para encarar rodovias e aeroportos em busca de dias de descanso. No entanto, o planejamento deve incluir o cuidado com a saúde das pernas. De acordo com especialistas, o hábito de permanecer sentado por muito tempo, que é uma característica comum em deslocamentos de longa distância, prejudica o mecanismo natural de bombeamento do sangue venoso para o coração.

Essa estagnação ocorre quando o sistema circulatório perde o auxílio da musculatura para vencer a gravidade. Com o corpo estático, o processo falha e resulta em sintomas imediatos como pernas pesadas e edemas. Conforme dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) e do Ministério da Saúde, essa condição favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos, que trazem riscos severos à saúde sem a devida atenção preventiva.

Para assegurar que o trajeto seja tão prazeroso quanto o destino e evitar que problemas vasculares interrompam o lazer, o Ministério da Saúde e especialistas da **SBACV** recomendam ações práticas:

No carro, planeje paradas: a cada duas horas de estrada, estacione o veículo para caminhar por pelo menos cinco minutos. Esse intervalo reativa a circulação e evita o acúmulo de sangue nas extremidades.

No avião e ônibus, evite a imobilidade: mesmo em espaços reduzidos, realize movimentos de 'sobe e desce' com os calcanhares. Use o corredor para curtas caminhadas e visitas ao banheiro sempre que permitido para estimular o fluxo sanguíneo.

Mantenha o corpo alinhado: procure manter as pernas o mais esticadas possível sob a poltrona à frente. Evite dobrar os joelhos em ângulos muito agudos, pois a dobra excessiva dificulta a passagem do sangue.

Não cruze as pernas: essa posição comprime veias importantes atrás do joelho e funciona como um obstáculo extra para a circulação. Mantenha os dois pés apoiados no chão ou em um suporte.

Atenção à hidratação: beba água regularmente para preservar a fluidez do sangue e evite o consumo excessivo de cafeína ou álcool, substâncias que contribuem para o inchaço.

Use meias de compressão graduada: item indispensável para qualquer modalidade de viagem longa, a pressão controlada da meia atua como um suporte externo que auxilia o retorno venoso, previne a fadiga e o risco de trombose.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, oferece a linha Traveno, desenvolvida com tecnologia específica para longos deslocamentos. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que ajuda o sangue a

circular melhor e evita inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

Alinhada ao propósito de bem-estar, a SIGVARIS GROUP 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 e o perfil 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

Fonte: CDI Comunicação

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Proposta política para prevenir amputações em diabéticos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: por Cintia Garcia*, especial para a CMC —

Justificativa aponta que 85% das amputações relacionadas ao diabetes iniciam-se com pequenas lesões nos pés. (Foto: Levy Ferreira / Secom)

Segundo dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, o Brasil bateu recordes de amputações, com mais de 282 mil cirurgias realizadas no SUS entre 2012 e 2023, destaca a justificativa de projeto de lei em tramitação na Câmara Municipal de Curitiba (CMC). O objetivo da proposta, de autoria do vereador Nori Seto (PP), é criar a Política Municipal de Prevenção e Combate às Amputações em Pacientes Diabéticos do Sistema Único de Saúde (SUS) da capital paranaense.

A política pública pretende reduzir a incidência de lesões, infecções e amputações decorrentes do diabetes. Estudos apontam que 85% das amputações relacionadas ao diabetes iniciam-se com pequenas lesões nos pés [o 'pé diabético'], que poderiam ser prevenidas ou tratadas precocemente, explica a proposição. Segundo o texto, o "pé diabético"

caracteriza-se por infecção, ulceração ou destruição de tecidos profundos, associados a alterações neurológicas e vasculares decorrentes do diabetes. Já o "pé de risco" é a situação em que o paciente apresenta alterações que aumentam a probabilidade de desenvolver lesões nos pés.

Como diretrizes da Política Municipal de Prevenção e Combate às Amputações em Pacientes Diabéticos constam a realização do exame dos pés em consultas médicas e o acompanhamento sistemático do diabetes pelos serviços do SUS de Curitiba e de capacitações e ações educativas para profissionais da atenção primária, com foco na prevenção, na identificação e no manejo do pé diabético (005.00105.2026).

O texto prevê, ainda, o estímulo à promoção de campanhas anuais de conscientização sobre o autoexame dos pés e sobre a importância da avaliação especializada, além da afixação de materiais informativos em unidades de saúde e outros espaços públicos. A proposta afirma que as ações poderão ser desenvolvidas em parceria com escolas, entidades da sociedade civil e instituições de saúde.

Protocolado no dia 13 de março, o projeto será avaliados pelas comissões temáticas da Câmara de Curitiba e só irá ao Plenário após o parecer dos colegiados. Caso seja aprovada pelos vereadores e sancionada pelo prefeito, a lei entra em vigor 90 dias após a publicação no Diário Oficial do Município (DOM).

> > Clique na imagem abaixo para entender como funciona a tramitação de um projeto de lei na CMC:

*Matéria elaborada pela estudante de Jornalismo Cintia Garcia, especial para a CMC.

Supervisão do estágio e edição: Fernanda Foggiao.

Revisão: Ricardo Marques

Reprodução do texto autorizada mediante citação da
Câmara Municipal de Curitiba

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

CFM, AMB e sociedades unidas na defesa da Resolução nº 2.448/25 e contra as glosas injustificadas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

CFM e entidades médicas se reuniram com operadoras de planos de saúde em defesa da Resolução 2.448/25

A ação das operadoras de saúde, que conseguiram derrubar na Justiça artigos cruciais da resolução do CFM regulamentadora da auditoria médica (nº 2.448/25), teve uma reação conjunta do Conselho Federal de Medicina (CFM), da Associação Médica Brasileira (AMB) e das sociedades médicas. Em reunião realizada na sede do CFM (16), que contou com a participação de representantes de 35 sociedades de especialidade, todos foram unânimes na defesa da norma do CFM.

Para o presidente do CFM, Hiran Gallo, o atendimento à convocação feita pelo CFM é uma demonstração de que as repetidas glosas feitas pelas operadoras de saúde a procedimentos médicos é algo que tem sufocado o médico. “É muito importante que estejamos unidos nesta pauta, pois a situação atual é insustentável, com procedimentos médicos sendo glosados por profissionais não-médicos e até de forma automatizada.

Temos de nos unir contra essa situação”, afirmou Gallo.

Hiran Gallo: “ É muito importante que estejamos unidos nesta pauta, pois a situação atual é insustentável.”

Entidades reunidas - Participaram da reunião representantes da Associação Brasileira de Medicina Física e Reabilitação - ABMFR (Ana Cristina Ferreira Garcia Amorim); da Sociedade Brasileira de Nefrologia - SBN (Ana Lúcia Ledo Cabeça); Sociedade Brasileira de Genética Médica e Genômica - SBGM (Antonette Souto El Husny); Associação Brasileira de Medicina do Tráfego - Abramet (Antonio Meira); Colégio Brasileiro de Radiologia e Diagnóstico por Imagem - CBR (Bernardo Tessarollo e Marcelo Lauar); Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica -SBOC (Clarissa Baldotto e Marisa Madi); **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular - SBACV** (Claudio Nhuch); Associação Brasileira de Nutrologia - ABRAN (Dimitri); Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (Getúlio Bernardo Morato Filho); Sociedade Brasileira de Reumatologia - SBR (Eduardo de Souza Meirelles); Sociedade Brasileira de Mastologia -SBM (Guilherme Novita); Associação Brasileira de Medicina de Emergência - Abramede (Ian Ward Abdalla Maia); Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular - ABHH (José Francisco Comenali); Sociedade Brasileira de Cardiologia -SBC (Júlio Braga); Sociedade Brasileira de Coloproctologia - SBPC (Katia Torres Batista); Colégio Médico Brasileiro de Acupuntura - CMBA (Luiz Sampaio); Associação Brasileira de Alergia e Imunologia - ASBAI (Magna Patrícia Saiter Coutinho e Paula Wanderley Leva Martin); Associação de Medicina Intensiva - Amib (Marcelo Maia); Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia - SBGG (Marcos Cabrera); Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia - Febrasgo (Maria Celeste Osório Wender); Sociedade Brasileira de Neurocirurgia - SBN (Mariangela Gonçalves, Samuel Damin e Vinicius Benites);

Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia - SBEM (Neuton Dornelas Gomes); Associação Brasileira de Medicina Legal e Perícia Médica - ABMLPM (Osvaldo Ortega); Sociedade Brasileira de Cirurgia Oncológica - SBCO (Paulo Henrique de Sousa Fernandes e Viviane Rezende de Oliveira); Sociedade Brasileira de Cirurgia de Mão - SBCM (Pedro Gabriel Melo de Barros e Silva); Sociedade Brasileira de Cirurgia Torácica - SBCT (Ricardo Mingarini Terra); Sociedade Brasileira de Clínica Médica -SBCM (Roberto Luiz Sobania); Colégio Brasileiro de Radiologia e Diagnóstico por Imagem - CBR (Rubens Chojniak); Sociedade Brasileira de Neurocirurgia - SBN (); Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial - ABORL-CCF (Tatiana Bragança de Azevedo); Sociedade Brasileira de Infectologia -SBI (Valéria Paes Leme Fernandes); Sociedade Brasileira de Anestesiologia -SBA (Vicente Faraon Fonseca).

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

Congresso Internacional So Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular reunir especialistas em SP

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Encontro idealizado pela **SBACV-SP** acontecer em So Paulo com programao multidisciplinar e participaes nacional e internacional

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** Regional So Paulo (**SBACV-SP**) promover, de 23 a 25 de abril de 2026, o CISP/XXIV Encontro So Paulo Congresso Internacional So Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular, no Centro de Convenes Rebouas. O evento, que integra o calendrio da especialidade no pas, reunir especialistas para atualizao cientfica e discusso clnica. A expectativa receber cerca de 1.000 participantes, entre mdicos, residentes, acadmicos e profissionais da sade.

A programao abordar temas atuais das doenas arteriais, venosas e linfticas, com participao de convidados do Brasil e do exterior. O contedo inclui avanos em diagnstico, condutas teraputicas e desafios da prtica mdica.

Sob a presidncia do cirurgio vascular Dr. Antonio

Eduardo Zerati, o evento mantm sua proposta de evoluo contnua, com uma comisso organizadora formada por especialistas de destaque da Cirurgia Vascular, responsveis pela construo de uma programao cientfica atual e alinhada s principais demandas da prtica clnica.

Assumir a presidncia do CISP pela primeira vez uma grande responsabilidade e tambm uma oportunidade de contribuir para a evoluo do encontro. Nossa expectativa entregar uma edio ainda mais relevante, com contedo cientfico de excelncia, integrao entre especialistas e uma experincia enriquecedora para todos os participantes, destaca Dr. Zerati.

A abordagem ser multidisciplinar, com painis, palestras e debates, alm de contedos voltados inovao, atualizao tcnica e discusso de casos clnicos relevantes. A grade cientfica do encontro tambm se destaca pela qualidade e diversidade do corpo de palestrantes, promovendo um ambiente rico para troca de experincias, atualizao profissional e integrao entre diferentes realidades da rea vascular.

Alm da programao cientfica principal, o evento contar com atividades complementares, como lunch meetings, simpisios satlites e podcasts, ampliando as oportunidades de interao entre especialistas, indstria e demais profissionais do setor.

O congresso tambm refora seu compromisso com a produo cientfica, incentivando a submisso e apresentao de trabalhos, pesquisas e casos clnicos relevantes para o avano da especialidade.

Ao longo das edies, o CISP/Encontro So Paulo vem ampliando seu prestgio, impacto cientfico e visibilidade institucional, consolidando-se como uma plataforma estratgica para o desenvolvimento da Cirurgia Vascular e Endovascular no Brasil.

Servio:

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

Data: de 23 a 25 de abril de 2026

Local: Centro de Convenes Rebouas So Paulo - SP

www.cispvascular.com.br

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

Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas

[Link original](#)

Resumo em tópicos:

Permanecer sentado por muito tempo em deslocamentos longos prejudica o bombeamento do sangue venoso para o coração.

A estagnação do sangue favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos.

O Ministério da Saúde e a **SBACV** recomendam parar para caminhar, realizar movimentos 'sobe e desce' com os calcanhares, manter as pernas esticadas e não cruzar as pernas.

O uso de tecnologia de compressão graduada atua como um suporte mecânico externo para acelerar a velocidade do fluxo sanguíneo nas veias.

Com a proximidade dos feriados de 21 de abril e 1º de maio, milhares de brasileiros se preparam para encarar rodovias e aeroportos em busca de dias de descanso. No entanto, o planejamento deve incluir o cuidado com a saúde das pernas. De acordo com especialistas, o hábito de permanecer sentado por muito tempo, que é uma característica comum em deslocamentos de longa distância, prejudica o mecanismo natural de bombeamento do sangue venoso para o coração.

Essa estagnação ocorre quando o sistema circulatório perde o auxílio da musculatura para vencer a gravidade. Com o corpo estático, o processo falha e resulta em sintomas imediatos como pernas pesadas e edemas. Conforme dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) e do Ministério da Saúde, essa condição favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos, que trazem riscos severos à saúde sem a devida atenção preventiva.

Para assegurar que o trajeto seja tão prazeroso quanto o destino e evitar que problemas vasculares interrompam o lazer, o Ministério da Saúde e especialistas da **SBACV** recomendam ações práticas:

No carro, planeje paradas: a cada duas horas de estrada, estacione o veículo para caminhar por pelo menos cinco minutos. Esse intervalo reativa a circulação e evita o acúmulo de sangue nas extremidades.

No avião e ônibus, evite a imobilidade: mesmo em espaços reduzidos, realize movimentos de 'sobe e desce' com os calcanhares. Use o corredor para curtas caminhadas e visitas ao banheiro sempre que permitido para estimular o fluxo sanguíneo.

Mantenha o corpo alinhado: procure manter as pernas o mais esticadas possível sob a poltrona à frente. Evite dobrar os joelhos em ângulos muito agudos, pois a dobra excessiva dificulta a passagem do sangue.

Não cruze as pernas: essa posição comprime veias importantes atrás do joelho e funciona como um obstáculo extra para a circulação. Mantenha os dois pés apoiados no chão ou em um suporte.

Atenção à hidratação: beba água regularmente para preservar a fluidez do sangue e evite o consumo excessivo de cafeína ou álcool, substâncias que contribuem para o inchaço.

Use meias de compressão graduada: item indispensável para qualquer modalidade de viagem longa, a pressão controlada da meia atua como um suporte externo que auxilia o retorno venoso, previne a fadiga e o risco de trombose.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, oferece a linha Traveno, desenvolvida com tecnologia específica para longos deslocamentos. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que ajuda o sangue a

circular melhor e evita inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

Alinhada ao propósito de bem-estar, a SIGVARIS GROUP 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 e o perfil 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 Jundiá.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Casa Fecha Feridas vira esperança contra amputações em diabéticos

[Link original](#)



Casa Fecha Feridas vira esperança contra amputações em diabéticos

Unidade oferece atendimento especializado para diabéticos e evita amputações

Alagoas, 11 de abril de 2026



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Regina Carvalho

Com uma taxa de 45 amputações por 100 mil habitantes - quase o dobro da média nacional -, Alagoas enfrenta um grave desafio de saúde pública. Em Maceió, a Casa Fecha Feridas Prof. Isaac Soares de Lima surge como estratégia para enfrentar esse cenário, realizando 500 procedimentos mensais e mantendo uma fila de espera de 120 pacientes.

Nos últimos cinco anos, o estado registrou altos índices de amputações, competindo com Sergipe e Piauí. Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Alagoas liderou a alta de cirurgias de membros inferiores pelo SUS em 2023: um salto de 214% em uma década, passando de 182 para 571 procedimentos anuais.

Cerca de 60% dos atendidos na Casa Fecha Feridas têm mais de 59 anos e vivem em áreas vulneráveis. Na capital, a maioria vem do Jacintinho, Prado e Trapiche. Do interior, destacam-se Rio Largo, Murici e Porto de Pedras.

ASSISTÊNCIA E INTEGRAÇÃO

Vinculada à Uncisal, a unidade oferece consultas, curativos, exames de doppler colorido, desbridamentos, escleroterapia e confecção de palmilhas 3D.

O diretor médico, Guilherme Pitta, ressalta que o impacto da Casa nas estatísticas ainda é limitado pela falta de integração formal com as secretarias de Saúde. “Sem a contratualização, não entramos formalmente no sistema para monitorar índices e garantir orçamento fixo”, lamenta.

Para Pitta, o foco deve ser a Atenção Básica. “Precisamos treinar médicos e enfermeiros de UPAs, UBSs e UDAs para identificar a gravidade do pé diabético. O tempo é decisivo: feridas graves exigem atendimento em até 12 horas para evitar a amputação. Se tivermos diagnóstico precoce, melhoramos muito”, afirma, citando a importância da Lei Nº 7.591/2024.

A nova legislação prevê a capacitação de profissionais e a criação de centros multidisciplinares com regulação imediata.

INOVAÇÃO E PESQUISA

A unidade também investe em tecnologia via PPG Biotec, desenvolvendo Botas de Unna, pomadas à base de água de coco e polainas compressivas. Entre os projetos estão a especialização em Doenças Vasculares para médicos municipais e a ****Casa Rosada****, oficina que produzirá órteses e próteses com custo 80% menor que o de mercado.

“ELES ACREDITAM MAIS DO QUE A GENTE”

A unidade recebe pacientes de todo o estado, incluindo Sertão e Agreste. Para o ex-motorista Jeovandes Silva, 41, o serviço foi a salvação de sua mobilidade. Com diabetes há dez anos, ele quase perdeu o pé esquerdo. “Ouvi de um médico que a amputação era certa, mas

aqui me acolheram e hoje estou ficando bom. Eles acreditam na nossa recuperação mais do que nós mesmos”, conclui.

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

Lipedema: a doença da 'gordura inflamada' que muitas mulheres tratam como excesso de peso

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Frequentemente confundido com a obesidade comum, o lipedema é uma condição crônica que atinge cerca de 12,3% das mulheres brasileiras, segundo dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Diferente do acúmulo de gordura tradicional, essa patologia se caracteriza por uma inflamação progressiva do tecido adiposo, concentrando-se de forma simétrica nas pernas e, por vezes, nos braços. O grande desafio reside no fato de que essa gordura é metabolicamente resistente a dietas restritivas e exercícios físicos intensos, o que faz com que muitas pacientes enfrentem anos de diagnósticos equivocados e tratamentos ineficazes que ignoram a raiz biológica do problema.

Para o endocrinologista e metabologista Rafael Fantin, a diferenciação entre o excesso de peso e a doença pode ser feita através da observação de sinais específicos no dia a dia. 'O lipedema costuma apresentar sintomas como dor ao toque, sensação de peso nos membros e uma facilidade incomum para o surgimento de hematomas, mesmo sem traumas

significativos. Além da desproporção visual, a paciente pode sofrer com outros reflexos da inflamação sistêmica, como enxaquecas, TPM severa e até quadros de endometriose, já que a gordura inflamada interfere diretamente no equilíbrio hormonal e metabólico', explica.

A visão de que o lipedema é apenas uma questão de queimar calorias é um dos maiores equívocos apontados pelo médico. Ele ressalta que, por envolver uma disfunção no tecido adiposo que retém líquidos e libera substâncias inflamatórias, o tratamento precisa ser sistêmico para ser eficaz. 'Se focarmos apenas em procedimentos locais para quebra de gordura sem tratar a causa, o organismo volta a receber mensagens para armazenar gordura exatamente no mesmo lugar. É fundamental regularizar o metabolismo e rever a parte hormonal para que o corpo pare de sustentar esse processo inflamatório contínuo', pontua Fantin.

O impacto de ser tratada apenas como obesa vai além do físico, atingindo severamente o bem-estar psicológico da mulher. Muitas pacientes relatam um histórico de frustração e culpa ao não verem resultados nas regiões afetadas, mesmo com esforços extremos. Segundo o especialista em Medicina do Exercício e Esporte, o diagnóstico tardio prolonga um sofrimento desnecessário. 'Muitas mulheres passam anos ouvindo que falta força de vontade, o que gera ansiedade e baixa autoestima. O acolhimento médico é parte da cura; validar os sintomas e explicar que existe uma condição clínica por trás daquela aparência traz um alívio imenso e permite um plano de cuidado humanizado', afirma.

No campo das estratégias práticas, o controle alimentar desempenha um papel de suporte, mas não de solução isolada. A prioridade deve ser evitar gatilhos inflamatórios presentes em ultraprocessados, açúcares e farinhas refinadas, que tendem a agravar o volume e a

sensibilidade dos membros. O endocrinologista destaca que o tratamento ideal é multidisciplinar. 'Não se trata apenas de cirurgia. O uso de compressão, drenagem linfática e exercícios de baixo impacto são pilares que devolvem a mobilidade. Uma dieta com foco antioxidante ajuda a reduzir o inchaço e a inflamação, permitindo que a paciente retome a qualidade de vida e a funcionalidade no cotidiano', reforça.

Ao entender que o lipedema exige uma abordagem que une regulação metabólica, ajuste no estilo de vida e, em alguns casos, intervenções técnicas, é possível frear a evolução da doença. O acompanhamento especializado garante que a estratégia não seja apenas estética, mas voltada para a saúde integral. Com o diagnóstico correto e o manejo dos processos inflamatórios, a jornada de tratamento deixa de ser um ciclo de restrições sem fim e passa a ser um caminho de autoconhecimento e controle sobre a própria saúde.

Acompanhe o trabalho do Dr. Rafael Fantin nas redes sociais: @dr.rafaelfantin | institutorafaelfantin.com.br

Fonte: Dr. Rafael Fantin - Endocrinologista e Metabologista | Especialista em Medicina do Exercício e Esporte | Especialista Prática Ortomolecular e Nutrigenômica

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

Dra. Ana Nazário é uma das mais influentes de Cocal do Sul no Agora que São Elas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Ligado no Sul

A atuação na área da saúde e o compromisso com a qualidade de vida da população colocaram Dra. Ana Nazário entre as mulheres mais influentes de Cocal do Sul, reconhecimento concedido na 5ª edição do Agora que São Elas, promovido pela Rádio Guarujá.

Ao falar sobre a homenagem, a médica destacou o significado do reconhecimento ao longo de sua trajetória. “Receber essa homenagem foi muito especial. Mais do que uma conquista pessoal, senti esse reconhecimento como um reflexo da minha caminhada construída sempre com propósito, dedicação e cuidado com as pessoas”, afirmou.

Para ela, estar entre as homenageadas tem um valor ainda mais simbólico. “Estar entre as mulheres influentes de Cocal do Sul é uma honra que me toca profundamente, sobretudo por acontecer em um contexto tão representativo como o Agora Que São Elas”, disse. A profissional também ressaltou a

importância do evento na valorização do protagonismo feminino. “Iniciativas assim não apenas dão visibilidade a histórias femininas inspiradoras, mas também fortalecem conexões, despertam pertencimento e incentivam outras mulheres a ocuparem com coragem o seu espaço”, completou, ao parabenizar a organização.

Com 18 anos de atuação, Dra. Ana construiu uma carreira sólida na área da angiologia, tornando-se referência em prevenção, diagnóstico e tratamento de doenças vasculares. Sócia-fundadora e diretora técnica da Clínica SCAN, atua diretamente na ampliação do acesso à saúde de qualidade na região.

Ao longo da carreira, tem se destacado não apenas pelo atendimento clínico, mas também pelo investimento em tecnologia e inovação, contribuindo para elevar o nível dos serviços oferecidos à população.

Seu trabalho também inclui ações de conscientização. Dra. Ana é embaixadora do World Thrombosis Day no Brasil e idealizadora do projeto “Circulando Sempre”, voltado à prevenção e informação sobre saúde vascular.

Membro da **SBACV**, participa ativamente de iniciativas e eventos da área, mantendo-se atualizada e alinhada às melhores práticas da medicina.

Para a médica, o reconhecimento também reforça a responsabilidade de seguir contribuindo com a comunidade e ampliando o acesso à informação e à prevenção. “Foi uma experiência maravilhosamente memorável”, resumiu, ao destacar a importância de iniciativas que valorizam trajetórias construídas com propósito.

2

0

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Meia de compressão gestante: qual a melhor em 2026

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Home> GRAVIDEZ> Qual a melhor meia de compressão para gestante em 2026? Descubra!

GRAVIDEZ 4 min de leitura

abril 13, 2026 0 comentários

Publicado por Carolina em 13 de abril de 2026 às 15:04.
Atualizado em 13 de abril de 2026 às 15:31.

Uma atualização publicada em 13 de abril de 2026 reacendeu a procura por orientação prática sobre “qual melhor meia de compressão para gestante”.

O ponto central é que “a melhor” muda conforme sintomas, fase da gestação e avaliação médica. Ainda assim, há critérios objetivos para acertar no tipo e na compressão.

Especialistas e guias clínicos costumam convergir em três pilares: classe de compressão, comprimento da meia e ajuste correto por medidas, não por “tamanho de roupa”.

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$512,90 R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$108,38 R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace 120 Atm Aberta

R\$399,00 R\$204,90

COMPRAR

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace 120 Atm Aberta

R\$204,90

COMPRAR

Resumo rápido: como escolher sem cair em armadilhas

Necessidade mais comum Tipo de meia Ponto de atenção Quando buscar médico

Inchaço leve no fim do dia 3/4 (até o joelho) Escolher por medidas do tornozelo/panturrilha Dor intensa ou assimetria

Varizes acima do joelho 7/8 (coxa) ou meia-calça Compressão graduada e conforto na coxa Varizes dolorosas ou endurecidas

Viagem longa (carro/avião) 3/4 ou 7/8 Colocar antes do deslocamento Histórico de trombose

Pernas pesadas no trabalho 3/4 de uso diário Calçar pela manhã, antes do edema Edema persistente

Varizes pélvicas/vulvares Meia-calça para gestante Modelo específico com adaptação à barriga Desconforto progressivo

O que mudou no debate em 2026: guia clínico reforça meia elástica

No material de consulta rápida da linha de cuidado, há orientação para evitar longos períodos em pé ou sentada e, quando indicado, usar meia-calça elástica para gestante.

O texto também menciona que pode haver indicação de meias de média compressão, com tamanho sugerido, dentro do manejo de queixas como varizes na gestação.

Na prática, isso fortalece a ideia de prescrição individual: não é só “comprar a mais apertada”, e sim escolher a compressão que a gestante tolera e precisa.

Melhor para maioria com sintomas leves: meia 3/4, pela facilidade de uso e boa aderência. Melhor quando há varizes acima do joelho: 7/8 ou meia-calça específica para gestante. Melhor para viagens: usar antes de sair, associando hidratação e pausas para caminhar. Quando a compressão “suave” ganha espaço na gravidez

Em conteúdos de saúde voltados ao público geral, a recomendação frequente para gestantes é optar por meia elástica ou de compressão mais leve para aliviar edema.

Em um guia com dicas de verão e viagens, o UOL cita

que, em voos longos, o uso de meia de compressão pode ser recomendado para reduzir risco de trombose.

No comércio, modelos “para gestante” tendem a priorizar conforto abdominal e melhor ajuste conforme a barriga cresce, evitando enrolar ou descer.

Meça tornozelo e panturrilha de manhã, antes do inchaço. Escolha o comprimento conforme onde estão as varizes/dor. Se houver dúvida da classe de compressão, leve as medidas ao obstetra ou vascular. Teste por 2 a 3 dias: dor, formigamento ou marca muito profunda indicam ajuste inadequado. Sinais de alerta: quando a meia não resolve e pode atrasar diagnóstico

Meia de compressão é coadjuvante, não “cura” tudo. Dor forte em uma perna, inchaço assimétrico, calor local e vermelhidão exigem avaliação rápida.

Um alerta recente sobre trombose e viagens publicado no Terra cita orientação da **SBACV-SP** para medidas preventivas, incluindo meias de compressão sob orientação profissional.

Em caso de risco aumentado (histórico de trombose, trombofilia, imobilidade), a “melhor meia” pode ser a prescrita com classe específica e monitoramento.

Entre o conforto e a proteção, a resposta mais segura para 2026 é: meia graduada, com classe adequada e tamanho por medidas. O resto é ajuste fino com o seu pré-natal.

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$512,90 R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$108,38 R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace

120 Atm Aberta

R\$399,00 R\$204,90

COMPRAR

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace 120 Atm Aberta

R\$204,90

COMPRAR

Dúvidas Sobre qual melhor meia de compressão para gestante

A escolha da meia de compressão na gravidez depende de sintomas, localização das varizes e fase gestacional. Estas respostas ajudam a decidir com segurança e a reconhecer quando é preciso avaliação médica.

Gestante pode usar meia de compressão o dia todo?

Na maioria dos casos, sim, desde que a compressão e o tamanho estejam corretos. O uso costuma ser melhor pela manhã e ao longo do dia, com retirada para dormir, salvo orientação médica.

Meia 3/4, 7/8 ou meia-calça: qual é melhor na gravidez?

A 3/4 costuma atender bem inchaço e desconforto abaixo do joelho. Se as varizes sobem para coxa ou há queixa pélvica, 7/8 ou meia-calça para gestante tende a funcionar melhor e ficar mais estável.

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$512,90 R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$108,38 R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace 120 Atm Aberta

R\$399,00 R\$204,90

COMPRAR

Meia Calça Gestante Sigvaris Select Premium 20-30mmhg

R\$375,29

COMPRAR Meia De Compressão Kendall 3/4 Sem Ponteira Mel Liso M

R\$100,08

COMPRAR Meia Calça Gestante 15-20 Sigvaris Audace 120 Atm Aberta

R\$204,90

COMPRAR

Como saber se a meia está apertando demais?

O sinal mais comum é dor, dormência, mudança de cor do pé ou marca profunda e dolorosa no topo da meia. Se isso ocorrer, interrompa o uso e refaça as medidas; persistindo, procure obstetra ou vascular.

Aviso Editorial

Este conteúdo foi estruturado com o auxílio de Inteligência Artificial e submetido a rigorosa curadoria, checagem de fatos e revisão final pelo editor-chefe . O Mãe.blog.br reafirma seu compromisso com a ética jornalística, garantindo que o julgamento editorial e a validação das informações são de inteira responsabilidade humana, do editor.

Sobre o Autor: Criadora de conteúdo especializada em maternidade e saúde infantil. Escreve sobre gestação, desenvolvimento do bebê e vida materna unindo experiência pessoal e pesquisa aprofundada - com o objetivo de entregar informação confiável para mães que querem tomar as melhores decisões para seus filhos.

Editor: Carolina

Transparência: Política Editorial | Política de Uso de IA | Política de Correções | Contato

AnteriorGêmeos se aconchegam em um momento marcante

Próximo Chás que devem ser evitados antes da gravidez

Deixe um comentário Cancelar resposta

Comentário

E-mail *

Site

Salvar meus dados neste navegador para a próxima vez que eu comentar.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Viaja no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Com a proximidade dos feriados de 21 de abril e 1º de maio, milhares de brasileiros se preparam para encarar rodovias e aeroportos em busca de dias de descanso. No entanto, o planejamento deve incluir o cuidado com a saúde das pernas. De acordo com especialistas, o hábito de permanecer sentado por muito tempo, que é uma característica comum em deslocamentos de longa distância, prejudica o mecanismo natural de bombeamento do sangue venoso para o coração.

Essa estagnação ocorre quando o sistema circulatório perde o auxílio da musculatura para vencer a gravidade. Com o corpo estático, o processo falha e resulta em sintomas imediatos como pernas pesadas e edemas. Conforme dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular e do Ministério da Saúde, essa condição favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos, que trazem riscos severos à saúde sem a devida atenção preventiva.

Para assegurar que o trajeto seja tão prazeroso quanto o destino e evitar que problemas vasculares interrompam o lazer, o Ministério da Saúde e especialistas da **SBACV** recomendam ações práticas:

No carro, planeje paradas: a cada duas horas de estrada, estacione o veículo para caminhar por pelo menos cinco minutos. Esse intervalo reativa a circulação e evita o acúmulo de sangue nas extremidades.

No avião e ônibus, evite a imobilidade: mesmo em espaços reduzidos, realize movimentos de “sobe e desce” com os calcanhares. Use o corredor para curtas caminhadas e visitas ao banheiro sempre que permitido para estimular o fluxo sanguíneo.

Mantenha o corpo alinhado: procure manter as pernas o mais esticadas possível sob a poltrona à frente. Evite dobrar os joelhos em ângulos muito agudos, pois a dobra excessiva dificulta a passagem do sangue.

Não cruze as pernas: essa posição comprime veias importantes atrás do joelho e funciona como um obstáculo extra para a circulação. Mantenha os dois pés apoiados no chão ou em um suporte.

Atenção à hidratação: beba água regularmente para preservar a fluidez do sangue e evite o consumo excessivo de cafeína ou álcool, substâncias que contribuem para o inchaço.

Use meias de compressão graduada: item indispensável para qualquer modalidade de viagem longa, a pressão controlada da meia atua como um suporte externo que auxilia o retorno venoso, previne a fadiga e o risco de trombose.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

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) Resignificar 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

Técnica de tratamento de varizes com espuma já atendeu 360 pacientes no Hospital de Base, em Porto Velho

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Classificada como uma das técnicas mais modernas e eficientes no tratamento de varizes, o tratamento com espuma, já atendeu 360 pacientes no Hospital de Base Ary Pinheiro (HB), em Porto Velho, por meio do Sistema Único de Saúde (SUS). A técnica inovadora que pode substituir a cirurgia e reduzir a longa espera nas filas para este tipo de tratamento. Trata-se da escleroterapia, onde se utiliza uma injeção com medicamento em forma de espuma que seca os vasos com má circulação do sangue.

Segundo o cirurgião vascular José Rosa, responsável pela área no HB, ao penetrar na veia, a espuma causa uma reação inflamatória dentro do vaso, causando um espasmo imediato e, a curto e médio prazo, o fechamento dessa veia. “Essa veia não faz falta, na verdade ela estava atrapalhando a circulação venosa do paciente”, explica o médico.

Dados Ministério da Saúde (MS) apontam que vários médicos que foram treinados pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** do

Rio de Janeiro estão usando esta técnica no tratamento de pacientes. A iniciativa tem como objetivo diminuir as filas de espera pela cirurgia de varizes, procedimento mais complexo que requer uma retaguarda de UTI.

O cirurgião-vascular José Rosa explica que as varizes, causam muitas dores, cansaço e até úlceras em uma fase mais crítica. Elas podem aparecer em qualquer lugar do corpo. Primeiro aparecem manchas e depois vêm as úlceras. Pelo menos 0,5% da população desenvolve o estágio mais crítico que leva às ulcerações.

Alzenir Feitosa Leite começou o tratamento há um mês. Ela relata que sofre com varizes desde os 15. Moradora de Porto Velho, ela é uma dos pacientes atendidos pela técnica de espuma. “Eu sofri muito. Sentia muitas dores, havia dias em que era quase impossível trabalhar. Minhas pernas pareciam pesadas devido aos enormes caroços que as varizes causaram. Agora já estou quase no meio do tratamento, apenas drenando. É uma bênção”, afirmou.

Em média, o tratamento com espuma dura 90 dias. José Rosa afirma que três sessões são suficientes para acabar com as varizes. O retorno do paciente deve ocorrer entre 9 e 120 dias. Cada sessão dura, em média, de 30 a 40 minutos. São atendidos 12 pacientes ao mês. Primeiro, passam por uma palestra para saber como será o procedimento e os cuidados que devem ter. Após essa fase, é feita a triagem. Em seguida, inicia o procedimento num aparelho de ultrassonografia de última geração.

Relatos feitos pelo Ministério da Saúde (MS) apontam que 45% das mulheres e 30% dos homens sofrem com este problema; pelo menos 90 mil atendimentos de pacientes com varizes foram feitos pelo SUS em 2016 em todo o País utilizando a nova técnica.

Leia mais:

Maioria dos pacientes no Centro de Reabilitação são vítimas de acidentes de trânsito

Assuntos e Palavras-Chave: 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

Rebouças recebe o Congresso Internacional São Paulo de Cirurgia Vascular e Endovascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Luis Orsolon

Eventos Sociais, Esportivos e Corporativos

13 de abril de 2026

Facebook

Twitter

Pinterest

WhatsApp

Linkedin

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.

Anúncio

“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.

Cirurgia 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:

Data: de 23 a 25 de abril de 2026

Local: Centro de Convenções Rebouças - São Paulo - SP

Mais informações: www.cispvascular.com.br

TAGS CISP Congressos

Facebook

Twitter

Pinterest

WhatsApp

Linkedin

Artigo anteriorPrograma Prisma da ArPa 2026 fortalece conexões no circuito artístico

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

Medicamentos para emagrecer exigem atenção à saúde vascular, alerta especialista

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Share on Facebook

Tweet on Twitter

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.

Leia também - Reajuste de medicamentos entra em vigor e acende alerta nas empresas: quem vai pagar essa conta?

“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.

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 Rafael de Athayde Soares.

*Informações Assessoria de Imprensa

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

Mitos e verdades sobre as meias de compressão

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Acesse o nosso Canal no WhatsApp!

Criamos um canal oficial no WhatsApp - e você já pode fazer parte!

Mais agilidade, mais bastidores, mais DENÚNCIAS direto no seu celular.

Sem grupos, sem conversas, só informação exclusiva, com a credibilidade do SCemPauta.

Acesse e siga agora:

<https://whatsapp.com/channel/0029Vb6oYQTEgGfKVzALc53t>

E NÃO ESQUEÇA DE ATIVAR O SININHO PARA RECEBER TUDO EM TEMPO REAL!

Dra. Carla Liberato

Meias de compressão são recursos eficazes na prevenção e combate de problemas circulatórios nas pernas? Sim, desde que usadas de forma adequada, diz

o médico Celso Ricardo Bregalda Neves, da divisão de cirurgia vascular do Hospital das Clínicas de São Paulo e secretário-geral da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular. Ele fala a seguir sobre mitos e verdades das meias de compressão. Confira:

:: Não há métodos de prevenção para problemas circulatórios como varizes -MITO.

Os problemas circulatórios podem ser prevenidos com dieta saudável, abolição do tabagismo, evitando excesso de peso, com a utilização das meias de compressão e com a prática regular de exercícios físicos. No caso das meias, há diversas graduações de compressão específicas para cada estágio de problema circulatório.

:: Qualquer tipo de meia ajuda em problemas de circulação - MITO.

Apenas as meias de compressão graduada contribuem para a prevenção e tratamento das varizes, problemas circulatórios durante e após a gravidez, casos acentuados de inchaços, pós-cirurgia de varizes e edemas de natureza linfática. Meias que possuem compressão graduada garantem maior compressão no tornozelo, diminuindo à medida que sobe em direção a coxa, facilitam e melhoram a circulação sanguínea.

:: Existem meias de compressão diferentes para homens e mulheres -VERDADE.

Existem modelos masculinos e femininos. Porém, as compressões são as mesmas: suave compressão, média compressão, alta compressão e extra alta compressão.

:: Homens não estão sujeitos a problemas circulatórios - MITO.

Dores, inchaços e sensação de peso nas pernas não são sintomas que acometem apenas as mulheres.

Segundo dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), um em cada cinco homens sofre com problemas circulatórios, em especial com as varizes (veias que ficam tortuosas, alongadas e dilatadas devido a diversos fatores, como alterações hormonais, hereditariedade, obesidade, cigarro, vida sedentária, entre outros). Um estudo desenvolvido em Israel e nos Estados Unidos aponta que 3% dos homens e 20% das mulheres têm varizes aos 30 anos de idade. Aos 70 anos de idade até 70% das pessoas podem apresentar varizes dos membros inferiores.

:: Grávidas devem usar meias de compressão para evitar problemas circulatórios durante a gestação - VERDADE.

Durante a gravidez o volume de sangue circulando pelo organismo aumenta. Também há o crescimento do útero, responsável por exercer forte pressão nas veias da região pélvica e na veia cava inferior, que drena o sangue proveniente dos membros inferiores e cavidade abdominal. Isso faz com que a pressão sanguínea nas veias das pernas seja maior, influenciando o desenvolvimento de doenças venosas. Com os vasos recebendo maior volume de sangue, podem surgir problemas circulatórios nos membros inferiores e, no caso de mulheres que já convivem com o problema, podem ocorrer piora e aparecimento de dores e desconforto. O uso da meia de compressão ajuda a melhorar a circulação sanguínea nas pernas.

:: Não importa o tipo de compressão das meias, todas têm o mesmo efeito -MITO.

Cada compressão é indicada para diferentes tipos e estágios dos problemas circulatórios:

a) Suave compressão - seu uso é indicado para prevenção e bem estar. Ajuda a prevenir varizes durante e após a gestação. Também recomendada para quem faz uso de pílulas anticoncepcionais, tem propensão hereditária ou fica muito tempo em pé ou sentado. É recomendável para viagens de longa distância (previne a síndrome da classe econômica).

b) Média compressão - é indicada para quem sente dores acentuadas nas pernas no fim do dia. Nos casos acentuados de inchaço, dores, cansaço e varizes nas pernas. Indicada durante e após a gestação e para quem faz uso de pílulas anticoncepcionais, fica muito tempo em pé ou sentado ou tem propensão hereditária, além de servir para antes e após cirurgias.

c) Alta compressão - é indicada para quem tem varizes ou inchaço nas pernas em estágio avançado. Nos casos graves de inchaço, dores, cansaço e doenças venosas.

d) Extra-alta compressão - é indicada para pessoas com quadros varicosos intensos, úlceras venosas pós-trombóticas, edemas acentuados persistentes, graus extremos de elefantíase, além de tratar dermatofibrose acentuada.

:: As propriedades da meia desaparecem após a lavagem - MITO.

Se forem seguidas as dicas de como lavar a meia, seu efeito permanece intacto.

Dra. Carla Liberato

Médica Cirurgiã Vascular

Mestre em Gestão de Cuidados em Saúde

CRM SC 35087 RQE 24000

Hospital São Marcos - Nova Veneza/SC

Veja mais postagens desse autor

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

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

Brasil somou mais de 36 mil casos de trombose em 2025

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A prevenção de doença vascular é fundamental para a boa saúde. Uma pesquisa da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** identificou que cerca de 45% dos adultos desenvolvem insuficiência venosa. Para esclarecer sobre como hábitos simples no dia a dia ajudam a evitar complicações graves, o programa Temática ouviu em entrevista a cirurgião vascular, Haila Almeida. Confira a entrevista completa em áudio (acima).

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

Vai viajar no feriado? Não esqueça do cuidado com as pernas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Percursos longos podem gerar desconforto e complicações vasculares. Veja seis recomendações para evitar problemas e curtir o lazer

Permanecer sentado por muito tempo em deslocamentos longos prejudica o bombeamento do sangue venoso para o coração.

A estagnação do sangue favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos.

O Ministério da Saúde e a **SBACV** recomendam parar para caminhar, realizar movimentos 'sobe e desce' com os calcanhares, manter as pernas esticadas e não cruzar as pernas.

O uso de tecnologia de compressão graduada atua como um suporte mecânico externo para acelerar a velocidade do fluxo sanguíneo nas veias.

Com a proximidade dos feriados de 21 de abril e 1º de maio, milhares de brasileiros se preparam para encarar rodovias e aeroportos em busca de dias de descanso. No entanto, o planejamento deve incluir o cuidado com

a saúde das pernas. De acordo com especialistas, o hábito de permanecer sentado por muito tempo, que é uma característica comum em deslocamentos de longa distância, prejudica o mecanismo natural de bombeamento do sangue venoso para o coração.

Essa estagnação ocorre quando o sistema circulatório perde o auxílio da musculatura para vencer a gravidade. Com o corpo estático, o processo falha e resulta em sintomas imediatos como pernas pesadas e edemas. Conforme dados da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**) e do Ministério da Saúde, essa condição favorece a formação de coágulos internos, conhecidos como trombos, que trazem riscos severos à saúde sem a devida atenção preventiva.

Para assegurar que o trajeto seja tão prazeroso quanto o destino e evitar que problemas vasculares interrompam o lazer, o Ministério da Saúde e especialistas da **SBACV** recomendam ações práticas:

No carro, planeje paradas: a cada duas horas de estrada, estacione o veículo para caminhar por pelo menos cinco minutos. Esse intervalo reativa a circulação e evita o acúmulo de sangue nas extremidades.

No avião e ônibus, evite a imobilidade: mesmo em espaços reduzidos, realize movimentos de 'sobe e desce' com os calcanhares. Use o corredor para curtas caminhadas e visitas ao banheiro sempre que permitido para estimular o fluxo sanguíneo.

Mantenha o corpo alinhado: procure manter as pernas o mais esticadas possível sob a poltrona à frente. Evite dobrar os joelhos em ângulos muito agudos, pois a dobra excessiva dificulta a passagem do sangue.

Não cruze as pernas: essa posição comprime veias importantes atrás do joelho e funciona como um obstáculo extra para a circulação. Mantenha os dois pés apoiados no chão ou em um suporte.

Atenção à hidratação: beba água regularmente para preservar a fluidez do sangue e evite o consumo excessivo de cafeína ou álcool, substâncias que contribuem para o inchaço.

YOUTUBE

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Use meias de compressão graduada: item indispensável para qualquer modalidade de viagem longa, a pressão controlada da meia atua como um suporte externo que auxilia o retorno venoso, previne a fadiga e o risco de trombose.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, desenvolve soluções médicas de alta qualidade que unem suporte técnico e bem-estar, oferece a linha Traveno, desenvolvida com tecnologia específica para longos deslocamentos. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que ajuda o sangue a circular melhor e evita inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

Alinhada ao propósito de bem-estar, a SIGVARIS GROUP 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/escutesuas pernas e o perfil sigvarisgroup.brasil nas redes sociais.

SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

Saúde vascular: veja hábitos que impactam a circulação sanguínea

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Professor José Costa

Nutrição adequada, atividade física e cuidado integrado favorecem o funcionamento dos vasos sanguíneos

Cresce a atenção sobre como escolhas diárias influenciam o funcionamento do organismo, especialmente quando o assunto envolve a circulação sanguínea e o bem-estar ao longo dos anos. A alimentação interfere diretamente no funcionamento dos vasos sanguíneos, no equilíbrio de líquidos do organismo e nos processos inflamatórios associados a doenças vasculares.

Segundo o diretor de Defesa Profissional da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Michel Nasser, alguns excessos comuns na alimentação, por exemplo, prejudicam a saúde venosa. 'O consumo elevado de sal favorece a retenção de líquidos. Açúcar em excesso e alimentos ultraprocessados estimulam inflamação e impactam negativamente os vasos sanguíneos', explica.

Alimentação e hidratação para manter a saúde

Conforme o Dr. Michel Nasser, uma dieta rica em fibras, vitamina C, flavonoides e ômega 3 contribui para o equilíbrio circulatório no organismo. Além disso, a hidratação adequada é fundamental, com recomendação média de 30 a 35 ml de água por quilo de peso ao dia, ajustada às características individuais.

Nesse sentido, o cuidado com a alimentação deve ter abordagem multidisciplinar, que pode envolver nutricionista e médico vascular para definição segura de estratégias compatíveis com o estado de saúde de cada pessoa, especialmente na presença de varizes, inchaço recorrente ou histórico de trombose.

Movimento favorece o retorno do sangue ao coração

Além da nutrição equilibrada, a movimentação corporal favorece o retorno do sangue ao coração. A panturrilha atua como um 'coração periférico', responsável por impulsionar o fluxo venoso a partir dos membros inferiores.

Entre os estímulos eficazes, estão elevação dos calcanhares, flexão e extensão dos tornozelos, caminhadas de cinco a dez minutos, agachamentos leves com apoio e alongamentos da panturrilha. Mesmo uma pequena quantidade de repetições bem executadas já contribui para a circulação.

Evite ficar muito tempo sem se movimentar

A orientação geral é a interrupção de períodos prolongados na mesma posição, com mobilidade por três a cinco minutos a cada hora, além de caminhada diária de 20 a 30 minutos. Permanência prolongada sem movimento reduz a eficiência do retorno venoso e favorece sintomas como inchaço e sensação de peso nas pernas.

A definição do tipo, intensidade e frequência da atividade também pode exigir avaliação integrada, com

participação de profissional de educação física, médico vascular e, quando necessário, outras especialidades, garantindo prática segura, sobretudo para quem já possui diagnóstico prévio.

Cirurgia Vascular

Cuidado com o uso de meias de compressão e medicamentos

A meia elástica constitui recurso terapêutico relevante em diversas condições circulatórias, porém requer definição adequada de tamanho, modelo e grau de compressão conforme cada situação clínica. 'Transformar a meia em solução universal para qualquer inchaço representa erro comum. Quando a escolha não corresponde à necessidade do paciente, podem surgir desconforto, efeito de garroteamento e agravamento do quadro', alerta o Dr. Michel Nasser.

O especialista também chama atenção para o uso de medicamentos destinados à circulação sem orientação profissional, prática que pode mascarar sintomas e atrasar diagnósticos importantes.

Hábitos que favorecem a saúde da circulação sanguínea

De acordo com o diretor da **SBACV-SP**, não existe medida isolada capaz de preservar a circulação. 'A saúde vascular resulta da soma entre alimentação equilibrada, hidratação adequada, movimento regular, uso correto de terapias compressivas quando indicadas e atenção contínua aos sinais do organismo. Esse conjunto reduz sintomas, previne complicações e melhora a qualidade de vida', conclui.

Fonte: https://www.terra.com.br/vida-e-estilo/saude/saude-vascular-veja-habitos-que-impactam-a-circulacao-sanguinea,9c26b5f494d4456e3cc4a5b647bd94f491rtjwzs.html?utm_source=clipboard - Por Elenice Cóstola - Foto: PeopleImages | Shutterstock / Portal EdiCase

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

Aproximadamente 38% dos brasileiros têm varizes

[Link original](#)

Se quiser me dar uma moral aproveita aí e segue lá no Instagram arroba Letícia casarim e hoje a gente começa a segunda falando de saúde vocês estão acostumados você aí de casa tem varizes ou conhece alguém que sofre com elas é difícil né de acordo com a sociedade brasileira de angologia e de cirurgia vascular.

Aproximadamente trinta e oito por cento dos brasileiros têm varizes e quanto mais idoso maior a prevalência que chega a setenta por cento na população acima dos setenta anos de idade é muita gente né e a gente vai entender um pouco mais agora no nosso quadro ver mais saúde.

Aí.

Tudo bem Lorena eu Letícia prazer e nós estamos aqui com a Lorena gárgaro gargaro garga gargaro que é cirurgiã vascular seja muito bem vinda e obrigada pela sua participação adorei seu vestido muito obrigada Belinha confirmando belíssimo que agradeço o convite de vocês de poder estar aqui hoje.

E as varizes é algo que incomoda muito e atinge muitos brasileiros né Lorena muito principalmente mulheres é nós também temos muitos pacientes homens mas considerando apenas as mulheres em torno de noventa por cento vai apresentar por cento noventa por cento vai apresentar algum sintoma que seja um vasinho um incômodo ou até casos mais graves.

Com inchaços importantes com feridas entendi e por que que acontece mais as mulheres é uma questão hormonal tem relação hormonal sim a a relação próprio hormônio das mulheres o estrógeno a progesterona eles tendem a enfraquecer a parede das veias.

Então isso leva a uma piora do refluxo venoso então tem de o retorno do sangue é pior e acaba piorando os sintomas também e você trouxe algumas imagens pra gente comentar né pra gente começar entendendo o que que são as varizes e como que elas surgem.

Então é importante a gente diferenciar aqui o que são as varizes dos vasinhos né então nessa imagem nós temos em tons vermelhos e arroxeados os vasinhos que eles são chamados de telangectasias.

Tá também temos aqui umas veias esverdeadas eu acho que dá pra prestar atenção aqui na imagem a gente consegue ver muitas vezes os pacientes já chamam essas veias também de varizes mas elas são veias reticulares qual que é a diferença.

Principalmente o calibre elas são essas veias saltadas de pele são muito comuns mas elas não chegam a ser varizes por definição apesar de serem da mesma doença tá e tem tipos diferentes sim tipos diferentes de vari esse é um tipo.

Esse é um dos tipos é uma a CIA das classificações de varizes que a gente apresenta tá qual que é a mais comum também essa daqui essa é a apresentação mais comum essa é a mais comum e a gente trouxe outras imagens também pra diferenciar tem essas daqui que a gente consegue ver que são mais saltadas né essas são as varizes essas são as famosas varizes ou aquela ali não era.

Não eram os vasinhos que você fala eram a eram vazios essas são as famosas varizes então a gente pode ver que elas realmente são saltadas de pele na pele têm um calibre maior tá são palpáveis e elas costumam apresentar muito mais sintomas do que aqueles menores ahm e tem uma mancha aqui também é é comum ter mancha também não é.

Também faz parte da evolução da doença até uma das formas da gente classificar as varizes nós classificamos é pelo calibre das veias e também quando começam a ter inchaço ou alterações de pele tá essas manchas escurecidas que a gente encontra essa dermatite ocre que é o o nome técnico.

Já são um quadro mais evoluído das varizes ah então pode sim manchar as pedras tá e todas doem não existem pacientes com varizes grossas que não sentem nada e pacientes com vasinhos que têm muito desconforto não têm uma relação muito clara entre o tamanho do vaso e a queixa que o paciente vai ter entendi.

E você aí de casa tem alguma dúvida sobre isso manda mensagem pra gente no nosso whatsapp quarenta e quatro nove nove nove vinte seis zero três cinco dois e a gente tem mais uma imagem também né doutora.

Ah essa tá bem mais clara do que aquela lá a gente consegue ver a diferença varizes novamente tá então pode ver que são veias grossas tortuosas né e essas veias costumam estar alimentando aqueles vasinhos então acontece muito do paciente ter o incômodo às vezes só estética e ter isso aqui internamente e não saber.

Olha só então o paciente às vezes procura ah eu quero tratar esse vasinho aqui aham quando você vai avaliar quando você faz o dopler do paciente que é o ultrassom você vê que por dentro tem uma alimentação tem uma nutrição com essas veias maiores e isso tem que ser tratado obrigatoriamente até porque a pra que a parte estética da do paciente possa se regular sim e por que que é mais comum em pessoas mais velhas.

Vai se somando né então ao longo da vida aí a gente vai vai realmente aparecendo outras complicações vai diminuindo a mobilidade né então com menos movimentação menos atividades a pessoa tende a ter uma o a gravidade ali é mais difícil de ser vencida ali pelo sangue que passa nas veias quando a gente tá mais parado e quando a gente.

É envelhece a gente atende isso né de ficar mais parado em casa e a própria degeneração que acontece né a própria perda de qualidade da parede das veias né vão ficando mais frágeis como tudo né entendi e por exemplo fi usar roupas muito apertadas.

Isso também interfere na criação de variz não não isso não só que às vezes é o fato da roupa apertada que torna mais evidente ah às vezes a pessoa personada mais também né ela percebe que ela usou leggings o dia inteiro e ficou marcada aqui na lateral da perna então às vezes é o primeiro sinal de que a paciente tem realmente uma alteração e usar salto alto.

Depende do salto ah é depende do salto de o seu tá tranquilo tá o meu é um baixinho é um baixinho não sei se vai dar pra ver mas o meu é baixinho aqui e por que que depende do salto depende porque saltos muito altos lá ou até mesmo sapatos sem salto nenhum eles podem ser prejudiciais.

Porque não acredita pra vamos falar de salto alto também anta a gente mantém a panturrilha numa posição que não é anatômica mantém a panturrilha travada e e isso a gente precisa da movimentação.

Ação da panturrilha pra que o sangue possa voltar melhor pro coração já devem ter ouvido falar que a panturrilha é a é o segundo coração justamente pela função de bombeamento que ele faz ao redor dos músculos da perna e quando nós estamos com um salto muito alto tá a gente não movimenta a panturrilha a gente não trabalha ela fica parada.

Então isso aí acaba sendo um fator a mais que pode prejudicar então esse salto que a gente mostrou ali o meu salto ele é mais tranquilo mais tranquilo mas claro usar saltos todos os dias por períodos prolongados eu sabia disso doutora olha só e também a gente pode ter varizes na gravidez né.

A gravidez é um período que costuma piorar uh então assim não é que a pessoa às vezes não tem nada e depois da gravidez fica com a perna toda manchada toda cheia de Marinha não é isso mas a gravidez por diversos fatores um deles hormonal é isso que eu ia perguntar é por questão hormonal e também a questão da gestação física também a as as modificações que o corpo da mulher passa.

Né então se a gente pensar que tem uma criança interrompendo o retorno do sangue é um fator a mais pra dificultar e acabar retendo esse sangue nas pernas então acaba distendendo e sobrecarregando mais as veias porque a varize também é dilatação né e e muitas mães reclamam que fica mais inchada a perna o pé e isso contribui.

Fica mais inchada também por outros fatores mas também por piora das varizes entendi as varizes pioram na gestação sim e vão piorar o inchaço como um todo entendi e a atriz Luana Piovani já contou nas redes sociais já que a gente tá falando esse assunto.

Em dois mil e vinte quatro que passou por uma cirurgia de varizes ela comentou que ganhou as varizes quando teve filhos mas isso realmente tem relação doutora primeiro a gente vai assistir o vídeo e depois a gente vai comentar sobre isso beleza mas esse ano finalmente eu tomei coragem pra fazer a minha cirurgia de varizes eu já vinha.

Adiando essa cirurgia tinha uns três anos e na verdade essas varizes eu ganhei era uma veia assim sabe meio desenhada de trás do meu joelho pra minha panturrilha ganhei no dom mas tudo bem só um riozinho azul assim ao fundo daí nos gêmeos.

Elas pioraram elas abriram uns afluentes e os gêmeos tão com oito anos né nesses últimos quatro eu acho que elas pioraram elas ganharam um leve volumezinho e tal mas elas ainda eram consideradas estéticas assim não que tivesse fazendo com que eu tivesse correndo algum risco mas eu já tava muito incomodada não deu outra.

Ação então é tanto como a gente falou da parte hormonal quanto da própria obstrução mecânica ali que acaba ocorrendo e o que a Luana falou é interessante porque se a paciente está prestes a estar planejando uma gestação realmente.

Espera né espera tenha gestação depois a gente vai ver o que que ficou de alterado ali porque vai piorar entendeu então é não adianta a gente achar da tem

como aliviar mas a gente tem que saber estar ciente que a gestação é um período realmente de piora do quadro então quando tomei meus pacientes têm planos de engravidar eu quero engravidar esse ano mas eu penso em operar não espera.

Espera vamos ter a gestação depois a gente planeja a cirurgia já pra ter uma coisa mais resolutiva cada coisa em seu tempo exatamente cada coisa no seu tempo e você aí tem alguma dúvida sobre esse assunto manda mensagem pra gente eu já estou aqui.

Tem já tem algumas dúvidas então manda a sua pergunta quarenta e quatro nove nove vinte seis zero três cinco dois e a gente vai continuar falando sobre saúde só que agora sobre saúde bucal com o doutor Cássio todo mundo quando procura fazer.

E a gente vai continuar falando sobre saúde estamos aqui com a doutora Lorena e tem várias mensagens chegando aqui.

Vamos ler uma delas vamos embora vamos ver nossa tem várias mensagens aqui pra gente ir entendendo também sobre as várias enquanto eu pego aqui algumas mensagens a alimentação tem relação.

De modo geral não diretamente a alimentação mas sim o ganho de peso hum tá o ganho de peso é um fator realmente que pode piorar tá entendi e ó existe a quem tá perguntando é a Maria ela tá perguntando se existe varizes internas existe existe ah é existe.

As varizes internas a gente fala que elas são internas ou quando nós não conseguimos visualizar o olho nu nós apenas identificamos elas no ultrassom looper né tá e também tem varizes e região íntima e região pélvica que elas também podem estar relacionadas às vezes o que você só vê na perna então a gente pode tá pensando tanto em varizes pélvicas quanto em varizes que não são vistas a olho nu.

São ambas varizes internas entendi ah isso também tem relação com o que o Leopoldino ele falou ele falou

que infartou exatamente há um ano atrás e que a perna esquerda dói muito até hoje e sai algumas veias.

Sobressalentes assim então pode ser varizes tem tem cara de varizes então é pode não ser identificado ali mas você sente sim você sente e tem os sintomas clássicos aham sim tem algum mito sobre as varizes cremes às vezes creme.

Cremes então às vezes a pessoa ela acha que apenas com cremes ela vai resolver as varizes não infelizmente gente não existe nenhum produto que você vai passar na sua pele é que vai eliminar as varizes porque é algo interno né.

É e é um teria é um vaso é um vaso sanguíneo que está doente ah não tem como a gente eliminar com apenas com um creme de pele por exemplo e também o remédio não elimina às vezes qual que seria o tratamento olha nós temos diversas formas de tratamento.

Dependendo do tipo de veia né do tipo de veia de das expectativas idade do paciente pra gente citar rapidamente temos a cirurgia convencional que é por cortes ou a microcirurgia temos o Endo laser tá temos o laser transérmico temos a escleroterapia por espuma temos a radiofrequência isso então são vários tratando várias opções e nenhum deles é um creme opomado nenhum deles é creme pomado.

Olha só a Gisele falou o seguinte olá tenho quarenta e dois anos e estou com vasinhos e essas veias verdes que a gente mostrou o que eu posso fazer pra prevenir e pra não chegar a ter variz no futuro é Gisele de Maringá tudo bem Gisele é Gisele primeira coisa que você tem que fazer então é atividade física tá evitar permanecer longos períodos.

Sentada ou de pé na mesma posição então não sabe que é depender da rotina é muito complicado isso mas se possível fazer pequenas pausas pra realmente movimentar e o mais indicado né que são as meias compressivas as meias elásticas principalmente pro

período que você tá trabalhando elas vão ajudar muito a prevenir a piora.

A questão da alimentação tem alguns é tem alguns alimentos que podem ajudar ou não.

Olha depende se o paciente ele tem por exemplo lipedema tá a mulher que tem um lipedema associada ela tem que fazer uma dieta específica porque ela vai ter dor nas pernas.

E tem coisas que vão piorar o lipedema que acabam piorando as varizes junto então é um processo meio associado que seriam os carboidratos refinados mas as varizes puramente não existe um alimento que piore ou melhor e nada assim e as varizes é ter varizes pode ter risco em outras.

Tons por exemplo riscos cardiovasculares já que a gente tá falando de veias aqui é o às vezes as pessoas confundem muito porque quando a gente fala de risco cardiovascular a gente fala nas artérias as artérias são aqueles vasos que levam o sangue do coração pro resto do corpo sim sangue com oxigênio às veias são o contrário elas devolvem o sangue pro coração.

Depois que ele já deixou o oxigênio no corpo é quando a gente fala de doenças cardiovasculares então não são muito relacionadas às varizes especificamente mas a gente pode ter associação em quadros muito importantes de varizes com trombose varizes muito grossas em pacientes principalmente mais de idade que permanecem muito em.

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