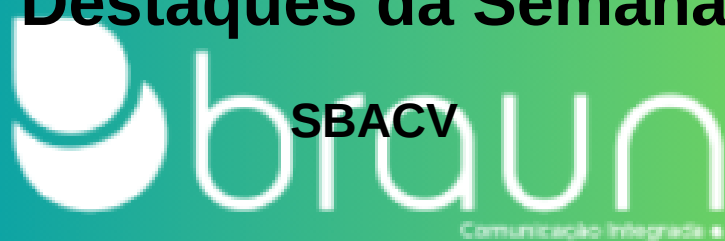


Destaques da Semana

SBACV



Jornal A Tribuna do Espírito Santo Espírito Santo (Noticias - 09/08/2026) Agosto Azul e Vermelho	6
Jornal A Tribuna do Espírito Santo Espírito Santo (Noticias - 09/08/2026) Sinais de doenças que afetam mais de 1,6 milhão no Estado	7
Jornal Bem Paraná Paraná (Noticias - 14/08/2026) Hospital da Grande Curitiba integra mutirão que busca recorde	8
Jornal Estado de Minas Minas Gerais (Noticias - 13/08/2026) CONGRESSO	9
ABC Tudo São Paulo (Noticias - 13/08/2026) Varizes: O Que São, Sintomas, Causas e Tratamentos	10
Araraquara News São Paulo (Noticias - 07/08/2026) CAMPANHA ALERTA SOBRE IMPORTÂNCIA DE CUIDAR DA SAÚDE VASCULAR	13
Bata Mato Grosso do Sul (Noticias - 10/08/2026) Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes Letra de Médico	15
Bem Paraná Paraná (Noticias - 13/08/2026) Hospital da Grande Curitiba integra mutirão que busca recorde	17
Blog do Lamon Rio Grande do Norte (Noticias - 11/08/2026) Agosto Azul Vermelho reforça prevenção das doenças vasculares no RN com ação de Check-up Vascular gratuito	18
Bra 1 São Paulo (Noticias - 13/08/2026) Saúde Vascular: Especialista Alerta para Sinais de Alerta e Prevenção de Doenças Silenciosas	20
Brazil Health São Paulo (Noticias - 12/08/2026) Colesterol alto pode afetar pernas, cérebro e rins antes de dar sinais	22
Emergência 190 Alagoas (Noticias - 10/08/2026) Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes	24
Estação Litoral SP São Paulo (Noticias - 11/08/2026) Varizes afetam 38% dos brasileiros e reforçam importância da prevenção das doenças vasculares	26
Estadão Conteúdo (Noticias - 07/08/2026) TECNOLOGIAS ESTÉTICAS: O QUE ELAS REALMENTE PODEM FAZER PELO SEU CABELO, FACE E CORPO	28

Estado de Minas online Minas Gerais (Noticias - 13/08/2026)	
Baterista estreia em disco com o aval de Samuel Rosa	31
Gaúcha ZH Rio Grande do Sul (Noticias - 09/08/2026)	
Tratamento de varizes em idosos: cirurgia é possível?	33
Gazeta24h Bahia (Noticias - 12/08/2026)	
Condição que afeta cerca de 12,3% das mulheres brasileiras	38
GPS Brasília Distrito Federal (Noticias - 07/08/2026)	
Trombofilia: especialistas explicam os impactos da condição na gravidez	41
Guia do Bebê São Paulo (Noticias - 07/08/2026)	
Mariana Rios Revela Nova Perda Gestacional	43
Hora 1 Notícias Bahia (Noticias - 10/08/2026)	
Deficiência de vitamina D aumenta risco de varizes em 62%	45
IGNews Mato Grosso (Noticias - 10/08/2026)	
Sensação de peso e dores nas pernas pode ser o primeiro sinal de uma doença vascular	46
IGNews Mato Grosso (Noticias - 07/08/2026)	
Sensação de peso e dores nas pernas pode ser o primeiro sinal de uma doença vascular	48
Imagem da Ilha Santa Catarina (Noticias - 09/08/2026)	
Colesterol alto destrói artérias sem avisar Especialista alerta que o LDL elevado favorece placas de gordura nas artérias e aumenta risco de AVC, doença vascular e amputações	50
Jornal Correio da Cidade Minas Gerais (Noticias - 13/08/2026)	
Agosto marca um novo momento para a conscientização sobre a saúde vascular no Brasil	52
Jornal Raio X Mato Grosso do Sul (Noticias - 08/08/2026)	
Cuidado que veste: meias de compressão unem saúde e praticidade para o Dia dos Pais	54
Linkezine Minas Gerais (Noticias - 11/08/2026)	
Lipedema: quando a dor nas pernas revela uma doença ainda pouco reconhecida	56
O Globo Online Nacional (Ela Vida - 10/08/2026)	
Trombofilia: entenda a condição diagnosticada por Mariana Rios e os riscos na gravidez	58
O Universo da TV Rio de Janeiro (Noticias - 12/08/2026)	
Fala Doutor recebe cirurgião vascular para explicar prevenção e sinais de doenças circulatórias	60
Ousados Moda São Paulo (Noticias - 13/08/2026)	

Agosto marca um novo momento para a conscientização sobre a saúde vascular no Brasil	62
Portal !Yoba São Paulo (Noticias - 13/08/2026)	
Lipedema afeta 13% de brasileiras e ainda é confundido com obesidade	64
Portal ComunicaCE Ceará (Noticias - 10/08/2026)	
Por que a celulite volta mesmo após tantos tratamentos?	66
Portal Filipe Mello Paraíba (Noticias - 13/08/2026)	
Amanda Meirelles recebe especialista para tirar dúvidas sobre trombose, aneurismas e varizes no 'Fala Doutor' deste domingo (16)	68
Portal Papo Reto São Paulo (Noticias - 12/08/2026)	
Programa recebe Dr. Caio Focássio para falar sobre prevenção e sinais de doenças vasculares	69
Portal Splish Splash São Paulo (Noticias - 13/08/2026)	
Anabolizantes: 4 riscos que podem afetar a saúde	71
Revista Fanzini Minas Gerais (Noticias - 10/08/2026)	
Avisos Silenciosos no Corpo: Agosto Vermelho Alerta para a Prevenção e Cuidado com a Saúde Vascular	74
Revista Suplementação São Paulo (Noticias - 10/08/2026)	
Agosto Azul e Vermelho: vitaminas e suplementos ajudam a melhorar a saúde vascular?	76
Site Tribuna. Sempre ao Lado do Povo Bahia (Noticias - 13/08/2026)	
Dia Nacional da Consciência Vascular alerta para prevenção de doenças que podem evoluir de forma silenciosa	78
Sou Catarina Santa Catarina (Noticias - 07/08/2026)	
Lipedema atinge mais de 12% das brasileiras; Tecnologia e diagnóstico precoce revolucionam tratamento além da estética	80
Sou de Balsa Paraná (Noticias - 14/08/2026)	
Hospital da Grande Curitiba participa de mutirão nacional de saúde com foco em recorde	83
Tribuna Online Espírito Santo (Noticias - 09/08/2026)	
Doenças vasculares: sinais de alerta que atingem 1,6 milhão no ES	85
Veja Online Nacional (Saúde - 10/08/2026)	
Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes	88
Vida e Ação Rio de Janeiro (Noticias - 13/08/2026)	
Varizes, trombose e pé-diabético: os riscos das doenças vasculares	90
Vida e Ação Rio de Janeiro (Noticias - 13/08/2026)	

Nova lei torna a prevenção da trombose obrigatória em hospitais 92

Viva | Nacional (Noticias - 08/08/2026)

Risco de colesterol alto triplica a partir dos 60 anos; entenda riscos e cuidados 95

Agosto Azul e Vermelho

[Link original](#)

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Sinais de doenças que afetam mais de 1,6 milhão no Estado

[Link original](#)

Autor: Beatriz Brandão

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

Hospital da Grande Curitiba integra mutirão que busca recorde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O Hospital Angelina Caron, em Campina Grande do Sul, integra o mutirão nacional contra varizes que busca recorde no Guinness Book.

O Mutirão Brasil Sem Varizes é uma iniciativa nacional promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**.

A mobilização reúne serviços de saúde de diferentes regiões do país em uma ação concentrada para o tratamento de varizes, com a proposta de realizar o maior mutirão nacional.

As cirurgias serão realizadas durante a manhã de sábado, a partir das 7h.

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

CONGRESSO

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O médico cirurgião vascular mineiro e membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** Josualdo Euzébio Silva é um dos palestrantes no Congresso Mineiro de Estudantes de Medicina 2026 (CMED), desta sexta (14/8) a domingo, em Belo Horizonte. “É uma grande honra participar desse encontro, contribuindo para a formação qualificada de novos médicos e enriquecendo a formação acadêmica”, disse.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Varizes: O Que São, Sintomas, Causas e Tratamentos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Compartilhe: As varizes são veias dilatadas, tortuosas e salientes que aparecem principalmente nas pernas. Elas afetam milhões de brasileiros e vão muito além de uma questão estética. Podem causar dor, sensação de peso, inchaço, câibras e, em casos avançados, alterações na pele e úlceras. No Brasil, a prevalência é alta: estima-se que cerca de 38% da população tenha algum grau de varizes, com maior incidência em mulheres (mais de 45%). Além disso, as varizes dos membros inferiores estão entre as principais causas de afastamento do trabalho por doenças do aparelho circulatório. Neste guia completo e atualizado, você encontra informações confirmadas por fontes confiáveis como Mayo Clinic, NHS, **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** e manuais médicos reconhecidos. O objetivo é explicar de forma clara o que são as varizes, por que surgem, quais os sintomas, quando procurar ajuda e quais os tratamentos disponíveis no Brasil, com foco em prevenção e qualidade de vida. O Que São as Varizes e Como Elas se Formam As varizes (ou veias varicosas) são veias superficiais que se dilatam e se tornam tortuosas devido à falha no funcionamento das válvulas unidirecionais presentes em seu interior. Essas válvulas normalmente se abrem para permitir que o

sangue suba em direção ao coração e se fecham para impedir o refluxo causado pela gravidade. Quando uma ou mais válvulas falham, o sangue retorna e se acumula na veia, aumentando a pressão e fazendo com que ela se dilate e se torne visível sob a pele. O sangue que fica retido pode vazar para os tecidos ao redor, causando inchaço (edema). Com o tempo, a pele pode escurecer, ressecar e, em casos graves, desenvolver úlceras de difícil cicatrização. Embora as varizes sejam mais comuns nas pernas, também podem ocorrer em outras regiões, como a pélvica ou o esôfago (neste último caso, associadas a outras condições). A condição é progressiva. Muitas pessoas começam com veias pequenas e discretas (telangiectasias ou "vasinhos") e, ao longo dos anos, desenvolvem varizes maiores e mais sintomáticas. A hereditariedade desempenha papel importante: se pais ou irmãos têm varizes, o risco aumenta significativamente. Veja também: Beber para Esquecer? O Alcool Piora Tudo! Principais Causas e Fatores de Risco das Varizes A causa principal é a fraqueza das paredes e válvulas das veias. Vários fatores contribuem para o desenvolvimento ou agravamento: Hereditariedade: o fator genético é um dos mais relevantes. Sexo feminino e hormônios: as mulheres têm risco duas a três vezes maior. Gravidez, anticoncepcionais e reposição hormonal enfraquecem as paredes venosas. Idade: o risco aumenta com o envelhecimento. Obesidade e excesso de peso: aumentam a pressão nas veias das pernas. Profissões com longos períodos em pé ou sentado: professores, cabeleireiros, motoristas, profissionais de saúde e trabalhadores de escritório estão entre os mais afetados. Gravidez: o peso do útero e as alterações hormonais elevam a pressão venosa. Histórico de trombose venosa profunda (TVP): danos às válvulas após coágulos podem levar a varizes. Sedentarismo e falta de exercício: a musculatura da panturrilha ajuda a bombear o sangue; quando pouco usada, o retorno venoso piora. No Brasil, dados da **SBACV** e do Ministério da Previdência mostram que as varizes geram milhares de afastamentos anuais, impactando especialmente mulheres em idade produtiva. Sintomas

das Varizes: Quando Prestar Atenção Nem todas as varizes causam sintomas. Muitas pessoas têm veias aparentes sem desconforto. Quando os sintomas aparecem, os mais comuns são: Sensação de peso, cansaço ou fadiga nas pernas, especialmente no final do dia. Dor surda, latejamento, queimação ou formigamento. Inchaço nos tornozelos e pés. Câibras noturnas. Coceira ou ressecamento da pele sobre as veias. Alterações de cor da pele (manchas escuras ou avermelhadas). Em casos avançados: úlceras venosas, sangramento e maior risco de coágulos superficiais. Os sintomas costumam piorar após longos períodos em pé ou sentado, no calor e no final do dia. A presença de dor intensa, inchaço súbito, vermelhidão ou feridas que não cicatrizam exige avaliação médica urgente. Tratamento das Varizes: Do Conservador às Técnicas Modernas O tratamento depende da gravidade, dos sintomas e das preferências do paciente. Começa quase sempre com medidas conservadoras. Veja também:Receitas com Gengibre para Enxaqueca: Alívio Rápido da Dor Medidas de Autoajuda e Tratamento Conservador Meias de compressão: são a base do tratamento inicial. Aplicam pressão graduada (maior no tornozelo e menor na panturrilha), ajudando o sangue a subir. Devem ser colocadas pela manhã, antes de o edema se instalar, e usadas durante o dia. Existem diferentes classes de compressão (leve, média e alta); a escolha deve ser orientada por médico. Elevação das pernas: elevar os tornozelos acima do nível do coração por 15 a 30 minutos, duas ou mais vezes ao dia, reduz o inchaço. Exercício físico: caminhada, natação e exercícios que fortaleçam a panturrilha melhoram o retorno venoso. A natação é especialmente indicada pela pressão da água. Controle de peso: reduzir o excesso de peso diminui a pressão sobre as veias. Cuidados com a pele: hidratar diariamente para evitar ressecamento e coceira. Evitar coçar. Roupas e calçados: preferir roupas largas e sapatos de salto baixo. Evitar peças apertadas na cintura e coxas. Evitar longos períodos na mesma posição: movimentar-se a cada 30-60 minutos. Essas medidas aliviam sintomas e podem retardar a progressão, mas não eliminam as varizes já formadas. Tratamentos Intervencionistas Quando os sintomas persistem ou há complicações, o angiologista ou

cirurgião vascular pode indicar: Escleroterapia (incluindo espuma): injeção de substância que fecha a veia. Ideal para varizes menores e vasinhas. Pode ser feita em consultório. Ablação endovenosa por laser ou radiofrequência: técnica minimamente invasiva em que um cateter aquece e fecha a veia doente. Recuperação rápida. Cirurgia convencional (stripping ou ligadura): retirada da veia afetada por pequenas incisões. Ainda usada em casos selecionados. Laser transdérmico: para vasinhas superficiais. No Brasil, esses procedimentos estão disponíveis tanto na rede privada quanto, em menor escala, no SUS. A escolha depende da avaliação individual com ultrassom Doppler. Prevenção e Qualidade de Vida no Dia a Dia Embora a predisposição genética não possa ser alterada, hábitos saudáveis fazem diferença. Manter peso adequado, praticar atividade física regular, evitar ficar muito tempo parado e usar meias de compressão em situações de risco (viagens longas, gravidez, trabalho em pé) são medidas eficazes. Para quem já tem varizes, o acompanhamento regular com especialista evita complicações e melhora a qualidade de vida. Em muitas profissões brasileiras, o uso preventivo de meias de compressão já é recomendado. Veja também:Remédios Caseiros para Terçol: Porquê Medicar Rapidamente Perguntas Frequentes sobre Varizes As varizes são apenas um problema estético? Não. Embora muitas pessoas busquem tratamento por estética, as varizes podem causar dor, inchaço, alterações de pele e úlceras. Em casos avançados, prejudicam a qualidade de vida e a capacidade de trabalhar. Toda veia aparente nas pernas é variz? Não. Pessoas magras ou musculosas podem ter veias visíveis saudáveis. Varizes são dilatadas, tortuosas e frequentemente associadas a sintomas. Meias de compressão realmente funcionam? Sim. Estudos e recomendações de sociedades médicas confirmam que a compressão graduada reduz edema, alivia peso e dor e ajuda a prevenir progressão e úlceras, desde que usadas corretamente e com a pressão adequada. Gravidez causa varizes definitivas? Nem sempre. Muitas mulheres melhoram após o parto, mas a gravidez pode acelerar o aparecimento ou o agravamento em quem tem predisposição. O uso de meias de compressão durante a gestação é

frequentemente recomendado. Qual o melhor tratamento para varizes? Não existe um único “melhor”. Depende do tamanho das veias, dos sintomas e da avaliação com ultrassom. O médico define entre medidas conservadoras, escleroterapia, laser, radiofrequência ou cirurgia. Veja também: Vacina em Casa: Quando o Atendimento Domiciliar faz Sentido? Varizes podem causar trombose? Varizes aumentam o risco de tromboflebite superficial (inflamação com coágulo em veia superficial). O risco de trombose venosa profunda (mais grave) é menor, mas existe, especialmente se houver outros fatores de risco. É possível prevenir o aparecimento de varizes? Não completamente, principalmente se houver forte componente genético. Porém, controlar peso, exercitar-se, evitar longos períodos parados e usar compressão em situações de risco reduz a chance de desenvolvimento e agravamento. Quando devo procurar um médico? Procure avaliação se houver dor, inchaço persistente, alterações de pele, feridas que não cicatrizam, sangramento ou se as varizes atrapalharem o dia a dia. Avaliação precoce evita complicações. Referências Mayo Clinic. Varicose veins - Symptoms and causes / Diagnosis and treatment. Disponível em: <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/varicose-veins> NHS. Varicose veins. Disponível em: <https://www.nhs.uk/conditions/varicose-veins/> Tua Saúde. Varizes: o que são, sintomas, causas e tratamento. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/varizes/> **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**. Dados sobre prevalência e tratamentos no Brasil. Manual MSD. Varizes. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt/casa/distúrbios-do-coracao-e-dos-vasos-sanguineos/distúrbios-venosos/varizes> Dados do Ministério da Previdência Social e estudos epidemiológicos brasileiros sobre afastamentos e cirurgias de varizes (2024-2025). Este conteúdo tem caráter informativo e educativo. Não substitui consulta com angiologista ou cirurgião vascular. Cada caso é individual e deve ser avaliado por profissional de saúde. Se você apresenta sintomas, busque orientação médica especializada. Compartilhe: **ATENÇÃO** Conteúdo informativo, não substitui médico

Este conteúdo possui caráter informativo e não substitui o diagnóstico feito em consulta médica. Em caso de dúvidas ou aparecimento de sintomas mencionados neste artigo procure um profissional de saúde qualificado para obter um diagnóstico preciso. Lembre-se a automedicação pode ocasionar graves complicações. **OPINIÃO ABCTudo Paulista** Texto em que o autor apresenta e defende suas ideias e opiniões, a partir da interação de fatos e dados. ** Este texto não reflete, necessariamente, a opinião do ABCTudo/IT9. Reportar Artigo Reportar Erro no Artigo Deixe este campo vazio: Nome: Email: Comunicar erro: Tipo de erro: Erro de ortografia Erro no conteúdo do artigo Enviar Fechar

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

CAMPANHA ALERTA SOBRE IMPORTÂNCIA DE CUIDAR DA SAÚDE VASCULAR

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

/ouça este conteúdo/

0:00

A saúde vascular é negligenciada por grande parte da população, até que os primeiros sinais de problemas ocorram. A campanha “Agosto azul vermelho” incentiva os cuidados para evitar diferentes ocorrências, das mais simples às mais graves, podendo se desenvolver em qualquer fase da vida. As condições mais populares são as varizes, trombose, embolia pulmonar, aterosclerose, aneurismas e o pé diabético, sendo algumas delas capazes de originar outros problemas, como os AVC's.

A angiologia e a cirurgia vascular são dedicadas ao diagnóstico e tratamento de doenças do sistema circulatório - artérias, veias e vasos linfáticos - distribuídos pelo corpo. Uma curiosidade das patologias vasculares compartilhada pelo cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Josualdo Euzébio Silva, é que tendem a apresentar origens assintomáticas, apresentando os primeiros sintomas, quando o quadro já se encontra mais grave, restringindo

as alternativas para tratamento.

As varizes são facilmente reconhecíveis, devido às veias dilatadas, em tom azulado ou arroxeado, espalhadas pelos membros inferiores. Apesar de comum, sobretudo em mulheres na terceira idade, não devem ser consideradas banais, pois a falta de cuidados estimula outras doenças, como úlceras e trombose. A mudança de hábitos - com a prática de atividade física, evitar ficar muito tempo em pé e usar meias de compressão aliviam os sintomas desconfortáveis que tendem a surgir, principalmente, no fim do dia.

Publicidade

A trombose também é bastante perigosa e cada vez mais diagnosticada no Brasil. A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** destaca que são mais de 500 mil brasileiros internados com a doença, entre 2012 e 2023, com uma média anual de 180 mil. Apesar de muito vinculada aos idosos, a formação de coágulos acomete em qualquer idade. Josualdo afirma que o problema tem sido cada vez mais diagnosticado em jovens, devido a hábitos de vida inadequados, provocando dor no membro atingido, inchaço, alteração na textura, temperatura e aparência da pele.

A falta de cuidados com a trombose, cuja origem é assintomática, causa outro quadro considerado potencialmente fatal: embolia pulmonar. A situação decorre do trombo que se desprende do local de formação e se move em direção aos pulmões, causando falta de ar, tosse seca ou com a presença de sangue, dor no peito e vertigem.

Os aneurismas são formados pela dilatação anormal de qualquer uma das artérias no pescoço, abdome e atrás do joelho - sendo o tipo cerebral, o mais perigoso. O rompimento de um dos vasos provoca dor considerada excruciante, capaz de levar à morte ou causar sequelas,

muitas vezes, irreversíveis. Qualquer suspeita deve ser tratada como urgência, pois uma rápida tomada de decisão evita fatalidades.

Para o médico, o check-up anual da saúde vascular é essencial, sendo recomendado especialmente para pessoas que possuem doenças vasculares no histórico familiar. “A adoção de práticas saudáveis também garantem maior segurança, como a atividade física, alimentação balanceada, controle de condições secundárias - como a hipertensão, ansiedade e estresse - e o abandono do cigarro, considerado extremamente prejudicial para a saúde vascular, já que os componentes afetam a composição dos vasos, deixando-os mais frágeis”, explica.

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

Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes | Letra de Médico

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Além de contribuir para o fortalecimento ósseo e o funcionamento do sistema imunológico, por exemplo, a vitamina D também pode estar relacionada à saúde vascular. Em estudo publicado no periódico científico *Frontiers in Nutrition*, a deficiência do nutriente foi associada a um risco 62% maior de desenvolvimento de varizes.

A pesquisa analisou dados de mais de 514 000 adultos a partir dos 40 anos que realizaram pelo menos duas dosagens de vitamina D entre 2010 e 2023. Os participantes foram divididos em dois grupos: o primeiro incluía pacientes com deficiência de vitamina D, definida por níveis iguais ou inferiores a 19,9 ng/mL; o outro agrupava indivíduos com concentrações consideradas suficientes, a partir de 30 ng/mL.

Além do risco aumentado para varizes, os autores da investigação também observaram uma associação entre a carência da substância e um risco 122% maior para varizes com úlceras, 171% para varizes com inflamação e 45% para outras complicações.

Uma das hipóteses envolve a atuação da vitamina D sobre o endotélio, camada que reveste internamente os vasos sanguíneos. O nutriente também participa de mecanismos relacionados ao controle da inflamação, do estresse oxidativo e da disponibilidade de óxido nítrico, substância que auxilia na regulação dos vasos.

Como as varizes são resultado de uma combinação entre enfraquecimento da parede venosa, dilatação das veias, alterações nas válvulas responsáveis por conduzir o sangue de volta ao coração e um processo inflamatório local, faz sentido investigar se níveis baixos de vitamina D poderiam contribuir, direta ou indiretamente.

O estudo avaliou ainda pessoas com níveis considerados insuficientes de vitamina D, entre 20 e 29,9 ng/mL, que também apresentaram risco 56% maior de desenvolver varizes em comparação com indivíduos que apresentavam concentrações a partir de 30 ng/mL.

Apesar de relevante para ampliar a investigação sobre prevenção e tratamento de varizes, o estudo aponta uma associação que precisa ser mais investigada. Ainda não podemos afirmar que a deficiência de vitamina D seja uma causa direta das varizes.

Pessoas com deficiência do nutriente podem compartilhar outros fatores que também interferem na circulação, como menor exposição solar, sedentarismo, obesidade, doenças crônicas e hábitos de vida menos saudáveis. E informações sobre exposição solar, prática de atividade física e hábitos de vida, por exemplo, não estavam disponíveis na base de dados analisada.

Vale ressaltar que os resultados não significam que repor vitamina D evitará o aparecimento de varizes ou que toda pessoa com varizes precise realizar a dosagem do nutriente para, necessariamente, iniciar

suplementação. A indicação deve considerar histórico clínico, fatores de risco e avaliação médica individual.

Da mesma forma, corrigir uma eventual deficiência com suplementação não substitui o diagnóstico e tratamento de problemas de circulação. Pessoas com veias dilatadas, dor, peso, inchaço, coceira ou feridas nas pernas não devem hesitar em procurar um cirurgião vascular.

* Aline Lamaita é cirurgiã vascular, mestre em ciências pela Santa Casa de São Paulo e especialista e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Hospital da Grande Curitiba integra mutirão que busca recorde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Redação Bem Paraná

O Hospital Angelina Caron, em Campina Grande do Sul, integra o mutirão nacional contra varizes que busca recorde no Guinness Book.

O Mutirão Brasil Sem Varizes é uma iniciativa nacional promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**.

A mobilização reúne serviços de saúde de diferentes regiões do país em uma ação concentrada para o tratamento de varizes, com a proposta de realizar o maior mutirão nacional.

As cirurgias serão realizadas durante a manhã de sábado, a partir das 7h.

No total, serão atendidos 10 pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS), com procedimentos realizados pela equipe de Cirurgia Vascular por meio de técnicas a laser e radiofrequência.

A ação ocorre no Dia do Angiologista e do Cirurgião

Vascular e integra o Mês Azul e Vermelho, período dedicado à conscientização sobre a prevenção, o diagnóstico e o tratamento das doenças vasculares.

A participação do HAC integra o hospital a uma mobilização de alcance nacional, contribuindo para ampliar o acesso de pacientes do SUS ao tratamento de varizes e reforçar a importância da prevenção e dos cuidados com a saúde vascular. Entre os procedimentos realizados pelo hospital estão a cirurgia convencional, o endolaser, a radiofrequência, a escleroterapia com espuma e as cirurgias arteriais endovasculares de alta complexidade.

Sobre o Hospital Angelina Caron

O Hospital Angelina Caron tem como missão promover saúde com excelência, segurança e gestão eficiente, assegurando atendimento integral, humanizado e qualidade de vida aos seus mais diversos públicos. Localizada ao lado de Curitiba, em Campina Grande do Sul, a instituição é um centro médico-hospitalar de referência no Sul do Brasil.

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

Agosto Azul Vermelho reforça prevenção das doenças vasculares no RN com ação de Check-up Vascular gratuito

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Mobilização da **SBACV** ganha novo impulso com legislação federal e terá, em 29 de agosto, o Check-up Vascular no Ginásio Nélio Dias

Agosto é o mês dedicado à conscientização sobre a saúde vascular no Brasil, e a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional do Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) adere à campanha Agosto Azul Vermelho, iniciativa nacional que alerta a população sobre a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do tratamento adequado das doenças que afetam veias e artérias. As cores da campanha representam exatamente os dois sistemas de circulação: o azul simboliza as veias e o vermelho, as artérias.

A edição deste ano ganha um significado especial por ser a primeira realizada após a sanção da Lei nº 15.470/2026, que instituiu oficialmente no Brasil a Semana Nacional da Saúde Vascular, celebrada anualmente na semana que compreende o dia 17 de agosto. A medida fortalece as ações de educação em

saúde, prevenção e incentivo ao diagnóstico precoce em todo o país.

“A criação da Semana Nacional da Saúde Vascular representa um marco para a saúde pública brasileira e fortalece um trabalho que a **SBACV** desenvolve há décadas. No Rio Grande do Norte, nosso objetivo é ampliar o acesso da população à informação de qualidade, estimular o diagnóstico precoce e mostrar que muitas doenças vasculares podem ser prevenidas ou tratadas com sucesso quando identificadas no momento certo. Educação em saúde salva vidas”, afirma o presidente da **SBACV-RN**, Dr. André Chacon.

Entre as doenças que recebem destaque durante a campanha estão a trombose venosa profunda, a doença arterial periférica, o aneurisma da aorta abdominal, a doença carotídea, o pé diabético vascular, o linfedema e as varizes. Muitas dessas condições evoluem de forma silenciosa e podem provocar complicações graves quando não diagnosticadas a tempo. Por isso, a campanha reforça a importância de hábitos saudáveis, da realização de consultas e exames preventivos, como o check-up vascular anual, e da busca por atendimento com angiologistas e cirurgiões vasculares habilitados.

Outro avanço recente para a especialidade foi a entrada em vigor da Lei nº 15.448, de 30 de junho de 2026, que determina a adoção de protocolos de prevenção do tromboembolismo venoso (TEV) nos hospitais brasileiros. A legislação estabelece medidas para identificação precoce de pacientes com maior risco e incentiva a implementação de estratégias capazes de reduzir uma das principais causas evitáveis de morte hospitalar, fortalecendo a cultura da prevenção defendida pela **SBACV**.

Um dos principais destaques do Agosto Azul Vermelho será o Check-up Vascular, no dia 29 de agosto. A iniciativa reunirá médicos e estudantes de medicina

para avaliação gratuita de pacientes, ampliando o acesso ao cuidado vascular. O Check-up Vascular, realizado anualmente para **SBACV**-RN, busca conscientizar a população sobre a importância de procurar avaliação médica diante de sintomas como dor, sensação de peso nas pernas, inchaço e aparecimento de veias dilatadas, evitando a progressão da doença e suas complicações.

O Check-up Vascular acontecerá das 8h às 15h, no Ginásio Nélcio Dias, com distribuição gratuita de fichas para consultas médicas e orientações sobre a importância do exercício físico, alimentação saudável e prevenção das doenças vasculares

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

Saúde Vascular: Especialista Alerta para Sinais de Alerta e Prevenção de Doenças Silenciosas

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

No Dia Nacional da Consciência Vascular, médico da Clínica SiM explica como identificar problemas de circulação, como trombose e AVC, e dá dicas de cuidados para manter os vasos sanguíneos saudáveis.

Celebrado em 17 de agosto, o Dia Nacional da Consciência Vascular chama a atenção para a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do acompanhamento médico das doenças que afetam veias, artérias e vasos linfáticos. A data integra a campanha Agosto Azul e Vermelho, promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, que busca ampliar a conscientização sobre a saúde vascular.

Muitas pessoas se acostumam com sinais como dor, inchaço persistente, sensação de peso ou cansaço nas pernas, alterações na coloração da pele e feridas que demoram a cicatrizar. Esses sintomas podem estar relacionados a alterações na circulação e não devem ser ignorados, principalmente quando são frequentes ou persistentes. A avaliação médica ajuda a identificar a

causa e iniciar o tratamento adequado antes que o quadro evolua para algo mais grave, explica o angiologista e cirurgião vascular Diego Tavares, da Clínica SiM.

O Dia Nacional da Consciência Vascular é comemorado em 17 de agosto desde 2000, no Brasil.

Doenças cardiovasculares mataram cerca de 400 mil pessoas em 2022 no país, segundo dados do Senado Federal.

Trombose venosa profunda pode causar dor, inchaço e vermelhidão em uma das pernas; se o coágulo migrar para os pulmões, pode causar embolia pulmonar, uma emergência.

Cerca de 85% dos AVCs são isquêmicos, ou seja, causados por entupimento de uma artéria que leva sangue ao cérebro.

Medidas simples como se exercitar regularmente, controlar o peso, não fumar e evitar ficar muito tempo parado ajudam a prevenir problemas vasculares.

A preocupação é relevante diante do impacto das doenças cardiovasculares na saúde da população brasileira. Segundo dados do Senado Federal, com base em informações do Ministério da Saúde e do estudo Global Burden of Disease, cerca de 400 mil mortes foram registradas no Brasil em 2022 em decorrência de doenças cardiovasculares. Em junho deste ano, o Senado aprovou ainda o projeto que institui a Semana Nacional da Saúde Vascular, a ser realizada anualmente na semana do dia 17 de agosto.

Quando se fala em saúde vascular, é comum pensar primeiro em varizes e desconfortos nas pernas. Mas o sistema vascular está presente em todo o organismo, e alterações na circulação podem estar relacionadas a

problemas que vão muito além desses sintomas, incluindo trombose, doença arterial periférica, aneurismas, doença carotídea e pé diabético. Muitas dessas condições podem evoluir sem sintomas evidentes ou apresentar sinais que acabam sendo naturalizados no dia a dia.

A trombose venosa profunda, por exemplo, pode provocar dor, calor, vermelhidão e inchaço, principalmente em uma das pernas. De acordo com o Ministério da Saúde, o problema pode evoluir para embolia pulmonar quando o coágulo se desprende e chega aos pulmões, uma complicação potencialmente grave.

O especialista da Clínica SiM destaca que hábitos cotidianos também têm papel importante na prevenção. Manter-se fisicamente ativo, controlar o peso, não fumar, ter uma alimentação equilibrada e evitar longos períodos de imobilidade são atitudes que contribuem para a saúde dos vasos. Mas prevenção também significa fazer avaliações médicas quando existem fatores de risco ou sintomas, orienta Diego Tavares.

O Ministério da Saúde recomenda a prática regular de exercícios, o controle do peso, a interrupção do tabagismo e a movimentação das pernas durante períodos prolongados sentado como medidas que podem ajudar a reduzir o risco de trombose.

Outro alerta importante envolve o acidente vascular cerebral (AVC), que também está relacionado à circulação sanguínea. Segundo o Ministério da Saúde, cerca de 85% dos AVCs são isquêmicos, causados pela obstrução de uma artéria que impede a chegada de sangue ao cérebro. Fraqueza ou formigamento de um lado do corpo, alteração na fala, confusão mental, dificuldade de enxergar, tontura ou perda de equilíbrio estão entre os sinais de alerta e exigem atendimento médico imediato.

Consciência vascular significa entender que cuidar da circulação é cuidar da saúde como um todo. Não é preciso esperar uma dor intensa ou uma emergência

para procurar ajuda. A avaliação com o especialista pode identificar alterações precocemente e orientar medidas capazes de evitar complicações futuras, reforça Tavares.

Sobre a Clínica SiM

A Clínica SiM, integrante da SiMco Healthcare Platform, é um grupo de clínicas de saúde acessível com presença nos estados da Bahia, Ceará e Pernambuco. Com mais de 230 mil beneficiários ativos, a empresa se destaca pelo compromisso com a democratização da saúde, combinando expansão estratégica, inovação e inclusão para ampliar o acesso a serviços médicos de qualidade.

Serviço

Para mais informações sobre a Clínica SiM e seus serviços, acesse o site www.clinicasim.com ou entre em contato pelo telefone 0800 357 6060.

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

Colesterol alto pode afetar pernas, cérebro e rins antes de dar sinais

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O colesterol alto costuma ser lembrado pelo risco de infarto, mas o impacto vai além do coração. O excesso de colesterol, especialmente o LDL, pode favorecer o entupimento progressivo de artérias em diferentes partes do corpo, elevando a chance de doença arterial periférica (nas pernas), acidente vascular cerebral (AVC) e estreitamento de artérias que irrigam os rins.

De acordo com a cirurgiã vascular Inez Ohashi Torres, da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), o LDL está ligado à aterosclerose, processo em que placas de gordura se acumulam nas paredes dos vasos. “Essas placas se formam de maneira lenta, estreitam os vasos sanguíneos e dificultam a passagem do sangue para os tecidos. É uma alteração silenciosa, que pode evoluir por muitos anos sem sintomas”, afirma.

Quando o problema aparece nas pernas

Nas pernas, a obstrução das artérias pode levar à doença arterial periférica, reduzindo o fluxo sanguíneo e causando dor ao caminhar, a chamada claudicação intermitente. Em quadros mais avançados, a pessoa

pode sentir dor mesmo em repouso e desenvolver feridas de difícil cicatrização, com risco de infecção e amputação.

“Em fases mais avançadas, o paciente pode apresentar dor mesmo em repouso, feridas que não cicatrizam e risco de perda do membro. Além disso, a doença arterial periférica funciona como um sinal de alerta, pois indica que outras artérias do organismo podem estar comprometidas”, diz a especialista.

Risco também envolve AVC e pressão alta

O mesmo mecanismo pode atingir as artérias carótidas, no pescoço, aumentando a possibilidade de AVC. Já o estreitamento das artérias renais pode contribuir para pressão alta de difícil controle e alterações na função dos rins.

Exame é essencial porque pode não haver sintomas

Como a elevação do colesterol e a formação de placas podem evoluir sem sinais, a recomendação é não esperar sintomas para investigar. “Não devemos esperar o aparecimento de sintomas para investigar o colesterol. Os exames de sangue permitem identificar alterações precocemente e iniciar medidas preventivas antes que haja uma alteração vascular importante”, ressalta Torres.

Entre os sinais de alerta citados estão dor no peito ao esforço, dor nas pernas ao caminhar, sensação de frio ou mudança de cor nas extremidades, feridas que não cicatrizam e alterações súbitas de fala, força, visão ou equilíbrio.

A especialista também chama atenção para um ponto comum de confusão: pessoas magras podem ter colesterol elevado, inclusive por fatores genéticos. “A maior parte do colesterol presente no organismo é produzida pelo próprio fígado. Por isso, uma pessoa magra também pode apresentar colesterol elevado,

dependendo da genética, da alimentação e de outros fatores”, afirma.

O controle, quando indicado, combina mudanças no estilo de vida e, em alguns casos, medicação. “O acompanhamento adequado reduz a progressão da aterosclerose, ajuda a estabilizar as placas de gordura e diminui a possibilidade de eventos graves, como infarto, AVC e amputação”, conclui.

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

Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Além de contribuir para o fortalecimento ósseo e o funcionamento do sistema imunológico, por exemplo, a vitamina D também pode estar relacionada à saúde vascular. Em estudo publicado no periódico científico *Frontiers in Nutrition*, a deficiência do nutriente foi associada a um risco 62% maior de desenvolvimento de varizes.

A pesquisa analisou dados de mais de 514 000 adultos a partir dos 40 anos que realizaram pelo menos duas dosagens de vitamina D entre 2010 e 2023. Os participantes foram divididos em dois grupos: o primeiro incluía pacientes com deficiência de vitamina D, definida por níveis iguais ou inferiores a 19,9 ng/mL; o outro agrupava indivíduos com concentrações consideradas suficientes, a partir de 30 ng/mL.

Além do risco aumentado para varizes, os autores da investigação também observaram uma associação entre a carência da substância e um risco 122% maior para varizes com úlceras, 171% para varizes com inflamação e 45% para outras complicações.

Uma das hipóteses envolve a atuação da vitamina D sobre o endotélio, camada que reveste internamente os vasos sanguíneos. O nutriente também participa de mecanismos relacionados ao controle da inflamação, do estresse oxidativo e da disponibilidade de óxido nítrico, substância que auxilia na regulação dos vasos.

Continua após a publicidade

Como as varizes são resultado de uma combinação entre enfraquecimento da parede venosa, dilatação das veias, alterações nas válvulas responsáveis por conduzir o sangue de volta ao coração e um processo inflamatório local, faz sentido investigar se níveis baixos de vitamina D poderiam contribuir, direta ou indiretamente.

O estudo avaliou ainda pessoas com níveis considerados insuficientes de vitamina D, entre 20 e 29,9 ng/mL, que também apresentaram risco 56% maior de desenvolver varizes em comparação com indivíduos que apresentavam concentrações a partir de 30 ng/mL.

Continua após a publicidade

Apesar de relevante para ampliar a investigação sobre prevenção e tratamento de varizes, o estudo aponta uma associação que precisa ser mais investigada. Ainda não podemos afirmar que a deficiência de vitamina D seja uma causa direta das varizes.

Pessoas com deficiência do nutriente podem compartilhar outros fatores que também interferem na circulação, como menor exposição solar, sedentarismo, obesidade, doenças crônicas e hábitos de vida menos saudáveis. E informações sobre exposição solar, prática de atividade física e hábitos de vida, por exemplo, não estavam disponíveis na base de dados analisada.

Continua após a publicidade

Vale ressaltar que os resultados não significam que repor vitamina D evitará o aparecimento de varizes ou que toda pessoa com varizes precise realizar a dosagem do nutriente para, necessariamente, iniciar suplementação. A indicação deve considerar histórico clínico, fatores de risco e avaliação médica individual.

Da mesma forma, corrigir uma eventual deficiência com suplementação não substitui o diagnóstico e tratamento de problemas de circulação. Pessoas com veias dilatadas, dor, peso, inchaço, coceira ou feridas nas pernas não devem hesitar em procurar um cirurgião vascular.

Continua após a publicidade

* Aline Lamaita é cirurgiã vascular, mestre em ciências pela Santa Casa de São Paulo e especialista e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**

Publicidade

Fonte: Veja

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Varizes afetam 38% dos brasileiros e reforçam importância da prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Campanha Agosto Azul e Vermelho destaca a importância do diagnóstico precoce, enquanto cirurgião vascular explica por que nem toda doença vascular apresenta sintomas visíveis

As doenças vasculares costumam evoluir de forma silenciosa e, muitas vezes, só são descobertas quando já provocaram complicações graves, como trombozes, acidentes vasculares cerebrais (AVCs), amputações ou aneurismas com risco de ruptura.

É justamente para ampliar o conhecimento da população sobre esses problemas que a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** promove, durante agosto, a campanha Agosto Azul e Vermelho, mês escolhido por reunir o Dia do Cirurgião Vascular, celebrado em 15 de agosto. A iniciativa busca conscientizar sobre a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do acompanhamento especializado.

A relevância do tema é reforçada pelos números. De

acordo com a **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, a insuficiência venosa crônica pode atingir até 50% da população, enquanto as varizes afetam aproximadamente 38% dos brasileiros, o equivalente a mais de 57 milhões de pessoas. Além disso, doenças cardiovasculares, grupo que inclui diversas enfermidades vasculares, respondem por cerca de 30% dos óbitos no país, tornando a prevenção um dos principais aliados para reduzir complicações e salvar vidas.

Segundo o cirurgião vascular Dr. Carlos Alberto Martins Carvalho, que é Presidente do Departamento de Cirurgia Vascular da APM Santos, um dos principais desafios da especialidade é combater a falsa percepção de que os problemas vasculares só merecem atenção quando as veias ficam aparentes.

“O maior mito é acreditar que apenas quem apresenta varizes visíveis precisa procurar um cirurgião vascular. Muitas doenças vasculares evoluem sem sintomas evidentes. Pessoas com histórico familiar, fumantes ou que apresentam fatores de risco devem realizar avaliações preventivas para identificar alterações antes que elas provoquem complicações mais graves”, afirma.

Entre as doenças que podem ser diagnosticadas precocemente estão a trombose venosa profunda, a doença arterial periférica, os aneurismas da aorta, o pé diabético e as próprias varizes, que vão muito além da questão estética.

O especialista explica que sinais frequentemente associados ao cansaço podem, na verdade, indicar alterações na circulação. Entre eles estão inchaço frequente, especialmente no final do dia; dor, sensação de peso, queimação ou câimbras nas pernas; alterações na pele, como manchas escuras ou endurecimento; feridas que demoram para cicatrizar; e veias dilatadas e tortuosas.

conclui.

“Quanto mais cedo essas alterações são identificadas, maiores são as chances de um tratamento menos invasivo e de evitar complicações que comprometem a qualidade de vida do paciente”, destaca.

O médico lembra ainda que hábitos de vida exercem influência direta sobre a saúde vascular. Sedentarismo, obesidade, hipertensão, diabetes e tabagismo estão entre os principais fatores que favorecem o desenvolvimento de doenças que comprometem o funcionamento adequado das artérias e das veias.

“O tabagismo, por exemplo, contribui para a obstrução das artérias. O diabetes prejudica a microcirculação, enquanto o sedentarismo dificulta o retorno venoso. A adoção de hábitos saudáveis, com prática regular de atividade física, alimentação equilibrada e abandono do cigarro, reduz significativamente esses riscos”, explica.

Outro equívoco comum, segundo Dr. Carlos Alberto, é acreditar que a consulta com o cirurgião vascular deve ocorrer apenas quando surgem sintomas importantes. Ele ressalta que pessoas sem manifestações aparentes, mas com fatores de risco ou histórico familiar de doenças vasculares, também devem realizar avaliações preventivas.

“Em muitos casos conseguimos identificar alterações completamente assintomáticas, como aneurismas da aorta abdominal, antes que evoluam para situações de emergência. A prevenção continua sendo a melhor estratégia para preservar a saúde vascular.”

Para o especialista, campanhas como o Agosto Azul e Vermelho cumprem um papel fundamental ao aproximar a população da informação de qualidade e reforçar que cuidar da circulação significa proteger todo o organismo.

“O sistema vascular é responsável por levar oxigênio e nutrientes para todos os órgãos. Quando ele funciona bem, todo o corpo se beneficia. O diagnóstico precoce e o acompanhamento adequado fazem toda a diferença na prevenção de complicações e na qualidade de vida”,

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

TECNOLOGIAS ESTÉTICAS: O QUE ELAS REALMENTE PODEM FAZER PELO SEU CABELO, FACE E CORPO

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Tecnologias estéticas: o que elas realmente podem fazer pelo seu cabelo, face e corpo

Por Markable Comunicação | Homework

Markable Comunicação | Homework/Nacional - De tratamentos para queda capilar e flacidez a recursos contra gordura localizada e alterações vasculares, especialistas explicam as possibilidades de tratamento com diferentes tecnologias em alta atualmente.

As tecnologias estéticas estão cada vez mais diversificadas e capazes de atuar em diferentes estruturas do organismo, como pele, musculatura, gordura, vasos sanguíneos e couro cabeludo. Com mecanismos de ação e indicações distintos, esses recursos podem contribuir para melhorar o contorno facial e corporal, a firmeza e a qualidade da pele, a saúde dos cabelos e alterações vasculares. A seguir, especialistas explicam como funcionam e para quais casos são indicadas algumas das principais tecnologias disponíveis atualmente:

triLift: O triLift é capaz de abordar simultaneamente diferentes estruturas envolvidas na flacidez de maneira não invasiva graças à união da tecnologia DMSt, de estimulação muscular dinâmica, com radiofrequência TriPollar®. 'Enquanto a tecnologia DMSt atua na musculatura, a radiofrequência age na pele, contribuindo para melhorar o tônus, a firmeza e a textura', esclarece o dermatologista Dr. Renato Soriani (@renatosoriani.dermato), membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD) e referência em tratamentos dermatológicos com tecnologias. 'O tratamento é indicado para flacidez facial leve a moderada, perda de firmeza, redução do tônus muscular, diminuição da definição do contorno facial, rugas e alterações de textura da pele, além de poder ser usado também para tratar a flacidez dos braços', destaca o médico.

Ignite RF: O Ignite RF entrega energia de radiofrequência de diferentes formas para melhorar a qualidade da pele e reduzir a flacidez. 'Com o Morpheus, microagulhas emitem calor na superfície para estimular a produção de colágeno e melhorar a flacidez de pele. Já a ponteira QuantumRF é integrada com uma cânula para entregar energia na camada subdérmica, aquecendo e estimulando a produção de colágeno para proporcionar uma poderosa contração tecidual', explica o Dr. Marcelo Rudy (@dr marcelorudy), cirurgião plástico membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCEP). 'A associação do Morpheus com a Quantum RF torna o Ignite RF um tratamento minimamente invasivo, seguro, preciso e eficaz da flacidez', explica a dermatologista Dra. Flávia Brasileiro (@renascencedermatologiapp), membro da SBD. A plataforma também conta com uma ponteira para ser usada quando há acúmulo de gordura associado. 'Por meio de uma fina cânula que, ao ser inserida na pele, emite energia bidirecional, a tecnologia aquece o tecido de dentro para fora e vice-versa, promovendo quebra de

gordura por calor enquanto firma a pele', destaca o Dr. Marcelo Rudy.

Atria II: O Atria II, da LMG (@lmg_oficial), é a evolução da tecnologia de ultrassom focado do consagrado Atria. 'Com mais potência de entrega de energia, pontos de coagulação, rapidez, eficácia e segurança, o equipamento associa, na mesma ponteira do ultrassom, as tecnologias de radiofrequência bipolar e de campo eletromagnético. Enquanto a radiofrequência bipolar atua superficialmente, o ultrassom trabalha as camadas médias e profundas, chegando até a gordura. Já o campo eletromagnético atua na musculatura', diz o dermatologista Dr. Abdo Salomão Jr., membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia. Segundo o especialista, o Atria II é indicado para o tratamento de flacidez leve a moderada em qualquer área do corpo, incluindo face, pescoço, braço, abdômen e coxas.

Exocube e Folix: O Exocube é um pequeno cubo capaz de transformar o sangue do paciente em um material rico em exossomos, grandes aliados em casos de queda capilar. 'Além de estimularem o crescimento dos fios e melhorarem a densidade capilar, os exossomos contribuem com a saúde do couro cabeludo e promovem hidratação dos fios, tornando-os mais fortes e brilhantes', explica a médica Dra. Lilian Brasileiro (@lilianbrasileiro.dra). Mas ela ressalta que o tratamento não cria novos folículos onde eles já deixaram de existir. 'O objetivo é atuar sobre folículos ainda presentes e melhorar as condições biológicas do couro cabeludo para que tenham maior possibilidade de resposta', acrescenta. Com relação aos cabelos, outra tecnologia recém-chegada ao Brasil é o FoLix, primeiro laser fracionado desenvolvido especificamente para casos de alopecia androgenética. 'O equipamento cria microzonas térmicas controladas no couro cabeludo, estimulando a reparação tecidual e favorecendo a atividade dos folículos', diz a Dra. Lilian.

Hydrfacial: O Hydrfacial (@hydrfacialbrasil) promove melhora instantânea da qualidade da pele, auxiliando na uniformização do tom e da textura e no aumento da firmeza, maciez e brilho da pele. 'O equipamento tem

ponteiras com uma tecnologia exclusiva capaz de gerar um vórtice que extrai impurezas ao mesmo tempo em que infunde ativos na pele. Assim, o procedimento limpa, revitaliza, hidrata e purifica o tecido cutâneo para proporcionar um glow natural', explica a Dra. Flávia Brasileiro. O procedimento também pode ser realizado na pele corporal. 'O Hydrabody, do equipamento Hydrfacial, é capaz de melhorar a saúde da pele corporal, promovendo limpeza profunda, remoção de células mortas e controle da oleosidade, além de reduzir as chances de recorrência da foliculite', diz a médica Dra. Lilian Brasileiro.

Laser Nd Yag 1064: Segundo a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita (@alinelamaita.vascular), membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, o laser Nd Yag 1064 é o que existe de mais específico para tratamento de lesões vasculares, como vasinhos e veias na testa. 'O laser emite feixes de luz que atravessam a pele e atingem a veia, provocando um aquecimento que fecha o vaso. Ele apresenta maior efetividade no tratamento, podendo ser utilizado até em veias mais calibrosas', explica a médica. O laser é capaz de aquecer e 'queimar' o vaso, deixando que o organismo se encarregue de eliminá-lo. 'O tratamento tem grande nível de segurança, é rápido, não invasivo e indicado para todos os tipos de veias faciais', acrescenta.

Ultraformer MPT: Para reduzir a gordura localizada e melhorar o contorno corporal, o Ultraformer MPT conta com um formato de onda que garante resultados muito melhores praticamente sem dor. 'As ondas de ultrassom atuam profundamente, atingindo as diferentes camadas da pele para diminuir a gordura localizada, além de estimular colágeno para aumentar a firmeza e elasticidade da pele e reduzir a flacidez corporal', diz a cirurgiã plástica Dra. Beatriz Lassance (@drabeatrizlassance), membro titular da SBCP. Dessa forma, é possível conquistar um contorno corporal mais definido e uma silhueta mais esculpida. 'A forma de entrega da energia em múltiplos pontos faz o tratamento ser praticamente indolor', diz a médica.

Lipedefinition: Técnica autoral do Dr. Rafael Erthal (@dr rafaelerthal), a Lipedefinition combina princípios da cirurgia para lipedema com recursos de definição corporal para retirar a gordura de forma precisa ao mesmo tempo em que melhora o contorno das áreas acometidas pela doença. 'Utilizamos tecnologias de última geração, como o ultrassom cirúrgico e a vibrolipoaspiração, para remover a gordura inflamatória com extrema precisão, protegendo vasos linfáticos e nervos, enquanto aplicamos conceitos de luz e sombra para definir a musculatura que estava 'escondida' pelo lipedema. Também podemos utilizar recursos voltados à retração da pele para potencializar ainda mais o efeito estético', explica o cirurgião plástico Dr. Rafael Erthal, referência no tratamento de lipedema. Por meio da utilização das tecnologias, é possível reduzir o peso dos membros com menos trauma aos tecidos. 'Assim, o pós-operatório tende a ter menos inflamação residual, favorecendo a recuperação da mobilidade e o alívio das dores crônicas associadas ao lipedema', completa.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Baterista estreia em disco com o aval de Samuel Rosa

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Uma das revelações da música em Minas, Marcelo Dai marcou para a próxima quarta-feira (19/8) show de pré-lançamento do seu primeiro álbum autoral, "Figa", no Teatro Sesiminas.

O disco do cantor, multi-instrumentista e diretor musical será lançado nas plataformas digitais em 18 de setembro. Gravado no estúdio Sonastério, "Figa" reúne participações de Samuel Rosa, Paula Lima, Maurício Tizumba, Sérgio Pererê e da Orquestra Sesiminas.

No roteiro do show, as 16 canções do álbum em arranjos inéditos, executados por uma grande formação de músicos. O show contará ainda com as participações especiais de Sérgio Pererê, Maurício Tizumba, Pereira da Viola, João Gabriel, Fred Jamaica, Léo Machaka e Chico Bueno, artistas que dialogam diretamente com a trajetória de Marcelo Dai e com a identidade musical do projeto.

• NO PALCO

Marcelo Dai estará acompanhado por Daniel Guedes e Cícero Lucas (percussão), Evandro Canutto (teclados),

Aloízio Horta (baixo), Acauã Ranne (guitarra), Xande Moreira (saxofone alto/tenor), Pedro Mota (trompete/flugelhorn), Leonardo Brasilino (trombone), Vinicius Augustus (saxofone barítono), Chico Amaral (saxofone tenor/soprano), Carla Sceno, Luiza Cruz e Nega Kelly (backing vocal).

• PRÊMIO JABUTI ACADÊMICO

Ensaio biográfico sobre o escritor mineiro Silviano Santiago, "Presente do acaso" (Editora Autêntica), obra do jornalista João Pombo Barile, conquistou o Prêmio Jabuti Acadêmico na categoria Letras, Linguística e Estudos Literários.

O autor, redator e repórter do Suplemento Literário de Minas Gerais e colaborador do caderno Pensar, do Estado de Minas, trabalhou ao longo de dois anos no projeto, período em que realizou entrevistas com Silviano no Rio de Janeiro e em Belo Horizonte. Troca de e-mails e mensagens também serviram como fonte de informações para o livro lançado em novembro de 2025. Barile fugiu da biografia tradicional ao optar pelo ensaio biográfico para escrever o retrato de um dos principais intelectuais brasileiros vivos.

• MÚSICA

Amanda Birchall lança "Presságios", seu primeiro álbum autoral da cantora, com show no próximo dia 28, às 20 horas, no Teatro de Bolso do Centro Cultural Sesiminas.

• CONGRESSO

O médico cirurgião vascular mineiro e membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** Josualdo Euzébio Silva é um dos palestrantes no Congresso Mineiro de Estudantes de Medicina 2026 (CMED), desta sexta (14/8) a domingo, em Belo Horizonte.

"É uma grande honra participar desse encontro,

contribuindo para a formação qualificada de novos médicos e enriquecendo a formação acadêmica”, disse.

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

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tratamento de varizes em idosos: cirurgia é possível?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Camila Bengo

Ler resumo

Caracterizadas pela dilatação das veias das pernas, as varizes estão entre os problemas de saúde mais comuns entre os idosos.

Segundo estimativa da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 70% das pessoas com mais de 70 anos convive com a condição. Ainda assim, muitos pacientes deixam de procurar tratamento por acreditarem que, na terceira idade, já não é mais possível operar.

Entretanto, conforme o cirurgião vascular Claudio Nhuch, vice-diretor de defesa profissional da **SBACV**, esse entendimento ficou no passado.

Ele explica que, antigamente, evitava-se tratar idosos porque a única opção era a cirurgia tradicional, que exige anestesia geral e repouso prolongado. Mas o tratamento para varizes avançou nos últimos anos, com tecnologias e técnicas minimamente invasivas.

60Mais

Assoalho pélvico

Como fortalecimento de região 'esquecida' do corpo melhora qualidade de vida e intimidade aos 60+

Júlia Ozorio

Exercícios para musculatura pélvica também podem reduzir efeitos da incontinência urinária

Atendimento especializado

Dívidas, golpes e conflitos familiares: serviço gratuito da Justiça acolhe idosos e ajuda a resolver problemas no RS

Pâmela Rubin Matge

Desde junho, Centro Judiciário de Solução de Conflitos e Cidadania 60+ foi ampliado para todo o Estado

60 Demais

'A pessoa não precisa mais chamar o filho': casal ensina tecnologia para idosos e reúne mais de 350 mil seguidores

Júlia Ozorio

Iniciativa virou febre nas redes sociais ao mesmo tempo que auxilia na autonomia e confiança de pessoas da terceira idade

De Portugal à Espanha

'Foi a maior experiência da minha vida': idosa de 83 anos conclui sozinha Caminho de Santiago de Compostela

André Malinoski

Em março deste ano, a aposentada Marlene Terezinha de Carvalho Leite percorreu cerca de 634 quilômetros sem qualquer companhia

Cuidado ao longo da vida

60+: quase metade dos casos de demência na velhice poderiam ser evitados; especialistas mostram como

Sofia Lungui

Evento da Brain Week, em Porto Alegre, debateu como mudanças simples de estilo de vida podem contribuir para evitar doenças como o Alzheimer no futuro

Apoio animal

'Dá uma emoção como se eu fosse criança ainda': os benefícios da pet terapia para pessoas 60+

André Malinoski

Interação com bichos traz alegria e alivia a solidão de idosos. Zero Hora acompanhou visita de voluntárias com cães a residentes do Asilo Padre Cacique, em Porto Alegre

Ponto de atenção

'Nos dias frios, minha pressão sobe': por que o inverno gaúcho aumenta o risco de infarto entre idosos

Isabella Sander

Frio somado à oscilação brusca de temperatura causa vasoconstrição, o que gera aumento na pressão arterial

O preço de viver mais

Quanto custa envelhecer? Como remédios, plano de saúde e cuidado afetam a vida financeira dos 60+

Camila Bengo

Rio Grande do Sul, por exemplo, lidera proporcionalmente o ranking de idosos no Brasil

O buraco é mais embaixo

'Porto Alegre está distante de ser amigável ao envelhecimento': mobilidade urbana é desafio para os 60+

Vinicius Coimbra

Segundo especialistas, a capital gaúcha trata a acessibilidade como adaptação pontual, e não como princípio de planejamento

Nascida em 1912

'Levar a vida na brincadeira e namorar bastante também', aconselha idosa que completou 114 anos em Santo Ângelo

Tamires Hanke

Embora não haja confirmação oficial sobre recordes de longevidade, a idosa pode estar entre as pessoas mais velhas do Brasil

Quiz dos Idosos

'Vitamina para a vida': grupo de idosos do RS vira fenômeno nas redes com 2 milhões de seguidores

Eduarda Costa

Perfil 'Quiz dos Idosos' de Erechim, no norte gaúcho, transformou brincadeira de família em exemplo de envelhecimento de forma ativa

Eles querem participar

'Vou votar até quando conseguir caminhar': eleitorado 60+ dispara e desafia estratégia de campanhas no RS

Vinicius Coimbra

Estado registrou aumento de 84,6% desta fatia da população entre 2008 e 2024

Além disso, segundo o especialista, a idade já não é o único fator a ser considerado na avaliação das alternativas terapêuticas.

- Precisamos entender o que é ser idoso hoje. Temos pessoas de 70, 80 e até 90 anos extremamente saudáveis e ativas. Levamos muito mais em consideração a condição física e clínica do paciente do que a idade cronológica, de modo que um idoso saudável pode ser submetido até mesmo ao tratamento cirúrgico - comenta.

O que são varizes?

As varizes são a manifestação visível da doença venosa crônica, uma alteração do sistema circulatório que prejudica o transporte do sangue ao coração.

Segundo o cirurgião vascular Oscar Rockenbach, do Hospital São Lucas da PUCRS, chamamos de varizes os vasos sanguíneos superficiais que ficam dilatados e tortuosos em razão da doença.

Além do efeito estético - uma vez que as veias ficam visíveis sob a pele -, essa condição pode trazer incômodos e impactar a qualidade de vida.

- Grande parte dos pacientes apresenta sensação de peso nas pernas, dor, inchaço e coceira. Com o tempo, podem surgir alterações na cor da pele, flebites superficiais (caroços endurecidos causados pela inflamação das veias varicosas) e úlceras varicosas (feridas associadas a varizes antigas não tratadas, que se formam geralmente na região do tornozelo) - explica Rockenbach.

Entre os principais fatores de risco estão histórico familiar, obesidade ou sobrepeso, sedentarismo, hábito

de ficar em pé ou sentado durante muito tempo e envelhecimento - o que explica a alta prevalência da doença entre os idosos.

De acordo com Rockenbach, isso ocorre porque o colágeno presente nas paredes das veias naturalmente se torna menos resistente. Conforme a idade avança, favorece sua dilatação. Nhuch acrescenta que a perda de massa muscular característica do envelhecimento também contribui para a piora do quadro.

Quais as melhores opções de tratamento?

Endolaser

O cirurgião vascular Claudio Nhuch explica que o 'padrão ouro' do tratamento é o endolaser, uma técnica minimamente invasiva que permite 'secar' os vasos varicosos sem a necessidade de grandes cortes ou intervenções.

O procedimento consiste na inserção de uma fibra óptica ultrafina nas veias doentes por meio de um pequeno furo na pele. O material emite um laser que fecha e seca a variz por dentro, sem que as veias precisem ser retiradas. Depois, o próprio organismo absorve o vaso.

- O endolaser é feito apenas com anestesia local. O paciente pode retomar sua rotina quase imediatamente. É necessário utilizar meias de compressão e evitar esforço intenso por alguns dias, mas não é preciso fazer repouso, o que reduz os riscos de trombose e o tempo de recuperação - detalha Nhuch.

Escleroterapia com espuma densa

É indicada para o tratamento de varizes menores. Nesta técnica, uma substância espumosa, à base de polidocanol, é injetada diretamente nas veias doentes, promovendo seu fechamento.

Conforme Nhuch, a escleroterapia é ainda mais simples que o endolaser e costuma ser realizada no próprio

consultório, sem precisar nem mesmo de anestesia local - embora, para pacientes mais sensíveis, possa ser utilizado algum anestésico tópico.

A recuperação prevê o uso de meias, mas sem maiores restrições.

Cirurgia convencional

A cirurgia convencional envolve uma conduta mais invasiva e, por isso, tem um pós-operatório delicado. No procedimento, o cirurgião retira as veias doentes de dentro da perna, puxando-as através de cortes feitos, geralmente, nos tornozelos e nas virilhas.

A operação envolve anestesia geral ou raquianestesia (a injeção é feita nas costas e o paciente permanece acordado, mas sem sensibilidade nos membros inferiores).

Devido às incisões, é necessário levar pontos e usar faixas nas pernas durante os primeiros dias, além de meias de compressão. O repouso relativo também é indicado por um período mais longo, de uma a duas semanas, dependendo da dimensão do procedimento realizado.

Rockenbach explica que a ideia de que os idosos não podem fazer cirurgia de varizes está relacionada, justamente, ao pós-operatório mais complicado e à necessidade de anestesia. Entretanto, segundo ele, somente a idade não desabilita o paciente ao procedimento.

As técnicas minimamente invasivas são preferíveis para quem tem mais de 60 anos, mas os idosos com condições clínicas adequadas podem realizar também a cirurgia convencional.

- Cada caso deve ser avaliado de forma individual. O importante é deixar claro que ser idoso não impede o tratamento. O cirurgião vascular vai avaliar as condições clínicas do paciente para escolher entre laser, espuma ou cirurgia - diz Rockenbach

Acesso ainda é desafio

Apesar do avanço nas alternativas de tratamento, o acesso ainda é um desafio para boa parte da população. Isso porque no Sistema Único de Saúde (SUS) somente estão disponíveis a cirurgia convencional e a escleroterapia com espuma densa, que não consegue tratar varizes maiores.

O endolaser - melhor opção para idosos que apresentam varizes importantes e não podem passar pela cirurgia - não está disponível na rede pública e não faz parte da cobertura obrigatória dos planos de saúde.

Isso faz com que muitos pacientes fiquem sem tratamento ou sejam submetidos à cirurgia convencional, mesmo com riscos. Além disso, o tempo de espera costuma ser elevado para usuários do SUS.

- A fila da cirurgia de varizes é uma das maiores - diz Rockenbach, que atende pela rede pública no Hospital São Lucas da PUCRS. - Em instituições de alta complexidade, a especialidade precisa priorizar casos graves como AVC, aneurisma e obstruções arteriais com risco de perda de membro. Como as varizes são uma doença de baixo risco, acabam ficando por último na fila - esclarece.

Mutirão para reduzir a fila

Foi justamente para reduzir essa espera que a **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** criou o mutirão Brasil Sem Varizes, que será realizado em todo o país em 15 de agosto, quando se celebra o Dia do Cirurgião Vascular.

Cerca de cem centros de saúde distribuídos em 17 Estados participarão da ação, que realizará cerca de dois mil procedimentos gratuitos para pacientes que aguardam pelo tratamento.

- Faremos cirurgias, escleroterapia com espuma e endolaser, este último graças a doações de fibras que

recebemos. É uma grande ação social de médicos doando seu tempo para reduzir filas que se arrastam por anos - detalha Claudio Nhuch, que coordena o projeto junto à **SBACV**.

Em Porto Alegre, participarão do mutirão a Santa Casa, o Hospital de Clínicas, o Hospital Conceição e o Hospital São Lucas da PUCRS. Instituições do interior do Estado também aderiram à ação, como o Hospital Geral de Caxias do Sul.

No Hospital São Lucas da PUCRS, por exemplo, 10 pacientes serão atendidos: três por endolaser, seis com espuma densa e um por cirurgia convencional.

- Vamos conseguir tratar 10 pessoas em um único dia. Sem o mutirão, esses pacientes esperariam muito tempo - observa Rockenbach, médico da instituição.

Claudio Nhuch explica que os pacientes que serão atendidos no mutirão já foram contatados pelas instituições de saúde. Conforme o coordenador, a ação será acompanhada pelo RankBrasil - espécie de Guinness Book brasileiro -, a fim de ser registrada como a maior mobilização de especialidade médica para tratamento de uma doença única no país.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Condição que afeta cerca de 12,3% das mulheres brasileiras

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Milhares de brasileiras convivem com dores constantes nas pernas, sensação de peso, hematomas frequentes e aumento desproporcional do volume dos membros inferiores, sem saber que esses sintomas podem estar relacionados ao lipedema. Ainda pouco conhecido, o distúrbio crônico do tecido adiposo permanece subdiagnosticado no Brasil, atrasando o acesso ao tratamento adequado e comprometendo a qualidade de vida das pacientes. Ampliar o conhecimento sobre a doença é um dos caminhos para reduzir o tempo até o diagnóstico e permitir que as pacientes tenham acesso ao acompanhamento adequado.

A relevância do tema é evidenciada por um estudo publicado no Journal of Vascular Brasileiro, que estimou que 12,3% da população feminina adulta brasileira apresenta sintomas compatíveis com alta probabilidade de lipedema, reforçando que a doença representa uma importante questão de saúde pública. O dado foi incorporado ao Consenso Brasileiro de Lipedema, elaborado pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, que também destaca a necessidade de ampliar a conscientização entre profissionais de saúde para reduzir o subdiagnóstico.

Uma doença frequentemente confundida com obesidade

O lipedema é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e, em alguns casos, nos braços. Diferentemente da obesidade, a gordura acometida pela doença costuma ser resistente à perda de peso, mesmo com alimentação equilibrada e prática regular de exercícios. Dor ao toque, sensação constante de peso, inchaço e facilidade para o aparecimento de hematomas também fazem parte do quadro clínico.

A doença ainda enfrenta demora para ser diagnosticada no Brasil porque seus sinais são frequentemente confundidos também com o linfedema, inchaço causado pelo acúmulo de líquidos em determinadas regiões do corpo que normalmente seriam eliminados pelo organismo através do sistema linfático, e doenças venosas, além de ainda ser pouco reconhecida por parte dos profissionais de saúde e da própria população.

Segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema, a sobreposição de sintomas com obesidade, linfedema e doenças venosas explica parte da dificuldade diagnóstica, fazendo com que muitas pacientes levem anos até receberem um diagnóstico correto.

Para a Dra. Patricia Lyra, cirurgiã plástica especialista em lipedema e consultora médica da DMC Group, esse atraso interfere diretamente na evolução da doença. “O maior desafio hoje não é apenas tratar o lipedema, mas fazer com que ele seja reconhecido precocemente. Muitas mulheres passam anos acreditando que o problema está relacionado apenas ao excesso de peso, quando, na realidade, convivem com uma doença crônica que exige uma abordagem específica.”

Segundo a especialista, o diagnóstico continua sendo predominantemente clínico, baseado na avaliação

médica, na história da paciente e na exclusão de outras doenças com manifestações semelhantes.

Tratamento evolui e deixa de focar apenas na estética

O consenso publicado pela **SBACV** também reforça uma mudança importante na forma como o lipedema vem sendo tratado. Atualmente, a recomendação é que o cuidado seja multidisciplinar, envolvendo atividade física, fisioterapia, acompanhamento nutricional, terapia compressiva e manejo da inflamação. A cirurgia passa a ser considerada quando existe indicação clínica, persistência dos sintomas e comprometimento funcional, sempre de forma individualizada.

Para a especialista, essa mudança representa uma transformação importante na própria compreensão da doença. “Durante muito tempo o tratamento foi bastante associado ao aspecto estético. Hoje o entendimento é de que o principal objetivo é devolver funcionalidade, reduzir dor, preservar a mobilidade e melhorar a qualidade de vida da paciente. A aparência é uma consequência desse processo, não seu principal propósito.”

Tecnologia e medicina regenerativa impulsionam nova geração de procedimentos

Se o diagnóstico ainda representa um desafio, o tratamento tem avançado rapidamente. A incorporação de tecnologias de alta precisão vem modificando a forma como, em casos selecionados, os procedimentos cirúrgicos são realizados, permitindo maior preservação dos tecidos, redução do trauma cirúrgico e recuperação funcional mais rápida.

Esse movimento acompanha um conceito cada vez mais presente na medicina regenerativa: realizar intervenções que respeitem a biologia do organismo, minimizando a resposta inflamatória, preservando estruturas vasculares e linfáticas e favorecendo os processos naturais de recuperação.

Estudos brasileiros também vêm avaliando tecnologias

aplicadas à lipoaspiração para lipedema. Uma pesquisa desenvolvida pela equipe do professor de cirurgia plástica da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFSCPR) e consultor médico da DMC Group, Dr. Denis Valente, comparou a técnica convencional com um procedimento assistido pela tecnologia One STEP®, observando redução do tempo cirúrgico, menor risco de queimaduras e perda sanguínea, diminuição da dor pós-operatória e retorno mais precoce às atividades em pacientes com lipedema que precisam passar pelo tratamento cirúrgico.

Segundo a Dra. Patrícia Lyra, essas evoluções representam uma mudança na própria lógica do tratamento cirúrgico. “Quando incorporamos tecnologias mais precisas na prática cirúrgica, o procedimento ganha outra lógica: menos trauma para a paciente e mais segurança para o cirurgião. Assim proporcionamos uma melhor qualidade de vida e um retorno mais rápido às atividades cotidianas das pacientes.”

Informação ainda é o principal tratamento

Embora a ciência tenha ampliado significativamente as possibilidades terapêuticas para o lipedema, especialistas ressaltam que a inovação só produz impacto quando a doença é reconhecida precocemente. Reduzir o tempo até o diagnóstico permite que as pacientes tenham acesso mais cedo ao acompanhamento multidisciplinar e, quando indicado, às tecnologias que tornam os procedimentos mais seguros e menos invasivos.

O próprio Consenso Brasileiro de Lipedema destaca que o reconhecimento precoce da doença pode reduzir sua progressão, minimizar complicações e evitar anos de sofrimento físico e emocional decorrentes do diagnóstico tardio.

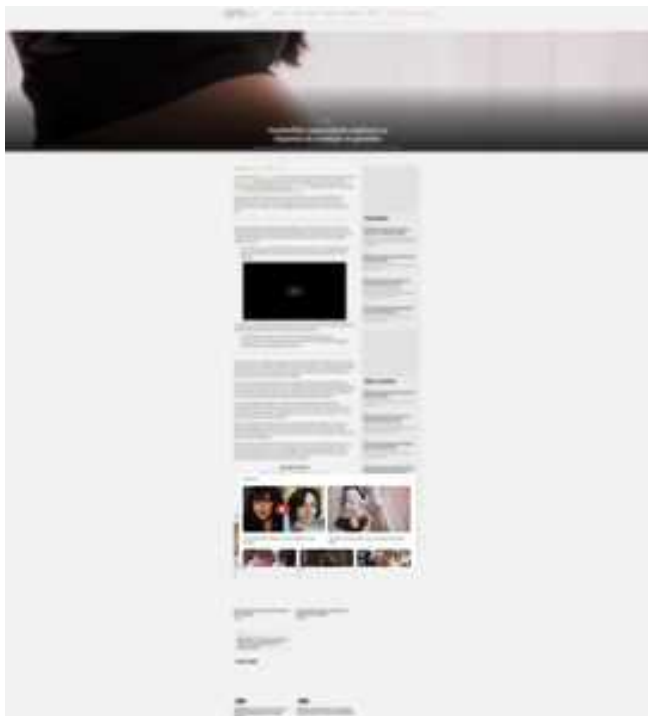
Para Dra. Patrícia, ampliar o debate sobre o lipedema é um passo fundamental para transformar esse cenário. “Assim como outras áreas da medicina evoluíram para procedimentos cada vez menos invasivos e mais precisos, o tratamento do lipedema também caminha

nessa direção. A incorporação de novas tecnologias e protocolos amplia a capacidade de personalizar as intervenções, reduzir o trauma cirúrgico e acelerar a recuperação, refletindo uma mudança de paradigma no cuidado dessas pacientes”, conclui.

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

Trombofilia: especialistas explicam os impactos da condição na gravidez

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A revelação feita por Mariana Rios sobre uma nova perda gestacional reacendeu o debate em torno da trombofilia, condição diagnosticada na atriz após o episódio. O tema, que ainda desperta muitas dúvidas, está diretamente relacionado a alterações na coagulação do sangue e pode exigir cuidados específicos, principalmente durante a gravidez.

Segundo especialistas, a trombofilia não é uma doença em si, mas uma predisposição do organismo a formar coágulos com mais facilidade. Essa característica aumenta o risco de trombose, embora nem todas as pessoas diagnosticadas desenvolvam o problema ao longo da vida.

Na gestação, porém, a atenção precisa ser redobrada. De acordo com a cirurgiã vascular Aline Lamaita, integrante da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a formação desses coágulos pode interferir na circulação da placenta, comprometendo a chegada de oxigênio e nutrientes ao bebê.

“Nem toda pessoa com trombofilia terá trombose, assim como nem toda trombose está ligada à trombofilia. São condições diferentes, embora estejam relacionadas”, esclarece a médica.

O especialista em reprodução humana Rodrigo Rosa explica que, quando a circulação placentária é afetada, diferentes complicações podem surgir ao longo da gestação.

“Dependendo da gravidade, a redução do fluxo sanguíneo pode prejudicar o crescimento fetal. Em situações mais severas, existe risco de descolamento da placenta, parto prematuro e até perda gestacional”, afirma.

Outro desafio é que a condição frequentemente passa despercebida. Em muitos casos, não provoca sintomas até que ocorra alguma complicação. Quando sinais aparecem, costumam incluir inchaço persistente, dor, aumento da temperatura e alteração da coloração da pele, principalmente nas pernas, indicando a possível formação de um coágulo.

Por esse motivo, médicos recomendam uma investigação mais detalhada para mulheres que apresentam histórico de abortos de repetição, episódios de trombose ou familiares diagnosticados com trombofilia. O problema também pode ser identificado durante tratamentos de reprodução assistida, especialmente quando há repetidas falhas na implantação do embrião.

Uma vez confirmado o diagnóstico, o tratamento é individualizado. Em alguns casos, o acompanhamento clínico aliado a mudanças no estilo de vida é suficiente. Em outros, torna-se necessário o uso de medicamentos anticoagulantes, como a heparina, para diminuir o risco de formação de coágulos ao longo da gravidez.

Além da medicação, especialistas reforçam a importância de hábitos saudáveis. Manter uma alimentação equilibrada, controlar o peso, praticar atividade física com orientação médica, hidratar-se adequadamente e evitar cigarro e álcool fazem parte das medidas que contribuem para uma circulação mais eficiente.

Mesmo quando a gestação evolui de forma positiva, mulheres com trombofilia precisam de um pré-natal considerado de alto risco, acompanhado por uma equipe multidisciplinar. Obstetra, especialista vascular e, quando necessário, profissionais da medicina reprodutiva atuam em conjunto para monitorar mãe e bebê durante toda a gravidez.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Mariana Rios Revela Nova Perda Gestacional

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Guia do Bebê

Mariana Rios revela nova perda gestacional em julho e diagnóstico de trombofilia; entenda a condição

Mariana Rios

A atriz Mariana Rios revelou recentemente em suas redes sociais que, em 19 de julho, descobriu uma gravidez e em seguida passou por uma perda gestacional. A atriz, que já passou por outras perdas, disse que recebeu o diagnóstico de trombofilia. Segundo a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a condição refere-se a uma tendência do indivíduo a sofrer com trombose devido a uma circulação prejudicada, o que favorece a formação dos coágulos sanguíneos, característicos da trombose, no interior das veias. “Mas é importante ressaltar que são problemas diferentes. Uma pessoa com trombofilia pode nunca ter uma trombose na vida. E quem sofre com trombose não necessariamente tem trombofilia”, afirma a médica. E a trombofilia pode causar uma série de complicações durante a gestação.

De acordo com o Dr. Rodrigo Rosa, especialista em reprodução humana e diretor clínico da clínica Mater Prime, em São Paulo, as alterações sanguíneas causadas pela trombofilia podem provocar obstrução da circulação placentária, com consequente redução do fluxo de sangue para o local. “Em casos em que apenas parte das veias é obstruída, o resultado pode ser uma diminuição do fornecimento de nutrientes para o bebê com consequente redução do crescimento fetal. Já em casos mais graves, pode ocorrer o descolamento da placenta e até mesmo a morte do feto, levando a partos prematuros e aumentando o risco de aborto”, alerta o médico.

O problema é que a trombofilia é difícil de ser diagnosticada. “Inchaço repentino e duradouro, principalmente nos membros inferiores, dor constante, mudança de coloração e aumento de temperatura no local são sinais de alerta para a formação de um coágulo. Mas a trombofilia é, em muitos casos, assintomática, visto que nem sempre leva à formação de coágulos”, diz a Dra Aline, que, por isso, recomenda que pessoas que tem antecedentes pessoais ou histórico familiar de abortos, trombose ou trombofilia na família mantenham um acompanhamento vascular. Segundo o Dr. Rodrigo, é muito comum, inclusive, as mulheres receberem o diagnóstico de trombofilia durante tentativas de engravidar em procedimentos de fertilização in vitro sem sucesso, já que a condição pode causar falhas na implantação do embrião. “As alterações na circulação causadas pela trombofilia, com aumento do risco da formação de coágulos, podem atrapalhar que a implantação embrionária ocorra como deveria”, diz o médico.

Em caso confirmado de trombofilia, o tratamento é indispensável para assegurar a sobrevivência do bebê e o bem-estar da gestante. Mas a abordagem pode variar dependendo do caso. “Podemos prescrever o uso de anticoagulantes, como a heparina, e a adoção de um estilo de vida saudável, abandonando hábitos que

figuram como fatores de risco para o problema. Recomenda-se, por exemplo, que a mulher pare de fumar e ingerir álcool, consuma bastante água, adote uma alimentação balanceada, realize exercícios físicos regularmente e evite passar muito tempo na mesma posição. Peso excessivo também figura entre os fatores agravantes, pois o excesso de gordura aumenta o estado inflamatório e dificulta o retorno venoso, tornando a circulação venosa mais lenta”, diz a cirurgia vascular.

E durante a gravidez é importante manter o acompanhamento vascular e obstétrico, pois, apesar dos cuidados, a gestação de grávidas com trombofilia ainda é de alto risco. “Por isso, um pré-natal rigoroso é fundamental para garantir a saúde da mãe e do bebê. Além disso, é recomendado o tratamento multidisciplinar do paciente, que deve seguir sendo acompanhado de perto tanto por um obstetra quanto por um médico vascular”, completa o Dr Rodrigo Rosa. “Em casos graves, podemos continuar com o uso de anticoagulantes durante toda a gestação para prevenir o espessamento do sangue e a formação de coágulos. Já em casos em que o risco é menor, apenas o acompanhamento redobrado com um pré-natal reforçado e a adoção de um estilo de vida saudável é suficiente”, finaliza a Dra. Aline Lamaita.

FONTES:

DRA. ALINE LAMAITA: 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. Atua em hospitais de referência e é palestrante em eventos científicos nacionais e internacionais. CRM-SP 101355 | RQE 26557

*DR. RODRIGO ROSA: Ginecologista obstetra especialista em Reprodução Humana e sócio-fundador

e diretor clínico da clínica Mater Prime, em São Paulo, e do Mater Lab, laboratório de Reprodução Humana. Membro da Sociedade Brasileira de Reprodução Assistida (SBRA) e da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana (SBRH), o médico é graduado pela Escola Paulista de Medicina - Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP/EPM). Especialista em reprodução humana, o médico é colaborador do livro “Atlas de Reprodução Humana” da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana. Instagram:

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Deficiência de vitamina D aumenta risco de varizes em 62%

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Estudo com mais de 500 mil pacientes revela a relação entre a vitamina D e o desenvolvimento de varizes.

A vitamina D, conhecida por fortalecer ossos e apoiar o sistema imunológico, também parece influenciar a saúde vascular. Um estudo publicado na revista *Frontiers in Nutrition* aponta que a falta desse nutriente está ligada a um aumento de 62% no risco de desenvolver varizes.

A pesquisa analisou dados de mais de 514 mil adultos com mais de 40 anos que tiveram pelo menos duas medições de vitamina D entre 2010 e 2023. Os participantes foram divididos em dois grupos: um com deficiência de vitamina D (níveis iguais ou inferiores a 19,9 ng/mL) e outro com níveis adequados (a partir de 30 ng/mL).

Além do risco elevado para varizes, o estudo também mostrou uma relação entre a deficiência de vitamina D e um risco de 122% maior para varizes com úlceras, 171% para varizes inflamadas, e 45% para outras complicações. Os pesquisadores sugerem que a vitamina D pode atuar sobre o endotélio, a camada

interna dos vasos sanguíneos, e está envolvida em processos que controlam a inflamação e o estresse oxidativo.

As varizes resultam de fatores como o enfraquecimento da parede venosa e alterações nas válvulas que conduzem o sangue. Portanto, é relevante investigar se níveis baixos de vitamina D podem influenciar esses problemas.

O estudo também observou pessoas com níveis insuficientes de vitamina D (entre 20 e 29,9 ng/mL), que apresentaram um risco 56% maior de desenvolver varizes em comparação com aqueles com níveis adequados.

Embora os resultados sejam significativos para a pesquisa sobre prevenção e tratamento de varizes, ainda não se pode afirmar que a deficiência de vitamina D seja uma causa direta do problema. Indivíduos deficientes podem ter outros fatores que afetam a circulação, como falta de exposição solar, sedentarismo e doenças crônicas, cujas informações não estavam disponíveis na pesquisa.

É importante destacar que o tratamento da deficiência de vitamina D não garante a prevenção de varizes, e a suplementação deve ser avaliada individualmente, considerando o histórico clínico e fatores de risco. Aqueles que apresentarem sintomas como veias dilatadas, dor ou inchaço nas pernas devem buscar orientação de um cirurgião vascular.

Aline Lamaita, cirurgiã vascular e especialista da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, ressalta a importância de uma avaliação médica individualizada.

Fonte: VEJA

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Sensação de peso e dores nas pernas pode ser o primeiro sinal de uma doença vascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Agosto Azul e Vermelho reforça a importância de reconhecer os primeiros sinais e prevenir doenças que comprometem a circulação

Inchaço, sensação de peso nas pernas e câibras frequentes costumam ser atribuídos ao cansaço. Esses sintomas, porém, podem indicar alterações na circulação e merecem atenção.

O alerta ganha força durante o Agosto Azul e Vermelho, campanha da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** voltada à prevenção e ao diagnóstico precoce das doenças vasculares.

Os primeiros sinais costumam ser ignorados

Embora as varizes sejam a manifestação mais conhecida, elas são apenas uma das doenças que comprometem a circulação. Alterações vasculares podem evoluir de forma silenciosa quando não são identificadas precocemente.

Quando se fala em doença vascular, é comum pensar apenas nas pernas. No entanto, sintomas nos membros inferiores podem ser o primeiro sinal de uma doença vascular sistêmica.

O cirurgião vascular do Hospital São Mateus, Jorge Novak, explica que reconhecer esses sinais precocemente pode fazer diferença no diagnóstico e no tratamento.

“Dor, inchaço ou sensação de peso nas pernas podem ser o primeiro alerta de um problema que também compromete outros vasos do organismo. Por isso, esses sintomas não devem ser ignorados e merecem avaliação médica”, afirma.

Além da predisposição genética, sedentarismo, obesidade, tabagismo, diabetes e longos períodos sentado ou em pé aumentam o risco de doenças vasculares. Muitos desses fatores, porém, podem ser modificados com mudanças simples de hábitos.

Pequenas mudanças fazem diferença

Praticar atividade física, manter uma alimentação equilibrada, controlar o peso e evitar o cigarro ajudam a preservar a circulação. Consultas periódicas também favorecem o diagnóstico precoce e reduzem o risco de complicações.

Jorge Novak ressalta que a prevenção deve começar antes dos sintomas mais intensos. Procurar avaliação médica aos primeiros sinais aumenta as chances de um tratamento mais simples e eficaz.

“O diagnóstico precoce amplia as chances de controlar a doença e evitar complicações. Cuidar da saúde vascular é investir em qualidade de vida e bem-estar”, orienta.

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

Sensação de peso e dores nas pernas pode ser o primeiro sinal de uma doença vascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Agosto Azul e Vermelho reforça a importância de reconhecer os primeiros sinais e prevenir doenças que comprometem a circulação

Inchaço, sensação de peso nas pernas e câibras frequentes costumam ser atribuídos ao cansaço. Esses sintomas, porém, podem indicar alterações na circulação e merecem atenção.

O alerta ganha força durante o Agosto Azul e Vermelho, campanha da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** voltada à prevenção e ao diagnóstico precoce das doenças vasculares.

Os primeiros sinais costumam ser ignorados

Embora as varizes sejam a manifestação mais conhecida, elas são apenas uma das doenças que comprometem a circulação. Alterações vasculares podem evoluir de forma silenciosa quando não são identificadas precocemente.

Quando se fala em doença vascular, é comum pensar apenas nas pernas. No entanto, sintomas nos membros inferiores podem ser o primeiro sinal de uma doença vascular sistêmica.

O cirurgião vascular do Hospital São Mateus, Jorge Novak, explica que reconhecer esses sinais precocemente pode fazer diferença no diagnóstico e no tratamento.

“Dor, inchaço ou sensação de peso nas pernas podem ser o primeiro alerta de um problema que também compromete outros vasos do organismo. Por isso, esses sintomas não devem ser ignorados e merecem avaliação médica”, afirma.

Além da predisposição genética, sedentarismo, obesidade, tabagismo, diabetes e longos períodos sentado ou em pé aumentam o risco de doenças vasculares. Muitos desses fatores, porém, podem ser modificados com mudanças simples de hábitos.

Pequenas mudanças fazem diferença

Praticar atividade física, manter uma alimentação equilibrada, controlar o peso e evitar o cigarro ajudam a preservar a circulação. Consultas periódicas também favorecem o diagnóstico precoce e reduzem o risco de complicações.

Jorge Novak ressalta que a prevenção deve começar antes dos sintomas mais intensos. Procurar avaliação médica aos primeiros sinais aumenta as chances de um tratamento mais simples e eficaz.

“O diagnóstico precoce amplia as chances de controlar a doença e evitar complicações. Cuidar da saúde vascular é investir em qualidade de vida e bem-estar”, orienta.

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

Colesterol alto destrói artérias sem avisar **Especialista alerta que o LDL elevado favorece placas de gordura nas artérias e aumenta risco de AVC, doença vascular e amputações**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Quando se fala em colesterol elevado, a principal associação costuma ser com o infarto. No entanto, o excesso de colesterol também afeta as artérias de todo o organismo e pode contribuir para o surgimento de problemas vasculares, como doença arterial periférica, acidente vascular cerebral (AVC) e estreitamento das artérias renais. Em casos mais avançados de comprometimento da circulação dos membros, a doença arterial periférica pode levar a feridas de difícil cicatrização e até à necessidade de amputação.

O alerta ganha destaque no Dia Nacional de Prevenção e Controle do Colesterol, celebrado em 8 de agosto, que reforça a importância do diagnóstico precoce e da adoção de medidas para reduzir complicações.

Segundo a cirurgiã vascular e membro do Departamento de Cirurgia Experimental, Pesquisa e Educação Médica Continuada da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dra. Inez Ohashi Torres, os níveis

elevados de colesterol, principalmente o LDL (conhecido como “colesterol ruim”), favorece a aterosclerose, processo caracterizado pelo acúmulo de placas de gordura nas paredes das artérias. “Essas placas se formam de maneira lenta, estreitam os vasos sanguíneos e dificultam a passagem do sangue para os tecidos. É uma alteração silenciosa, que pode evoluir por muitos anos sem sintomas e só ser percebida quando a circulação já apresenta algum prejuízo”, explica a especialista.

Colesterol elevado afeta diferentes órgãos

Embora o coração seja um dos principais órgãos afetados pela aterosclerose, outras regiões do sistema vascular também podem sofrer consequências. Nas pernas, por exemplo, o acúmulo de placas de gordura está relacionado à doença arterial periférica, que reduz o fluxo sanguíneo e pode causar dor durante a caminhada, conhecida como claudicação intermitente. “Em fases mais avançadas, o paciente pode apresentar dor mesmo em repouso, feridas que não cicatrizam e risco de perda do membro. Além disso, a doença arterial periférica funciona como um sinal de alerta, pois indica que outras artérias do organismo podem estar comprometidas”, afirma Dra. Inez.

Nas artérias carótidas, o acúmulo de placas nas artérias aumenta a possibilidade de AVC. Já o estreitamento das artérias renais pode favorecer o aumento da pressão arterial e alterações na função dos rins.

Diagnóstico precoce ajuda a prevenir complicações

Um dos maiores desafios é que o colesterol alto costuma evoluir de forma silenciosa. A formação das placas ocorre progressivamente e pode ser influenciada por fatores como hipertensão arterial, diabetes, tabagismo, sedentarismo e histórico familiar. “Não

devemos esperar o aparecimento de sintomas para investigar o colesterol. Os exames de sangue permitem identificar alterações precocemente e iniciar medidas preventivas antes que haja uma alteração vascular importante”, ressalta a especialista.

Entre os sinais que merecem atenção estão dor no peito durante esforço físico, dor nas pernas ao caminhar, sensação de frio ou mudança de coloração nas extremidades, feridas de difícil cicatrização e alterações súbitas de fala, força, visão ou equilíbrio.

Pessoas magras também podem ter colesterol elevado

O colesterol alto não está necessariamente associado ao excesso de peso. Pessoas magras também podem apresentar níveis elevados, principalmente por fatores genéticos e alterações no metabolismo. “A maior parte do colesterol presente no organismo é produzida pelo próprio fígado. Por isso, uma pessoa magra também pode apresentar colesterol elevado, dependendo da genética, da alimentação e de outros fatores”, explica Dra. Inez.

A atenção deve ser maior em pessoas com histórico familiar de infarto ou AVC precoce, diabetes, doenças inflamatórias crônicas, doença renal, tabagismo ou níveis elevados de lipoproteína(a).

Controle reduz progressão da aterosclerose

O tratamento do colesterol elevado depende da avaliação individual de cada paciente e envolve mudanças no estilo de vida, como alimentação equilibrada e prática regular de atividade física. Em alguns casos, o uso de medicamentos também pode ser indicado. “O acompanhamento adequado reduz a progressão da aterosclerose, ajuda a estabilizar as placas de gordura e diminui a possibilidade de eventos graves, como infarto, AVC e amputação”, afirma a especialista.

A avaliação inicial costuma ser feita pelo clínico geral ou cardiologista. O cirurgião vascular participa do

acompanhamento quando existem sinais de alteração na circulação, como dor nas pernas ao caminhar, feridas de difícil cicatrização, mudanças de temperatura ou coloração dos membros e suspeita de doença arterial periférica ou carotídea. “Cuidar do colesterol é cuidar de todo o sistema vascular. O acompanhamento médico regular permite identificar alterações antes do surgimento de complicações mais graves”, conclui Dra. Inez.

Da redação

Para receber notícias, clique [AQUI](#) e faça parte do Grupo de WHATS do Imagem da Ilha.

Para mais notícias, clique [AQUI](#)

Siga-nos no Google notícias

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

Agosto marca um novo momento para a conscientização sobre a saúde vascular no Brasil

[Link original](#)



Agosto

[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Maria Teresa

O mês de agosto marca um momento histórico para a medicina preventiva no Brasil ao reunir, de forma inédita, grandes iniciativas dedicadas à conscientização sobre os cuidados com a saúde vascular.

A criação da Semana Nacional da Saúde Vascular, a realização da campanha Agosto Azul Vermelho, o Dia do Médico Vascular (15/8) e os avanços recentes na prevenção do tromboembolismo venoso reforçam um objetivo comum: ampliar o conhecimento da população sobre doenças que, muitas vezes, evoluem silenciosamente e só são descobertas quando já provocaram complicações importantes.

Entre essas iniciativas, a principal novidade é a criação da Semana Nacional da Saúde Vascular, instituída pela Lei nº 15.470/2026. Celebrada na semana que compreende o dia 17 de agosto, a nova data passa a integrar o Calendário Nacional de Saúde e amplia as ações de orientação sobre prevenção, fatores de risco,

diagnóstico precoce e cuidados com a circulação.

Na opinião do presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Antonio Eduardo Zerati, a nova data fortalece as iniciativas educativas da especialidade. “A Semana Nacional da Saúde Vascular destaca a importância do controle e do acompanhamento especializado. A identificação antecipada das doenças vasculares permite intervenções mais eficazes e contribui para reduzir o risco de complicações. Por isso, ampliar o conhecimento da população é essencial para incentivar a busca por avaliação médica no momento adequado”, afirma.

Grande parte das doenças vasculares evolui lentamente e pode permanecer sem sintomas durante anos. Por isso, pessoas com hipertensão, diabetes, colesterol elevado, obesidade, tabagismo, sedentarismo ou histórico familiar precisam manter acompanhamento médico periódico. Estes são os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares.

Dor nas pernas ao caminhar, inchaço persistente, varizes volumosas, feridas de difícil cicatrização, alterações na coloração dos pés ou dos dedos, sensação de frio nas extremidades e mudanças súbitas na visão, fala ou força muscular são sinais que indicam a necessidade de avaliação médica.

Para a cirurgia vascular e diretora de Publicações da **SBACV-SP**, Dra. Dafne Leiderman, a iniciativa contribui para ampliar o entendimento da população sobre os indicadores de risco e os sinais de alerta. “Quanto mais cedo uma alteração vascular é identificada, maiores são as possibilidades de tratamento e de evitar complicações”, explica.

Embora muitas pessoas relacionem o cirurgião vascular apenas ao tratamento das varizes, a especialidade atua

no diagnóstico e tratamento de diversas doenças que acometem artérias, veias e vasos linfáticos.

Agosto também impulsiona estratégias de combate à trombose

Além das ações de conscientização, 2026 marca um avanço importante para a segurança dos pacientes hospitalizados. A Lei nº 15.448/2026 representa um marco na prevenção do tromboembolismo venoso (TEV) ao ampliar as medidas preventivas nos hospitais públicos e privados.

A legislação determina a avaliação do risco de trombose em pacientes internados e a adoção de protocolos preventivos conforme as características clínicas de cada pessoa.

O cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso da **SBACV**-SP, Dr. Adilson Ferraz Paschoa, destaca que a medida reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas. “A prevenção do tromboembolismo venoso é uma estratégia fundamental para reduzir complicações e salvar vidas. Com a nova legislação, essa prática ganha ainda mais respaldo e contribui para ampliar a segurança dos pacientes hospitalizados”, afirma.

Segundo o Dr. Zerati, o mês de agosto traz alertas de prevenção que, evidentemente, devem ser adotados durante todo o ano.

#SaúdeVascular #AgostoAzulVermelho
#MedicinaPreventiva #Trombose #**SBACV**
#CirculaçãoSaudável #Prevenção #SaúdePública

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

Cuidado que veste: meias de compressão unem saúde e praticidade para o Dia dos Pais

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A busca pelo presente ideal no Dia dos Pais ganha novas alternativas quando a escolha é um item moderno, com estilo, adaptável à rotina e com benefícios para a saúde. Entre as opções de destaque estão as meias de compressão graduadas, que auxiliam no alívio do cansaço e da sensação de peso nas pernas. As peças deixaram de lado o estigma clínico e, atualmente, podem ser consideradas um acessório elegante, disponível em diversas cores e modelos.

Sintomas como o cansaço e o inchaço nos membros inferiores são comuns. Conforme as recomendações da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, hábitos saudáveis, como a prática de atividades físicas, dieta equilibrada e acompanhamento médico especializado estão entre as iniciativas para a melhoria da circulação e prevenção de complicações. Como medida complementar, o uso de meias de compressão contribui para a diminuição do desconforto diário e reduz o risco de doenças graves, como a trombose.

Opções para cada estilo

A SIGVARIS GROUP, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar, preparou ofertas de 15% a 35% de desconto em sua loja virtual até o dia 9 de agosto. O portfólio contempla meias para diferentes perfis de pais:

Traveno: ideal para quem viaja com frequência ou passa horas sentado em voos e trajetos longos. A meia estimula o fluxo sanguíneo e previne edemas. O item possui 15% de desconto.

Linha Hobby: versátil e confortável, é perfeita para momentos de lazer e para complementar o estilo com leveza no dia a dia. A categoria conta com 30% de desconto.

Sigvaris Pró e Pró Saúde: desenvolvidas especialmente para o cotidiano profissional, combatem a fadiga decorrente de longas horas em pé ou na mesma posição e contam com reforços estruturais extras. Os produtos contam com 30% de desconto.

UP25: para os pais praticantes de corrida, este modelo atua como um suporte extra para a musculatura e melhora o rendimento esportivo. A categoria apresenta 35% de desconto.

Acesse a loja online da SIGVARIS GROUP para mais informações.

Escute Suas Pernas

Alinhada ao propósito de bem-estar, a SIGVARIS GROUP promove a campanha 'Escute Suas Pernas', que orienta a população a não ignorar sintomas como dores, cansaço, sensação de peso, edemas, varizes, entre outros.

Para saber mais sobre a campanha, visite o site oficial sigvaris.com/escutesuaspernas e o perfil sigvarisgroup.brasil nas redes sociais.

Sobre a SIGVARIS GROUP

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

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

Lipedema: quando a dor nas pernas revela uma doença ainda pouco reconhecida

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Linkezone

Lipedema: quando a dor nas pernas revela uma doença ainda pouco reconhecida

Diagnóstico precoce pode transformar a qualidade de vida

Há dores que entram na rotina tão silenciosamente que acabam sendo confundidas com cansaço. Pernas pesadas, sensibilidade ao toque, hematomas que aparecem com facilidade e um aumento desproporcional do volume dos membros inferiores podem parecer sinais isolados - mas, para milhares de mulheres, podem fazer parte de uma condição crônica ainda pouco conhecida: o lipedema.

No Brasil, o desafio começa justamente pelo reconhecimento. Um estudo publicado no Journal of Vascular Brasileiro estimou que 12,3% da população feminina adulta apresenta sintomas compatíveis com alta probabilidade de lipedema. O dado, incorporado ao

Consenso Brasileiro de Lipedema da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, reforça a dimensão do problema e a necessidade de ampliar a informação entre pacientes e profissionais de saúde.

O lipedema é caracterizado pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e, em alguns casos, nos braços. Diferentemente do ganho de peso relacionado à obesidade, a gordura afetada pela doença tende a apresentar resistência à perda de peso. Dor, sensação de peso, inchaço e facilidade para desenvolver hematomas também podem acompanhar o quadro.

A dificuldade está no diagnóstico diferencial. Os sintomas podem se sobrepor aos da obesidade, do linfedema e de doenças venosas, fazendo com que muitas mulheres passem anos sem compreender a origem do desconforto.

“O maior desafio hoje não é apenas tratar o lipedema, mas fazer com que ele seja reconhecido precocemente”, afirma a Dra. Patricia Lyra, cirurgiã plástica especialista em lipedema e consultora médica da DMC Group. Segundo a especialista, o diagnóstico é predominantemente clínico, baseado na avaliação médica, no histórico da paciente e na exclusão de outras condições.

O próprio tratamento também mudou de perspectiva. O cuidado contemporâneo é multidisciplinar e pode envolver atividade física, fisioterapia, acompanhamento nutricional, terapia compressiva e estratégias para o manejo da inflamação. Em situações específicas, a cirurgia pode ser considerada de forma individualizada.

“O principal objetivo é devolver funcionalidade, reduzir dor, preservar a mobilidade e melhorar a qualidade de vida”, explica Patricia. A estética, nesse contexto, deixa

de ocupar o centro da discussão.

A tecnologia também começa a transformar os procedimentos cirúrgicos indicados para determinados casos. Pesquisas brasileiras avaliam recursos voltados à maior precisão, preservação dos tecidos e recuperação funcional. Um estudo conduzido pela equipe do Dr. Denis Valente, professor de cirurgia plástica da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre e consultor médico da DMC Group, comparou técnicas de lipoaspiração para lipedema e observou resultados relacionados ao tempo cirúrgico, perda sanguínea, dor e recuperação.

Mais do que uma questão estética, o lipedema coloca em pauta informação, diagnóstico e qualidade de vida. Reconhecer os sinais é o primeiro passo para que uma história marcada por dor e incompreensão possa ganhar um novo capítulo - desta vez, com cuidado adequado e acompanhamento especializado.

Nem toda dor nas pernas é apenas cansaço. O lipedema ainda é pouco reconhecido, mas informação, diagnóstico adequado e acompanhamento multidisciplinar podem transformar a jornada de quem convive com a condição. #SaúdeDaMulher #BemEstar

disponível para venda na Amazon:
<https://a.co/d/0gDgs0S>

O post Lipedema: quando a dor nas pernas revela uma doença ainda pouco reconhecida apareceu primeiro em Linkezone.

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

Trombofilia: entenda a condição diagnosticada por Mariana Rios e os riscos na gravidez

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Por O Globo — Rio de Janeiro

O relato de Mariana Rios sobre uma nova experiência de perda chamou atenção para a trombofilia, alteração que pode exigir acompanhamento médico antes e durante a gravidez. A atriz contou nas redes sociais que descobriu que estava grávida em 19 de julho e, pouco depois, passou por uma interrupção da gestação. Segundo ela, foi durante a investigação do episódio que recebeu o diagnóstico, associado a uma maior predisposição à formação de coágulos no sangue.

A trombofilia pode ser hereditária ou adquirida e está relacionada a alterações no sistema de coagulação que elevam o risco de trombose. Os termos, porém, não são sinônimos.

"Mas é importante ressaltar que são problemas diferentes. Uma pessoa com trombofilia pode nunca ter uma trombose na vida. E quem sofre com trombose não necessariamente tem trombofilia", explica a cirurgiã vascular Aline Lamaita, membro da **Sociedade**

Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular.

Durante a gravidez, o quadro merece atenção porque a própria gestação provoca mudanças no sistema de coagulação e aumenta o risco de eventos tromboembólicos. Em mulheres com determinados tipos de trombofilia, esse risco pode exigir avaliação individualizada e acompanhamento mais próximo.

Quais são os riscos para a gestação?

Segundo o especialista em reprodução humana Rodrigo Rosa, diretor clínico da clínica Mater Prime, em São Paulo, alterações na coagulação podem comprometer a circulação na placenta. Quando o fluxo sanguíneo é prejudicado, o fornecimento de nutrientes e oxigênio ao feto também pode ser afetado.

"Em casos em que apenas parte das veias é obstruída, o resultado pode ser uma diminuição do fornecimento de nutrientes para o bebê com consequente redução do crescimento fetal. Já em casos mais graves, pode ocorrer o descolamento da placenta e até mesmo a morte do feto, levando a partos prematuros e aumentando o risco de aborto", alerta o médico.

A relação entre trombofilia e perda gestacional, porém, não é igual para todas as pacientes. A evidência científica varia conforme o tipo de alteração presente. Segundo o American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG), não há evidências de que anticoagulantes ou aspirina reduzam o risco de perda gestacional precoce em mulheres com trombofilias, com exceção de situações relacionadas à síndrome antifosfolípide.

Como a trombofilia é identificada?

Um dos desafios está justamente na investigação. Muitas pessoas com trombofilia não apresentam

sintomas, já que a alteração nem sempre resulta na formação de um coágulo. Quando há trombose, sinais como inchaço repentino e persistente, dor, mudança na coloração da pele e aumento da temperatura em uma região do corpo exigem avaliação médica.

"Inchaço repentino e duradouro, principalmente nos membros inferiores, dor constante, mudança de coloração e aumento de temperatura no local são sinais de alerta para a formação de um coágulo. Mas a trombofilia é, em muitos casos, assintomática, visto que nem sempre leva à formação de coágulos", afirma Aline.

A investigação não é indicada indiscriminadamente para todas as mulheres. Histórico pessoal ou familiar de trombose e determinadas complicações obstétricas podem levar o médico a considerar a necessidade de exames específicos. A FEBRASGO recomenda que pacientes com histórico familiar de trombofilia sejam avaliadas para a alteração, preferencialmente antes de uma nova gestação, permitindo o planejamento do acompanhamento.

O tema também pode aparecer durante uma investigação de infertilidade. De acordo com Rodrigo, algumas pacientes chegam à avaliação depois de tentativas de fertilização in vitro sem sucesso. "As alterações na circulação causadas pela trombofilia, com aumento do risco da formação de coágulos, podem atrapalhar que a implantação embrionária ocorra como deveria", diz o médico.

Como é feito o tratamento?

A conduta depende do tipo de trombofilia, do histórico da paciente e do risco individual de trombose ou de outras complicações. Em determinadas situações, o médico pode indicar anticoagulantes, como as heparinas, além de medidas voltadas à prevenção de eventos tromboembólicos.

"Podemos prescrever o uso de anticoagulantes, como a heparina, e a adoção de um estilo de vida saudável, abandonando hábitos que figuram como fatores de risco

para o problema. Recomenda-se, por exemplo, que a mulher pare de fumar e ingerir álcool, consuma bastante água, adote uma alimentação balanceada, realize exercícios físicos regularmente e evite passar muito tempo na mesma posição. Peso excessivo também figura entre os fatores agravantes, pois o excesso de gordura aumenta o estado inflamatório e dificulta o retorno venoso, tornando a circulação venosa mais lenta", detalha Aline.

Na gravidez, o acompanhamento deve levar em conta tanto a saúde materna quanto o desenvolvimento fetal. Para Rodrigo, a avaliação conjunta entre obstetra e especialista vascular ajuda a definir a estratégia mais adequada para cada caso.

"Por isso, um pré-natal rigoroso é fundamental para garantir a saúde da mãe e do bebê. Além disso, é recomendado o tratamento multidisciplinar do paciente, que deve seguir sendo acompanhado de perto tanto por um obstetra quanto por um médico vascular", acrescenta.

A necessidade de anticoagulação ao longo de toda a gestação também não é uma regra para todas as mulheres com trombofilia. A indicação varia conforme o risco individual e o tipo de alteração identificada.

"Em casos graves, podemos continuar com o uso de anticoagulantes durante toda a gestação para prevenir o espessamento do sangue e a formação de coágulos. Já em casos em que o risco é menor, apenas o acompanhamento redobrado com um pré-natal reforçado e a adoção de um estilo de vida saudável é suficiente", finaliza Aline.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Fala Doutor recebe cirurgião vascular para explicar prevenção e sinais de doenças circulatórias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Página inicialProgramação

As varizes são apenas um problema estético? Ficar muitas horas sentado ou em pé pode aumentar o risco de problemas na circulação? E quais sinais podem indicar uma trombose ou até mesmo um aneurisma? Essas são algumas das dúvidas que serão respondidas pelo Fala Doutor neste domingo, 16 de agosto, às 8h30, na Record News.

Apresentado pela médica Amanda Meirelles, o programa recebe o cirurgião vascular Dr. Caio Focássio, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, para uma conversa sobre doenças vasculares, prevenção e sinais de alerta.

A edição chama atenção para condições que podem afetar a circulação do sangue e comprometer a qualidade de vida, como varizes, trombose venosa profunda e aneurismas. Segundo a informação apresentada no programa, cerca de 40% dos brasileiros enfrentam algum problema venoso ao longo da vida.

Durante a entrevista, Dr. Caio Focássio explica quais são as doenças vasculares mais comuns, quando as varizes deixam de ser apenas uma questão estética e passam a representar uma preocupação de saúde, além de abordar como ocorre a trombose venosa profunda e quais sinais exigem atenção.

Os aneurismas também entram na conversa. Considerados muitas vezes doenças silenciosas, eles podem permanecer sem sintomas por longos períodos. O especialista explica por que isso acontece e reforça a importância da prevenção e do acompanhamento médico.

O programa ainda apresenta o quadro Fato ou Boato, que coloca em discussão informações comuns sobre saúde vascular. Entre as afirmações analisadas estão a relação entre longos períodos sentado ou em pé e doenças venosas, a importância do acompanhamento médico após uma trombose e os benefícios da caminhada regular para a circulação.

No segundo bloco, o Giro Doc aborda a importância da vacinação durante a gestação. A reportagem mostra como a imunização pode ajudar a proteger a mãe e o bebê, inclusive por meio da transferência de anticorpos pela placenta. O programa também destaca a importância de manter o calendário vacinal atualizado durante o pré-natal.

Já o Giro Doc Especialistas traz diferentes orientações sobre saúde. A Dra. Heloíse Manfrim explica como a menopausa pode influenciar o lipedema, enquanto o neurocirurgião Dr. Rodolfo Carneiro responde se o uso excessivo do celular pode prejudicar a saúde da coluna.

A edição reforça uma mensagem central: cuidar da circulação também é cuidar da saúde como um todo, e reconhecer os primeiros sinais pode ser fundamental

para buscar avaliação médica no momento adequado.

Tags: Programação

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Agosto marca um novo momento para a conscientização sobre a saúde vascular no Brasil

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Semana Nacional da Saúde Vascular, Dia do Médico Vascular, Campanha Agosto Azul Vermelho e nova legislação sobre tromboembolismo venoso reforçam a importância da prevenção e do cuidado com a circulação

O mês de agosto marca um momento histórico para a medicina preventiva no Brasil ao reunir, de forma inédita, grandes iniciativas dedicadas à conscientização sobre os cuidados com a saúde vascular.

A criação da Semana Nacional da Saúde Vascular, a realização da campanha Agosto Azul Vermelho, o Dia do Médico Vascular (15/8) e os avanços recentes na prevenção do tromboembolismo venoso reforçam um objetivo comum: ampliar o conhecimento da população sobre doenças que, muitas vezes, evoluem silenciosamente e só são descobertas quando já provocaram complicações importantes.

Entre essas iniciativas, a principal novidade é a criação da Semana Nacional da Saúde Vascular, instituída pela

Lei nº 15.470/2026. Celebrada na semana que compreende o dia 17 de agosto, a nova data passa a integrar o Calendário Nacional de Saúde e amplia as ações de orientação sobre prevenção, fatores de risco, diagnóstico precoce e cuidados com a circulação.

Na opinião do presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Antonio Eduardo Zerati, a nova data fortalece as iniciativas educativas da especialidade. “A Semana Nacional da Saúde Vascular destaca a importância do controle e do acompanhamento especializado. A identificação antecipada das doenças vasculares permite intervenções mais eficazes e contribui para reduzir o risco de complicações. Por isso, ampliar o conhecimento da população é essencial para incentivar a busca por avaliação médica no momento adequado”, afirma.

Grande parte das doenças vasculares evolui lentamente e pode permanecer sem sintomas durante anos. Por isso, pessoas com hipertensão, diabetes, colesterol elevado, obesidade, tabagismo, sedentarismo ou histórico familiar precisam manter acompanhamento médico periódico. Estes são os principais fatores de risco para doenças cardiovasculares.

Dor nas pernas ao caminhar, inchaço persistente, varizes volumosas, feridas de difícil cicatrização, alterações na coloração dos pés ou dos dedos, sensação de frio nas extremidades e mudanças súbitas na visão, fala ou força muscular são sinais que indicam a necessidade de avaliação médica.

Para a cirurgia vascular e diretora de Publicações da **SBACV-SP**, Dra. Dafne Leiderman, a iniciativa contribui para ampliar o entendimento da população sobre os indicadores de risco e os sinais de alerta. “Quanto mais cedo uma alteração vascular é identificada, maiores são as possibilidades de tratamento e de evitar

complicações”, explica.

Embora muitas pessoas relacionem o cirurgião vascular apenas ao tratamento das varizes, a especialidade atua no diagnóstico e tratamento de diversas doenças que acometem artérias, veias e vasos linfáticos.

Agosto também impulsiona estratégias de combate à trombose

Além das ações de conscientização, 2026 marca um avanço importante para a segurança dos pacientes hospitalizados. A Lei nº 15.448/2026 representa um marco na prevenção do tromboembolismo venoso (TEV) ao ampliar as medidas preventivas nos hospitais públicos e privados.

A legislação determina a avaliação do risco de trombose em pacientes internados e a adoção de protocolos preventivos conforme as características clínicas de cada pessoa.

O cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso da **SBACV-SP**, Dr. Adilson Ferraz Paschoa, destaca que a medida reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas. “A prevenção do tromboembolismo venoso é uma estratégia fundamental para reduzir complicações e salvar vidas. Com a nova legislação, essa prática ganha ainda mais respaldo e contribui para ampliar a segurança dos pacientes hospitalizados”, afirma.

Segundo o Dr. Zerati, o mês de agosto traz alertas de prevenção que, evidentemente, devem ser adotados durante todo o ano.

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**

Lipedema afeta 13% de brasileiras e ainda é confundido com obesidade

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Editorial !Yoba

Agosto Azul e Vermelho:

Lipedema é uma condição crônica que provoca acúmulo desproporcional de gordura, dor, inchaço e hematomas

Segundo a Associação Brasileira de Lipedema quase 13% das mulheres brasileiras sofrem com lipedema no Brasil. Isso representa aproximadamente 1 em cada 8 mulheres. A estimativa vem do estudo brasileiro publicado no Jornal Vascular Brasileiro, que calculou que 8,8 milhões de brasileiras entre 18 e 69 anos poderiam apresentar sintomas sugestivos da doença.

O tema ganha destaque durante o Agosto Azul e Vermelho, campanha de conscientização sobre a saúde vascular criada pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Para o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**, um dos principais desafios ainda é fazer com que a mulher perceba que determinados sinais não devem ser considerados apenas uma

questão estética.

“Muitas pacientes convivem durante anos com dor, sensação de peso nas pernas, inchaço, hematomas frequentes e uma desproporção importante entre pernas e tronco sem saber que podem ter uma doença. O lipedema não é simplesmente excesso de peso ou uma questão estética. Quando existem sintomas persistentes, é importante procurar avaliação médica”, explica Dr. Gabriel.

Quando a gordura nas pernas pode ser sinal de lipedema?

O lipedema é caracterizado pela deposição anormal e geralmente simétrica de tecido adiposo, principalmente em quadris, coxas e pernas, podendo também atingir os braços. Dor, sensibilidade ao toque e edema podem acompanhar o quadro.

“Uma característica que costuma chamar atenção é a desproporção corporal. A paciente pode emagrecer e perceber redução de medidas no abdômen, rosto ou tórax, enquanto o volume das pernas permanece muito mais resistente. Isso, isoladamente, não confirma o diagnóstico, mas pode ser um sinal para investigação”, alerta o médico.

Sinais que merecem atenção

Entre as manifestações que podem estar associadas ao lipedema estão:

aumento desproporcional do volume das pernas em relação ao tronco;

acúmulo de gordura de maneira relativamente simétrica nas duas pernas;

dor ou sensibilidade ao toque;

sensação de peso nas pernas;

inchaço;

aparecimento frequente de hematomas;

dificuldade de reduzir o volume das regiões afetadas mesmo com perda de peso;

piora dos sintomas ao longo do dia em algumas pacientes.

Nenhum desses sinais, isoladamente, confirma a doença. A avaliação médica é fundamental porque outras condições vasculares e linfáticas podem provocar manifestações semelhantes.

Lipedema tem tratamento

Embora seja uma condição crônica, o lipedema pode ser tratado e acompanhado, e a estratégia depende dos sintomas, do estágio da doença e das características de cada paciente.

O tratamento conservador pode envolver atividade física regular, controle do peso e da saúde metabólica, alimentação equilibrada, terapia compressiva quando indicada e acompanhamento de sintomas como dor e edema. Dependendo do quadro, uma abordagem multidisciplinar pode ser necessária.

“O objetivo não é perseguir simplesmente uma mudança estética. O tratamento precisa estar direcionado à redução dos sintomas, preservação da mobilidade, controle de fatores que podem agravar o quadro e melhora da qualidade de vida”, destaca o cirurgião vascular.

Em pacientes selecionadas, especialmente quando há sintomas importantes e resposta insuficiente às medidas conservadoras, procedimentos cirúrgicos específicos, como técnicas de lipoaspiração voltadas ao tratamento do lipedema, podem ser considerados. A indicação, entretanto, deve ser individualizada após avaliação especializada.

“Não existe um tratamento único que sirva para todas as pacientes. Algumas conseguem controlar muito bem os sintomas com medidas clínicas; outras podem ter indicação de tratamento cirúrgico. O mais importante é avaliar a paciente como um todo e definir uma estratégia segura para aquele caso”, finaliza Dr. Gabriel Novaes.

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

Por que a celulite volta mesmo após tantos tratamentos?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Portal Comunica CE

Cirurgião vascular detalha as causas estruturais do problema e explica como tecnologias médicas minimamente invasivas, guiadas pelo “olhar vascular”, despontam como diferencial para resultados consistentes e duradouros.

A busca por uma pele uniforme e livre da celulite frequentemente esbarra em um ciclo repetitivo de frustrações para a maioria das mulheres. O investimento de tempo e dinheiro em cremes anticelulite, massagens modeladoras e aparelhos de superfície é alto, mas os resultados tendem a desaparecer em poucas semanas. A explicação clínica para o que muitos chamam de “efeito Cinderela” da estética é direta: a imensa maioria dessas abordagens comuns não atinge a verdadeira raiz do problema.

Condições como a celulite e a flacidez profunda não são meramente superficiais. Elas envolvem alterações na estrutura da pele, perda de sustentação, formação de traves de fibrose (tecido endurecido) e, de forma muito frequente, problemas circulatórios associados.

Dr. Victor Hugo, angiologista, cirurgião vascular e cofundador da Clínica VHG, desmistifica a eficácia isolada dos métodos tradicionais e explica o limite fisiológico dessas terapias. “Os cremes e as sessões de drenagem linfática atuam na melhora temporária do inchaço e na hidratação da epiderme. No entanto, eles não possuem capacidade mecânica ou biológica para reestruturar o colágeno, romper as fibroses que causam as depressões na pele ou corrigir falhas na circulação local”, detalha o especialista.

O diferencial dos procedimentos médicos avançados

É neste cenário de tratamentos ineficazes a longo prazo que os procedimentos médicos avançados estabelecem um novo padrão de excelência, oferecendo um diferencial competitivo claro em relação à estética convencional. A Clínica VHG destaca-se no mercado ao aplicar a técnica vascular aos tratamentos estéticos, baseando-se na premissa científica de que a beleza externa da pele depende diretamente da saúde circulatória interna.

Microvarizes e insuficiência venosa dificultam a oxigenação dos tecidos, retendo líquidos e agravando processos inflamatórios que dão origem à celulite. Ao invés de tratar apenas a consequência visual, a medicina vascular avançada foca na correção estrutural. O uso de tecnologias minimamente invasivas permite tratar o problema de dentro para fora, oferecendo resoluções que as terapias de superfície não conseguem alcançar.

Tecnologias que mudam o padrão de tratamento

A transição dos métodos paliativos para o acompanhamento médico especializado envolve um arsenal tecnológico de alta precisão focado na saúde da mulher:

Liberação das Fibroses: Rompimento mecânico e

preciso das traves de tecido endurecido que puxam a pele para baixo e formam os temidos “furinhos”.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Radiofrequência subcutânea: Atua de forma minimamente invasiva sob a pele, promovendo uma intensa retração tecidual e auxiliando no combate à flacidez sem a necessidade de cortes amplos.

Bioestimuladores de Colágeno: Substâncias injetáveis que ativam as células do corpo para a produção de um novo colágeno, devolvendo espessura e firmeza à pele de forma contínua.

Correção Hemodinâmica: O tratamento integrado de vasinhos e microvarizes melhora o fluxo sanguíneo local, otimizando a nutrição da pele e prevenindo o envelhecimento precoce das pernas.

“Quando associamos o tratamento da circulação às tecnologias de estímulo de colágeno e à quebra de fibroses, entregamos um resultado consistente e sustentável. É uma resolução estrutural para queixas que antes pareciam não ter solução definitiva”, conclui o Dr. Victor Hugo.

A adoção de procedimentos médicos avançados significa segurança clínica e o fim do ciclo de tratamentos paliativos, garantindo pernas mais saudáveis, firmes e bonitas ao longo do tempo.

SOBRE A CLÍNICA VHG E O DR. VICTOR HUGO:

A Clínica VHG atua na área de saúde e estética vascular em Fortaleza, aliando o tratamento funcional a resultados estéticos de alto padrão, como o rejuvenescimento das pernas e o combate à celulite e flacidez. Cofundador do espaço, o Dr. Victor Hugo é cirurgião vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**. É graduado em Medicina pela Unichristus (2013), com residências em Cirurgia Geral (HGF, 2016) e Cirurgia Vascular (UFC, 2018), além de mestrado em Tecnologias Minimamente Invasivas (2017).

Amanda Meirelles recebe especialista para tirar dúvidas sobre trombose, aneurismas e varizes no 'Fala Doutor' deste domingo (16)

[Link original](#)



AMANDA MEIRELLES RECEBE ESPECIALISTA PARA TIRAR DÚVIDAS SOBRE TROMBOSE, ANEURISMAS E VARIZES NO 'FALA DOUTOR' DESTA DOMINGO (16)

Programa que vai ao ar às 8h30, na Record News, conta com o Dr. Caio Focássio para abordar prevenção, sinais de alerta e cuidados com a saúde vascular



Realizado em parceria com o portal, o programa Fala Doutor, conta com o Dr. Caio Focássio, especialista em doenças vasculares, para abordar prevenção, sinais de alerta e cuidados com a saúde vascular

Os sintomas e sinais de alerta para as doenças vasculares são: dor, inchaço, vermelhidão, coceira, queimação, formigamento, coágulos, entre outros. O Dr. Caio Focássio conta ainda que essas doenças podem ser prevenidas e que é importante fazer exames regulares para detectar qualquer alteração no sistema circulatório.

O programa Fala Doutor, realizado às 8h30, na Record News, conta com o Dr. Caio Focássio, especialista em doenças vasculares, para abordar prevenção, sinais de alerta e cuidados com a saúde vascular.

[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Programa que vai ao ar às 8h30, na Record News, conta com o Dr. Caio Focássio para abordar prevenção, sinais de alerta e cuidados com a saúde vascular

Na foto: o convidado, Dr. Caio Focássio e a apresentadora, Dra. Amanda Meirelles. Crédito: Divulgação.

Referência na comunicação em saúde, a médica e apresentadora Amanda Meirelles recebe neste domingo (16/8), às 8h30, na Record News, o cirurgião vascular Dr. Caio Focássio para uma conversa sobre doenças vasculares, prevenção e sinais que podem indicar a necessidade de avaliação médica.

As varizes, a trombose e os aneurismas estão entre os principais temas abordados pelo especialista, que, entre outras questões, explica como o fato de permanecer sentado por longos períodos ou ficar em pé por muito tempo pode afetar a circulação. O Dr. Caio Focássio conta ainda quais sinais podem indicar um problema vascular e em que situações é importante buscar

avaliação médica já que cerca de 40% dos brasileiros enfrentam algum problema venoso ao longo da vida.

Membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, Dr. Caio Focássio também esclarece quais são as doenças vasculares mais comuns, quando as varizes deixam de ser apenas uma preocupação estética e passam a exigir atenção, além de falar sobre a trombose venosa profunda e os sinais que não devem ser ignorados. Os aneurismas, que muitas vezes aparecem de forma silenciosa, também estão entre os temas da conversa.

A atração conta ainda com o quadro “Fato ou Boato”, que desta vez vai esclarecer dúvidas frequentes sobre saúde vascular. No segundo bloco, o “Giro Doc” aborda a importância da vacinação durante a gestação em uma reportagem que explica como a imunização pode contribuir para a proteção da mãe e do bebê - inclusive por meio da transferência de anticorpos pela placenta -, e reforça a necessidade de manter o calendário vacinal atualizado durante o pré-natal.

O programa de entrevistas Fala Doutor, comandado pela Dra. Amanda Meirelles, vai ao ar para todo o Brasil aos domingos, a partir das 8h30, pela Record News.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Programa recebe Dr. Caio Focássio para falar sobre prevenção e sinais de doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

As varizes são apenas um problema estético? Ficar muitas horas sentado ou em pé pode aumentar o risco de problemas na circulação? E quais sinais podem indicar uma trombose ou até mesmo um aneurisma? Essas são algumas das dúvidas que serão respondidas pelo Fala Doutor neste domingo, 16 de agosto, às 8h30, na Record News.

Apresentado pela médica Amanda Meirelles, o programa recebe o cirurgião vascular Dr. Caio Focássio, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, para uma conversa sobre doenças vasculares, prevenção e sinais de alerta.

A edição chama atenção para condições que podem afetar a circulação do sangue e comprometer a qualidade de vida, como varizes, trombose venosa profunda e aneurismas. Segundo a informação apresentada no programa, cerca de 40% dos brasileiros enfrentam algum problema venoso ao longo da vida.

Durante a entrevista, Dr. Caio Focássio explica quais

são as doenças vasculares mais comuns, quando as varizes deixam de ser apenas uma questão estética e passam a representar uma preocupação de saúde, além de abordar como ocorre a trombose venosa profunda e quais sinais exigem atenção.

Os aneurismas também entram na conversa. Considerados muitas vezes doenças silenciosas, eles podem permanecer sem sintomas por longos períodos. O especialista explica por que isso acontece e reforça a importância da prevenção e do acompanhamento médico.

O programa ainda apresenta o quadro Fato ou Boato, que coloca em discussão informações comuns sobre saúde vascular. Entre as afirmações analisadas estão a relação entre longos períodos sentado ou em pé e doenças venosas, a importância do acompanhamento médico após uma trombose e os benefícios da caminhada regular para a circulação.

No segundo bloco, o Giro Doc aborda a importância da vacinação durante a gestação. A reportagem mostra como a imunização pode ajudar a proteger a mãe e o bebê, inclusive por meio da transferência de anticorpos pela placenta. O programa também destaca a importância de manter o calendário vacinal atualizado durante o pré-natal.

Já o Giro Doc Especialistas traz diferentes orientações sobre saúde. A Dra. Heloíse Manfrim explica como a menopausa pode influenciar o lipedema, enquanto o neurocirurgião Dr. Rodolfo Carneiro responde se o uso excessivo do celular pode prejudicar a saúde da coluna.

A edição reforça uma mensagem central: cuidar da circulação também é cuidar da saúde como um todo, e reconhecer os primeiros sinais pode ser fundamental para buscar avaliação médica no momento adequado.

SERVIÇO

Fala Doutor

Apresentação: Amanda Meirelles Link

Convidado: Dr. Caio Focássio - Cirurgião Vascular Link

Tema: Doenças vasculares: varizes, trombose e aneurismas

Exibição: Domingo, 16 de agosto

Horário: 8h30

Emissora: Record News

Nota cedida por: MBC Comunicação - Assessoria de Imprensa

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Anabolizantes: 4 riscos que podem afetar a saúde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Carmen Augusta

Uso indiscriminado pode causar danos ao coração, rins e saúde reprodutiva

Coração, rins e fertilidade estão entre os alvos dos anabolizantes

São Paulo - agosto 2026 - A busca por ganho muscular rápido, definição corporal e melhora da performance tem levado muitas pessoas ao uso de esteroides anabolizantes sem indicação médica, muitas vezes estimuladas por influenciadores, vídeos de transformação corporal e discursos que vendem a ideia de que é possível controlar os riscos. Mas, ao contrário do que é repetido incansavelmente nas redes sociais, esse tipo de estratégia pode custar caro para a saúde. “Os anabolizantes, quando utilizados em doses elevadas e sem indicação médica adequada, não atuam apenas sobre os músculos aparentes, mas sim em todos os tecidos sensíveis à ação hormonal, incluindo vasos sanguíneos, rins e coração, por exemplo. E o grande perigo é que é uma agressão silenciosa” afirma o farmacêutico Dr. Maurizio Pupo*, pesquisador,

professor e diretor científico do IPUPO Pós-Graduações - Instituto Maurizio Pupo de Educação e Pesquisa. Para lançar luz sobre esses danos silenciosos, especialistas explicam abaixo como o uso abusivo de anabolizantes pode afetar diferentes áreas do organismo:

Infertilidade: O uso de anabolizantes pode levar a problemas relacionados à saúde reprodutiva. “O uso indiscriminado de anabolizantes pode afetar a fertilidade de forma total ou parcial em homens, já que o aumento dos níveis de testosterona provocado por essas substâncias inibe a produção do hormônio responsável pela maturação das células reprodutivas. E alguns estudos recentes também mostraram que o uso pode comprometer de forma semipermanente a produção de testosterona nos testículos, causando uma disfunção testicular”, explica o Dr. Rodrigo Rosa*, especialista em reprodução humana e diretor clínico da Clínica Mater Prime, em São Paulo. Nas mulheres, os anabolizantes inibem a produção dos hormônios que regulam o ciclo menstrual, como o FSH e o LH. “Com isso, o organismo pode parar de ovular e a mulher deixar de menstruar por meses ou até anos. Esse quadro é reversível em alguns casos, mas, quanto maior o tempo de uso e a dose, maior o risco de danos duradouros. Além disso, os anabolizantes podem afetar a qualidade dos óvulos, causar alterações morfológicas nos ovários e até favorecer o surgimento de cistos. Há também consequências indiretas: alterações no endométrio e mudanças no padrão corporal e metabólico que podem afetar a saúde reprodutiva como um todo”, comenta o médico.

Danos ao coração: Por uma série de mecanismos bioquímicos complexos, o uso de anabolizantes pode favorecer um crescimento patológico do músculo cardíaco, especialmente do ventrículo esquerdo. “Diferente da hipertrofia fisiológica induzida pelo exercício aeróbico saudável, isso torna o coração mais espesso, rígido e menos eficiente. Além disso, ocorre morte programada das células musculares cardíacas e surgimento de fibrose no espaço deixado”, diz o Dr.

Maurizio Pupo. Essas alterações podem favorecer diferentes complicações cardiovasculares, incluindo quadros de cardiomiopatia, arritmias, insuficiência cardíaca e morte súbita.

Maior risco de trombose: Segundo a Dra. Aline Lamaita*, cirurgiã vascular em São Paulo e mestre em Ciências pela Santa Casa de Misericórdia de São Paulo, essas substâncias também podem aumentar a produção de glóbulos vermelhos, favorecendo o aumento da viscosidade do sangue e a formação de coágulos. “Esse cenário pode levar à trombose venosa, especialmente em pessoas que já têm predisposição devido a fatores como histórico familiar, presença de varizes e tabagismo, por exemplo. Em casos graves, esse coágulo que obstrui o fluxo sanguíneo pode se desprender da parede da veia e alcançar a circulação pulmonar, causando uma embolia pulmonar, quadro potencialmente fatal”, detalha a médica. Além disso, os anabolizantes podem favorecer o surgimento ou a piora de varizes em pessoas predispostas. “Apesar de não causarem varizes de maneira direta, os anabolizantes podem alterar a circulação de diferentes formas, com aumento da pressão arterial, vasoconstrição e maior dificuldade no retorno venoso, assim contribuindo para o adoecimento das veias”, explica a Dra. Aline.

Prejuízos aos rins: Outro ponto alarmante e frequentemente negligenciado pelos usuários de anabolizantes é o impacto dessas substâncias nos rins. “O tecido renal expressa receptores de androgênio e pode sofrer com a exposição prolongada a essas substâncias. O risco se torna ainda maior quando o uso de anabolizantes é associado a dietas hiperproteicas, desidratação, uso de diuréticos e estratégias extremas de definição corporal, práticas comuns em alguns contextos de fisiculturismo”, alerta o Dr. Maurizio Pupo. Com isso, os rins passam a trabalhar no limite e podem surgir lesões nos vasos renais e quadros como a glomerulosclerose segmentar e focal, quando partes dos glomérulos, que são responsáveis pela filtração do sangue, sofrem cicatrização. “Esse processo pode levar à perda progressiva da função renal e, nos casos mais graves, à insuficiência renal crônica”, acrescenta.

Além dos danos invisíveis, o uso de anabolizantes também pode causar outras alterações estéticas, como queda de cabelo e acne, segundo a Dra. Patricia Magier*, ginecologista formada pela Universidade Federal Fluminense (UFF). “E nas mulheres, principalmente, pode acontecer virilização, isto é, elas começam a notar aumento do clitóris, mudança da voz, que fica mais grossa, e outras características masculinas”, detalha a médica. Mulheres com prótese de mama também podem sofrer com alterações no resultado da cirurgia devido ao uso de anabolizantes. “Os anabolizantes mudam a composição corporal. Eles tendem a diminuir a quantidade de gordura e aumentar a quantidade de músculo dos pacientes. No caso de uma paciente que tem a prótese nas mamas, principalmente localizada acima do músculo e em contato muito próximo com a pele, em um tecido mamário que atrofiou muito pela perda de gordura, a prótese pode ficar muito colada na pele, causando alterações que chamamos de rippling, que são deformidades. É como se a prótese estivesse envolta em um lençol e criam-se essas ondulações”, explica o cirurgião plástico Dr. Carlos Manfrim*, membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica. Nesses casos, a cirurgia pode precisar ser refeita. “Caso a paciente apresente alguma alteração dessa, ou seja, a prótese muito próxima da pele, podemos retirar essa prótese e colocá-la abaixo do músculo. Existe até uma técnica que a gente desenvolveu, chamada HC BRA, que usa uma parte da cápsula da prótese para deixá-la bem estruturada e faz o ajuste da pele em relação a essa nova cirurgia. É uma mastopexia com troca de plano, em que a prótese é transferida de cima para baixo do músculo. Assim, essa prótese vai ter uma cobertura maior e não dá pra ver esses rippings”, acrescenta o médico.

Por fim, a Dra. Patrícia Margier ressalta que é importante, no entanto, não confundir o uso de esteroides anabolizantes em doses suprafisiológicas com a reposição hormonal chamada de fisiológica, feita com hormônios bioidênticos. “A reposição hormonal é feita em pacientes que estão na menopausa, com

insuficiência de determinado hormônio depois dos 40 anos. O objetivo é devolver aquilo que a paciente não está conseguindo produzir. Já o uso de esteroides anabolizantes em doses suprafisiológicas, acima do que é considerado o ideal para cada pessoa, é usado principalmente com finalidade estética”, finaliza a ginecologista.

***DR. MAURIZIO PUPO** - farmacêutico pela PUC-Campinas (1988), pesquisador, professor e diretor científico do IPUPO Pós-Graduações - Instituto Maurizio Pupo de Educação e Pesquisa - e diretor de P&D da ADA TINA. É professor nas áreas de Cosmetologia Avançada, Fotoproteção e Nutracêutica Clínica e Estética.

***DRA. ALINE LAMAITA**: 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. Atua em hospitais de referência e é palestrante em eventos científicos nacionais e internacionais. CRM-SP 101355 | RQE 26557. Instagram: @alinelamaita.vascular

***DRA. PATRICIA MAGIER**: 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. Além disso, é mentora de médicos na formação Plena Master's. CRM-RJ 54925-6 | RQE 34538 | Instagram: @drapatriciamagier

***DR. RODRIGO ROSA**: Ginecologista obstetra especialista em Reprodução Humana e sócio-fundador e diretor clínico da clínica Mater Prime, em São Paulo, e

do Mater Lab, laboratório de Reprodução Humana. Membro da Associação Brasileira de Reprodução Assistida (SBRA) e da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana (SBRH), o médico é graduado pela Escola Paulista de Medicina - Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP/EPM). Especialista em reprodução humana, o médico é colaborador do livro “Atlas de Reprodução Humana” da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana. CRM 119789 | RQE 61439 | Instagram: @dr.rodriгорosa

***DR. CARLOS MANFRIM**: Cirurgião plástico membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBCEP) e da Associação Brasileira de Cirurgia Plástica (BAPS). Graduado em Medicina pela Universidade Estadual de Maringá (UEM) com especialização em cirurgia plástica pelo serviço Dr. Ronaldo Pontes (Niterói) e em Cirurgia Geral e Trauma pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC/SP). É criador da técnica de mastopexia secundária HC BRA e da técnica de lipoenxertia glútea KA Method. Autor do livro “O Norte” e professor e palestrante internacional da SAPS Academy, também é CEO da Clínica Dall'Ago & Manfrim, em Maringá, e sócio fundador do Saine Health Complex, o maior hotel cirúrgico exclusivo de cirurgia plástica do Brasil. CRMPR 24525 | RQE 20582 | Instagram @plasticasemmisterio [separador]

NOTA DO EDITOR - PORTAL SPLISH SPLASH

O texto alerta para os riscos associados ao uso indiscriminado de esteróides anabolizantes e reúne informações e declarações de especialistas de diferentes áreas da saúde. O conteúdo tem carácter informativo e não substitui avaliação ou orientação médica.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Avisos Silenciosos no Corpo: Agosto Vermelho Alerta para a Prevenção e Cuidado com a Saúde Vascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Sintomas aparentemente banais do dia a dia - como pernas cansadas ao final do expediente, inchaço nos tornozelos, queimação, formigamento ou o surgimento de pequenos vasos visíveis - costumam ser negligenciados. No entanto, esses sinais podem ser os primeiros alertas do sistema circulatório. Para conscientizar a população sobre a prevenção e o diagnóstico precoce das doenças vasculares, a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** promove a campanha Agosto Vermelho.

O objetivo da mobilização é desmistificar os cuidados com a circulação e ressaltar que a saúde vascular vai muito além da estética: trata-se de prevenir complicações graves, como trombose venosa profunda, embolia pulmonar, acidente vascular cerebral (AVC) e amputações decorrentes da Doença Arterial Periférica.

Os Pilares da Circulação: Entendendo o Sistema Vascular

O sistema circulatório é uma complexa rede de “estradas” responsável por transportar sangue, oxigênio e nutrientes para todo o organismo. Ele se divide essencialmente em dois grandes sistemas:

Sistema Arterial: Leva o sangue rico em oxigênio e nutrientes do coração para os órgãos e tecidos. Obstruções nessas vias (geralmente por placas de gordura) podem causar infartos, AVCs ou dores intensas nas pernas ao caminhar.

Sistema Venoso: Faz o caminho de volta, conduzindo o sangue dos tecidos de retorno ao coração. Falhas nas válvulas venosas dificultam esse retorno, gerando varizes, inchaço e risco de formação de coágulos (trombose).

Doenças Vasculares Mais Comuns e Sinais de Alerta

Varizes e Insuficiência Venosa: Dificuldade do sangue venoso retornar ao coração devido à perda de elasticidade das veias.

Principais sintomas: Veias dilatadas, sensação de peso nas pernas, inchaço e queimação no fim do dia.

Trombose Venosa Profunda (TVP) : Formação de um coágulo de sangue (trombo) em uma veia profunda, geralmente nas pernas.

Principais sintomas: Inchaço repentino e assimétrico em apenas uma perna, dor forte e vermelhidão local.

Doença Arterial Periférica (DAP) Estreitamento das artérias que levam sangue para os membros inferiores.

Principais sintomas: Dor na panturrilha ao caminhar que melhora com o repouso (claudicação intermitente), pés frios e feridas que não cicatrizam.

Aneurismas : Dilatação anormal e perigosa de uma artéria (como a aorta), com risco de rompimento.

Principais sintomas: Geralmente assintomático em estágios iniciais; detectável em exames de rotina.

Mitos e Verdades da Saúde Vascular

Subir escadas ou salto alto causam varizes.

Mito. O principal fator para o surgimento de varizes é a predisposição genética. O uso prolongado de salto alto ou passar muitas horas na mesma posição (em pé ou sentada) pode prejudicar a circulação, mas não é a causa primária isolada.

Trombose só afeta idosos.

Mito. Embora a idade aumente o risco, a trombose pode acometer jovens, especialmente quando associada a fatores como uso de anticoncepcionais orais, tabagismo, longas viagens sem movimentação, cirurgias recentes ou fatores hereditários (trombofilias).

Praticar exercícios melhora a circulação das pernas.

Verdade. A musculatura da panturrilha funciona como o “segundo coração” do corpo. Ao caminhar ou se exercitar, a contração muscular impulsiona o sangue venoso de volta para o coração.

Como Proteger sua Saúde Vascular no Dia a Dia

Movimente-se: Evite permanecer na mesma posição (sentado ou em pé) por mais de duas horas seguidas. Faça pequenas pausas para caminhar e alongar as pernas.

Mantenha o Peso Corporal Controlado: O excesso de peso aumenta a pressão sobre as veias dos membros inferiores.

Hidrate-se Adequadamente: A água auxilia na manutenção da fluidez sanguínea.

Evite o Tabagismo: O cigarro é um dos principais vilões das artérias, agredindo a parede vascular e acelerando a formação de placas de gordura.

Consulte um Angiologista ou Cirurgião Vascular: Diante de dores persistentes, inchaços incomuns ou alterações na pele das pernas, busque avaliação médica especializada. Não faça uso de meias de compressão sem orientação profissional.

Por Rosi Anjos

10 de agosto de 2026

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

Agosto Azul e Vermelho: vitaminas e suplementos ajudam a melhorar a saúde vascular?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Agosto Azul e Vermelho é uma campanha de conscientização à população sobre os cuidados com a saúde vascular. E embora seja difícil falar em prevenção de varizes e trombose só com o uso de suplementos, alguns deles podem ajudar, desde que sejam associados a hábitos de vida saudáveis. “Existem teorias que associam a inflamação ao aparecimento de doenças vasculares, como varizes e trombose. E é um fato, por outro lado, que as doenças vasculares periféricas causam inflamação na parede dos vasos. Por isso, é muito importante se cuidar e tomar medidas que reduzam os riscos da progressão da enfermidade. Nesse sentido, os suplementos podem ajudar, mas eles serão coadjuvantes no processo, de forma que o mais importante é melhorar a dieta, realizar atividade física regularmente, controlar o estresse e dormir bem”, explica a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**. “Mas de maneira geral, os suplementos com vitaminas e polifenóis, uma classe de substâncias que são altamente antioxidantes e anti-inflamatórias, podem ajudar”, acrescenta a médica.

Segundo a cirurgiã vascular, manter uma dieta equilibrada, rica em vegetais e livre do excesso de alimentos processados e frituras, melhora a capacidade antioxidante e anti-inflamatória do organismo, o que traz benefícios para a saúde das veias e artérias. “Além disso, o exercício físico é extremamente importante. A Organização Mundial da Saúde compara que o sedentarismo é quase tão nocivo quanto o cigarro. O corpo humano não foi feito para ficar parado, pois a prática de exercícios físicos aumenta o fluxo da circulação do sangue e melhora o retorno venoso com a finalidade de levar oxigênio às células dos músculos e tecidos próximos. Assim como o sangue chega nos membros inferiores, ele precisa retornar ao coração para ser bombeado novamente”, explica a Dra Aline. A médica sugere realizar atividades físicas regularmente, pelo menos três vezes por semana. “Dormir bem também é fundamental, pois uma boa noite de sono ajuda no funcionamento adequado do corpo, diminuindo o estresse, os níveis de cortisol e auxiliando a controlar a pressão arterial”, completa.

Quanto à suplementação, a médica diz que algumas substâncias podem colaborar para diminuir a inflamação e proteger ou fortalecer a parede dos vasos. “Eles podem ser encontrados na alimentação, mas alguns suplementos contam com essas substâncias de maneira biodisponível e em uma maior concentração. As Vitaminas C e E, por exemplo, melhoram muito a função antioxidante endógena do organismo e consegue ajudar a reverter o processo de estresse oxidativo, que é danoso para as veias e artérias. O estresse oxidativo, gerado pelo excesso de radicais livres que se ligam à parede arterial, causa uma reação de espessamento, endurecimento e enrijecimento da parede das veias e artérias no corpo inteiro, aumentando as chances de doenças aterosclerótica, infarto e derrame. A Vitamina C, por participar da síntese de colágeno, ainda fortalece a parede dos vasos”, explica a médica.

O resveratrol e a curcumina (principal constituinte ativo da cúrcuma) também podem ser suplementados para melhorar da saúde vascular, pois apresentam efeitos anti-inflamatórios, neuroprotetores e diminuem a quantidade de radicais livres. 'A curcumina apresenta uma característica interessante porque não atua apenas como antioxidante direto. Ela também influencia mecanismos celulares envolvidos na resposta antioxidante do próprio organismo, estimulando sistemas naturais de defesa', explica o farmacêutico Dr. Maurizio Pupo, pesquisador, professor e diretor científico do IPUPO Pós-Graduações. "O resveratrol pode funcionar como antioxidante ao bloquear as espécies reativas de oxigênio, induzir a produção de óxido nítrico e a agregação plaquetária, além de aumentar os níveis de HDL, o colesterol bom", diz a Dra. Aline Lamaita.

Outras fontes naturais de bioflavonóides, uma classe de polifenóis, incluem, segundo a cirurgiã vascular, o chá preto, branco e verde, que são ricos em flavonoides, e o grão de soja, rico em isoflavonas. "Frutas vermelhas como morango, amora e framboesa e mirtilo estão entre os alimentos mais ricos em flavonoides. A maçã é uma fruta rica em vitamina, sais minerais, fibras e um flavonoide chamado quercitina. O chocolate amargo contém altos níveis de um flavonoide chamado catequina. O alho tem propriedades anti-inflamatórias", explica a cirurgiã vascular.

A suplementação do extrato da semente de uva também pode ser interessante, pois é rico em proantocianidinas, compostos fenólicos reconhecidos pelo elevado potencial antioxidante. "As proantocianidinas ajudam a proteger proteínas estruturais importantes, como colágeno e elastina, contra danos oxidativos. Por isso, esse ativo costuma ser associado à manutenção da saúde vascular", destaca o Dr. Maurizio Pupo. "Além disso, o extrato pode contribuir para a proteção da microcirculação e para a redução dos efeitos provocados pela exposição a agentes ambientais", comenta o farmacêutico.

Alimentos ou suplementos com Vitamina K podem ser indicados por médico, caso haja necessidade. "A vitamina K trabalha no sistema circulatório na regulação da homeostase sanguínea, evitando sangramentos e favorecendo processo de cicatrização de forma geral. Já no sistema arterial, essa vitamina tem uma função preventiva. Como ajuda a fixar o cálcio nos ossos, ela retira o cálcio das artérias, evitando a progressão de placas de colesterol e favorecendo o controle da aterosclerose", diz a Dra. Aline Lamaita. "Mas é fundamental que o paciente consulte um cirurgião vascular para tratar ou prevenir doenças circulatórias. O médico pode indicar os suplementos e dar toda orientação necessária para o controle de doenças", finaliza a médica.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Dia Nacional da Consciência Vascular alerta para prevenção de doenças que podem evoluir de forma silenciosa

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: SiteTribuna

Angiologista e cirurgião vascular da Clínica SiM orienta sobre sinais de alerta e cuidados que ajudam a preservar a circulação

Imagem gerada por IA

Celebrado em 17 de agosto, o Dia Nacional da Consciência Vascular chama a atenção para a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do acompanhamento médico das doenças que afetam veias, artérias e vasos linfáticos. A data integra a campanha Agosto Azul e Vermelho, promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, que busca ampliar a conscientização sobre a saúde vascular.

“Muitas pessoas se acostumam com sinais como dor, inchaço persistente, sensação de peso ou cansaço nas pernas, alterações na coloração da pele e feridas que demoram a cicatrizar. Esses sintomas podem estar

relacionados a alterações na circulação e não devem ser ignorados, principalmente quando são frequentes ou persistentes. A avaliação médica ajuda a identificar a causa e iniciar o tratamento adequado antes que o quadro evolua para algo mais grave”, explica o angiologista e cirurgião vascular Diego Tavares, da Clínica SiM.

A preocupação é relevante diante do impacto das doenças cardiovasculares na saúde da população brasileira. Segundo dados do Senado Federal, com base em informações do Ministério da Saúde e do estudo Global Burden of Disease, cerca de 400 mil mortes foram registradas no Brasil em 2022 em decorrência de doenças cardiovasculares. Em junho deste ano, o Senado aprovou ainda o projeto que institui a Semana Nacional da Saúde Vascular, a ser realizada anualmente na semana do dia 17 de agosto.

Quando se fala em saúde vascular, é comum pensar primeiro em varizes e desconfortos nas pernas. Mas o sistema vascular está presente em todo o organismo, e alterações na circulação podem estar relacionadas a problemas que vão muito além desses sintomas, incluindo trombose, doença arterial periférica, aneurismas, doença carotídea e pé diabético. Muitas dessas condições podem evoluir sem sintomas evidentes ou apresentar sinais que acabam sendo naturalizados no dia a dia.

A trombose venosa profunda, por exemplo, pode provocar dor, calor, vermelhidão e inchaço, principalmente em uma das pernas. De acordo com o Ministério da Saúde, o problema pode evoluir para embolia pulmonar quando o coágulo se desprende e chega aos pulmões, uma complicação potencialmente grave.

O especialista da Clínica SiM destaca que hábitos cotidianos também têm papel importante na prevenção.

“Manter-se fisicamente ativo, controlar o peso, não fumar, ter uma alimentação equilibrada e evitar longos períodos de imobilidade são atitudes que contribuem para a saúde dos vasos. Mas prevenção também significa fazer avaliações médicas quando existem fatores de risco ou sintomas”, orienta Diego Tavares.

O Ministério da Saúde recomenda a prática regular de exercícios, o controle do peso, a interrupção do tabagismo e a movimentação das pernas durante períodos prolongados sentado como medidas que podem ajudar a reduzir o risco de trombose.

Outro alerta importante envolve o acidente vascular cerebral (AVC), que também está relacionado à circulação sanguínea. Segundo o Ministério da Saúde, cerca de 85% dos AVCs são isquêmicos, causados pela obstrução de uma artéria que impede a chegada de sangue ao cérebro. Fraqueza ou formigamento de um lado do corpo, alteração na fala, confusão mental, dificuldade de enxergar, tontura ou perda de equilíbrio estão entre os sinais de alerta e exigem atendimento médico imediato.

“Consciência vascular significa entender que cuidar da circulação é cuidar da saúde como um todo. Não é preciso esperar uma dor intensa ou uma emergência para procurar ajuda. A avaliação com o especialista pode identificar alterações precocemente e orientar medidas capazes de evitar complicações futuras”, reforça Tavares.

Sobre a Clínica SiM

A Clínica SiM, integrante da SiMco - Healthcare Platform, é um grupo de clínicas de saúde acessível com presença nos estados da Bahia, Ceará e Pernambuco. Com mais de 230 mil beneficiários ativos, a empresa se destaca pelo compromisso com a democratização da saúde, combinando expansão estratégica, inovação e inclusão para ampliar o acesso a serviços médicos de qualidade.

Serviço

Para mais informações sobre a Clínica SiM e seus serviços, acesse o site www.clinicasim.com ou entre em contato pelo telefone 0800 357 6060.

INFORMAÇÕES PARA A IMPRENSA

LK COMUNICAÇÃO

Décio Calado

Jornalista e relações-públicas

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

Lipedema atinge mais de 12% das brasileiras; Tecnologia e diagnóstico precoce revolucionam tratamento além da estética

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Divulgação da Temma Agência

Milhares de brasileiras convivem com dores constantes nas pernas, sensação de peso, hematomas frequentes e aumento desproporcional do volume dos membros inferiores, sem saber que esses sintomas podem estar relacionados ao lipedema. Ainda pouco conhecido, o distúrbio crônico do tecido adiposo permanece subdiagnosticado no Brasil, atrasando o acesso ao tratamento adequado e comprometendo a qualidade de vida das pacientes.

A relevância do tema é evidenciada por um estudo publicado no Journal of Vascular Brasileiro, que estimou que 12,3% da população feminina adulta brasileira apresenta sintomas compatíveis com alta probabilidade de lipedema, reforçando que a doença representa uma importante questão de saúde pública. O dado foi incorporado ao Consenso Brasileiro de Lipedema, elaborado pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, que também destaca a necessidade de ampliar a conscientização entre

profissionais de saúde para reduzir o subdiagnóstico.

Uma doença frequentemente confundida com obesidade

O lipedema é uma doença crônica caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura, principalmente nas pernas e, em alguns casos, nos braços. Diferentemente da obesidade, a gordura acometida pela doença costuma ser resistente à perda de peso, mesmo com alimentação equilibrada e prática regular de exercícios. Dor ao toque, sensação constante de peso, inchaço e facilidade para o aparecimento de hematomas também fazem parte do quadro clínico.

A doença ainda enfrenta demora para ser diagnosticada no Brasil porque seus sinais são frequentemente confundidos também com o linfedema, inchaço causado pelo acúmulo de líquidos em determinadas regiões do corpo que normalmente seriam eliminados pelo organismo através do sistema linfático, e doenças venosas, além de ainda ser pouco reconhecida por parte dos profissionais de saúde e da própria população. Segundo o Consenso Brasileiro de Lipedema, a sobreposição de sintomas com obesidade, linfedema e doenças venosas explica parte da dificuldade diagnóstica, fazendo com que muitas pacientes levem anos até receberem um diagnóstico correto.

Para Patricia Lyra, cirurgiã plástica especialista em lipedema e consultora médica da DMC Group, esse atraso interfere diretamente na evolução da doença. 'O maior desafio hoje não é apenas tratar o lipedema, mas fazer com que ele seja reconhecido precocemente. Muitas mulheres passam anos acreditando que o problema está relacionado apenas ao excesso de peso, quando, na realidade, convivem com uma doença crônica que exige uma abordagem específica.' Segundo a especialista, o diagnóstico continua sendo

predominantemente clínico, baseado na avaliação médica, na história da paciente e na exclusão de outras doenças com manifestações semelhantes.

Tratamento evolui e deixa de focar apenas na estética

O consenso publicado pela **SBACV** também reforça uma mudança importante na forma como o lipedema vem sendo tratado. Atualmente, a recomendação é que o cuidado seja multidisciplinar, envolvendo atividade física, fisioterapia, acompanhamento nutricional, terapia compressiva e manejo da inflamação. A cirurgia passa a ser considerada quando existe indicação clínica, persistência dos sintomas e comprometimento funcional, sempre de forma individualizada.

Para a especialista, essa mudança representa uma transformação importante na própria compreensão da doença. 'Durante muito tempo o tratamento foi bastante associado ao aspecto estético. Hoje o entendimento é de que o principal objetivo é devolver funcionalidade, reduzir dor, preservar a mobilidade e melhorar a qualidade de vida da paciente. A aparência é uma consequência desse processo, não seu principal propósito.'

Tecnologia e medicina regenerativa impulsionam nova geração de procedimentos

Se o diagnóstico ainda representa um desafio, o tratamento tem avançado rapidamente. A incorporação de tecnologias de alta precisão vem modificando a forma como, em casos selecionados, os procedimentos cirúrgicos são realizados, permitindo maior preservação dos tecidos, redução do trauma cirúrgico e recuperação funcional mais rápida. Esse movimento acompanha um conceito cada vez mais presente na medicina regenerativa: Realizar intervenções que respeitem a biologia do organismo, minimizando a resposta inflamatória, preservando estruturas vasculares e linfáticas e favorecendo os processos naturais de recuperação.

Estudos brasileiros também vêm avaliando tecnologias

aplicadas à lipoaspiração para lipedema. Uma pesquisa desenvolvida pela equipe do professor de cirurgia plástica da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFSCPA) e consultor médico da DMC Group, Denis Valente, comparou a técnica convencional com um procedimento assistido pela tecnologia One STEP®, observando redução do tempo cirúrgico, menor risco de queimaduras e perda sanguínea, diminuição da dor pós-operatória e retorno mais precoce às atividades em pacientes com lipedema que precisam passar pelo tratamento cirúrgico.

Segundo Patrícia Lyra, essas evoluções representam uma mudança na própria lógica do tratamento cirúrgico. 'Quando incorporamos tecnologias mais precisas na prática cirúrgica, o procedimento ganha outra lógica: menos trauma para a paciente e mais segurança para o cirurgião. Assim proporcionamos uma melhor qualidade de vida e um retorno mais rápido às atividades cotidianas das pacientes.'

Informação ainda é o principal tratamento

Embora a ciência tenha ampliado significativamente as possibilidades terapêuticas para o lipedema, especialistas ressaltam que a inovação só produz impacto quando a doença é reconhecida precocemente. Reduzir o tempo até o diagnóstico permite que as pacientes tenham acesso mais cedo ao acompanhamento multidisciplinar e, quando indicado, às tecnologias que tornam os procedimentos mais seguros e menos invasivos. O próprio Consenso Brasileiro de Lipedema destaca que o reconhecimento precoce da doença pode reduzir sua progressão, minimizar complicações e evitar anos de sofrimento físico e emocional decorrentes do diagnóstico tardio.

Para Patrícia, ampliar o debate sobre o lipedema é um passo fundamental para transformar esse cenário. 'Assim como outras áreas da medicina evoluíram para procedimentos cada vez menos invasivos e mais precisos, o tratamento do lipedema também caminha nessa direção. A incorporação de novas tecnologias e protocolos amplia a capacidade de personalizar as

intervenções, reduzir o trauma cirúrgico e acelerar a recuperação, refletindo uma mudança de paradigma no cuidado dessas pacientes', conclui.

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

Hospital da Grande Curitiba participa de mutirão nacional de saúde com foco em recorde

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Um mutirão nacional contra varizes, promovido pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, mobiliza diversas instituições de saúde pelo país com o objetivo de alcançar um novo recorde no Guinness Book. A iniciativa, batizada de Mutirão Brasil Sem Varizes, visa democratizar o acesso ao tratamento de uma condição vascular que afeta milhões de brasileiros, com foco especial em pacientes atendidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

A ação concentrada busca realizar o maior número de procedimentos em um único dia, destacando a importância da prevenção, do diagnóstico precoce e do tratamento de doenças vasculares, uma pauta reforçada durante o Mês Azul e Vermelho. Esta campanha de conscientização visa alertar a população sobre os riscos associados às varizes e outras condições circulatórias.

O Hospital Angelina Caron, reconhecido centro médico-hospitalar na região metropolitana de Curitiba, é um dos participantes desta importante mobilização. A instituição se une a outros serviços de saúde em uma

demonstração de comprometimento com a saúde pública e o avanço da medicina vascular.

A participação do hospital reforça seu compromisso em oferecer atendimento de excelência, com foco na humanização e na gestão eficiente, alinhados à sua missão de promover saúde e qualidade de vida. A escolha de realizar os procedimentos em um sábado, a partir das 7h, demonstra a dedicação das equipes em maximizar o impacto da iniciativa.

A integração do Hospital Angelina Caron a este mutirão de alcance nacional não apenas amplifica o acesso a tratamentos para pacientes do SUS, mas também sublinha a relevância de iniciativas que buscam romper barreiras e garantir que mais pessoas recebam os cuidados necessários para a saúde vascular.

Avanços Tecnológicos no Tratamento Vascular

O mutirão contempla a aplicação de técnicas modernas e minimamente invasivas, como o uso de laser e radiofrequência, que oferecem maior precisão, recuperação mais rápida e menor desconforto para o paciente em comparação com métodos tradicionais. Essas tecnologias são cruciais para otimizar os resultados e reduzir o tempo de internação.

Além dessas abordagens, o rol de procedimentos realizados em ações como esta pode incluir a cirurgia convencional, a escleroterapia com espuma e até mesmo cirurgias arteriais endovasculares de alta complexidade, demonstrando a amplitude das especialidades envolvidas e a capacidade de atender a um espectro diversificado de necessidades vasculares.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** tem desempenhado um papel fundamental na organização e disseminação dessas práticas, promovendo a atualização constante dos

profissionais e a adoção de protocolos baseados em evidências científicas.

O sucesso de um mutirão como este depende da colaboração entre hospitais, médicos, equipes de enfermagem e demais profissionais de saúde, que se unem em prol de um objetivo comum: melhorar a saúde vascular da população brasileira.

O Legado e a Importância do Mês Azul e Vermelho

O evento coincide com a celebração do Dia do Angiologista e do Cirurgião Vascular, um marco que reconhece a importância destes especialistas na manutenção da saúde circulatória. A data é uma oportunidade para disseminar conhecimento e incentivar a busca por acompanhamento médico regular.

O Mês Azul e Vermelho, período dedicado à conscientização sobre doenças vasculares, ganha ainda mais relevância com a realização deste mutirão. As cores simbolizam a importância do sangue e dos vasos sanguíneos, reforçando a mensagem de que a saúde vascular é um componente vital do bem-estar geral do indivíduo.

Iniciativas como esta transcendem o tratamento pontual de uma condição, atuando na prevenção e na educação em saúde. Ao conscientizar a população sobre os fatores de risco, os sintomas e as formas de prevenção das varizes e outras doenças vasculares, busca-se reduzir a incidência dessas patologias a longo prazo.

O Hospital Angelina Caron, ao se associar a essa causa, não apenas cumpre seu papel social, mas também contribui para a construção de um futuro onde a saúde vascular seja uma prioridade acessível a todos os cidadãos, independente de sua condição socioeconômica.

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

Doenças vasculares: sinais de alerta que atingem 1,6 milhão no ES

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Beatriz Brandão

A cada 100 pessoas, cerca de 40 devem apresentar doenças venosas que causam problemas nos membros inferiores ao longo da vida, o que representa mais de 1,6 milhão de capixabas. Os dados são da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**.

No Agosto Azul e Vermelho, campanha dedicada à conscientização sobre a saúde vascular, especialistas reforçam os principais sinais de alerta e a importância do diagnóstico precoce para evitar complicações.

Principais doenças vasculares e sintomas iniciais

O presidente da **SBACV** no Espírito Santo, Wanderley de Paula Silva, explica que entre as principais doenças vasculares que atingem a população estão as varizes, a trombose, os aneurismas e o Acidente Vascular Cerebral (AVC).

'As doenças vasculares têm alta prevalência, mas infelizmente são pouco diagnosticadas. Por isso essa

campanha é tão importante'

No caso das varizes, a cirurgiã vascular Fanilda Barros alerta que sintomas comuns são sensação de peso e cansaço nas pernas e o aparecimento de veias dilatadas.

'A doença pode variar desde um problema estético até casos de úlcera venosa'

Já na trombose venosa, o principal sinal é o surgimento de sintomas em apenas uma perna.

'A pessoa costuma apresentar dor, inchaço e edema'

Risco silencioso e importância do diagnóstico precoce

O angiologista e cirurgião vascular Carlos André Daher, do Hospital Santa Rita, reforça que nem todas as doenças vasculares apresentam sintomas logo no início e que a avaliação médica deve ser procurada o quanto antes.

'Algumas doenças vasculares permanecem silenciosas durante anos. A ausência de dor não significa necessariamente que a circulação esteja normal'

De acordo com o médico, pessoas com histórico familiar de doenças vasculares, diabetes, hipertensão, colesterol alto, obesidade, doença renal e fumantes apresentam maior risco de desenvolver problemas na circulação.

'Uma pessoa com vários desses fatores necessita de avaliação e de medidas preventivas individualizadas'

Hábitos saudáveis e campanha Agosto Azul e Vermelho

Para prevenir o desenvolvimento dessas doenças, Wanderley destaca que hábitos saudáveis fazem diferença no cuidado com a circulação.

'Atividade física e alimentação saudável respondem diretamente pela saúde vascular. A atividade física é melhor do que qualquer remédio'

O Agosto Azul e Vermelho é uma campanha da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** que busca conscientizar a população sobre os cuidados com a saúde vascular.

Dados da entidade indicam que cerca de 40% da população deve desenvolver algum problema venoso nos membros inferiores ao longo da vida, o que representa mais de 1,6 milhão de pessoas no Espírito Santo.

Principais doenças vasculares: entenda cada uma

Entre as doenças vasculares mais frequentes, especialistas destacam:

Varizes: veias dilatadas, principalmente nas pernas, que podem causar dor, sensação de peso, inchaço e cansaço. Em casos mais graves, podem evoluir para feridas.

Trombose: ocorre quando um coágulo se forma dentro de uma veia, geralmente nas pernas. Os principais sinais são dor, inchaço e aumento de volume em apenas um membro. Sem tratamento, pode evoluir para embolia pulmonar.

Aneurisma: dilatação anormal de uma artéria, geralmente da aorta abdominal. Na maioria dos casos, não apresenta sintomas e costuma ser descoberto em exames. Quando rompe, pode ser fatal, segundo especialistas.

AVC: pode ocorrer quando uma artéria que leva sangue ao cérebro é obstruída ou se rompe. Os principais sinais são boca torta, dificuldade para falar, perda de força em um lado do corpo e tontura. O atendimento deve ser imediato.

Lipedema: doença caracterizada pelo acúmulo anormal

de gordura, principalmente nas pernas. Provoca dor, sensibilidade ao toque e desproporção entre a parte superior e inferior do corpo.

Quem está no grupo de risco

Alguns grupos apresentam maior probabilidade de desenvolver doenças vasculares e precisam de atenção redobrada aos sinais de alerta.

Pessoas com histórico familiar

Idosos

Pessoas com diabetes, hipertensão ou colesterol alto

Fumantes

Pessoas com obesidade ou sedentárias

Quem permanece muito tempo sentado ou em pé

Como prevenir problemas na circulação

Especialistas ressaltam que mudanças de estilo de vida e acompanhamento médico regular ajudam a reduzir o risco de doenças vasculares.

Praticar atividade física regularmente

Manter alimentação equilibrada

Não fumar

Controlar pressão arterial, diabetes e colesterol

Evitar ficar muito tempo na mesma posição

Realizar acompanhamento e check-up vascular quando houver fatores de risco

As orientações são baseadas em informações de médicos entrevistados e da **SBACV**.

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

Deficiência de uma vitamina é associada a um risco 62% maior de varizes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Letra de Médico SEGUIR SEGUINDO

Além de contribuir para o fortalecimento ósseo e o funcionamento do sistema imunológico, por exemplo, a vitamina D também pode estar relacionada à saúde vascular. Em estudo publicado no periódico científico *Frontiers in Nutrition*, a deficiência do nutriente foi associada a um risco 62% maior de desenvolvimento de varizes.

A pesquisa analisou dados de mais de 514 000 adultos a partir dos 40 anos que realizaram pelo menos duas dosagens de vitamina D entre 2010 e 2023. Os participantes foram divididos em dois grupos: o primeiro incluía pacientes com deficiência de vitamina D, definida por níveis iguais ou inferiores a 19,9 ng/mL; o outro agrupava indivíduos com concentrações consideradas suficientes, a partir de 30 ng/mL.

Além do risco aumentado para varizes, os autores da investigação também observaram uma associação entre a carência da substância e um risco 122% maior para

varizes com úlceras, 171% para varizes com inflamação e 45% para outras complicações.

Uma das hipóteses envolve a atuação da vitamina D sobre o endotélio, camada que reveste internamente os vasos sanguíneos. O nutriente também participa de mecanismos relacionados ao controle da inflamação, do estresse oxidativo e da disponibilidade de óxido nítrico, substância que auxilia na regulação dos vasos.

Como as varizes são resultado de uma combinação entre enfraquecimento da parede venosa, dilatação das veias, alterações nas válvulas responsáveis por conduzir o sangue de volta ao coração e um processo inflamatório local, faz sentido investigar se níveis baixos de vitamina D poderiam contribuir, direta ou indiretamente.

O estudo avaliou ainda pessoas com níveis considerados insuficientes de vitamina D, entre 20 e 29,9 ng/mL, que também apresentaram risco 56% maior de desenvolver varizes em comparação com indivíduos que apresentavam concentrações a partir de 30 ng/mL.

Apesar de relevante para ampliar a investigação sobre prevenção e tratamento de varizes, o estudo aponta uma associação que precisa ser mais investigada. Ainda não podemos afirmar que a deficiência de vitamina D seja uma causa direta das varizes.

Pessoas com deficiência do nutriente podem compartilhar outros fatores que também interferem na circulação, como menor exposição solar, sedentarismo, obesidade, doenças crônicas e hábitos de vida menos saudáveis. E informações sobre exposição solar, prática de atividade física e hábitos de vida, por exemplo, não estavam disponíveis na base de dados analisada.

Vale ressaltar que os resultados não significam que repor vitamina D evitará o aparecimento de varizes ou

que toda pessoa com varizes precise realizar a dosagem do nutriente para, necessariamente, iniciar suplementação. A indicação deve considerar histórico clínico, fatores de risco e avaliação médica individual.

Da mesma forma, corrigir uma eventual deficiência com suplementação não substitui o diagnóstico e tratamento de problemas de circulação. Pessoas com veias dilatadas, dor, peso, inchaço, coceira ou feridas nas pernas não devem hesitar em procurar um cirurgião vascular.

* Aline Lamaita é cirurgiã vascular, mestre em ciências pela Santa Casa de São Paulo e especialista e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

[Link original](#)



Por se tratar de uma doença crônica, as varizes não têm cura definitiva, mas contam com abordagens terapêuticas eficazes que aliviam os sintomas e evitam a progressão do quadro:

Tratamento conservador: Uso de medicamentos específicos e meias de compressão elástica.

Procedimentos minimamente invasivos: Técnicas modernas como escleroterapia e ablação por laser ou radiofrequência.

Cirurgia convencional: Indicada para casos mais complexos e avançados.

Para manter a circulação em dia e prevenir problemas vasculares de forma geral, os especialistas orientam a adoção de hábitos diários simples:

Praticar atividades físicas regularmente e evitar o sedentarismo.

Manter o controle do peso corporal e adotar uma alimentação equilibrada.

Evitar longos períodos na mesma posição (em pé ou sentado); faça pequenas pausas para caminhar e se alongar durante a rotina.

Controlar fatores de risco como hipertensão, diabetes, colesterol alto e tabagismo.

Consultar um ginecologista para avaliar métodos contraceptivos com menor carga hormonal caso haja predisposição genética para varizes.

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

Nova lei torna a prevenção da trombose obrigatória em hospitais

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A segurança dos pacientes internados no Brasil ganha um reforço histórico e decisivo. Sancionada no início de julho pelo presidente da República, Luiz Inácio Lula da Silva, a Lei nº 15.448/2026 tornou obrigatória a implementação de protocolos permanentes de prevenção ao tromboembolismo venoso (TEV) em todos os hospitais públicos, privados e unidades de saúde com serviços de internação do país..

A legislação busca conter a principal causa de morte evitável em ambiente hospitalar, reforçando que o cuidado com a vascularização deve ser mantido tanto na rotina médica quanto nas escolhas do dia a dia. A medida foi amplamente celebrada por entidades como a Sociedade Brasileira de Trombose e Hemostasia (SBTH) e a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. E ganha ainda mais destaque durante a campanha Agosto Abril Vermelho, de conscientização sobre as doenças vasculares.

O tromboembolismo venoso abrange duas condições graves e interligadas: a trombose venosa profunda (TVP) - formação de coágulos de sangue em veias profundas, em especial nos membros inferiores - e a

embolia pulmonar (EP), que ocorre quando esse coágulo se solta, ganha a corrente sanguínea e bloqueia os vasos dos pulmões.

A complicação figura hoje como a terceira principal causa de morte cardiovascular no mundo e a principal causa evitável de óbito dentro do ambiente hospitalar. Estima-se que cerca de 60% de todos os episódios de TEV registrados globalmente estejam diretamente associados ao período de internação.

De recomendação médica a um dever institucional

A nova legislação entra em vigor em 180 dias. A medida estabelece que as ações de profilaxia sejam incorporadas à rotina assistencial, podendo ser conduzidas e monitoradas pelos Núcleos de Segurança do Paciente já existentes.

Embora diretrizes clínicas nacionais e internacionais já orientassem o controle de riscos, a aplicação de medidas preventivas ainda ocorria de forma desigual pelos hospitais brasileiros. O repouso prolongado no leito, a redução do fluxo sanguíneo nas pernas, cirurgias de grande porte, quadros de infecção grave, idade avançada e episódios de trauma elevam significativamente o risco de formação de trombos.

Com a nova lei, todas as instituições hospitalares passam a ter o dever legal de realizar a estratificação de risco logo na admissão do paciente, implantar protocolos padronizados, treinar as equipes multidisciplinares e realizar auditorias periódicas dos resultados. Para que a nova lei cumpra plenamente sua função, a SBTH e a **SBACV** atuarão junto a gestores hospitalares e autoridades de saúde para apoiar a implementação dos protocolos e garantir treinamento contínuo das equipes médicas e de enfermagem em todo o país.

Professora titular da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp, onde coordena o Centro de Doenças

Tromboembólicas do Hemocentro, a hematologista Joyce M. Annichino, presidente da Sociedade Brasileira de Trombose e Hemostasia (SBTH), avalia a nova legislação.

A avaliação de Edwaldo Joviliano, presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, reforça a relevância da obrigatoriedade:

Medidas práticas e o risco após a alta hospitalar

A prevenção do TEV no ambiente hospitalar envolve estratégias simples, seguras e baseadas em evidências científicas:

Mobilização precoce e fisioterapia: Estimular o paciente a se movimentar ou caminhar assim que houver indicação médica;

Métodos mecânicos: Uso de meias de compressão elástica e dispositivos de compressão pneumática intermitente para reativar o fluxo venoso nas pernas;

Métodos farmacológicos: Prescrição de medicamentos anticoagulantes profiláticos para pacientes classificados como de médio ou alto risco;

Hidratação adequada: Manter o aporte hídrico adequado para evitar o espessamento do sangue.

Especialistas alertam, contudo, que o risco de trombose não desaparece no momento em que o paciente recebe alta. O cirurgião vascular Adilson Ferraz Paschoa, membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** Regional São Paulo (**SBACV-SP**), enfatiza a necessidade de atenção contínua nas semanas seguintes ao retorno para casa:

Frio reduz circulação sanguínea e eleva risco de trombose

Baixas temperaturas provocam vasoconstrição e

potencializam dores, inchaço e varizes

As temperaturas mais baixas nesta época do ano exigem atenção redobrada com o sistema circulatório. No inverno, a combinação do frio com mudanças repentinas de comportamento - como a redução da atividade física e a menor ingestão de água - pode comprometer a circulação sanguínea, agravar sintomas em quem tem varizes e aumentar o risco de eventos graves, como a trombose venosa profunda (TVP).

5 orientações essenciais para proteger a saúde vascular nas baixas temperaturas

Para evitar o surgimento de complicações e conter o agravamento de doenças circulatórias crônicas, o Dr. Joé Sestello elenca cinco fatores decisivos de prevenção durante a temporada fria:

1. Entenda os impactos do frio nas pernas

Pessoas que possuem diagnóstico de varizes, insuficiência venosa crônica ou problemas arteriais sentem uma piora acentuada dos sintomas com a queda de temperatura. A vasoconstrição diminui o calibre dos vasos e sobrecarrega a circulação periférica.

2. Combata o sedentarismo de inverno

O hábito de passar mais tempo deitado ou sentado no frio prejudica o retorno venoso, que depende do estímulo dos músculos da panturrilha. A imobilidade favorece o represamento de sangue e a formação de coágulos nas veias profundas. Caminhadas curtas, alongamentos periódicos e pausas para se movimentar ao longo da jornada de trabalho são essenciais para manter o fluxo ativo.

3. Mantenha a hidratação mesmo sem sede

No inverno, o mecanismo da sede é menos acionado, levando as pessoas a beberem menos água. A baixa ingestão hídrica eleva a viscosidade do sangue, tornando-o mais espesso e lento, o que facilita o

aparecimento de trombos. A hidratação contínua é indispensável em qualquer estação do ano.

4. Reconheça os sinais de alerta e emergência

Sintomas de surgimento repentino necessitam de assistência médica imediata. Inchaço acentuado em apenas uma das pernas, dor forte, vermelhidão ou sensação de calor no local são indícios característicos de trombose venosa profunda. Caso haja dor no peito, falta de ar súbita ou tosse involuntária, a suspeita é de embolia pulmonar - quadro de extrema gravidade que exige ida urgente ao pronto-socorro.

Trombose Venosa Profunda (TVP): Dor súbita, inchaço persistente, rigidez ou sensação de queimação na perna ou na panturrilha, acompanhados ou não de vermelhidão e calor local.

Embolia Pulmonar (EP): Falta de ar repentina, dor aguda no peito ao respirar fundo, aceleração dos batimentos cardíacos, tontura ou tosse com sangue. Diante destes sintomas, busque atendimento médico imediato em um pronto-socorro.

5. Grupos de risco devem redobrar o acompanhamento

Idosos, gestantes, pessoas com obesidade, fumantes, hipertensos, diabéticos ou indivíduos com colesterol elevado e histórico familiar de doenças vasculares precisam manter acompanhamento médico regular.

Profissionais que trabalham muitas horas sentados ou em pé na mesma posição também integram o grupo de vulnerabilidade e devem considerar o uso de meias de compressão mediante orientação do angiologista ou cirurgião vascular.

Com Assessorias

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

Risco de colesterol alto triplica a partir dos 60 anos; entenda riscos e cuidados

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

São Paulo - À medida que o corpo envelhece, o perigo do colesterol alterado torna-se muito mais iminente. Estudos demonstram que o risco de desenvolver alterações graves no colesterol é quase três vezes maior em pessoas com 60 anos ou mais em comparação com adultos jovens.

No entanto, o sinal de alerta vermelho acende ainda mais cedo: indivíduos na faixa dos 45 aos 59 anos apresentam exatamente a mesma tendência de avanço acelerado.

Isso acontece porque, nesse período da vida, ocorre um acúmulo progressivo de placas de gordura nas paredes das artérias que culmina no desencadeamento de infartos e AVCs. A prevalência de taxas alteradas também se mostra significativamente mais expressiva entre mulheres acima dos 45 anos.

A conscientização sobre o cuidado com os níveis do colesterol é lembrada neste sábado, 8, Dia Nacional de Combate ao Colesterol, data criada em 2003 pensada

em reforçar os cuidados e lembrar os riscos relacionados ao colesterol alto.

No Brasil, as doenças cardiovasculares representam a principal causa de mortalidade, sendo responsáveis por mais de 380 mil óbitos anuais, de acordo com dados da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC). Estudos epidemiológicos destacados pela entidade apontam que cerca de 40% dos adultos no País apresentam níveis alterados de colesterol - seja pelo LDL, ou o 'colesterol ruim', alto ou pelo HDL, o 'colesterol bom', baixo.

Além disso, estima-se que 32% da população adulta brasileira conviva com taxas elevadas especificamente de LDL. Apesar de alarmantes, esses números avançam de forma oculta.

Risco silencioso

Conhecido como uma condição silenciosa, o colesterol alto não apresenta sintomas físicos imediatos. Como esclarece, médica nutróloga da Kora Saúde, Sandra Fernandes:

O maior desafio do colesterol é justamente o fato de ele não causar dor. Por isso, muita gente adia os exames preventivos'.

Na grande maioria das vezes, o indivíduo só descobre a alteração após sofrer um evento cardiovascular agudo, como um infarto do miocárdio ou um Acidente Vascular Cerebral (AVC). Estimativas da Organização Mundial da Saúde (OMS) apontam que o colesterol elevado está diretamente associado a um terço de todas as doenças cardíacas isquêmicas no mundo.

A cirurgiã vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV-SP)**, Inez Ohashi Torres, detalha que o acúmulo de placas de gordura ocorre de maneira muito lenta e progressiva,

estreitando os vasos e dificultando a passagem de sangue sem manifestar sintomas por muitos anos.

Embora o infarto seja a consequência mais associada ao colesterol alto, o comprometimento vascular afeta todo o organismo. Torres alerta para outras graves complicações sistêmicas:

Doença Arterial Periférica (DAP): o acúmulo de placas de gordura nas pernas reduz o fluxo sanguíneo, causando dor ao caminhar. Em fases avançadas, o paciente sente dor mesmo em repouso, desenvolve feridas de difícil cicatrização e enfrenta o risco real de perda ou amputação do membro;

Acidente Vascular Cerebral (AVC): o acúmulo de gordura nas artérias carótidas, responsáveis por levar sangue ao cérebro, obstrui a circulação adequada e eleva drasticamente a possibilidade de um derrame;

Problemas nos rins e pressão alta: o estreitamento das artérias renais devido ao excesso de colesterol favorece o aumento da pressão arterial e pode gerar sérias alterações na função dos rins;

Esteatose Hepática (gordura no fígado): se os níveis de gordura no sangue permanecerem excessivamente elevados sem controle, o paciente pode desenvolver acúmulo de gordura no fígado, evoluindo para complicações hepáticas severas, como a cirrose.

Desfazendo mitos

Um dos principais equívocos sobre o colesterol elevado é associá-lo unicamente ao excesso de peso. A medicina alerta que pessoas magras também podem apresentar níveis perigosamente altos de colesterol.

'A maior parte do colesterol presente no organismo é produzida pelo próprio fígado. Por isso, uma pessoa magra também pode apresentar colesterol elevado, dependendo de fatores genéticos, da alimentação e de outros fatores', explica a Inez Ohashi Torres.

Pessoas com histórico familiar de eventos cardiovasculares precoces, diabetes, tabagismo ou doença renal crônica necessitam de atenção redobrada.

Além disso, a Sandra Fernandes, da Kora Saúde, faz um alerta importante sobre o uso de medicamentos modernos para perda de peso:

As canetas emagrecedoras e novas terapias para perda de peso são aliadas valiosas, mas elas não substituem a investigação do perfil lipídico. É muito comum atender pessoas que se sentem ótimas e perderam peso, mas que ainda possuem um componente genético ou hábitos alimentares velados que mantêm o colesterol ruim elevado. Cuidar do coração é um processo contínuo'.

Como controlar o colesterol

A boa notícia é que as taxas de gordura no sangue respondem de forma excelente às escolhas do dia a dia. Para acompanhar os números, o lipidograma (perfil lipídico completo) deve ser realizado periodicamente por adultos a partir dos 20 anos de idade. Se você tem mais de 50 anos ou possui fatores de risco associados, como histórico familiar ou diabetes, a investigação regular é indispensável para prevenir complicações vasculares irreversíveis.

A nutricionista Denise Kunitake, do Hospital Nipo-Brasileiro e Sandra Fernandes apontam as diretrizes práticas para equilibrar as taxas sanguíneas:

O que incluir na sua alimentação e rotina:

Fibras solúveis: consuma diariamente farelo de aveia e linhaça, aliados poderosos para reduzir a absorção do colesterol ruim no organismo;

Frutas e vegetais: insira diariamente frutas, legumes e vegetais folhosos em abundância;

Proteínas magras: prefira carnes brancas, como de aves e peixes, optando por preparações cozidas, assadas ou grelhadas;

**SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de
Cirurgia Vascular**

Gorduras boas: utilize azeite de oliva extravirgem como principal gordura culinária.

Alimentos integrais: prefira arroz, pão e macarrão integrais em vez das versões refinadas.

Laticínios desnatados: prefira leite e derivados na versão desnatada e sem adição de açúcares.

Exercício físico regular: pratique atividades físicas regulares sob orientação profissional. O exercício é essencial para elevar o colesterol bom (HDL) e fortalecer o músculo cardíaco naturalmente.

O que reduzir drasticamente

Gorduras saturadas de origem animal: evite gordura visível na carne, pele de frango, bacon, toucinho e o consumo excessivo de manteiga, nata ou creme de leite;

Óleos vegetais altamente saturados: cuidado com o óleo de coco e o óleo de palma (óleo de dendê). Quando consumidos em excesso, eles elevam expressivamente o LDL, contrariando a crença popular de que seriam opções puramente saudáveis;

Embutidos e ultraprocessados: reduza drasticamente o consumo de salame, presunto, mortadela, salsichas, linguiça e salgadinhos industrializados;

Açúcares e farinhas refinadas: diminua a ingestão de doces, bolos, tortas, biscoitos recheados, pão doce, croissants, sorvete e refrigerantes;

Frituras: elimine frituras em geral, como batata frita, pastel, coxinha e churros;

Bebidas alcoólicas: evite ou limite o consumo de álcool, pois ele interfere diretamente no perfil lipídico, especialmente na elevação dos triglicerídeos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV,