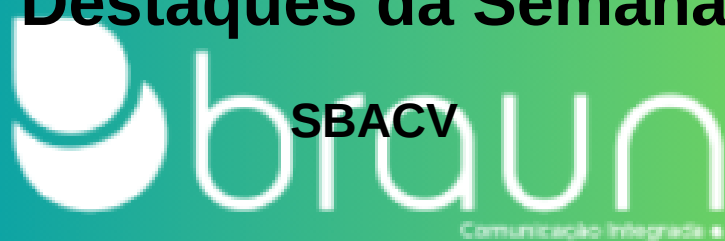


Destaques da Semana

SBACV



Correio Do Triângulo Minas Gerais (Noticias - 05/22/2026) Flávio não desiste, mas Michelle é plano B	6
Diário de Maringá Paraná (Noticias - 05/22/2026) Flávio ou Michelle	8
Estado de Minas online Minas Gerais (Noticias - 05/22/2026) Flávio ou Michelle	10
Jornal Correio de Uberlândia Minas Gerais (Noticias - 05/22/2026) Flávio não desiste, mas Michelle é plano B	12
Jornal de Uberaba Minas Gerais (Noticias - 05/22/2026) Flávio não desiste, mas Michelle é plano B	14
Tribuna de Minas Minas Gerais (Noticias - 05/22/2026) Flávio ou Michelle	16
Tribuna Hoje Alagoas (Noticias - 05/22/2026) Flávio ou Michelle	18
Jornal Monitor Mercantil Rio de Janeiro (Fatos &Comentários - 05/28/2026) Rápidas	20
Amapá Digital Amapá (Noticias - 05/27/2026) Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica	21
Bebedouro News São Paulo (Noticias - 05/28/2026) Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...	23
Bons Fluídos São Paulo (Noticias - 05/22/2026) Final de semana de Virada Cultural! 10 dicas para curtir sem prejudicar a saúde	25
Brazil Health São Paulo (Noticias - 05/28/2026) Varizes: quando a perna pesada pode indicar problema de circulação	30
Caras Online Nacional (Noticias - 05/27/2026) Lesão de craque da Seleção acende alerta e especialista explica risco que exige cautela	32
Correio 24 Horas Bahia (Noticias - 05/26/2026) Quando a atividade física é a vilã: cirurgiã vascular revela como o exercício sem orientação pode ser um risco para a circulação	34
Cremerj Rio de Janeiro (Noticias - 05/22/2026)	

CREMERJ participa do Congresso Internacional de Cirurgia Vascular, Angiologia e Novas Tecnologias	36
Dez Minutos Goiás (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	37
Dr. Drauzio Varella São Paulo (Noticias - 05/25/2026)	
Embolia pulmonar exige atendimento imediato; conheça os fatores de risco	39
Empreender BRASÍLIA Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	41
FOCO NACIONAL/BRASÍLIA Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	43
Gazeta da Semana São Paulo (Noticias - 05/26/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...	45
Inforbios São Paulo (Noticias - 05/28/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...	47
ISSO É BRASIL/BRASÍLIA Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	49
Isso é Brasília Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	51
Jornal do Belém São Paulo (Noticias - 05/26/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina	53
Jornal do Belém São Paulo (Noticias - 05/28/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.	55
Jornal do Brás São Paulo (Noticias - 05/26/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina	57
Jornal do Brás São Paulo (Noticias - 05/28/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.	59

Monitor Mercantil Online Rio de Janeiro (Noticias - 05/27/2026)	
Contribuições sobre a folha: quem está devendo	61
Ousados Moda São Paulo (Noticias - 05/27/2026)	
Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica	63
Pedro Ribeiro Paraná (Noticias - 05/28/2026)	
Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica	65
Pelo Mundo DF Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	67
Portal Metrôpoles Online Distrito Federal (Noticias - 05/29/2026)	
Médico vascular aponta os riscos de tratamentos estéticos para varizes	69
Portal Splish Splash São Paulo (Noticias - 05/24/2026)	
Inchaço nas pernas e pés: 7 causas a conhecer	71
Portal Tela São Paulo (Noticias - 05/28/2026)	
Médico vascular aponta riscos de tratamentos estéticos para varizes	73
Rádio Inovação Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)	
'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência	75
Revista Kdea 360 Rio de Janeiro (Noticias - 05/28/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.	77
RSVP São Paulo (Noticias - 05/25/2026)	
Dor nas pernas ao caminhar pode ser sinal de doença arterial periférica	79
Sala da Notícia São Paulo (Noticias - 05/28/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...	81
Sala da Notícia São Paulo (Noticias - 05/26/2026)	
Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...	83
São Bento em Foco Paraíba (Noticias - 05/27/2026)	
Riscos do pé diabético e as estratégias essenciais para evitar amputações graves	85

Terra | Nacional (Noticias - 05/22/2026)

Final de semana de Virada Cultural! 10 dicas para curtir sem prejudicar a saúde 87

Tony Show | Paraíba (Noticias - 05/29/2026)

Médico vascular aponta os riscos de tratamentos estéticos para varizes 92

Tribuna do Entorno | Goiás (Noticias - 05/25/2026)

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência 94

TV Inovação | Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência 96

Vanity Brasil | São Paulo (Noticias - 05/26/2026)

Yasmin Brunet revela desafios do lipedema e traz à tona debate sobre a doença 98

Viva Brasília | Distrito Federal (Noticias - 05/25/2026)

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência 100

Voz do Bairro | São Paulo (Noticias - 05/26/2026)

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina 102

Voz do Bairro | São Paulo (Noticias - 05/28/2026)

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina. 104

Andsantos | Rio de Janeiro (Noticias - 05/27/2026)

Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica 106

Blog do Paulo Melo | Goiás (Noticias - 05/25/2026)

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência 108

Flávio não desiste, mas Michelle é plano B

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via

coiotes mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O

presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #SBACV lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone. #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). #Rodenstock Brasil lançou plataforma Exclusive.

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio ou Michelle

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Colunistas, Notícias

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná

Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via coiotes mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefão do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas

autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #SBACV lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone. #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). #Rodenstock Brasil lançou plataforma Exclusive.

Leandro Mazzini

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

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio ou Michelle

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Fique por dentro das notícias que importam para você!

SIGA O ESTADO DE MINAS NO SIGA O EM NO

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com

folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via coites mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se "perdiam" na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #SBACV lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). #Rodenstock Brasil lançou plataforma Exclusive.

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

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

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio não desiste, mas Michelle é plano B

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via

coiotes mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O

presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. **#SBACV** lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone. #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). **#Rodenstock** Brasil lançou plataforma Exclusive.

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio não desiste, mas Michelle é plano B

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via

coiotes mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O

presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

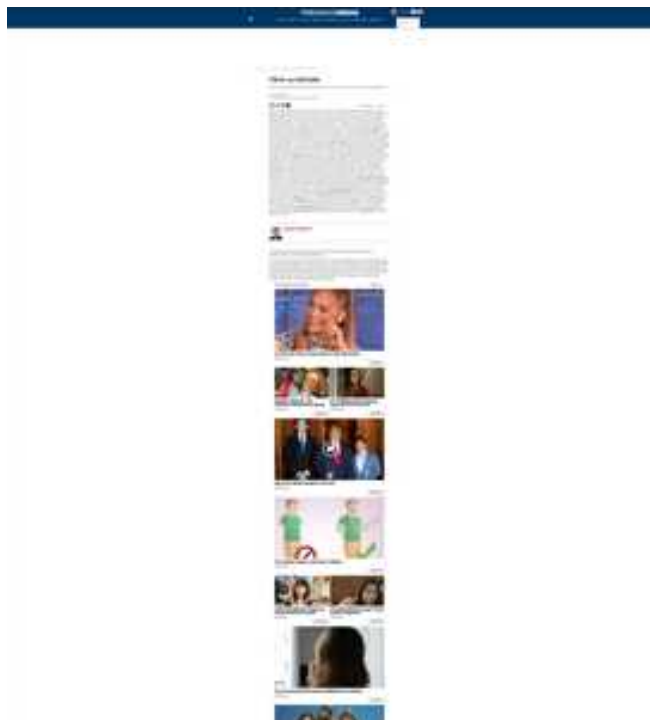
ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #SBACV lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone. #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). #Rodenstock Brasil lançou plataforma Exclusive.

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio ou Michelle

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Leandro Mazzini

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla. Sem abalosO governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via coites mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-

governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea. Central da volúpiaA Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix. Inteligência x crimeO show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso. Que coincidênciaO advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ. Supermercados & PoderVejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio. ESPLANADEIRA#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito “Garantia de Sucesso”. #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #SBACV lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75

vagas de emprego para tecnologia e vendas no País;
Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta
em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone
#Matrix Energia lidera ranking de desempenho
operacional em energia solar com usina Grande Sertão
II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este
sábado (23). #**Rodenstock** Brasil lançou plataforma
Exclusive.

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock -
Rodenstock, SBACV - SBACV

Flávio ou Michelle

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Quem o conhece de perto e com ele convive há anos, crava que o senador Flávio Bolsonaro (PL) está seguro das pancadas que pode levar até outubro, e garante que nada vai tirá-lo da campanha a não ser um pedido do Capitão, em prisão domiciliar. Ocorre que as mesmas línguas do PL contam que, agora, a prerrogativa do nome da candidatura presidencial passou de Jair Bolsonaro para o cacique Valdemar da Costa Neto. Caso não apareça mais nenhuma surpresa contra o filho 01 - envolvendo em especial Daniel Vercaro -, a despeito dos eventuais índices negativos, há chances de ele continuar no páreo contra o presidente Lula da Silva. Porém, o plano B está traçado: entraria Michelle Bolsonaro (PL), com maior apelo popular do que Tereza Cristina (PP-MS), nome ventilado na sigla.

Sem abalos

O governador de Goiás, Daniel Vilela (MDB), lidera com folga as pesquisas de intenções de voto pela reeleição ao Palácio das Esmeraldas, segundo a Paraná Pesquisas, mesmo com a prisão da sua sogra pela Polícia Federal por esquema de envio de brasileiros via

coiotes mexicanos aos EUA. Na estimulada, Vilela tem 41,2%, contra 23,3% do ex-governador Marconi Perillo (PSDB) - e 13,2% x 4,4% na espontânea.

Central da volúpia

A Polícia Civil de São Paulo, sob comando do delegado Artur Dian, desbaratou uma quadrilha de malandros ontem que usavam fotos de autoridades (até policiais) para extorquir homens que se “perdiam” na volúpia em mensagens de lindas mulheres criadas por IA, enviadas por whatsapp. Todos eram detentos encarcerados. O pior é que muitos caíram no golpe, houve pagamentos de R\$ 5 mil a até R\$ 200 mil em Pix.

Inteligência x crime

O show de serviço que a inteligência da Polícia Civil e do MP deram no caso da prisão da influencer Deolane Bezerra, acusada de lavar dinheiro para o PCC: quando houve informes de troca de mensagens entre o capo Marcola no presídio e seus emissários, instalaram telas minúsculas no esgoto da cela do chefe do PCC e conseguiram recuperar os bilhetes inteiros sobre as orientações do processo criminoso.

Que coincidência

O advogado do Banco Master Eugênio Kruschewsky saiu do home-office. Ganhou contornos curiosos o caso do divórcio milionário de Lucas Abud e da dona da maior escola de ballet da Bahia, Fabiana Gordilho - que Eugênio defende. Um dos inúmeros recursos da ação que havia sido retirado da pauta na próxima segunda (25) foi reintroduzido no sistema após Kruschewsky e a sócia Ana Patrícia Leão visitarem o TJ.

Supermercados & Poder

Vejam o poder do setor supermercadista. Variadas autoridades dos três Poderes passaram pelo APAS Show, sob comando de Erlon Ortega, em São Paulo. O

presidenciável Ronaldo Caiado defendeu a flexibilização da carga horária trabalhista - sem entrar na PEC do fim da jornada 6 x 1. Anteontem, a candidata ao Senado Simone Tebet passou pela feira e lembrou o peso do setor (10% do PIB) junto ao agronegócio.

ESPLANADEIRA

#99 inaugurou hub para motociclistas e ciclistas no Shopping Conjunto Nacional, no DF. #Super Bonder lança campanha inspirada no futebol com conceito "Garantia de Sucesso". #Microlins lança livro com histórias de 10 franqueados de sucesso da rede. #**SBACV** lançou plataforma Saber Vascular. #Embracon abre vagas em GO, MG, PR, RN e SP. #SumUp tem 75 vagas de emprego para tecnologia e vendas no País; Inf: tinyurl.com/mwdayy5m. #Copa do Mundo aumenta em 1,3% as vendas de vestuário em abril, aponta Stone. #Matrix Energia lidera ranking de desempenho operacional em energia solar com usina Grande Sertão II. #Vinícola Brasília participa da AgroBrasília até este sábado (23). #**Rodenstock** Brasil lançou plataforma Exclusive. #**SBACV** lançou plataforma Saber Vascular.

Tags:

coluna esplanada

leandro mazzini

tribuna hoje

Assuntos e Palavras-Chave: Rodenstock - Rodenstock, SBACV - SBACV

Rápidas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Fiocruz e Agência Internacional de Pesquisa em Câncer (IARC), ligada à OMS, anunciaram em Lyon, França, parceria para cooperação no cuidado oncológico envolvendo pesquisa, ensino, desenvolvimento tecnológico, comunicação e formulação de políticas *** A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** iniciou mobilização do projeto “Brasil Sem Varizes”, mutirão nacional que pretende realizar, em 15 de agosto, a maior ação de tratamento de varizes já promovida no país. Cerca de 50 hospitais e clínicas já aderiram *** A Enel Rio está com mais de 530 vagas abertas para eletricitas em toda a sua área de concessão *** Helena Levorato, fundadora da Sociedade Brasileira de Inovação (SBL), participa do Ladies Summit em Porto Alegre, dia 30, 15h, com a palestra “Inovação 360: criatividade, adaptação e inteligência para um novo mundo”.

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

Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Início / Tabagismo / Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) aproveita a campanha do Dia Mundial Sem Tabaco (31 de maio) para fazer um alerta que vai além das doenças respiratórias. De acordo com o cirurgião vascular e presidente da **SBACV-SP**, Prof. Dr. Antonio Eduardo Zerati, o cigarro compromete diretamente a circulação sanguínea e acelera o desenvolvimento de doenças que estreitam e obstruem as artérias, o que faz reduzir a passagem de sangue para diferentes regiões do organismo.

O especialista afirma que esse processo pode desencadear complicações graves, como infarto do coração, acidente vascular cerebral (AVC) e gangrena nos membros inferiores. A redução progressiva do fluxo sanguíneo nas pernas está entre os efeitos mais preocupantes. Nos estágios iniciais, a manifestação se

dá pela claudicação intermitente, como dor na panturrilha que aparece somente ao caminhar e que cessa com o repouso. No entanto, com o agravamento do quadro, a dor persiste mesmo em estado de descanso, facilitando o surgimento de lesões e infecções que elevam o risco de amputação.

“A causa mais comum de doenças circulatórias arteriais é a aterosclerose, um processo inflamatório que acomete a parede das artérias e leva à formação de placas de gordura que diminuem o espaço por onde o sangue circula, podendo fechar completamente o vaso. E quando a circulação diminui ou é interrompida por completo, o órgão ou tecido nutrido por essa artéria sofre um comprometimento. Os principais fatores associados à aterosclerose são o avançar da idade, a pressão alta, o diabetes, alterações do colesterol e triglicérides, além do cigarro”, explica Dr. Zerati.

O problema ainda pode se potencializar com dois dos componentes mais prejudiciais contidos na fumaça do tabaco: a nicotina, que contrai os vasos e eleva a pressão arterial; e o monóxido de carbono, que reduz a oxigenação sanguínea e favorece a ocorrência de trombose. Devido à alta concentração de substâncias tóxicas na fumaça, o perigo se torna coletivo, pois também agride o sistema vascular de pessoas que convivem com o tabaco, os chamados fumantes passivos.

Dr. Zerati ressalta que o uso de dispositivos eletrônicos, frequentemente vistos como alternativas menos nocivas, é outro ponto de preocupação. O médico adverte que esses produtos mantêm a presença de nicotina e substâncias tóxicas capazes de precipitar eventos cardiovasculares, especialmente em pacientes com histórico cardíaco. Além disso, o tabagismo pode reduzir de maneira grave o fluxo sanguíneo para as pernas, provocando feridas extremamente dolorosas e que não cicatrizam e, em casos mais graves, gangrena.

A boa notícia, segundo o especialista, é que nunca é tarde para parar de fumar. Os benefícios da cessação acontecem para todo o corpo, já que a pressão arterial responde positivamente em pouco tempo e, com a abstinência contínua, o organismo reduz significativamente a vulnerabilidade a doenças vasculares e oncológicas.

O cirurgião vascular reforça a importância da avaliação médica para os fumantes tanto para a prevenção de doenças cardiovasculares como para auxílio na interrupção do hábito de fumar. Ele também recomenda a prática de atividades físicas regulares aliada a uma dieta equilibrada para preservar a saúde vascular.

Sobre a **SBACV-SP**

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

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

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

[Link original](#)



Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem

sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Final de semana de Virada Cultural! 10 dicas para curtir sem prejudicar a saúde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A Virada Cultural 2026 acontece neste sábado (23) e domingo (24), em São Paulo, com centenas de shows gratuitos espalhados pela cidade. Gaby Amarantos, Marina Sena, Seu Jorge, Péricles, Luísa Sonza, Ebony, Urias, Thiaguinho e Joelma são destaques na programação, que ainda inclui eventos de música eletrônica, peças de teatro, espetáculos de dança, exibições de cinema e muito mais.

Para encarar a maratona de shows e atividades culturais, enfrentando deslocamentos constantes e inconvenientes (como cansaço, sede e fome), convidamos médicos para dar dicas do que fazer antes, durante e depois do evento para evitar problemas.

Dicas essenciais para aproveitar o evento 1. Descanse bem na véspera

Dormir bem garante energia, bom humor, segurança e boas lembranças, além de preparar o corpo para a maratona cultural. Também tome cuidado com a alimentação, evitando comidas mais gordurosas e

também dietas muito restritivas. Lembre-se que o seu corpo precisa de nutrientes para enfrentar o evento.

“Antes, preferencialmente, não pule nenhuma das grandes refeições, pois isso faz com que a rotina se perca. Um café da manhã reforçado, com frutas, ovos ou iogurte, cereais, aveia etc., vai ajudar a aguentar o evento”, explica a médica nutróloga Dra. Marcella Garcez. Na alimentação pré-virada, não esqueça de consumir bons carboidratos, de preferência os integrais, pois seu corpo precisará de muita energia.

2. Prepare-se antes

As apresentações e atividades da Virada Cultural estão espalhadas por toda a cidade, o que exige longos deslocamentos e muito tempo caminhando. “E como nem todos estão com preparo físico adequado para essa maratona, problemas como câimbras e dores musculares, principalmente nas pernas e nos pés, são comuns. Dessa forma, é importante que você escolha sapatos adequados e confortáveis para encarar o dia e não se esqueça de realizar um bom alongamento antes de sair de casa”, destaca a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita

“Uma dica importante é procurar fazer alongamentos, em casa, antes de ir ao evento. Alongamentos básicos dos músculos da perna e da panturrilha já ajudam. Se possível, em alguns momentos durante o evento, também repita os movimentos”, explica o ortopedista Dr. Marcos Cortelazo.

Outra dica é com relação ao calçado. “Para quem vai passar muitas horas em pé, é recomendável o uso de calçados confortáveis, mas que tenham um solado com uma espessura mais ou menos de dois centímetros. Ou seja, não utilizar rasteirinha, sapatos ou sapatilhas que não tenham solado, porque isso dá muito problema, não tanto no joelho, mas em relação ao pé (fascite plantar e

dor). E também não usar saltos muito altos, pois eles sobrecarregam muito a parte anterior do joelho, o que também causa dor. Então, para mulher, o solado tipo anabela ou mesmo os tênis de caminhada e corrida, que também são indicados para homens”, acrescenta o doutor.

3. Leve apenas o essencial

Você vai passar horas em pé, não vai? A sobrecarga na coluna e nas articulações vai piorar ainda mais a sua situação. “Use carteiras de cintura ou mochilas que distribuam o peso de forma igual pelas costas, evitando assim dores e desconfortos”, diz a Dra. Aline. Na mochila, lembre-se de levar os alimentos leves: “O segredo é se programar antes e comprar snacks saudáveis, barrinhas proteicas, castanhas, frutas frescas ou secas e lanches naturais para levar durante o percurso, garantindo lanches leves e saudáveis, com o bônus de gastar menos dinheiro”, afirma a Dra. Marcella.

4. Não fique sem comer

Durante a maratona de apresentações, é importante tomar cuidado para não pular refeições. Isso aumenta o risco de hipoglicemia, potencializa os efeitos do álcool e favorece tontura, fraqueza e desidratação - especialmente em dias quentes e de maior gasto energético. E pessoas em uso de agonistas de GLP-1, como semaglutida ou tirzepatida, devem ter atenção redobrada. “Esses medicamentos reduzem o apetite e retardam o esvaziamento gástrico, o que aumenta o risco de náuseas, baixa ingestão alimentar e desidratação durante o festival”, diz a Dra. Marcella Garcez.

“As pessoas que fazem uso das canetas também tendem a ter menos sede, bebem menos líquido, além de ficarem mais sensíveis ao consumo de álcool”, alerta a ginecologista Dra. Patricia Magier. Ela recomenda que, nesses casos, a pessoa procure se hidratar e se alimentar bem para o álcool não causar efeitos colaterais, principalmente de agressão hepática, por

conta da metabolização que é feita pelo fígado.

5. Hidrate-se e evite a bebedeira

Durante o evento, é fundamental que você tome cuidado com a desidratação e consuma bastante água, mesmo com o tempo mais nublado. “Não esqueça de beber água. Ande sempre com sua garrafinha de água, lembre-se de levar frutas como maçã, pera e melão, pois elas ajudam na hidratação do corpo. E tome muito cuidado com o consumo excessivo de álcool. Além da desidratação, outro fator importante causado pelo álcool é a sobrecarga do rim. O etanol atrapalha a função do hormônio antidiurético, que garante que o corpo não perca muita água, fazendo com que o rim deixe de concentrar a urina, perdendo mais água que o habitual”, explica a endocrinologista, Dra. Deborah Beranger.

6. Proteja sua pele

Mesmo em dias nublados, é fundamental proteger a pele contra a radiação solar durante eventos ao ar livre. “As nuvens absorvem por volta de 10% da radiação ultravioleta. Ou seja, apesar do dia não estar ensolarado, ele tem praticamente a mesma intensidade de radiação ultravioleta que um dia mega ensolarado”, diz a dermatologista Dra. Paola Pomerantzeff.

“O ideal é procurar um protetor solar com FPS 30 ou maior e veículo compatível com o seu tipo de pele. E é importante reaplicar o protetor solar durante o dia para garantir que funcione de maneira realmente eficaz, pois o produto é gradualmente quebrado pela ação dos raios ultravioleta, tornando-se menos efetivo com o passar do tempo. A regra geral é que, para garantir máxima eficácia, o protetor solar deve ser reaplicado a cada duas horas”, acrescenta a médica.

7. Cuidados para quem tem enxaqueca

Para quem sofre de enxaqueca, fatores como alterações no padrão do sono, ingestão excessiva de cafeína ou álcool e até a desidratação podem favorecer crises, segundo o Dr. Tiago de Paula. “A alimentação

também, principalmente alimentos que deixam o cérebro mais acelerado, como café, chocolate, energéticos e termogênicos. Além disso, o ideal é evitar fast-foods, frituras e alimentos gordurosos”, detalha.

O neurologista explica que o cérebro de quem sofre com enxaqueca já apresenta uma tendência maior a reagir de forma intensa a estímulos sensoriais, como luzes fortes, ruídos ou variações hormonais. “Fatores cronicadores, como a cafeína, ampliam essa reatividade, modificando circuitos cerebrais relacionados à dor e dificultando o retorno ao padrão normal”, diz o médico. Quanto ao álcool, vale ressaltar que ele não causa a doença: “Da mesma forma que outros fatores desencadeantes (estresse, jejum, alterações hormonais, certos alimentos), bebidas alcoólicas não provocam a doença do zero, apenas ativam o processo em cérebros suscetíveis”, diz o especialista.

Para curtir os shows sem abrir espaços para as crises de dor intensa, a doença precisa ser tratada e estar controlada. “Quanto melhor está o tratamento e o controle da enxaqueca, menos relevantes esses gatilhos se tornam. O objetivo do tratamento é permitir que a pessoa viva normalmente, sem precisar ter medo constante de comer determinado alimento ou tomar uma taça de vinho”, acrescenta.

8. Tente não permanecer muito tempo parado

Se você prefere ficar em apenas um palco para ver seu cantor favorito de perto, é importante cuidar dos desconfortos causados pelo longo tempo parado. “É importante que você faça pausas para se sentar e levantar os pés, aliviando o peso dos membros inferiores”, recomenda a Dra. Aline Lamaita.

Essa também é uma recomendação para proteger as articulações: “Se ficou muito tempo em pé, procure sentar, dobrar o joelho, mudar a posição. Porque muito tempo sentado, ou muito tempo em pé, sempre vai gerar uma sobrecarga para o joelho e são situações de desconforto. E, eventualmente, também evite pular muito durante os shows, pois isso pode gerar uma

sobrecarga aguda do joelho e gerar dor”, explica o Dr. Marcos Cortelazo.

9. Cuide da pele imediatamente ao chegar em casa

Os cuidados não param após o fim da Virada. Ao chegar em casa, é importante que você invista em uma poderosa rotina skincare capaz de remover sujidades acumuladas na pele (e o fotoprotetor) e tratar os danos que o tecido pode ter sofrido durante o dia. “O uso correto de produtos dermatológicos, com orientação médica, pode prevenir doenças, aliviar desconfortos e melhorar significativamente o bem-estar”, diz a dermatologista Dra. Glauce Eiko.

“A limpeza deve ser gentil, sem excesso de detergentes ou o hábito de ‘esfregar’ demais a pele, o que pode causar microlesões. Em seguida, é importante hidratar. Além de melhorar o aspecto da pele, ajuda a manter a integridade da barreira cutânea, prevenindo ressecamento e irritações. Uma pele bem hidratada responde melhor a agressões externas e tem menor risco de inflamar”, detalha a médica.

10. Se as pernas e pés ficarem inchados

Neste caso, a Dra. Aline Lamaita recomenda que se durma com as pernas elevadas, colocando um travesseiro sob elas, e realize compressas frias no final do dia. “É importante nunca esquentar os pés ou realizar qualquer tipo de compressa quente. Elas podem causar dilatação dos vasos sanguíneos e agravar o quadro”, completa.

Sobre os especialistas Dra. Paola Pomerantzeff (CRM 115941 | RQE 29608)

Dermatologista e membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica (SBCD). Possui mais de 10 anos de atuação em Dermatologia Clínica. Graduada em Medicina pela Faculdade de Medicina Santo Amaro, a médica é especialista em Dermatologia pela Associação Médica Brasileira e pela Sociedade Brasileira de

Dermatologia.

Dra. Glauce Eiko (CRM-SP: 137527 | RQE: 73365)

Dermatologista, membro titular da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica (SBCD). Graduada em Medicina pela Universidade de Gurupi, possui pós-graduação em Cirurgia Dermatológica pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatologia e Oncologia Dermatológica pelo Hospital Sírio Libanês, além de especializações em Saúde Pública, Vigilância Sanitária e Epidemiológica. Também é graduada em Farmácia.

Dra. Marcella Garcez (CRM-PR 12559 | RQE 16019)

Médica nutróloga, Mestre em Ciências da Saúde pela Escola de Medicina da PUCPR, Diretora da Associação Brasileira de Nutrologia e Docente do Curso Nacional de Nutrologia da ABRAN. É membro da Câmara Técnica de Nutrologia do Conselho Federal de Medicina (CFM), Coordenadora da Liga Acadêmica de Nutrologia do Paraná e Pesquisadora em Suplementos Alimentares no Serviço de Nutrologia do Hospital do Servidor Público de São Paulo. Além disso, é membro da Sociedade Brasileira de Medicina Estética e da Sociedade Brasileira para o Estudo do Envelhecimento.

Dra. Deborah Beranger (CRM 52753912)

Endocrinologista, com pós-graduação em Endocrinologia e Metabologia pela Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro (SCMRJ) e pós-graduação em Terapia Intensiva na Faculdade Redentor/AMIB. Com cursos de extensão em Obesidade, Transtornos Alimentares e Transgêneros pela Harvard Medical School, a médica tem MBAs de Saúde e Qualidade de Vida, de Marketing e Branding Médico e de Mindset, todos pela Fundação Getúlio Vargas (FGV), e curso de Obesidade e de imersão em Medicina Culinária pela Universidade de Campinas (UNICAMP).

Dra. Aline Lamaita (CRM-SP 101355 | RQE 26557)

Cirurgiã vascular em São Paulo, Mestre em Ciências pela Santa Casa de Misericórdia de São Paulo. Com atuação focada em tratamentos modernos e minimamente invasivos de varizes, a médica tem título de especialista em Cirurgia Vascular e é membro de sociedades nacionais (como a Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular - **SBACV**) e internacionais na área de flebologia.

Dr. Marcos Cortelazo (CRM 76316 | RQE 115980)

Ortopedista especialista em joelho e traumatologia esportiva do Hospital Albert Einstein. Graduado em medicina e pós-graduado em ortopedia e traumatologia pela Escola Paulista de Medicina/Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), é membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT), da Sociedade Latino-americana de Artroscopia, Joelho e Esporte (SLARD), da Sociedade Internacional de Artroscopia, Cirurgia do Joelho e Medicina do Esporte (ISAKOS) e sócio efetivo da Sociedade Brasileira de Cirurgia do Joelho e da Sociedade Brasileira de Artroscopia.

Dr. Tiago de Paula (CRMSP 168999 | RQE 18111)

Médico neurologista especialista em Cefaleia pela Escola Paulista de Medicina (EPM/UNIFESP), membro da International Headache Society (IHS) e da Sociedade Brasileira de Cefaleia (SBC). Tem especialização em Neurocefaleia pela EPM/UNIFESP, onde também realizou a graduação em Medicina e a residência médica em Neurologia. Atuou como preceptor dos ambulatórios de enxaqueca infantil, enxaqueca do adulto e migrânea vestibular da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e atualmente integra o corpo clínico do Headache Center Brasil, em São Paulo (SP).

Dra. Patricia Magier (CRM-RJ 54925-6 | RQE 34538)

Ginecologista formada pela Universidade Federal Fluminense (UFF), com residência médica pelo IASERJ e pós-graduação pela Universidade do Rio de Janeiro -

UNIRIO, e Título de Especialista em Ginecologia e Obstetrícia - TEGO; também possui especialização em Medicina Integrativa e Funcional. Criadora do Método Plena para cuidado da mulher de forma completa, profunda e individualizada.

*Fonte: Holding Comunicação

“Shakira lança música oficial da Copa do Mundo 2026; confira”

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Varizes: quando a perna pesada pode indicar problema de circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A sensação de pernas cansadas no fim do dia, o inchaço nos tornozelos e os “vasinhos” aparentes não devem ser encarados apenas como desconfortos da rotina. Esses sinais podem indicar insuficiência venosa crônica, condição em que as veias das pernas têm dificuldade de levar o sangue de volta ao coração e que tende a progredir sem acompanhamento.

Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, 38% dos adultos no Brasil convivem com algum grau de varizes. Entre as mulheres, a frequência é maior, influenciada por fatores hormonais, gestação, uso de anticoncepcionais e histórico familiar.

“A doença atinge veias das pernas que perdem a capacidade de bombear o sangue de volta ao coração. Em vez de subir, o sangue represa”, afirma a cirurgiã vascular Haila Almeida. De acordo com ela, o quadro pode começar com pequenos vasos superficiais e evoluir para varizes mais calibrosas, acompanhadas de dor, sensação de peso, coceira e edema que piora ao longo do dia.

Por que adiar a consulta pode piorar o quadro

A especialista diz que é comum a paciente procurar ajuda apenas quando os sintomas já se tornaram persistentes. “Elas convivem com dor por anos. Normalizam o inchaço. Achem que é consequência inevitável da rotina. Mas não é”, relata.

Sem tratamento, a pressão dentro das veias aumenta e as válvulas venosas passam a falhar, o que favorece o acúmulo de líquido e alterações na pele. “A pele ao redor do tornozelo escurece, engrossa, coça. Pequenos traumas viram feridas de difícil cicatrização”, explica Almeida. Em situações mais graves, pode haver trombose venosa superficial, com risco de evolução para quadros profundos e embolia pulmonar, segundo a médica.

O que ajuda na prevenção e no alívio dos sintomas

Uma das medidas mais citadas por especialistas é manter a musculatura da panturrilha ativa, já que ela atua como uma “bomba” para impulsionar o sangue. “Cada passo contrai essa musculatura e empurra o sangue para cima. Por isso, o sedentarismo é um dos maiores inimigos das veias”, diz Almeida.

A médica recomenda caminhadas diárias de cerca de 30 minutos e períodos de elevação das pernas acima do nível do coração por 15 a 20 minutos, duas vezes ao dia. Ela também orienta atenção à hidratação, redução do excesso de sal e evitar permanecer longos períodos com as pernas cruzadas, o que pode dificultar o fluxo venoso.

Tratamentos atuais tendem a ser menos invasivos

Quando há necessidade de intervenção, a abordagem varia conforme o tipo e o calibre das veias afetadas. Para vasinhos, a escleroterapia (com líquido ou espuma) segue entre as técnicas mais usadas. Para veias maiores com refluxo, procedimentos

endovenosos, como laser ou radiofrequência, podem selar a veia por dentro, com pequena punção na pele e retorno mais rápido às atividades.

Para a especialista, o ponto central é não reduzir varizes a uma questão estética. “A mãe que ignora a dor nas pernas não está sendo forte. Está adiando um problema que vai exigir mais tempo, mais dinheiro e mais sofrimento no futuro”, afirma. O diagnóstico costuma ser feito com avaliação clínica e exame de Doppler, que ajuda a mapear o funcionamento do fluxo nas veias.

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

Lesão de craque da Seleção acende alerta e especialista explica risco que exige cautela

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Neymar se apresentou à Granja Comary nessa quarta-feira, 27 de maio, para realizar novos exames médicos após ser diagnosticado com um edema na panturrilha direita. A situação física do atacante vem sendo acompanhada com cautela pela Confederação Brasileira de Futebol (CBF). O jogador sofreu uma lesão leve na panturrilha durante confronto contra o Coritiba, pelo Campeonato Brasileiro. Desde então, passou por tratamento e controle de carga física.

Médica explica quando edema muscular exige atenção vascular

Em entrevista à CARAS Brasil, a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita explicou que um edema na região da panturrilha pode estar ligado apenas a uma inflamação muscular causada por esforço físico, algo frequente em atletas de alta performance, mas também exige atenção para possíveis alterações vasculares.

“Pode ser apenas um edema muscular relacionado a sobrecarga ou lesão, algo bastante comum em atletas

de alta performance, mas a região da panturrilha sempre merece atenção do ponto de vista vascular”, afirma.

Segundo a especialista, sintomas como dor, inchaço e endurecimento local também podem surgir em situações mais graves, como quadros de trombose venosa.

“A diferença normalmente está no contexto clínico e nos exames. Lesões musculares costumam estar associadas a trauma, esforço físico e dor localizada no músculo. Já os problemas vasculares podem trazer um inchaço mais persistente, sensação de peso, aumento de temperatura local e, em alguns casos, dor desproporcional”, explica.

A médica acrescenta que exames como o Doppler vascular podem ser importantes para descartar alterações circulatórias associadas.

Retorno precoce pode aumentar risco de agravamento da lesão

De acordo com Dra. Aline Lamaita, voltar aos treinos antes da recuperação completa pode aumentar significativamente os riscos físicos para atletas profissionais. “O maior risco é transformar uma lesão parcial em uma lesão mais grave e prolongar muito o tempo de recuperação”, alerta.

Ela explica que a panturrilha é uma região extremamente exigida durante movimentos de corrida, salto e mudanças rápidas de direção.

“Quando o atleta volta antes do tempo ideal, existe risco de piora da inflamação, ruptura muscular e compensações biomecânicas que acabam sobrecarregando outras estruturas”, afirma. A especialista ainda destaca que um edema persistente pode impactar a circulação local e dificultar o processo

de recuperação muscular.

Quais sinais exigem atenção imediata?

Segundo a médica, embora nem todo edema esteja relacionado a trombose, a possibilidade precisa ser considerada em casos envolvendo panturrilha.

“Os sinais de alerta incluem aumento importante do volume de uma perna em relação à outra, dor persistente, vermelhidão, calor local e endurecimento da musculatura”, detalha.

Ela também afirma que sintomas respiratórios associados podem indicar complicações mais graves. “Falta de ar associada é um sinal ainda mais preocupante, porque pode indicar complicações mais graves”, alerta.

A especialista ressalta que, em atletas, existe uma tendência de relacionar todos os sintomas apenas à lesão muscular. “Em atletas, existe uma tendência de atribuir tudo à lesão muscular, mas o olhar vascular é fundamental justamente para não deixar passar um problema circulatório relevante”, conclui.

ACOMPANHE AS REDES SOCIAIS DA CARAS BRASIL E FIQUE POR DENTRO DE TUDO O QUE ACONTECE NO MUNDO DOS FAMOSOS:

Ver esta publicação no Instagram

Uma publicação compartilhada por CARAS (@carasbrasil)

Dra. Aline Lamaita é cirurgiã vascular (CRM: 101355) membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia, do American College of Phlebology, e do American College of Lifestyle Medicine. Formada pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (2000), hoje dedica a maior parte do seu tempo à Flebologia (estudo das veias). Possui curso de Lifestyle Medicine pela Universidade de Harvard (2018) e pós-graduação em

Medicina Integrativa e Longevidade saudável. Também possui título de especialista em Cirurgia Vascular pela Associação Médica Brasileira / Conselho Federal de Medicina. @alinelamaita.vascular

Neymar

Neymar Jr

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Quando a atividade física é a vilã: cirurgia vascular revela como o exercício sem orientação pode ser um risco para a circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A relação entre a prática de exercícios e uma vida saudável está assimilada no imaginário popular. No entanto, para um sistema que muitas vezes passa despercebido até apresentar problemas - o vascular -, a escolha do exercício errado ou a execução inadequada podem transformar o remédio em veneno.

Dados do Ministério da Saúde mostram que quase metade da população adulta brasileira (47,5%) não se movimenta o suficiente. O cenário é ainda mais preocupante entre as mulheres e os idosos. Esse sedentarismo, segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**, é um dos grandes responsáveis por problemas como a insuficiência venosa crônica e o surgimento precoce de varizes. O corpo humano precisa do movimento, mas é preciso saber como ele age por dentro.

Idosos devem praticar atividades físicas para evitar perda muscular; academia ajuda

Idosos devem praticar atividades físicas para evitar perda muscular; academia ajuda por Shutterstock

Para a médica cirurgia vascular e fundadora do Instituto Alphaveins, Haila Almeida, a grande virada de chave na saúde vascular está em um músculo muitas vezes subestimado: a panturrilha. “Conhecida como o ‘coração periférico’, ela é a responsável por bombear o sangue de volta ao coração, um trabalho que as veias das pernas não conseguem fazer sozinhas. Cada contração da batata da perna comprime as veias profundas e empurra o fluxo venoso. Por isso, fortalecer essa região é uma questão funcional, e não só estética”, afirma a médica. A visita a um especialista, nesse momento, é o primeiro passo para entender quais atividades realmente beneficiam a circulação de cada pessoa.

Atividades de baixo impacto, como caminhada, natação, hidroginástica e ciclismo leve, estão entre as mais indicadas. A água, em especial, exerce uma pressão hidrostática que funciona como uma drenagem natural que alivia o peso nas pernas. A musculação bem orientada também entra na lista de aliadas, desde que respeite os limites do corpo. O problema surge com os exageros. Exercícios de alto impacto repetitivo, como saltos sucessivos, e a musculação com carga excessiva podem fragilizar as paredes venosas, elevar a pressão intra-abdominal e criar um ambiente perigoso para a formação de coágulos e o agravamento de varizes”, analisa a especialista.

Outro fator crítico, e muitas vezes negligenciado, é a hidratação. O sangue é composto majoritariamente por água. “Quando a reposição hídrica é insuficiente antes, durante ou depois do treino, o sangue se torna mais viscoso. A circulação fica lenta e o risco de trombose aumenta, principalmente em pessoas com predisposição. Por isso, a reposição de água e eletrólitos deve ser feita a cada vinte minutos em

atividades mais longas”, acrescenta Haila.

Além do movimento e da água, a escolha do equipamento certo faz a diferença. O uso de meias de compressão graduada, quando prescritas por um especialista, pode melhorar o desempenho venoso durante a corrida ou para quem passa muitas horas em pé. Um bom tênis com amortecimento e roupas que não apertem a cintura ou a virilha completam o kit de proteção.

Para a cirurgiã, a atenção aos sinais do corpo é a maior sabedoria de um praticante de atividades físicas. “Dores na panturrilha que surgem durante a corrida e somem no repouso, inchaço persistente em apenas uma perna, sensação de queimação ou o aparecimento súbito de veias dilatadas são alertas que não podem ser ignorados. Insistir no treino com essas condições é um risco. O melhor esporte não é o mais intenso ou o mais famoso, mas sim aquele que a pessoa consegue manter com prazer, regularidade e, acima de tudo, sem lesões”, conclui a especialista.

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

CREMERJ participa do Congresso Internacional de Cirurgia Vascular, Angiologia e Novas Tecnologias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O CREMERJ participou, nesta quinta-feira, 21 de maio, da solenidade de abertura do Congresso Internacional de Cirurgia Vascular, Angiologia e Novas Tecnologias (Civat 2026), que aconteceu na Barra da Tijuca - na Zona Sudoeste do Rio de Janeiro. A diretora do CREMERJ Ana Cristina Russo foi quem representou a autarquia. Ela agradeceu o convite e parabenizou a organização pela realização do evento.

“Representando o presidente do Conselho Regional de Medicina do Estado do Rio de Janeiro, doutor Antônio Braga, que está em agenda no CFM em Brasília, agradeço à comissão organizadora o honroso convite para participar da mesa de abertura deste evento de tamanha grandeza e relevância para a medicina mundial. Em nome do Conselho, manifesto nosso respeito às autoridades presentes, a todos os participantes e reitero que o CREMERJ está ao lado das sociedades científicas em defesa do médico, da saúde e da sociedade. Desejo um excelente evento a todos”, declarou a conselheira Ana Cristina Russo.

Também compuseram a mesa de abertura o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Edwaldo Joviliano; a vice-tesoureira da **SBACV**, Túlia Brasil Simões; o presidente da **SBACV-RJ**, Daniel Drummond; e os médicos anfitriões Julio Cesar Peclat, Breno Caiafa e Lucas Peclat, que integram a comissão organizadora do Civat 2026.

No encerramento da sessão, as autoridades que participaram da abertura receberam uma homenagem. A diretora Ana Cristina Russo recebeu a honraria em nome do presidente do CREMERJ, Antônio Braga.

O evento, que termina no sábado, dia 23 de maio, conta 295 palestrantes e sete convidados internacionais. De acordo com os organizadores, mais de 900 pessoas participam dessa edição, que acontece no Windsor Barra Hotel e ultrapassa 74 horas de programação.

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

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Página inicial

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Embolia pulmonar exige atendimento imediato; conheça os fatores de risco

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A trombose venosa profunda é caracterizada pela formação de coágulos sanguíneos (trombos) principalmente nas veias das pernas. Quando esses coágulos se desprendem pela corrente sanguínea e chegam até o pulmão, obstruindo uma artéria, ocorre a embolia pulmonar. Sem intervenção rápida, o problema pode ser fatal.

“A embolia pulmonar é uma das principais doenças associadas à morte súbita. Quando o coágulo que vai para a artéria do pulmão é muito grande, ou se são muitos coágulos, a área do pulmão que deixa de receber sangue fica muito extensa, como também a sobrecarga do coração, podendo ocorrer morte súbita”, afirma Antonio Eduardo Zerati, cirurgião vascular e presidente da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular - Regional São Paulo (SBACV-SP).

Fatores de risco e sinais de alerta

A incidência da embolia pulmonar aumenta com o envelhecimento, mas ela pode ocorrer em qualquer

idade. Existem situações específicas que elevam o risco. Veja as principais:

internação prolongada e imobilização;

cirurgias de grande porte, especialmente ortopédicas e abdominais;

fraturas em membros inferiores;

câncer e quimioterapia;

insuficiência cardíaca;

gravidez;

uso contínuo de anticoncepcionais hormonais;

tabagismo;

obesidade;

longos trajetos (acima de duas horas) com pouca mobilidade;

histórico familiar ou distúrbios hereditários da coagulação.

Segundo o especialista, os sinais de alerta que exigem avaliação médica imediata incluem falta de ar súbita, dor no peito que piora ao respirar, tosse com sangue, inchaço em uma perna (ou mais acentuado em uma das pernas), palpitações, tontura e desmaio. Em casos mais graves, a primeira manifestação pode ser um colapso cardiovascular.

Como diagnosticar e tratar?

A trombose venosa profunda pode ser identificada através de um ultrassom com doppler colorido. Já o

diagnóstico da embolia pulmonar geralmente é realizado com tomografia computadorizada do tórax. Outros exames podem ser solicitados para auxiliar no diagnóstico diferencial de outras doenças que causam sintomas semelhantes.

“Quanto mais precoce a identificação da trombose ou da embolia pulmonar, maiores as chances de recuperação. Após o diagnóstico, o tratamento deve ser iniciado imediatamente com medicamentos anticoagulantes. Em alguns casos, procedimentos específicos podem ser necessários”, orienta Zerati.

Ele esclarece que a embolia pulmonar, via de regra, exige internação hospitalar, por vezes em unidades de terapia intensiva (UTI). Casos de trombozes menores em pacientes de baixo risco podem ser tratados com medicamentos em casa.

Prevenção é o melhor caminho

“A embolia pulmonar acontece quando um coágulo formado em veias de outro lugar do corpo se solta e migra para o pulmão. Em mais de 80% das vezes, esse coágulo é formado em veias das pernas. [Portanto], a redução da embolia passa por prevenir a trombose venosa profunda”, destaca o médico.

Para prevenir o quadro, recomenda-se medidas como:

praticar exercícios físicos regularmente;

controlar o peso;

evitar longos períodos de imobilidade;

manter uma boa hidratação.

Além disso, pessoas com familiares próximos que tenham sofrido trombose venosa ou embolia pulmonar devem buscar avaliação médica para investigar se estão sob maior risco.

No caso de pacientes hospitalizados, que têm risco

elevado para o problema, as medidas de prevenção incluem:

caminhar;

uso de compressor pneumático intermitente (dispositivo que ajuda na circulação sanguínea), quando o paciente não pode caminhar;

fisioterapia motora;

uso de meias de compressão elástica;

uso de medicamentos anticoagulantes (sempre sob orientação médica);

implante de filtro de veia cava (dispositivo para reter coágulos, inserido em procedimento minimamente invasivo), para indivíduos que não podem receber tratamento anticoagulante.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Paulo Melo

Página inicial

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o

Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Adelia Mendonça

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a

rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar

essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: @adeliamendoncaoficial

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de

estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem

sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a

pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a

pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: @adeliamendoncaoficial

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Adelia Mendonça

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a

rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar

essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: @adeliamendoncaoficial

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de

estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem

sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Contribuições sobre a folha: quem está devendo

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Marcos de Oliveira

Como falamos ontem, Sesc/Senac e Sesi/Senai poderão ser obrigadas a devolver uma bolada a empresas que recolheram mais do que o devido para as entidades, conforme decisão do Superior Tribunal de Justiça de 2024 - o caso ainda depende de decisão final do STJ. O valor ventilado de R\$ 94 bilhões parece exagerado e carece de comprovação.

Por outro lado, a decisão do Tribunal abrange apenas as 4 entidades citadas acima; outras (como Sebrae, FNDE, Incra, Sest/Senat etc.) ficaram de fora. O que obriga empresas que, mesmo amparadas por decisão judicial, recolheram até o teto de 20 salários mínimos, e não sobre o total do valor da folha de pagamento, recolherem a diferença.

Ricardo Godói, advogado da Confederação Nacional de Serviços (CNS), estima que não há muitas companhias nesta situação, pois há casos em que, ainda que com respaldo da justiça, empresas optaram por fazer o pagamento integral.

Mas, em alguns casos, o impacto pode ser alto. Uma empresa do ramo de transportes, por exemplo, terá de pagar R\$ 5 milhões, valor que equivale ao faturamento mensal da companhia.

Já é mágica

O prefeito do Rio de Janeiro, Eduardo Cavaliere (vice que sucedeu seu xará Paes, que deixou o cargo para se candidatar a governador), classificou de “interesses escusos” ação movida pela Secretaria Estadual de Defesa do Consumidor contra o fim do pagamento em dinheiro nos ônibus municipais.

Interessante que, após reação popular e midiática à decisão de impor o pagamento apenas com o cartão Jaé a partir de junho, a Prefeitura, num passe de mágica, conseguiu implementar o uso também de Pix e, em breve, cartões de crédito ou débito.

Pela decisão inicial, o passageiro do Rio que não tinha o Jaé teria de comprar o cartão avulso; ao preço de R\$ 5 cada, considerando 260 mil passagens que eram pagas diariamente em dinheiro, a empresa que administra o Jaé receberia uma bolada.

Fixação em 6 milhões

Segundo o site Intercept Brasil, Eduardo Bolsonaro vive numa mansão nos EUA avaliada em R\$ 6 milhões e pela qual pagaria um aluguel estimado em R\$ 30 mil.

Em 2021, o irmão Flávio comprou, com recursos de origem controversa, uma mansão em Brasília, no Lago Sul, por... R\$ 6 milhões.

Quem deterá Israel?

Depois de destruir Gaza, Israel arrasa o Líbano. De quebra, sabota a negociação entre EUA e Irã.

Rápidas

A Fiocruz e a Agência Internacional de Pesquisa em Câncer (Iarc), órgão ligado à OMS, anunciaram em Lyon, França, parceria para cooperação no cuidado oncológico envolvendo pesquisa, ensino, desenvolvimento tecnológico, comunicação e formulação de políticas *** A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** iniciou a mobilização do projeto “Brasil Sem Varizes”, mutirão nacional que pretende realizar, em 15 de agosto de 2026, a maior ação de tratamento de varizes já promovida no país. Cerca de 50 hospitais e clínicas já aderiram à iniciativa *** A Enel Rio está com mais de 530 vagas abertas para eletricitistas em toda a sua área de concessão no estado *** Helena Levorato, fundadora da Sociedade Brasileira de Inovação (SBI), participa do Ladies Summit em Porto Alegre, dia 30, 15h, com a palestra “Inovação 360: criatividade, adaptação e inteligência para um novo mundo”.

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

Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Substâncias tóxicas do cigarro afetam vasos sanguíneos em todo o corpo e podem desencadear infarto, AVC e danos irreversíveis

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) aproveita a campanha do Dia Mundial Sem Tabaco (31 de maio) para fazer um alerta que vai além das doenças respiratórias. De acordo com o cirurgião vascular e presidente da **SBACV-SP**, Prof. Dr. Antonio Eduardo Zerati, o cigarro compromete diretamente a circulação sanguínea e acelera o desenvolvimento de doenças que estreitam e obstruem as artérias, o que faz reduzir a passagem de sangue para diferentes regiões do organismo.

O especialista afirma que esse processo pode desencadear complicações graves, como infarto do coração, acidente vascular cerebral (AVC) e gangrena nos membros inferiores. A redução progressiva do fluxo sanguíneo nas pernas está entre os efeitos mais preocupantes. Nos estágios iniciais, a manifestação se

dá pela claudicação intermitente, como dor na panturrilha que aparece somente ao caminhar e que cessa com o repouso. No entanto, com o agravamento do quadro, a dor persiste mesmo em estado de descanso, facilitando o surgimento de lesões e infecções que elevam o risco de amputação.

“A causa mais comum de doenças circulatórias arteriais é a aterosclerose, um processo inflamatório que acomete a parede das artérias e leva à formação de placas de gordura que diminuem o espaço por onde o sangue circula, podendo fechar completamente o vaso. E quando a circulação diminui ou é interrompida por completo, o órgão ou tecido nutrido por essa artéria sofre um comprometimento. Os principais fatores associados à aterosclerose são o avançar da idade, a pressão alta, o diabetes, alterações do colesterol e triglicérides, além do cigarro”, explica Dr. Zerati.

O problema ainda pode se potencializar com dois dos componentes mais prejudiciais contidos na fumaça do tabaco: a nicotina, que contrai os vasos e eleva a pressão arterial; e o monóxido de carbono, que reduz a oxigenação sanguínea e favorece a ocorrência de trombose. Devido à alta concentração de substâncias tóxicas na fumaça, o perigo se torna coletivo, pois também agride o sistema vascular de pessoas que convivem com o tabaco, os chamados fumantes passivos.

Dr. Zerati ressalta que o uso de dispositivos eletrônicos, frequentemente vistos como alternativas menos nocivas, é outro ponto de preocupação. O médico adverte que esses produtos mantêm a presença de nicotina e substâncias tóxicas capazes de precipitar eventos cardiovasculares, especialmente em pacientes com histórico cardíaco. Além disso, o tabagismo pode reduzir de maneira grave o fluxo sanguíneo para as pernas, provocando feridas extremamente dolorosas e que não cicatrizam e, em casos mais graves, gangrena.

A boa notícia, segundo o especialista, é que nunca é tarde para parar de fumar. Os benefícios da cessação acontecem para todo o corpo, já que a pressão arterial responde positivamente em pouco tempo e, com a abstinência contínua, o organismo reduz significativamente a vulnerabilidade a doenças vasculares e oncológicas.

O cirurgião vascular reforça a importância da avaliação médica para os fumantes tanto para a prevenção de doenças cardiovasculares como para auxílio na interrupção do hábito de fumar. Ele também recomenda a prática de atividades físicas regulares aliada a uma dieta equilibrada para preservar a saúde vascular.

Sobre a **SBACV-SP**

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

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

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

Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Substâncias tóxicas do cigarro afetam vasos sanguíneos em todo o corpo e podem desencadear infarto, AVC e danos irreversíveis. Dia Mundial Sem Tabaco é lembrado em 31 de maio.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) aproveita a campanha do Dia Mundial Sem Tabaco (31 de maio) para fazer um alerta que vai além das doenças respiratórias. De acordo com o cirurgião vascular e presidente da **SBACV-SP**, Prof. Dr. Antonio Eduardo Zerati, o cigarro compromete diretamente a circulação sanguínea e acelera o desenvolvimento de doenças que estreitam e obstruem as artérias, o que faz reduzir a passagem de sangue para diferentes regiões do organismo.

O especialista afirma que esse processo pode desencadear complicações graves, como infarto do coração, acidente vascular cerebral (AVC) e gangrena nos membros inferiores. A redução progressiva do fluxo sanguíneo nas pernas está entre os efeitos mais

preocupantes. Nos estágios iniciais, a manifestação se dá pela claudicação intermitente, como dor na panturrilha que aparece somente ao caminhar e que cessa com o repouso. No entanto, com o agravamento do quadro, a dor persiste mesmo em estado de descanso, facilitando o surgimento de lesões e infecções que elevam o risco de amputação.

“A causa mais comum de doenças circulatórias arteriais é a aterosclerose, um processo inflamatório que acomete a parede das artérias e leva à formação de placas de gordura que diminuem o espaço por onde o sangue circula, podendo fechar completamente o vaso. E quando a circulação diminui ou é interrompida por completo, o órgão ou tecido nutrido por essa artéria sofre um comprometimento. Os principais fatores associados à aterosclerose são o avançar da idade, a pressão alta, o diabetes, alterações do colesterol e triglicérides, além do cigarro”, explica Dr. Zerati.

O problema ainda pode se potencializar com dois dos componentes mais prejudiciais contidos na fumaça do tabaco: a nicotina, que contrai os vasos e eleva a pressão arterial; e o monóxido de carbono, que reduz a oxigenação sanguínea e favorece a ocorrência de trombose. Devido à alta concentração de substâncias tóxicas na fumaça, o perigo se torna coletivo, pois também agride o sistema vascular de pessoas que convivem com o tabaco, os chamados fumantes passivos.

Dr. Zerati ressalta que o uso de dispositivos eletrônicos, frequentemente vistos como alternativas menos nocivas, é outro ponto de preocupação. O médico adverte que esses produtos mantêm a presença de nicotina e substâncias tóxicas capazes de precipitar eventos cardiovasculares, especialmente em pacientes com histórico cardíaco. Além disso, o tabagismo pode reduzir de maneira grave o fluxo sanguíneo para as pernas, provocando feridas extremamente dolorosas e

que não cicatrizam e, em casos mais graves, gangrena.

A boa notícia, segundo o especialista, é que nunca é tarde para parar de fumar. Os benefícios da cessação acontecem para todo o corpo, já que a pressão arterial responde positivamente em pouco tempo e, com a abstinência contínua, o organismo reduz significativamente a vulnerabilidade a doenças vasculares e oncológicas.

O cirurgião vascular reforça a importância da avaliação médica para os fumantes tanto para a prevenção de doenças cardiovasculares como para auxílio na interrupção do hábito de fumar. Ele também recomenda a prática de atividades físicas regulares aliada a uma dieta equilibrada para preservar a saúde vascular.

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

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Paulo Melo

Página inicial

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o

Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Médico vascular aponta os riscos de tratamentos estéticos para varizes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Beatriz Bonfim Claudia Meireles

As varizes são uma doença crônica que atinge o sistema circulatório e exigem diagnóstico e tratamento adequados. Embora o problema seja frequentemente associado à estética, o médico Eraldo Arraes, diretor de Defesa Profissional da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, alerta que tratar “vasinhos” sem avaliação especializada pode trazer consequências graves à saúde, como necrose da pele, trombose, infecções e reações alérgicas.

Em entrevista à coluna Claudia Meireles, o especialista destacou que a escleroterapia - procedimento utilizado para tratar os “vasinhos” e pequenas varizes - tem sido banalizada e, muitas vezes, realizada por profissionais sem formação específica.

“A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** avalia esse cenário com extrema preocupação. A escleroterapia é um procedimento invasivo que exige diagnóstico médico prévio. A banalização do tratamento e a realização por profissionais sem formação específica colocam vidas

em risco”, salienta Eraldo Arraes. Entenda os riscos de tratar varizes sem acompanhamento médico adequado

Diante do aumento de casos de complicações fatais, o diretor de Defesa Profissional da **SBACV** reforça que especialistas da área têm atuado junto aos conselhos profissionais e à Justiça para combater a prática ilegal da medicina.

“Em maio, foi amplamente divulgada a notícia de uma mulher que veio a óbito durante um procedimento para tratamento de varizes no interior de São Paulo. Ainda sob investigação das autoridades, o episódio reacende discussões sobre segurança, qualificação profissional e os riscos relacionados à realização inadequada da técnica”, lamentou.

As varizes são veias que perderam a capacidade de bombear o sangue de volta para o coração

De acordo com Eraldo, um dos principais problemas está na forma como o tratamento passou a ser visto. “Muitas pessoas associam o tratamento de ‘vasinhos’ apenas à estética, mas existem doenças venosas que podem estar por trás dessas alterações. Quando o procedimento é realizado sem avaliação vascular adequada, o paciente pode receber um tratamento incorreto ou ter uma insuficiência venosa mais importante mascarada”, alerta.

Além de comprometer o diagnóstico correto, a escleroterapia feita de forma inadequada pode provocar complicações sérias. “O paciente pode desenvolver manchas permanentes, queimaduras químicas, necrose da pele, trombose, infecções, reações alérgicas e, em situações mais raras, eventos ainda mais graves”, esclarece.

A trombose é desencadeada pela formação de coágulos no interior dos vasos sanguíneos

Saiba como se proteger

Para orientar pacientes antes da realização do procedimento, Eraldo aponta alguns sinais de alerta. O primeiro deles é desconfiar de clínicas que não realizam avaliação clínica detalhada antes do tratamento.

“Promessas de resultados milagrosos, preços muito abaixo do mercado, realização do procedimento sem exames complementares e clínicas sem estrutura adequada para atendimento de possíveis complicações são pontos que devem ser levados em consideração antes de qualquer procedimento”, reforça.

Outro cuidado importante é verificar se o profissional tem Registro de Qualificação de Especialista (RQE) em angiologia e/ou cirurgia vascular.

“Ter apenas o número de identificação profissional do Conselho Regional de Medicina (CRM) não garante que o médico apresenta especialização na área vascular. O paciente pode consultar o RQE e buscar profissionais habilitados para garantir mais segurança durante o tratamento”, reforça o médico.

“A população também pode consultar o site oficial da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**, que disponibiliza uma ferramenta pública para busca de especialistas certificados em todo o país”, emenda Eraldo Arraes.

Promessas de resultados milagrosos e preços muito abaixo do mercado são sinais importantes a se avaliar antes de marcar qualquer procedimento de saúde

Para saber mais, siga o perfil de Vida&Estilo no Instagram.

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

Inchaço nas pernas e pés: 7 causas a conhecer

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Alda Jesus

Saiba quando o inchaço pode indicar problemas circulatórios ou renais

Inchaço persistente pode ser sinal de alerta para doenças graves

São Paulo - maio 2026 - Não há quem já não tenha notado o surgimento de inchaço nas pernas, principalmente nos pés, ao chegar em casa após um longo dia. “Por serem responsáveis por sustentar o peso do corpo e devido ao efeito da própria gravidade, os pés, automaticamente, são o local de maior acúmulo de líquido do organismo, sendo os primeiros a demonstrar inchaço independentemente da causa”, explica a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita*, membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular. A médica explica que, no geral, o inchaço é benigno e regride rapidamente. Mas, em alguns casos, pode ser sinal de condições mais sérias. Por isso, observar os pés pode ser uma boa estratégia para identificar que algo não vai bem com o organismo. Para ajudar aqueles que sofrem com o problema recorrentemente, a

especialista apontou algumas causas comuns do inchaço na região. Confira:

Calor: Após um dia puxado e quente, é comum que algumas pessoas notem o surgimento de inchaço nas duas pernas. “No calor, todo sistema circulatório, tanto arterial como venoso, sofre com um processo de vasodilatação, no qual os vasos sanguíneos se alargam. Isso faz com que o sangue circule mais lentamente no sistema venoso, com consequente retenção de líquido e sensação de aquecimento no local. Além disso, as veias ficam mais aparentes e há um aumento na predisposição à vasinhos e varizes”, diz a médica.

Longos períodos sentado: O inchaço também pode ser resultado de que passarmos muito tempo sentados por causa do trabalho ou de uma viagem. “A musculatura da panturrilha, responsável por bombear o sangue e ativar a circulação, fica parada quando estamos sentados, dificultando a circulação, o que pode causar retenção de líquido e, consequentemente, inchaço e sensação de pernas pesadas e cansadas”, afirma a cirurgiã vascular.

Gestação: Há várias causas para o edema fisiológico que surge na gravidez. “O problema pode estar relacionado, por exemplo, a fatores hormonais, visto que, durante a gestação, a progesterona é liberada em excesso, aumentando a dilatação das veias do organismo e tornando-as flácidas, o que pode levar ao inchaço”, explica a Dra. Aline Lamaita. “Além disso, o inchaço pode estar relacionado a pressão no útero exercida pelo bebê, já que, conforme cresce, o feto passa a comprimir a Veia Cava, que fica dentro da barriga, elevando assim a pressão nas veias das pernas e prejudicando terrivelmente o retorno do sangue das pernas para o coração.”

Uso de medicamentos: Existem algumas medicações que também estão envolvidas no inchaço dos pés e tornozelos, por aumentarem a vasodilatação. “Essas medicações utilizadas como anti-hipertensivos podem causar o inchaço, principalmente na população mais

idosas. E a própria hipertensão arterial também pode favorecer o surgimento dessa alteração nas pernas quando não está devidamente controlada”, acrescenta a especialista.

Lipedema: Maior tendência ao acúmulo de líquido também é um sinal de lipedema. “Trata-se de uma condição caracterizada pelo acúmulo de tecido gorduroso com aumento desproporcional no tamanho principalmente das pernas e quadris, apesar de também afetar os braços em um menor número de casos”, explica a cirurgiã vascular. Outros sintomas da doença incluem aumento simétrico do tamanho dos membros, sensação dolorosa ao toque e aumento da frequência de hematomas espontâneos.

Outros problemas circulatórios: Condições circulatórias também têm relação com o acúmulo de líquidos, como a trombose. “A insuficiência venosa, as famosas varizes e a síndrome pós-trombótica também têm como consequência o inchaço crônico nas fases mais avançadas, geralmente associado a dermatites, escurecimento da pele no local e até aparecimento de feridas”, explica a Dra. Aline Lamaita. O linfedema, por causar alterações no sistema linfático, frequentemente também leva a um inchaço crônico e pode evoluir para deformidade do membro. “Porém, é importante não confundir o linfedema com o lipedema. Ao contrário do lipedema, o linfedema não é simétrico e não causa sensação dolorosa ao toque. Mas vale ressaltar que o lipedema, em seus estágios mais avançados, pode levar ao surgimento de linfedema.”

Causas sistêmicas: O inchaço nos pés e pernas também pode ocorrer por problemas mais generalizados no organismo, como alterações na tireoide e nos hormônios femininos, na menopausa por exemplo, pois levam a uma vasodilatação que favorece o acúmulo de líquidos. “Outra causa sistêmica do inchaço é o mau funcionamento dos rins, que está relacionada a um acúmulo de líquido importante em todo o corpo, pois, em quadros de insuficiência renal, os rins deixam de filtrar e expelir a urina, gerando um desequilíbrio hídrico que também se manifesta nas pernas”, conta a médica.

A Dra. Aline reforça que, se o inchaço regredir facilmente com o repouso ou após uma noite de sono, não é preciso se preocupar. “Nesses casos, é possível adotar medidas para melhorar o desconforto e ajudar a reduzir o inchaço, como elevar as pernas no final do dia, fazer compressas frias com chá de camomila, evitar o consumo de sal, beber bastante água e praticar exercícios físicos”, aconselha a especialista. Porém, se o edema é frequente, persistente, unilateral ou associado a outros sintomas, como dor, coceira e vermelhidão, é fundamental procurar um cirurgião vascular. “O médico poderá realizar uma avaliação para verificar a existência de algum problema mais sério, além de indicar estratégias para ajudar a diminuir o acúmulo de líquidos, como o uso de medicações e meias elásticas de compressão”, finaliza.

***DRA. ALINE LAMAITA:** Cirurgiã vascular, Dra. Aline Lamaita é membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**). Membro da Sociedade Brasileira de Laser em Medicina e Cirurgia, do American College of Phlebology, e do American College of Lifestyle Medicine, a médica é formada pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo (2000) e hoje dedica a maior parte do seu tempo à Flebologia (estudo das veias). Curso de Lifestyle Medicine pela Universidade de Harvard (2018). A médica possui título de especialista em Cirurgia Vascular pela Associação Médica Brasileira / Conselho Federal de Medicina. RQE 26557. Instagram: @alinelamaita.vascular

NOTA DO EDITOR - PORTAL SPLISH SPLASH

O inchaço nas pernas e pés é um sintoma frequente que muitas vezes passa despercebido ou é desvalorizado. No entanto, pode refletir desde hábitos do cotidiano até alterações circulatórias, hormonais ou renais que merecem atenção médica. Conhecer os sinais de alerta é fundamental para prevenir complicações e cuidar melhor da saúde vascular.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Médico vascular aponta riscos de tratamentos estéticos para varizes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Médicos alertam para riscos de tratar varizes sem avaliação de profissionais especializados, incluindo necrose de pele, trombose, infecções e reações alérgicas.

Escleroterapia, usada para vasinhos e pequenas varizes, pode ser invasiva e exigir diagnóstico médico prévio; sua banalização aumenta riscos à saúde.

Casos de complicações graves e morte durante procedimentos de varizes têm sido objeto de atuação de conselhos profissionais e da Justiça para coibir práticas ilegais.

Sinais de alerta: buscar clínicas que realizem avaliação clínica detalhada antes do tratamento e desconfiar de promessas milagrosas, preços muito baixos e falta de exames complementares.

Pacientes devem verificar se o profissional possui Registro de Qualificação de Especialista (RQE) em angiologia e/ou cirurgia vascular e consultar o site da **SBACV** para encontrar especialistas certificados.

O angiologista Eraldo Arantes alerta para riscos graves de tratar varizes sem acompanhamento médico adequado. Ele destaca que as varizes são uma doença crônica do sistema circulatório que exige diagnóstico preciso antes de qualquer tratamento. A prática fora de avaliação especializada pode causar necrose, trombose, infecções e reações alérgicas.

Segundo Arantes, a escleroterapia, procedimento usado para vasinhos e pequenas varizes, tem sido banalizada e frequentemente executada por profissionais sem formação específica. A **SBACV** acompanha esse cenário com preocupação e reforça que o procedimento é invasivo e exige diagnóstico vascular prévio.

O especialista aponta que muitos associam o tratamento apenas à estética, quando há doenças venosas subjacentes. Sem avaliação, o paciente pode receber tratamento inadequado ou ter a insuficiência venosa mascarada, piorando a condição.

Entre os possíveis desdobramentos, estão manchas permanentes, queimaduras químicas, necrose da pele, trombose, infecções e reações alérgicas. Casos graves vêm ganhando atenção de conselhos profissionais e da Justiça para coibir práticas ilegais.

Para prevenir intercorrências, Arantes recomenda avaliação clínica detalhada antes do procedimento. Desconfie de promessas milagrosas, de preços baixos e de clínicas sem exames complementares ou estrutura para lidar com complicações.

Outro cuidado é verificar o Registro de Qualificação de Especialista (RQE) em angiologia ou cirurgia vascular. O CRM sozinho não garante especialização na área. Consultas ao RQE ajudam a confirmar habilitação do profissional.

A **SBACV** recomenda ainda que pacientes utilizem a ferramenta pública de busca de especialistas certificados, disponível no site da entidade, para

confirmar a qualificação do médico antes de qualquer tratamento.

A cobertura do tema envolve debates sobre segurança, qualificação profissional e responsabilidade na prática clínica. Casos recentes reacenderam o debate sobre a necessidade de procedimentos realizados apenas por profissionais habilitados.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Adélia Mendonça - Cosmóloga | Pesquisadora | CEO
da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de

estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem

sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: @adeliamendoncaoficial

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Dor nas pernas ao caminhar pode ser sinal de doença arterial periférica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dores nas pernas durante caminhadas muitas vezes são associadas apenas ao envelhecimento. No entanto, em alguns casos, o sintoma pode indicar um problema vascular importante: a doença arterial periférica, conhecida como DAP.

A condição acontece quando placas de gordura se acumulam nas artérias e dificultam o fluxo sanguíneo. O processo é semelhante ao que ocorre em casos de infarto e AVC, mas, na DAP, o comprometimento acontece principalmente nas pernas e, em alguns casos, nos braços.

Dor ao caminhar merece atenção

Segundo a cirurgia vascular Dra. Aline Lamaita, membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular, um dos principais sinais da doença é a dor que surge ao caminhar e melhora após alguns minutos de descanso.

“O sintoma clássico é uma dor nas pernas que aparece

durante a caminhada. Muitas pessoas descrevem como câibra, peso, queimação ou rigidez muscular”, explica a médica.

A dor costuma surgir em regiões como panturrilha, coxa ou nádegas. Além disso, outros sinais podem incluir feridas que demoram a cicatrizar, alterações na pele e crescimento lento das unhas.

Sedentarismo pode mascarar sintomas

De acordo com a Dra. Aline, muitos pacientes acabam reduzindo a rotina de caminhadas sem perceber. Com isso, deixam de sentir dor com frequência e acreditam que o problema desapareceu.

“A DAP é uma doença progressiva e muitas vezes silenciosa. Mesmo pacientes sem sintomas aparentes podem ter maior risco de infarto, derrame e complicações vasculares importantes”, afirma.

Em quadros mais avançados, a circulação pode ficar tão comprometida que o paciente desenvolve úlceras, gangrena e até necessidade de amputação.

Tabagismo e pressão alta estão entre os fatores de risco

A doença compartilha fatores de risco comuns a outros problemas cardiovasculares, como hipertensão, diabetes e colesterol elevado. O tabagismo, porém, aparece como um dos principais agravantes.

Além disso, a idade também influencia no risco de desenvolver a condição. Homens apresentam maior incidência da doença, embora ela também acometa mulheres.

Diagnóstico e tratamento

Quando existe suspeita de DAP, o exame inicial costuma ser o índice tornozelo-braço, que compara a pressão arterial dos braços e das pernas.

Dependendo do resultado, o médico pode solicitar exames complementares, como ultrassom vascular, angiotomografia e ressonância magnética.

O tratamento envolve mudanças no estilo de vida, prática de exercícios supervisionados, alimentação equilibrada e controle de fatores de risco como diabetes e pressão alta. Em alguns casos, também pode ser necessária a realização de angioplastia, colocação de stent ou cirurgia vascular.

“A dor nas pernas nem sempre faz parte do envelhecimento. Quando o corpo apresenta sinais diferentes, procurar avaliação médica é uma forma importante de cuidado”, finaliza a Dra. Aline Lamaita.

Fonte: Dra. Aline Lamaita, cirurgiã vascular, membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**).

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

SDN Releases

Moda e Beleza

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.

Saiba por que o cansaço crônico e o inchaço nas pernas podem não ser apenas fadiga, mas sinais de uma condição inflamatória que a ciência regenerativa agora consegue reverter sem cirurgias.

Por Bendita Letra

Atualizado há 1h

4 Min

Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à...

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

SDN Releases

Moda e Beleza

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina

Saiba por que o cansaço crônico e o inchaço nas pernas podem não ser apenas fadiga, mas sinais de uma condição inflamatória que a ciência regenerativa agora consegue reverter sem cirurgias.

Por Bendita Letra

Adelia Mendonça

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de**

Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV), cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo

que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

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

Riscos do pé diabético e as estratégias essenciais para evitar amputações graves

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: São Bento em Foco

O pé diabético representa uma das complicações mais severas e, muitas vezes, negligenciadas do diabetes mellitus mal controlado. Segundo a cirurgia vascular Andréa Klepacz, essa condição se manifesta como uma ameaça silenciosa que, se não tratada precocemente, pode resultar em intervenções drásticas, incluindo a amputação de membros inferiores.

A gravidade do quadro reside na combinação de danos neurológicos e vasculares que ocorrem ao longo do tempo. O aumento constante dos níveis de açúcar no sangue compromete a circulação e a sensibilidade nervosa, transformando pequenos ferimentos em problemas críticos de saúde pública que afetam milhões de pacientes.

Perigos do pé diabético e a evolução silenciosa das feridas

A perda de sensibilidade, conhecida tecnicamente como

neuropatia diabética, é o principal fator de risco para o desenvolvimento de úlceras. O paciente muitas vezes deixa de sentir dor ao sofrer pequenos traumas, como cortes acidentais ou bolhas causadas por calçados inadequados. Sem o sinal de alerta da dor, essas lesões podem infeccionar rapidamente.

Além da falta de sensibilidade, os problemas circulatórios dificultam a chegada de nutrientes e oxigênio aos tecidos periféricos. Esse cenário retarda drasticamente a cicatrização natural do corpo. Feridas que não cicatrizam tornam-se portas de entrada para bactérias, podendo evoluir para quadros de gangrena e, em situações extremas, levar ao óbito se a infecção atingir a corrente sanguínea.

Estratégias fundamentais para a prevenção e o cuidado diário

A prevenção é o pilar central para evitar o desfecho da amputação e garantir a longevidade do paciente. O controle rigoroso da glicemia é a primeira linha de defesa, pois ajuda a manter a integridade dos vasos sanguíneos e dos nervos. Especialistas recomendam que pessoas com diabetes estabeleçam uma rotina rigorosa de inspeção diária dos pés.

Cuidados simples, mas vitais, devem ser incorporados ao cotidiano para minimizar riscos:

Utilizar calçados confortáveis, macios e sempre fechados. Manter a hidratação adequada da pele para evitar rachaduras. Realizar o corte correto das unhas para prevenir encravamentos. Secar cuidadosamente a região entre os dedos após o banho.

Qualquer alteração na cor da pele, mudança de temperatura ou o surgimento de calosidades deve ser reportado imediatamente a um profissional. A intervenção médica precoce é o fator determinante que

define a preservação do membro e a manutenção da autonomia do indivíduo.

Impacto global do diabetes e a importância do diagnóstico precoce

O cenário mundial do diabetes é alarmante, com estudos recentes indicando que mais de 800 milhões de pessoas vivem com a doença globalmente. No Brasil, o desafio é igualmente complexo, visto que uma parcela significativa dos pacientes encontra dificuldades para manter o controle ideal da glicemia e da hipertensão arterial.

O diagnóstico precoce e a educação em saúde são ferramentas indispensáveis para reverter essas estatísticas. Muitas pessoas convivem com o pré-diabetes ou com a doença instalada sem o devido conhecimento, o que permite que os danos aos órgãos e extremidades comecem antes mesmo do início de qualquer tratamento. Para orientações detalhadas sobre saúde vascular, é recomendável consultar a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**.

The post Riscos do pé diabético e as estratégias essenciais para evitar amputações graves appeared first on São Bento em Foco.

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

Final de semana de Virada Cultural! 10 dicas para curtir sem prejudicar a saúde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Bons Fluidos / Bons Fluidos

A Virada Cultural 2026 acontece neste sábado (23) e domingo (24), em São Paulo, com centenas de shows gratuitos espalhados pela cidade. Gaby Amarantos, Marina Sena, Seu Jorge, Péricles, Luísa Sonza, Ebony, Urias, Thiaguinho e Joelma são destaques na programação, que ainda inclui eventos de música eletrônica, peças de teatro, espetáculos de dança, exibições de cinema e muito mais.

Para encarar a maratona de shows e atividades culturais, enfrentando deslocamentos constantes e inconvenientes (como cansaço, sede e fome), convidamos médicos para dar dicas do que fazer antes, durante e depois do evento para evitar problemas.

Dicas essenciais para aproveitar o evento 1. Descanse bem na véspera

Dormir bem garante energia, bom humor, segurança e boas lembranças, além de preparar o corpo para a

maratona cultural. Também tome cuidado com a alimentação, evitando comidas mais gordurosas e também dietas muito restritivas. Lembre-se que o seu corpo precisa de nutrientes para enfrentar o evento.

'Antes, preferencialmente, não pule nenhuma das grandes refeições, pois isso faz com que a rotina se perca. Um café da manhã reforçado, com frutas, ovos ou iogurte, cereais, aveia etc., vai ajudar a aguentar o evento', explica a médica nutróloga Dra. Marcella Garcez. Na alimentação pré-virada, não esqueça de consumir bons carboidratos, de preferência os integrais, pois seu corpo precisará de muita energia.

2. Prepare-se antes

As apresentações e atividades da Virada Cultural estão espalhadas por toda a cidade, o que exige longos deslocamentos e muito tempo caminhando. 'E como nem todos estão com preparo físico adequado para essa maratona, problemas como câimbras e dores musculares, principalmente nas pernas e nos pés, são comuns. Dessa forma, é importante que você escolha sapatos adequados e confortáveis para encarar o dia e não se esqueça de realizar um bom alongamento antes de sair de casa', destaca a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita

'Uma dica importante é procurar fazer alongamentos, em casa, antes de ir ao evento. Alongamentos básicos dos músculos da perna e da panturrilha já ajudam. Se possível, em alguns momentos durante o evento, também repita os movimentos', explica o ortopedista Dr. Marcos Cortelazo.

Outra dica é com relação ao calçado. 'Para quem vai passar muitas horas em pé, é recomendável o uso de calçados confortáveis, mas que tenham um solado com uma espessura mais ou menos de dois centímetros. Ou seja, não utilizar rasteirinha, sapatos ou sapatilhas que

não tenham solado, porque isso dá muito problema, não tanto no joelho, mas em relação ao pé (fascite plantar e dor). E também não usar saltos muito altos, pois eles sobrecarregam muito a parte anterior do joelho, o que também causa dor. Então, para mulher, o solado tipo anabela ou mesmo os tênis de caminhada e corrida, que também são indicados para homens', acrescenta o doutor.

3. Leve apenas o essencial

Você vai passar horas em pé, não vai? A sobrecarga na coluna e nas articulações vai piorar ainda mais a sua situação. 'Use carteiras de cintura ou mochilas que distribuam o peso de forma igual pelas costas, evitando assim dores e desconfortos', diz a Dra. Aline. Na mochila, lembre-se de levar os alimentos leves: 'O segredo é se programar antes e comprar snacks saudáveis, barrinhas proteicas, castanhas, frutas frescas ou secas e lanches naturais para levar durante o percurso, garantindo lanches leves e saudáveis, com o bônus de gastar menos dinheiro', afirma a Dra. Marcella.

4. Não fique sem comer

Durante a maratona de apresentações, é importante tomar cuidado para não pular refeições. Isso aumenta o risco de hipoglicemia, potencializa os efeitos do álcool e favorece tontura, fraqueza e desidratação - especialmente em dias quentes e de maior gasto energético. E pessoas em uso de agonistas de GLP-1, como semaglutida ou tirzepatida, devem ter atenção redobrada. 'Esses medicamentos reduzem o apetite e retardam o esvaziamento gástrico, o que aumenta o risco de náuseas, baixa ingestão alimentar e desidratação durante o festival', diz a Dra. Marcella Garcez.

'As pessoas que fazem uso das canetas também tendem a ter menos sede, bebem menos líquido, além de ficarem mais sensíveis ao consumo de álcool', alerta a ginecologista Dra. Patricia Magier. Ela recomenda que, nesses casos, a pessoa procure se hidratar e se alimentar bem para o álcool não causar efeitos

colaterais, principalmente de agressão hepática, por conta da metabolização que é feita pelo fígado.

5. Hidrate-se e evite a bebedeira

Durante o evento, é fundamental que você tome cuidado com a desidratação e consuma bastante água, mesmo com o tempo mais nublado. 'Não esqueça de beber água. Ande sempre com sua garrafinha de água, lembre-se de levar frutas como maçã, pera e melão, pois elas ajudam na hidratação do corpo. E tome muito cuidado com o consumo excessivo de álcool. Além da desidratação, outro fator importante causado pelo álcool é a sobrecarga do rim. O etanol atrapalha a função do hormônio antidiurético, que garante que o corpo não perca muita água, fazendo com que o rim deixe de concentrar a urina, perdendo mais água que o habitual', explica a endocrinologista, Dra. Deborah Beranger.

6. Proteja sua pele

Mesmo em dias nublados, é fundamental proteger a pele contra a radiação solar durante eventos ao ar livre. 'As nuvens absorvem por volta de 10% da radiação ultravioleta. Ou seja, apesar do dia não estar ensolarado, ele tem praticamente a mesma intensidade de radiação ultravioleta que um dia mega ensolarado', diz a dermatologista Dra. Paola Pomerantzeff.

'O ideal é procurar um protetor solar com FPS 30 ou maior e veículo compatível com o seu tipo de pele. E é importante reaplicar o protetor solar durante o dia para garantir que funcione de maneira realmente eficaz, pois o produto é gradualmente quebrado pela ação dos raios ultravioleta, tornando-se menos efetivo com o passar do tempo. A regra geral é que, para garantir máxima eficácia, o protetor solar deve ser reaplicado a cada duas horas', acrescenta a médica.

7. Cuidados para quem tem enxaqueca

Para quem sofre de enxaqueca, fatores como alterações no padrão do sono, ingestão excessiva de cafeína ou álcool e até a desidratação podem favorecer

crises, segundo o Dr. Tiago de Paula. 'A alimentação também, principalmente alimentos que deixam o cérebro mais acelerado, como café, chocolate, energéticos e termogênicos. Além disso, o ideal é evitar fast-foods, frituras e alimentos gordurosos', detalha.

O neurologista explica que o cérebro de quem sofre com enxaqueca já apresenta uma tendência maior a reagir de forma intensa a estímulos sensoriais, como luzes fortes, ruídos ou variações hormonais. 'Fatores cronicadores, como a cafeína, ampliam essa reatividade, modificando circuitos cerebrais relacionados à dor e dificultando o retorno ao padrão normal', diz o médico. Quanto ao álcool, vale ressaltar que ele não causa a doença: 'Da mesma forma que outros fatores desencadeantes (estresse, jejum, alterações hormonais, certos alimentos), bebidas alcoólicas não provocam a doença do zero, apenas ativam o processo em cérebros suscetíveis', diz o especialista.

Para curtir os shows sem abrir espaços para as crises de dor intensa, a doença precisa ser tratada e estar controlada. 'Quanto melhor está o tratamento e o controle da enxaqueca, menos relevantes esses gatilhos se tornam. O objetivo do tratamento é permitir que a pessoa viva normalmente, sem precisar ter medo constante de comer determinado alimento ou tomar uma taça de vinho', acrescenta.

8. Tente não permanecer muito tempo parado

Se você prefere ficar em apenas um palco para ver seu cantor favorito de perto, é importante cuidar dos desconfortos causados pelo longo tempo parado. 'É importante que você faça pausas para se sentar e levantar os pés, aliviando o peso dos membros inferiores', recomenda a Dra. Aline Lamaita.

Essa também é uma recomendação para proteger as articulações: 'Se ficou muito tempo em pé, procure sentar, dobrar o joelho, mudar a posição. Porque muito tempo sentado, ou muito tempo em pé, sempre vai gerar uma sobrecarga para o joelho e são situações de desconforto. E, eventualmente, também evite pular

muito durante os shows, pois isso pode gerar uma sobrecarga aguda do joelho e gerar dor', explica o Dr. Marcos Cortelazo.

9. Cuide da pele imediatamente ao chegar em casa

Os cuidados não param após o fim da Virada. Ao chegar em casa, é importante que você invista em uma poderosa rotina skincare capaz de remover sujidades acumuladas na pele (e o fotoprotetor) e tratar os danos que o tecido pode ter sofrido durante o dia. 'O uso correto de produtos dermatológicos, com orientação médica, pode prevenir doenças, aliviar desconfortos e melhorar significativamente o bem-estar', diz a dermatologista Dra. Glauce Eiko.

'A limpeza deve ser gentil, sem excesso de detergentes ou o hábito de 'esfregar' demais a pele, o que pode causar microlesões. Em seguida, é importante hidratar. Além de melhorar o aspecto da pele, ajuda a manter a integridade da barreira cutânea, prevenindo ressecamento e irritações. Uma pele bem hidratada responde melhor a agressões externas e tem menor risco de inflamar', detalha a médica.

10. Se as pernas e pés ficarem inchados

Neste caso, a Dra. Aline Lamaita recomenda que se durma com as pernas elevadas, colocando um travesseiro sob elas, e realize compressas frias no final do dia. 'É importante nunca esquentar os pés ou realizar qualquer tipo de compressa quente. Elas podem causar dilatação dos vasos sanguíneos e agravar o quadro', completa.

Sobre os especialistas Dra. Paola Pomerantzeff (CRM 115941 | RQE 29608)

Dermatologista e membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica (SBCD). Possui mais de 10 anos de atuação em Dermatologia Clínica. Graduada em Medicina pela Faculdade de Medicina Santo Amaro, a médica é especialista em Dermatologia pela Associação

Médica Brasileira e pela Sociedade Brasileira de Dermatologia.

Dra. Glaucete Eiko (CRM-SP: 137527 | RQE: 73365)

Dermatologista, membro titular da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e da Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatológica (SBCD). Graduada em Medicina pela Universidade de Gurupi, possui pós-graduação em Cirurgia Dermatológica pela Sociedade Brasileira de Cirurgia Dermatologia e Oncologia Dermatológica pelo Hospital Sírio Libanês, além de especializações em Saúde Pública, Vigilância Sanitária e Epidemiológica. Também é graduada em Farmácia.

Dra. Marcella Garcez (CRM-PR 12559 | RQE 16019)

Médica nutróloga, Mestre em Ciências da Saúde pela Escola de Medicina da PUCPR, Diretora da Associação Brasileira de Nutrologia e Docente do Curso Nacional de Nutrologia da ABRAN. É membro da Câmara Técnica de Nutrologia do Conselho Federal de Medicina (CFM), Coordenadora da Liga Acadêmica de Nutrologia do Paraná e Pesquisadora em Suplementos Alimentares no Serviço de Nutrologia do Hospital do Servidor Público de São Paulo. Além disso, é membro da Sociedade Brasileira de Medicina Estética e da Sociedade Brasileira para o Estudo do Envelhecimento.

Dra. Deborah Beranger (CRM 52753912)

Endocrinologista, com pós-graduação em Endocrinologia e Metabologia pela Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro (SCMRJ) e pós-graduação em Terapia Intensiva na Faculdade Redentor/AMIB. Com cursos de extensão em Obesidade, Transtornos Alimentares e Transgêneros pela Harvard Medical School, a médica tem MBAs de Saúde e Qualidade de Vida, de Marketing e Branding Médico e de Mindset, todos pela Fundação Getúlio Vargas (FGV), e curso de Obesidade e de imersão em Medicina Culinária pela Universidade de Campinas (UNICAMP).

Dra. Aline Lamaita (CRM-SP 101355 | RQE 26557)

Cirurgiã vascular em São Paulo, Mestre em Ciências pela Santa Casa de Misericórdia de São Paulo. Com atuação focada em tratamentos modernos e minimamente invasivos de varizes, a médica tem título de especialista em Cirurgia Vascular e é membro de sociedades nacionais (como a Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular - **SBACV**) e internacionais na área de flebologia.

Dr. Marcos Cortelazo (CRM 76316 | RQE 115980)

Ortopedista especialista em joelho e traumatologia esportiva do Hospital Albert Einstein. Graduado em medicina e pós-graduado em ortopedia e traumatologia pela Escola Paulista de Medicina/Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), é membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia (SBOT), da Sociedade Latino-americana de Artroscopia, Joelho e Esporte (SLARD), da Sociedade Internacional de Artroscopia, Cirurgia do Joelho e Medicina do Esporte (ISAKOS) e sócio efetivo da Sociedade Brasileira de Cirurgia do Joelho e da Sociedade Brasileira de Artroscopia.

Dr. Tiago de Paula (CRMSP 168999 | RQE 18111)

Médico neurologista especialista em Cefaleia pela Escola Paulista de Medicina (EPM/UNIFESP), membro da International Headache Society (IHS) e da Sociedade Brasileira de Cefaleia (SBC). Tem especialização em Neurocefaleia pela EPM/UNIFESP, onde também realizou a graduação em Medicina e a residência médica em Neurologia. Atuou como preceptor dos ambulatórios de enxaqueca infantil, enxaqueca do adulto e migrânea vestibular da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e atualmente integra o corpo clínico do Headache Center Brasil, em São Paulo (SP).

Dra. Patricia Magier (CRM-RJ 54925-6 | RQE 34538)

Ginecologista formada pela Universidade Federal Fluminense (UFF), com residência médica pelo IASERJ

e pós-graduação pela Universidade do Rio de Janeiro - UNIRIO, e Título de Especialista em Ginecologia e Obstetrícia - TEGO; também possui especialização em Medicina Integrativa e Funcional. Criadora do Método Plena para cuidado da mulher de forma completa, profunda e individualizada.

*Fonte: Holding Comunicação

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Médico vascular aponta os riscos de tratamentos estéticos para varizes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Joseilton tony

As varizes são uma doença crônica que atinge o sistema circulatório e exigem diagnóstico e tratamento adequados. Embora o problema seja frequentemente associado à estética, o médico Eraldo Arraes, diretor de Defesa Profissional da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, alerta que tratar “vasinhos” sem avaliação especializada pode trazer consequências graves à saúde, como necrose da pele, trombose, infecções e reações alérgicas.

Em entrevista à coluna Claudia Meireles, o especialista destacou que a escleroterapia - procedimento utilizado para tratar os “vasinhos” e pequenas varizes - tem sido banalizada e, muitas vezes, realizada por profissionais sem formação específica.

“A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** avalia esse cenário com extrema preocupação. A escleroterapia é um procedimento invasivo que exige diagnóstico médico prévio. A banalização do tratamento e a realização por profissionais sem formação específica colocam vidas

em risco”, salienta Eraldo Arraes.

Entenda os riscos de tratar varizes sem acompanhamento médico adequado

Diante do aumento de casos de complicações fatais, o diretor de Defesa Profissional da **SBACV** reforça que especialistas da área têm atuado junto aos conselhos profissionais e à Justiça para combater a prática ilegal da medicina.

“Em maio, foi amplamente divulgada a notícia de uma mulher que veio a óbito durante um procedimento para tratamento de varizes no interior de São Paulo. Ainda sob investigação das autoridades, o episódio reacende discussões sobre segurança, qualificação profissional e os riscos relacionados à realização inadequada da técnica”, lamentou.

As varizes são veias que perderam a capacidade de bombear o sangue de volta para o coração

De acordo com Eraldo, um dos principais problemas está na forma como o tratamento passou a ser visto. “Muitas pessoas associam o tratamento de ‘vasinhos’ apenas à estética, mas existem doenças venosas que podem estar por trás dessas alterações. Quando o procedimento é realizado sem avaliação vascular adequada, o paciente pode receber um tratamento incorreto ou ter uma insuficiência venosa mais importante mascarada”, alerta.

Além de comprometer o diagnóstico correto, a escleroterapia feita de forma inadequada pode provocar complicações sérias. “O paciente pode desenvolver manchas permanentes, queimaduras químicas, necrose da pele, trombose, infecções, reações alérgicas e, em situações mais raras, eventos ainda mais graves”, esclarece.

A trombose é desencadeada pela formação de coágulos no interior dos vasos sanguíneos Saiba como se

proteger

Para orientar pacientes antes da realização do procedimento, Eraldo aponta alguns sinais de alerta. O primeiro deles é desconfiar de clínicas que não realizam avaliação clínica detalhada antes do tratamento.

“Promessas de resultados milagrosos, preços muito abaixo do mercado, realização do procedimento sem exames complementares e clínicas sem estrutura adequada para atendimento de possíveis complicações são pontos que devem ser levados em consideração antes de qualquer procedimento”, reforça. Outro cuidado importante é verificar se o profissional tem Registro de Qualificação de Especialista (RQE) em angiologia e/ou cirurgia vascular.

“Ter apenas o número de identificação profissional do Conselho Regional de Medicina (CRM) não garante que o médico apresenta especialização na área vascular. O paciente pode consultar o RQE e buscar profissionais habilitados para garantir mais segurança durante o tratamento”, reforça o médico. “A população também pode consultar o site oficial da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**, que disponibiliza uma ferramenta pública para busca de especialistas certificados em todo o país”, emenda Eraldo Arraes.

Getty Images Promessas de resultados milagrosos e preços muito abaixo do mercado são sinais importantes a se avaliar antes de marcar qualquer procedimento de saúde

METROPOLES

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

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Paulo Melo

Página inicial

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o

Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Yasmin Brunet revela desafios do lipedema e traz à tona debate sobre a doença

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet utilizou suas redes sociais para abordar publicamente o lipedema, uma condição que a afeta. Ela compartilhou imagens de hematomas em suas pernas, que, segundo a própria, são uma consequência da doença. O relato da celebridade reacende o debate e a conscientização sobre o diagnóstico e o manejo do lipedema, que atinge milhões de mulheres.

A condição, oficialmente reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, ainda é cercada por desinformação e diagnósticos tardios. No Brasil, o lipedema afeta aproximadamente 12,3% da população feminina, conforme dados do Consenso Brasileiro de Lipedema 2025. Frequentemente confundida com obesidade, retenção de líquido ou linfedema, a doença é caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura em regiões específicas do corpo.

O lipedema manifesta-se principalmente nas pernas, quadris e, em alguns casos, nos braços, causando dor, sensibilidade, inchaço e hematomas espontâneos. "Ter

lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada", desabafou Yasmin Brunet em sua postagem, complementando: "Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso". O cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), explica que o acúmulo de gordura na doença é simétrico e bilateral, resistindo ao emagrecimento convencional e, distintamente, poupando os pés, um padrão importante no diagnóstico.

Os hematomas espontâneos, um dos sinais mais frequentes mencionados por Yasmin Brunet, são atribuídos à fragilidade vascular decorrente da inflamação crônica do tecido adiposo. Dr. Herik Oliveira detalha que "existe uma inflamação persistente no tecido afetado, o que torna os vasos sanguíneos mais frágeis e sensíveis. Por isso, pequenos impactos ou até situações sem trauma aparente podem provocar manchas roxas". A modelo, que revelou o diagnóstico durante sua participação no BBB 24, implementou mudanças significativas em sua rotina, incluindo uma alimentação anti-inflamatória (com retirada de glúten e redução de lactose) e a intensificação de exercícios físicos, que, segundo ela, contribuíram para a redução da inflamação e a perda de peso.

O tratamento para o lipedema exige uma abordagem multifacetada e individualizada para cada paciente, que pode incluir exercícios físicos orientados, alimentação anti-inflamatória, controle de peso, terapias compressivas, drenagem, acompanhamento multidisciplinar e, em certos casos, procedimentos cirúrgicos. Dr. Herik Oliveira enfatiza a importância de as pacientes não enfrentarem a doença sozinhas: "O lipedema é uma doença crônica, progressiva e que precisa de acompanhamento adequado", alerta o especialista, ressaltando que muitas mulheres convivem por anos com dor, inchaço e hematomas acreditando ser algo normal. A visibilidade crescente do tema, impulsionada por celebridades, contribui para a

conscientização, mas o desafio do diagnóstico correto ainda persiste devido à desinformação.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina

[Link original](#)

Adelia Mendonça

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso, combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao

final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica

Avançada

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

Inflamação silenciosa: como o tratamento clínico do Lipedema e a Terapia do Magnésio devolvem a agilidade à rotina feminina.

[Link original](#)

Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora | CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica Avançada

Muitas mulheres passam anos acreditando que o inchaço e o peso insuportável nas pernas são apenas reflexos do cansaço ou de uma dieta que não funcionou. No entanto, os números mostram uma realidade bem mais específica: segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 10% do público feminino sofre com o lipedema, uma condição inflamatória crônica que nada tem a ver com a obesidade comum. O problema é que essa gordura acumulada dói, inflama e rouba a agilidade do dia a dia, criando um ciclo de fadiga que, até pouco tempo, parecia não ter solução fora das salas de cirurgia.

A pesquisadora Adélia Mendonça observa que o grande segredo para virar esse jogo está em entender o que acontece abaixo da superfície da pele. Para ela, o lipedema não deve ser encarado como um depósito de gordura estático, mas como um tecido em constante sofrimento metabólico. 'Não estamos falando apenas de estética, mas de uma inflamação silenciosa que trava a rotina da mulher. Quando usamos a cosmiatria para conversar com essas células, conseguimos baixar a pressão interna que causa a dor, devolvendo o prazer de caminhar sem aquele peso de chumbo nos pés', explica a CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria.

Um dos protagonistas dessa transformação é o magnésio, um mineral que muitas vezes passa batido, mas que é vital para quem sofre com o problema. Na terapia mineral aplicada à pele, ele atua como um verdadeiro maestro, ajudando a relaxar a musculatura e a expulsar o excesso de líquido retido entre as células. A cosmetóloga ressalta que essa abordagem é um divisor de águas: 'O magnésio funciona como uma chave metabólica. Quando aplicado de forma que a pele realmente consiga absorver, ele ajuda a drenar o que está estagnado e acalma o sistema nervoso,

combatendo aquela sensação de pernas pulsando ao final do dia'.

O tratamento foca na chamada ciência regenerativa, que busca recuperar a saúde do tecido sem a necessidade de cortes ou procedimentos agressivos. A ideia é usar fórmulas que mimetizam as defesas naturais do organismo, combatendo o estresse oxidativo que mantém as pernas inflamadas. Segundo a especialista, o foco é reorganizar o ambiente onde as células de gordura estão instaladas. Ela defende que, ao limpar esse terreno biológico, o corpo responde rapidamente, reduzindo a sensibilidade ao toque e o volume desproporcional.

Na prática, o que se vê é o resgate da autonomia feminina. Mulheres que antes evitavam usar certas roupas ou que sentiam dor ao serem abraçadas pelos filhos nos joelhos, passam a experimentar um novo nível de conforto. 'O que mais me emociona na pesquisa científica é ver uma paciente recuperar a agilidade de cruzar as pernas ou subir uma escada sem sofrer. A tecnologia de ativos hoje nos permite entregar essa leveza de forma segura, tratando a causa química da dor', pontua Adélia.

O caminho para uma rotina livre desse desconforto passa por uma mudança de estratégia: sair da tentativa e erro e apostar no equilíbrio mineral e na desinflamação profunda. Com o suporte da terapia do magnésio e de protocolos clínicos bem estruturados, o diagnóstico de lipedema deixa de ser uma sentença de dor crônica para se tornar um quadro gerenciável, permitindo que a mulher volte a ser a protagonista da sua própria agilidade.

Acompanhe o trabalho da Adélia Mendonça no Instagram: [@adeliamendoncaoficial](#)

Fonte: Adélia Mendonça - Cosmetóloga | Pesquisadora |

CEO da Adélia Mendonça Cosmiatria Científica
Avançada

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

Tabagismo está entre os principais fatores de risco para doenças vasculares, aponta especialista de sociedade médica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Substâncias tóxicas do cigarro afetam vasos sanguíneos em todo o corpo e podem desencadear infarto, AVC e danos irreversíveis

Divulgação

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**) aproveita a campanha do Dia Mundial Sem Tabaco (31 de maio) para fazer um alerta que vai além das doenças respiratórias. De acordo com o cirurgião vascular e presidente da **SBACV-SP**, Prof. Dr. Antonio Eduardo Zerati, o cigarro compromete diretamente a circulação sanguínea e acelera o desenvolvimento de doenças que estreitam e obstruem as artérias, o que faz reduzir a passagem de sangue para diferentes regiões do organismo.

O especialista afirma que esse processo pode desencadear complicações graves, como infarto do coração, acidente vascular cerebral (AVC) e gangrena nos membros inferiores. A redução progressiva do fluxo

sanguíneo nas pernas está entre os efeitos mais preocupantes. Nos estágios iniciais, a manifestação se dá pela claudicação intermitente, como dor na panturrilha que aparece somente ao caminhar e que cessa com o repouso. No entanto, com o agravamento do quadro, a dor persiste mesmo em estado de descanso, facilitando o surgimento de lesões e infecções que elevam o risco de amputação.

“A causa mais comum de doenças circulatórias arteriais é a aterosclerose, um processo inflamatório que acomete a parede das artérias e leva à formação de placas de gordura que diminuem o espaço por onde o sangue circula, podendo fechar completamente o vaso. E quando a circulação diminui ou é interrompida por completo, o órgão ou tecido nutrido por essa artéria sofre um comprometimento. Os principais fatores associados à aterosclerose são o avançar da idade, a pressão alta, o diabetes, alterações do colesterol e triglicérides, além do cigarro”, explica Dr. Zerati.

O problema ainda pode se potencializar com dois dos componentes mais prejudiciais contidos na fumaça do tabaco: a nicotina, que contrai os vasos e eleva a pressão arterial; e o monóxido de carbono, que reduz a oxigenação sanguínea e favorece a ocorrência de trombose. Devido à alta concentração de substâncias tóxicas na fumaça, o perigo se torna coletivo, pois também agride o sistema vascular de pessoas que convivem com o tabaco, os chamados fumantes passivos.

Dr. Zerati ressalta que o uso de dispositivos eletrônicos, frequentemente vistos como alternativas menos nocivas, é outro ponto de preocupação. O médico adverte que esses produtos mantêm a presença de nicotina e substâncias tóxicas capazes de precipitar eventos cardiovasculares, especialmente em pacientes com histórico cardíaco. Além disso, o tabagismo pode reduzir de maneira grave o fluxo sanguíneo para as

pernas, provocando feridas extremamente dolorosas e que não cicatrizam e, em casos mais graves, gangrena.

A boa notícia, segundo o especialista, é que nunca é tarde para parar de fumar. Os benefícios da cessação acontecem para todo o corpo, já que a pressão arterial responde positivamente em pouco tempo e, com a abstinência contínua, o organismo reduz significativamente a vulnerabilidade a doenças vasculares e oncológicas.

O cirurgião vascular reforça a importância da avaliação médica para os fumantes tanto para a prevenção de doenças cardiovasculares como para auxílio na interrupção do hábito de fumar. Ele também recomenda a prática de atividades físicas regulares aliada a uma dieta equilibrada para preservar a saúde vascular.

Sobre a **SBACV-SP**

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

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

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

'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada': caso de Yasmin Brunet coloca doença em evidência

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Instagram

Modelo e ex-BBB compartilhou imagens de manchas roxas nas pernas causadas pela condição. Especialista em cirurgia vascular explica os sintomas, o diagnóstico tardio e os caminhos de tratamento

A modelo e ex-BBB Yasmin Brunet voltou a chamar atenção para o lipedema nesta semana ao compartilhar, nas redes sociais, imagens de hematomas nas pernas causados pela doença. 'Ter lipedema é saber que você vai ter hematomas do nada', desabafou a modelo. 'Não é fácil, mas estou aprendendo a lidar com isso', completou.

O relato de Yasmin, que revelou o diagnóstico durante o BBB 24 e desde então mudou alimentação e rotina de exercícios para controlar os sintomas, escancarou uma realidade vivida por milhões de brasileiras. O lipedema afeta 12,3% da população feminina no Brasil, segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema (2025), e ainda é amplamente subdiagnosticado.

Para o cirurgião vascular Dr. Herik Oliveira, especialista pela Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (**SBACV**), o lipedema ainda é amplamente confundido com outras condições. 'É uma doença crônica e progressiva, de origem hormonal, que se manifesta predominantemente em mulheres, caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e quadris, acompanhado de dor, sensibilidade e hematomas espontâneos. O acúmulo de gordura ocorre de forma simétrica, bilateralmente, e não responde ao emagrecimento convencional, o que frequentemente leva ao diagnóstico equivocado de obesidade ou linfedema', explica.

Reconhecida pela Classificação Internacional de Doenças (CID) apenas em 2022, a condição afeta milhões de mulheres no Brasil e no mundo, muitas delas sem diagnóstico.

O especialista ressalta que há um detalhe clínico importante para diferenciar o lipedema de outras condições. 'Uma característica fundamental é que, diferentemente de outras causas de inchaço, o lipedema poupa o pé. Isso é um sinal valioso no diagnóstico diferencial', destaca Herik.

O cirurgião vascular comenta que os hematomas espontâneos, como os mostrados por Yasmin Brunet, são um dos sintomas mais marcantes da doença. 'Eles surgem porque há uma inflamação crônica no tecido adiposo afetado é mais frágil e sensível, com vasos sanguíneos que se rompem facilmente mesmo sem trauma aparente. São uma consequência direta da fragilidade vascular associada ao lipedema e indicam que o quadro inflamatório está ativo, precisando ser monitorado e tratado adequadamente', esclarece.

Após o diagnóstico, Yasmin Brunet adotou mudanças alimentares, como a retirada do glúten e redução da

lactose, e passou a praticar exercícios físicos diariamente, o que resultou em perda de 8 kg em dois meses e redução da inflamação.

Para o Dr. Herik, o tratamento deve ser individualizado. 'O exercício físico orientado, a alimentação anti inflamatória, o uso terapia compressiva, medicações antioxidantes, controle do peso ,tecnologias para melhorar gordura, flacidez e celulite e, em casos mais avançados e selecionados procedimentos cirúrgicos são os principais pilares do tratamento. O mais importante é que a paciente não enfrente isso sozinha, pois o acompanhamento médico especializado faz toda a diferença', afirma.

O especialista também reforça a importância de não normalizar os sintomas. 'Muitas mulheres convivem anos com dor, inchaço e hematomas achando que é normal ou que é culpa delas. Não é. O lipedema é uma doença crônica e tem tratamento', conclui.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV