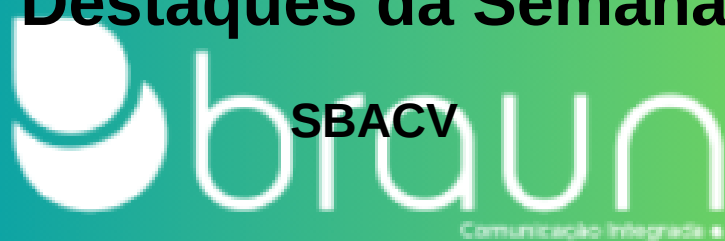


Destaques da Semana

SBACV



Jornal do Commercio (PE) Pernambuco (Mobilidade - 05/10/2026)	
Brasil tem 85 amputações por dia e trânsito é a maior causa	3
Afina Menina Paraná (Noticias - 05/14/2026)	
Pernas inchadas após comer: como a alimentação afeta a circulação	4
Guia do Bebê São Paulo (Noticias - 05/08/2026)	
Saúde Vascular na Gestação	5
Jornal Raio X Mato Grosso do Sul (Noticias - 05/10/2026)	
Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro	7
Nidde digital Bahia (Noticias - 05/15/2026)	
Especialista esclarece o que a alimentação pode ter a ver com inchaço das pernas	9
Poconé On Mato Grosso (Noticias - 05/09/2026)	
Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro	11
Portal Jornal do Norte Espírito Santo (Noticias - 05/09/2026)	
Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro	13
Saúde Minuto Nacional (Noticias - 05/11/2026)	
AVC pode começar em silêncio: o risco escondido nas artérias do pescoço que muita gente ignora	15

Brasil tem 85 amputações por dia e trânsito é a maior causa

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

SEGURANÇA VIÁRIA

O Brasil enfrenta um cenário alarmante na saúde pública: entre janeiro de 2012 e maio de 2023, o Sistema Único de Saúde (SUS) realizou mais de 282 mil cirurgias de amputação de membros inferiores. Atualmente, estima-se que o País possua cerca de 500 mil pessoas amputadas, com estados registrando aumentos superiores a 200% no volume desses procedimentos. Apenas em 2022, a média foi de pelo menos 85 brasileiros perdendo pés ou pernas diariamente na rede pública.

Embora doenças como o diabetes desempenhem um papel central nas estatísticas, os sinistros de trânsito (não é mais acidente de trânsito que se define, segundo o CTB e a ABNT), especialmente envolvendo motocicletas, figuram como uma das principais causas traumáticas de amputação no País. Os dados são da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**).

Essa realidade coloca o Brasil em um estado de alerta, uma vez que a incidência de traumas graves no sistema

viário sobrecarrega as unidades de saúde e transforma a vida de milhares de cidadãos. Em números absolutos, o estado de São Paulo liderou o ranking de procedimentos em 2022 (59.114), seguido por Minas Gerais e Rio de Janeiro.

O DESAFIO DA PREVENÇÃO E A REABILITAÇÃO PELO SUS

O movimento Abril Laranja, que em 2026 completou sete anos de atuação nacional, buscou justamente combater as causas dessas amputações e promover a ressignificação da vida dos pacientes. A campanha focou em dois pilares: a prevenção de causas patológicas e traumáticas - com ênfase na redução dos riscos de acidentes de trânsito - e o apoio integral ao amputado.

Em Pernambuco, é a primeira vez que a data foi comemorada oficialmente. Um projeto de Lei de autoria do deputado estadual Kaio Maniçoba foi aprovado e sancionado pela governadora Raquel Lyra em 2023.

Atualmente, estima-se que o País possua cerca de 500 mil pessoas amputadas.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Pernas inchadas após comer: como a alimentação afeta a circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Pernas inchadas e sensação de peso após as refeições são sintomas comuns frequentemente atribuídos à retenção de líquidos ou cansaço. No entanto, a alimentação pode influenciar diretamente a circulação venosa e a intensidade desses desconfortos, especialmente em pessoas com predisposição a varizes.

Segundo a cirurgiã vascular Dra. Dafne Leiderman, formada pela USP e diretora da **SBACV** regional São Paulo, alguns hábitos alimentares favorecem processos inflamatórios, retenção hídrica e ganho de peso, fatores que agravam sintomas como inchaço, dor e sensação de peso nas pernas.

O excesso de sódio, presente em alimentos ultraprocessados, embutidos, temperos industrializados e salgadinhos, é um dos principais vilões. O consumo elevado de sal favorece a retenção hídrica, intensificando o inchaço, principalmente em dias quentes ou após longos períodos sentadas.

O álcool também pode piorar os sintomas, pois provoca vasodilatação, aumentando a sensação de desconforto

e edema. O calor contribui para o agravamento do inchaço, já que as altas temperaturas dilatam as veias, dificultando o retorno venoso.

O excesso de peso corporal aumenta a pressão sobre o sistema venoso das pernas, dificultando a circulação e aumentando o desconforto. Embora pessoas magras também possam desenvolver doença venosa devido a fatores genéticos, hormonais ou gravidez, controlar o peso ajuda a reduzir a sobrecarga.

Para aliviar os sintomas, a especialista recomenda manter boa hidratação, reduzir o consumo de alimentos ricos em sódio e ultraprocessados, aumentar o consumo de fibras, frutas e vegetais frescos, além de evitar longos períodos sentadas ou em pé. A prática regular de atividade física é fundamental para ativar a circulação e melhorar o retorno venoso.

Entretanto, a Dra. Dafne alerta que a alimentação saudável auxilia no controle dos sintomas, mas não substitui a avaliação médica quando os sintomas são frequentes ou persistentes. Dor, inchaço constante, sensação de peso, queimação ou o surgimento de varizes e microvasos indicam a necessidade de investigação vascular.

O diagnóstico precoce, por meio de avaliação clínica e ultrassom Doppler venoso, permite identificar alterações e definir o tratamento adequado, evitando a progressão da doença venosa e melhorando a qualidade de vida.

Em resumo, a alimentação tem papel importante no controle dos sintomas de inchaço nas pernas, mas a atenção médica é essencial para casos que não melhoram com mudanças no estilo de vida.

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

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Saúde Vascular na Gestação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Guia do Bebê

A compressão graduada como pilar do pré-natal seguro

Protocolos de saúde indicam a terapia de compressão como uma das estratégias de cuidado para o sistema circulatório durante o período gestacional e o pós-parto

Resumo em tópicos:

O aumento do volume sanguíneo e a pressão uterina durante a gravidez elevam o risco de problemas vasculares.

Esta fase também exige atenção contínua à circulação devido às alterações hormonais persistentes.

A integração da terapia de compressão ao pré-natal reduz o desconforto e previne complicações.

A gestação representa um período de profundas transformações fisiológicas que exigem cuidado minucioso com vários aspectos da saúde, inclusive o sistema circulatório. Estudos da Federação Brasileira

das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) e do Ministério da Saúde apontam que o corpo da mulher experimenta um aumento no volume plasmático de até 50% durante a gravidez. Esse fenômeno, necessário para o desenvolvimento fetal, sobrecarrega as veias dos membros inferiores, que enfrentam maior dificuldade para impulsionar o sangue de volta ao coração.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** destaca que essa condição, somada à ação hormonal da progesterona, amplia a predisposição ao surgimento de varizes e à insuficiência venosa. O quadro clínico, caso negligenciado, impacta a qualidade de vida da gestante e pode persistir no pós-parto, fase que exige monitoramento contínuo para a estabilização completa do organismo.

Principais sintomas e cuidados recomendados durante a gestação:

Adaptações de rotina: alternar o tempo em pé ou sentado e a inclusão de pausas para caminhadas podem melhorar o retorno do fluxo venoso.

Inchaços ao longo do dia: a percepção de inchaço vespertino e a sensação de peso nas pernas sinalizam a necessidade de atenção imediata com a circulação.

Sinais de alerta: a observação atenta quanto a alterações de coloração na pele ou desconforto agudo possibilita a rápida intervenção médica.

Postura e repouso: o hábito de elevar os membros inferiores ao deitar atua como um recurso complementar para o alívio da sobrecarga vascular.

Monitoramento especializado: a avaliação periódica com especialistas para o uso da compressão graduada auxilia a adaptação em cada fase da gestação.

A mitigação desses efeitos exige um tratamento

multidisciplinar, entre eles a prescrição correta da terapia de compressão. Este método terapêutico alivia a sobrecarga venosa, previne o inchaço e favorece a mobilidade materna. No puerpério, o uso continuado sob recomendação médica auxilia o organismo a retomar o equilíbrio funcional.

Entre as diversas empresas especializadas neste tipo de terapia está a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, que desenvolve soluções médicas de alta performance com suporte técnico e conforto. As meias de compressão graduada desenvolvidas pela marca garantem respirabilidade e elasticidade, o que permite o ajuste às variações corporais ao longo dos trimestres com eficácia clínica e preservação da saúde a longo prazo.

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.

Fonte: 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.

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

Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A gestação representa um período de profundas transformações fisiológicas que exigem cuidado minucioso com vários aspectos da saúde, inclusive o sistema circulatório. Estudos da Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) e do Ministério da Saúde apontam que o corpo da mulher experimenta um aumento no volume plasmático de até 50% durante a gravidez. Esse fenômeno, necessário para o desenvolvimento fetal, sobrecarrega as veias dos membros inferiores, que enfrentam maior dificuldade para impulsionar o sangue de volta ao coração.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** destaca que essa condição, somada à ação hormonal da progesterona, amplia a predisposição ao surgimento de varizes e à insuficiência venosa. O quadro clínico, caso negligenciado, impacta a qualidade de vida da gestante e pode persistir no pós-parto, fase que exige monitoramento contínuo para a estabilização completa do organismo.

Principais sintomas e cuidados recomendados durante a gestação:

Adaptações de rotina: alternar o tempo em pé ou sentado e a inclusão de pausas para caminhadas podem melhorar o retorno do fluxo venoso.

Inchaços ao longo do dia: a percepção de inchaço vespertino e a sensação de peso nas pernas sinalizam a necessidade de atenção imediata com a circulação.

Sinais de alerta: a observação atenta quanto a alterações de coloração na pele ou desconforto agudo possibilita a rápida intervenção médica.

Postura e repouso: o hábito de elevar os membros inferiores ao deitar atua como um recurso complementar para o alívio da sobrecarga vascular.

Monitoramento especializado: a avaliação periódica com especialistas para o uso da compressão graduada auxilia a adaptação em cada fase da gestação.

A mitigação desses efeitos exige um tratamento multidisciplinar, entre eles a prescrição correta da terapia de compressão. Este método terapêutico alivia a sobrecarga venosa, previne o inchaço e favorece a mobilidade materna. No puerpério, o uso continuado sob recomendação médica auxilia o organismo a retomar o equilíbrio funcional.

Entre as diversas empresas especializadas neste tipo de terapia está a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, que desenvolve soluções médicas de alta performance com suporte técnico e conforto. As meias de compressão graduada desenvolvidas pela marca garantem respirabilidade e elasticidade, o que permite o ajuste às variações corporais ao longo dos trimestres com eficácia clínica e preservação da saúde a longo prazo.

200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

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.com.br](https://www.sigvarisgroup.com.br) nas redes sociais.

Sobre a SIGVARIS GROUP

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

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

Especialista esclarece o que a alimentação pode ter a ver com inchaço das pernas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Sensação de peso nas pernas após um dia mais corrido. Inchaço que piora no calor. Marcas da meia mais profundas no fim da noite. Desconforto que parece aumentar depois de certos alimentos.

Muita gente associa esses sintomas apenas ao cansaço ou à retenção de líquidos momentânea. Mas a alimentação pode, sim, influenciar diretamente o funcionamento da circulação e a intensidade dos sintomas venosos. Embora nenhum alimento “cause” ou “cure” varizes, alguns hábitos alimentares podem favorecer inflamação, retenção de líquidos e piora do desconforto nas pernas.

O que a alimentação tem a ver com a circulação?

A circulação venosa depende de vários fatores: funcionamento das veias, movimentação muscular, genética, hormônios e também do equilíbrio do organismo como um todo.

Segundo a Dra. Dafne Leiderman, médica e cirurgia

vascular formada pela USP, com doutorado pelo Hospital Israelita Albert Einstein e diretora da **SBACV** regional São Paulo, a alimentação influencia principalmente os sintomas associados à doença venosa: “Alguns padrões alimentares favorecem retenção de líquidos, processos inflamatórios e ganho de peso, fatores que podem aumentar sintomas como inchaço, sensação de peso e desconforto nas pernas.”

O excesso de sódio é um dos principais vilões

Alimentos ultraprocessados, embutidos, temperos industrializados, salgadinhos e refeições muito ricas em sódio favorecem retenção hídrica e isso pode intensificar o inchaço nas pernas.

Em pessoas que já possuem predisposição à insuficiência venosa, esse efeito tende a ser ainda mais perceptível. “Muitas pessoas relatam piora importante do inchaço após excesso de sal, especialmente em dias mais quentes ou após longos períodos sentadas”, explica a especialista.

Álcool e calor podem piorar os sintomas

Outro fator comum é o consumo excessivo de álcool. Bebidas alcoólicas favorecem vasodilatação, podendo aumentar a sensação de peso, desconforto e edema nas pernas.

As altas temperaturas também contribuem para dilatação das veias, o que ajuda a explicar por que muitas pessoas sentem piora dos sintomas no verão.

Peso corporal também influencia

O excesso de peso aumenta a pressão sobre o sistema venoso dos membros inferiores, dificultando o retorno do sangue ao coração. Isso não significa que pessoas magras não possam desenvolver doença venosa,

genética, gravidez e alterações hormonais também têm forte influência, mas o controle do peso ajuda a reduzir a sobrecarga da circulação.

Existem alimentos que ajudam?

Alguns hábitos alimentares podem auxiliar no controle dos sintomas e contribuir para melhor equilíbrio vascular:

Boa hidratação ao longo do dia

Alimentação menos rica em ultraprocessados

Consumo adequado de fibras

Frutas e vegetais frescos

Redução do excesso de sódio

No entanto, a Dra. Dafne faz um alerta importante: “Alimentação saudável ajuda no controle dos sintomas e na saúde como um todo, mas não substitui o tratamento das veias doentes quando existe insuficiência venosa.”

Quando o inchaço merece investigação?

Nem todo inchaço é apenas retenção de líquido. Quando os sintomas são frequentes, persistentes ou vêm acompanhados de dor, sensação de peso, queimação ou aparecimento de varizes e microvasos, é importante investigar a circulação. Em alguns casos, o problema pode estar relacionado à veia safena ou a alterações venosas mais profundas.

Algumas medidas podem ajudar no dia a dia:

Reduzir excesso de sal e ultraprocessados

Diminuir alimentos muito ricos em sódio ajuda a controlar retenção de líquidos.

Manter boa hidratação

Beber água regularmente auxilia no equilíbrio circulatório e na drenagem natural do organismo.

Evitar longos períodos sentada ou em pé

Pequenas pausas para caminhar ajudam a ativar a circulação.

Praticar atividade física regularmente

Movimentar a musculatura da panturrilha melhora o retorno venoso.

Procurar avaliação vascular se os sintomas persistirem

Dor, inchaço e sensação de peso frequentes não devem ser normalizados.

A avaliação com cirurgião vascular, associada ao ultrassom Doppler venoso quando indicado, permite identificar precocemente alterações na circulação e definir um tratamento adequado.

“Quanto mais cedo investigamos os sintomas, maiores são as chances de evitar a progressão da doença venosa e melhorar a qualidade de vida do paciente”, conclui a Dra. Dafne Leiderman.

Sobre a Dra. Dafne Leiderman

Médica e cirurgiã vascular formada pela USP, com doutorado pelo Hospital Israelita Albert Einstein. Diretora da **SBACV** regional São Paulo, é referência em São Paulo no tratamento moderno de varizes sem necessidade de internação hospitalar, tratamento a laser de microvasos e manejo clínico do lipedema sem cirurgia.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: luis fernando

Protocolos de saúde indicam a terapia de compressão como uma das estratégias de cuidado para o sistema circulatório durante o período gestacional e o pós-parto

Resumo em tópicos:

O aumento do volume sanguíneo e a pressão uterina durante a gravidez elevam o risco de problemas vasculares.

Esta fase também exige atenção contínua à circulação devido às alterações hormonais persistentes.

A integração da terapia de compressão ao pré-natal reduz o desconforto e previne complicações.

A gestação representa um período de profundas transformações fisiológicas que exigem cuidado minucioso com vários aspectos da saúde, inclusive o sistema circulatório. Estudos da Federação Brasileira

das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) e do Ministério da Saúde apontam que o corpo da mulher experimenta um aumento no volume plasmático de até 50% durante a gravidez. Esse fenômeno, necessário para o desenvolvimento fetal, sobrecarrega as veias dos membros inferiores, que enfrentam maior dificuldade para impulsionar o sangue de volta ao coração.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** destaca que essa condição, somada à ação hormonal da progesterona, amplia a predisposição ao surgimento de varizes e à insuficiência venosa. O quadro clínico, caso negligenciado, impacta a qualidade de vida da gestante e pode persistir no pós-parto, fase que exige monitoramento contínuo para a estabilização completa do organismo.

Principais sintomas e cuidados recomendados durante a gestação:

Adaptações de rotina: alternar o tempo em pé ou sentado e a inclusão de pausas para caminhadas podem melhorar o retorno do fluxo venoso.

Inchaços ao longo do dia: a percepção de inchaço vespertino e a sensação de peso nas pernas sinalizam a necessidade de atenção imediata com a circulação.

Sinais de alerta: a observação atenta quanto a alterações de coloração na pele ou desconforto agudo possibilita a rápida intervenção médica.

Postura e repouso: o hábito de elevar os membros inferiores ao deitar atua como um recurso complementar para o alívio da sobrecarga vascular.

Monitoramento especializado: a avaliação periódica com especialistas para o uso da compressão graduada auxilia a adaptação em cada fase da gestação.

A mitigação desses efeitos exige um tratamento multidisciplinar, entre eles a prescrição correta da terapia de compressão. Este método terapêutico alivia a sobrecarga venosa, previne o inchaço e favorece a mobilidade materna. No puerpério, o uso continuado sob recomendação médica auxilia o organismo a retomar o equilíbrio funcional.

Entre as diversas empresas especializadas neste tipo de terapia está a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, que desenvolve soluções médicas de alta performance com suporte técnico e conforto. As meias de compressão graduada desenvolvidas pela marca garantem respirabilidade e elasticidade, o que permite o ajuste às variações corporais ao longo dos trimestres com eficácia clínica e preservação da saúde a longo prazo.

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.

Outras informações

Site SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

YOUTUBE

Informações para a imprensa

CDI Comunicação

Diego Andrade -

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

Saúde vascular na gestação: a compressão graduada como pilar do pré-natal seguro

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Da Redação

Protocolos de saúde indicam a terapia de compressão como uma das estratégias de cuidado para o sistema circulatório durante o período gestacional e o pós-parto

Resumo em tópicos:

O aumento do volume sanguíneo e a pressão uterina durante a gravidez elevam o risco de problemas vasculares.

Esta fase também exige atenção contínua à circulação devido às alterações hormonais persistentes.

A integração da terapia de compressão ao pré-natal reduz o desconforto e previne complicações.

A gestação representa um período de profundas transformações fisiológicas que exigem cuidado minucioso com vários aspectos da saúde, inclusive o sistema circulatório. Estudos da Federação Brasileira

das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO) e do Ministério da Saúde apontam que o corpo da mulher experimenta um aumento no volume plasmático de até 50% durante a gravidez. Esse fenômeno, necessário para o desenvolvimento fetal, sobrecarrega as veias dos membros inferiores, que enfrentam maior dificuldade para impulsionar o sangue de volta ao coração.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** destaca que essa condição, somada à ação hormonal da progesterona, amplia a predisposição ao surgimento de varizes e à insuficiência venosa. O quadro clínico, caso negligenciado, impacta a qualidade de vida da gestante e pode persistir no pós-parto, fase que exige monitoramento contínuo para a estabilização completa do organismo.

Atenção! Saiba como distinguir uma simples pinta de algo mais grave

Principais sintomas e cuidados recomendados durante a gestação:

Adaptações de rotina: alternar o tempo em pé ou sentado e a inclusão de pausas para caminhadas podem melhorar o retorno do fluxo venoso.

Inchaços ao longo do dia: a percepção de inchaço vespertino e a sensação de peso nas pernas sinalizam a necessidade de atenção imediata com a circulação.

Sinais de alerta: a observação atenta quanto a alterações de coloração na pele ou desconforto agudo possibilita a rápida intervenção médica.

Postura e repouso: o hábito de elevar os membros inferiores ao deitar atua como um recurso complementar para o alívio da sobrecarga vascular.

Monitoramento especializado: a avaliação periódica com especialistas para o uso da compressão graduada auxilia a adaptação em cada fase da gestação.

A mitigação desses efeitos exige um tratamento multidisciplinar, entre eles a prescrição correta da terapia de compressão. Este método terapêutico alivia a sobrecarga venosa, previne o inchaço e favorece a mobilidade materna. No puerpério, o uso continuado sob recomendação médica auxilia o organismo a retomar o equilíbrio funcional.

Entre as diversas empresas especializadas neste tipo de terapia está a SIGVARIS GROUP, referência no tratamento de doenças circulatórias, que desenvolve soluções médicas de alta performance com suporte técnico e conforto. As meias de compressão graduada desenvolvidas pela marca garantem respirabilidade e elasticidade, o que permite o ajuste às variações corporais ao longo dos trimestres com eficácia clínica e preservação da saúde a longo prazo.

Crianças serão vacinadas por grupos e com autorização dos pais

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](https://www.instagram.com/sigvarisgroup) nas redes sociais.

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

AVC pode começar em silêncio: o risco escondido nas artérias do pescoço que muita gente ignora

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Mais de 85 mil brasileiros morreram por acidente vascular cerebral (AVC) só em 2025. O dado é do Ministério da Saúde e acende um alerta importante: em muitos casos, o problema começa bem antes, de forma silenciosa, nas artérias do pescoço.

Sim, você pode estar em risco sem saber.

As chamadas artérias carótidas são responsáveis por levar sangue ao cérebro. Quando elas sofrem alterações, como o acúmulo de gordura nas paredes, o fluxo pode ser comprometido e abrir caminho para um AVC, muitas vezes sem dar sinais claros. Segundo o cirurgião vascular Dr. Edwaldo Joviliano, presidente da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o grande perigo está justamente aí. A doença carotídea costuma evoluir sem sintomas. Em muitos casos, o paciente só descobre quando já apresenta sinais neurológicos ou até depois de um AVC.

Entre os quadros mais comuns está a estenose carotídea, um estreitamento das artérias causado por

placas de gordura. Esse processo pode reduzir a passagem do sangue ou formar coágulos que se deslocam até o cérebro. É assim que acontece o AVC isquêmico, responsável por cerca de 80% a 85% dos casos.

E os fatores de risco são conhecidos, mas continuam presentes na rotina de muita gente. Pressão alta, diabetes, colesterol elevado, tabagismo, obesidade e sedentarismo seguem como os principais vilões. O envelhecimento também pesa, mas especialistas alertam que o problema tem aparecido cada vez mais cedo.

Outro ponto que chama atenção é que nem sempre o tamanho da obstrução é o que mais importa. Algumas placas são mais instáveis, inflamadas e com maior chance de se romper, aumentando o risco de formação de coágulos e, conseqüentemente, de um AVC. A boa notícia é que a medicina avançou. Hoje, exames como o ultrassom Doppler conseguem identificar alterações com mais precisão. Além disso, tratamentos menos invasivos, como técnicas endovasculares, permitem uma recuperação mais rápida e segura.

Mesmo assim, o maior desafio ainda é descobrir a doença antes que ela se manifeste. Como o problema pode ficar anos sem sintomas, muitos pacientes só procuram ajuda quando surgem sinais como fraqueza em um lado do corpo, dificuldade para falar ou episódios rápidos de perda de força e visão.

E aí, muitas vezes, já é tarde.

A recomendação dos especialistas é clara: cuidar da saúde vascular precisa entrar na rotina. Controlar pressão, diabetes e colesterol, evitar o cigarro, manter uma alimentação equilibrada e fazer acompanhamento médico regular pode ser o que separa um susto de um AVC.

Texto por: Dr. Edwaldo Joviliano

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV