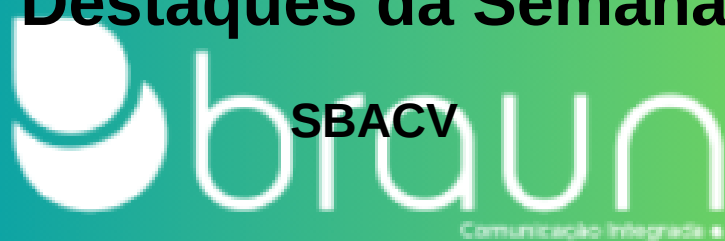


Destaques da Semana

SBACV



Jornal da Cidade de Bauru São Paulo (Noticias - 25/07/2026) Panturrilha: o segundo coração do corpo	6
Jornal Diário de Notícias São Paulo (Noticias - 30/07/2026) Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório	8
Jornal Estado de Minas Minas Gerais (Noticias - 27/07/2026) Nova lei amplia a prevenção da trombose	10
A voz de Ribeirão Preto São Paulo (Noticias - 27/07/2026) Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	12
Araraquara News São Paulo (Noticias - 31/07/2026) CUIDADOS NO INVERNO GARANTEM SEGURANÇA VASCULAR	14
Bebedouro News São Paulo (Noticias - 27/07/2026) Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos...	16
Boa Forma Online Nacional (Noticias - 24/07/2026) O exercício errado pode colocar sua saúde vascular em risco; saiba mais	18
Brasil Novas Ideias (Noticias - 27/07/2026) Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivo	20
Brasília Mais Notícias Distrito Federal (Noticias - 26/07/2026) Cinco cuidados para reduzir o risco de trombose durante viagens de férias	22
Correio 24 Horas Bahia (Noticias - 25/07/2026) Nem todo exercício faz bem para a circulação; veja quais treinos podem prejudicar as veias	24
Diário PCD - ADIABC São Paulo (Noticias - 25/07/2026) Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar - Diário PcD	26
Dicas Pais e Filhos São Paulo (Noticias - 31/07/2026) Segunda gravidez pode piorar as varizes? Entenda o efeito na circulação	28
ES Hoje Espírito Santo (Noticias - 31/07/2026) Agosto Azul e Vermelho alerta para prevenção de trombose, AVC e outras doenças vasculares	31
Estado de Minas online Minas Gerais (Noticias - 27/07/2026) Nova lei amplia a prevenção da trombose	32

Fala Você Notícias Mato Grosso (Noticias - 25/07/2026)	
Exercícios em excesso podem prejudicar a circulação e aumentar risco de varizes e trombose	34
Folha ES Espírito Santo (Noticias - 31/07/2026)	
Agosto Azul e Vermelho alerta para cuidados com a saúde vascular	36
Gazeta da Semana São Paulo (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	37
Gazeta24h Bahia (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	39
GuairaNews Paraná (Noticias - 27/07/2026)	
Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório	42
Imprensa Brasília Distrito Federal (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	45
Jornal do Belém São Paulo (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	48
Jornal do Brás São Paulo (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	50
Jornal do Ônibus Paraná (Noticias - 29/07/2026)	
Tecnologias estéticas: o que elas realmente podem fazer pelo seu cabelo, face e corpo - Jornal do Ônibus de Curitiba	52
Jornal E Paraná (Noticias - 29/07/2026)	
Tecnologias estéticas: o que elas realmente podem fazer pelo seu cabelo, face e corpo	55
Jornal Hora Agha Espírito Santo (Noticias - 31/07/2026)	
Dr. Wanderley de Paula alerta para prevenção das doenças vasculares	58
Notícias de Fato Distrito Federal (Noticias - 27/07/2026)	
Caminhada em Brasília busca conscientizar população sobre o lipedema no próximo domingo	59
O Nortão Rondônia (Noticias - 28/07/2026)	
Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar	61

Pedro Ribeiro Paraná (Noticias - 27/07/2026)	
Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar	63
Piauí Hoje Piauí (Noticias - 31/07/2026)	
Aparelho criado na UnB pode evitar amputações em diabéticos e dar esperança a pacientes	65
Portal do Antonio Zacarias Amazonas (Noticias - 29/07/2026)	
ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema	71
Portal do Holanda Amazonas (Noticias - 24/07/2026)	
Conheça a ILIB Terapia, técnica a laser que auxilia no combate aos sintomas do Lipedema	73
Portal Mazé Mourão Amazonas (Noticias - 24/07/2026)	
ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema	74
Portal RBN Bahia (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	76
Portal Você Amazonas (Noticias - 30/07/2026)	
ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema	79
Revista Aqui Ali São Paulo (Noticias - 24/07/2026)	
Cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório	81
Revista Click Rec Pernambuco (Noticias - 27/07/2026)	
Fisioterapeuta orienta como proteger a circulação e evitar dores em trajetos longos de carro e avião	83
Revista Kdea 360 Rio de Janeiro (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	85
Sala da Notícia São Paulo (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	87
Saúde Debate Paraná (Noticias - 28/07/2026)	
Doença falciforme vai além do sangue: feridas nas pernas, dor e AVC podem estar ligados à circulação	89
Saúde em Dia São Paulo (Noticias - 28/07/2026)	
De varizes a lipedema: por que suas pernas doem no fim do dia?	91
Sucesso notícias.com Goiás (Noticias - 30/07/2026)	
Saúde vascular exige cuidado além das veias	93

Terra Nacional (Noticias - 28/07/2026)	
Cansaço nas pernas pode sinalizar problemas de saúde graves, alertam médicos	95
Terra Magazine Pernambuco (Noticia - 27/07/2026)	
Fisioterapeuta orienta como proteger a circulação e evitar dores em trajetos longos de carro e avião	97
TV Cidade 10 Rio Grande do Sul (Noticias - 30/07/2026)	
Tecnologias estéticas: o que elas realmente podem fazer pelo seu cabelo, face e corpo	99
Voz do Bairro São Paulo (Noticias - 27/07/2026)	
Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos	102
Blog Jornal da Mulher São Paulo (Noticias - 29/07/2026)	
Doença falciforme vai além do sangue: feridas nas pernas, dor e AVC podem estar ligados à circulação	104
Blog Jornal da Mulher São Paulo (Noticias - 24/07/2026)	
Cinco cuidados para reduzir o risco de trombose durante viagens de férias	105
Blog Jornal da Mulher São Paulo (Noticias - 30/07/2026)	
Agosto azul e vermelho	107
Jornal Folha Noroeste São Paulo (Noticias - 25/07/2026)	
Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório	109
Tv Diário (Record News - Manaus) Amazonas (Noticias - 24/07/2026)	
Lipedema atinge mais de 10 milhões de mulheres no Brasil e não tem cura	111

Panturrilha: o segundo coração do corpo

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Um dos caminhos para U: bem-estar do organismo está em ações simples, como a atenção às pernas, com foco especial na panturrilha. Esse cuidado vai além da busca por músculos fortes, pois a região atua como um pilar indispensável para a saúde vascular. Considerada pela medicina o “segundo coração” do corpo, a contração dessa área gera uma pressão mecânica que impulsiona o sangue venoso de volta aos órgãos vitais com a força necessária. De acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e as diretrizes da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a falta de estímulo nesse músculo é um dos principais fatores de risco para problemas circulatórios. O sedentarismo ou a permanência prolongada na mesma posição, seja em pé ou sentado, reduz a eficácia dessa bomba natural. Sem a devida ativação, ocorre o acúmulo de líquidos nas extremidades, o que gera cansaço, sensação de peso e pode culminar na Trombose Venosa Profunda (TVP).

“A prevenção exige atenção contínua e pequenas mudanças de comportamento no cotidiano. Os cuidados diários ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas

desconfortáveis. - Panturrilhas e pernas fortalecidas são fatores de grande impacto positivo na saúde da população”, afirma a fisioterapeuta Joseanny Nicolussi, consultora da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar.

Oito dicas essenciais para a saúde da panturrilha

Conforme as orientações conjuntas do Ministério da Saúde e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a fisioterapeuta compartilha algumas práticas simples que estimulam o fluxo venoso e evitam complicações ao longo do dia: *

Praticar atividades físicas regulares: exercícios como caminhadas, corridas e natação tonificam a musculatura das pernas e potencializam o bombeamento do sangue.

* Fazer pausas para movimentação: evitar a imobilidade durante a jornada de trabalho ou em viagens longas, com pequenas caminhadas a cada duas horas para reativar o fluxo.

* Realizar exercícios de ativação local: movimentos de “sobe e desce” com os calcanhares, mesmo na posição sentada, auxiliam a manter a contração muscular ativa.

* Aquecer antes e alongar depois: antes de praticar qualquer atividade física, recomenda-se um leve aquecimento. Logo após, alongamentos suaves para favorecer a recuperação.

* Manter a hidratação constante: a ingestão regular de água ajuda a preservar a fluidez do sangue e diminui os edemas nos membros inferiores;

* Escolher um calçado adequado: utilizar tênis confortáveis, com bom amortecimento e que ofereçam suporte aos pés. Isso contribui para a proteção dos músculos e articulações.

* Aumentar a carga de forma gradual: não elevar a

intensidade, a velocidade ou a duração dos treinos de maneira repentina. A progressão gradual permite que o corpo se adapte ao esforço e reduz o risco de distensões e outras lesões.

« Adotar a terapia de compressão: o uso de meias elásticas de compressão graduada atua como um suporte externo que aperta o tecido de forma controlada, o que altera o retorno venoso para melhor e diminui o cansaço.

Meias de compressão

A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que contribui para o sangue circular melhor, trazer mais estabilidade para músculos como a panturrilha, evitar inchaços e sensação de pernas pesadas.

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

Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Resumo em tópicos:

- * Recomendações da **SBACV** apontam para a importância da atividade física e movimento para o bom funcionamento da circulação
- * Muito além da estética, a panturrilha forte colabora para fortalecer o sistema vascular
- * Hidratação e exercícios localizados fazem parte da atenção diária com essa região
- * Terapia de compressão pode ser um aliado para evitar o surgimento de doenças vasculares

Um dos caminhos para o bem-estar do organismo está em ações simples, como a atenção às pernas, com foco especial na panturrilha. Esse cuidado vai além da busca por músculos fortes, pois a região atua como um pilar indispensável para a saúde vascular. Considerada pela medicina o “segundo coração” do corpo, a contração dessa área gera uma pressão mecânica que impulsiona

o sangue venoso de volta aos órgãos vitais com a força necessária.

De acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e as diretrizes da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a falta de estímulo nesse músculo é um dos principais fatores de risco para problemas circulatórios. O sedentarismo ou a permanência prolongada na mesma posição, seja em pé ou sentado, reduz a eficácia dessa bomba natural. Sem a devida ativação, ocorre o acúmulo de líquidos nas extremidades, o que gera cansaço, sensação de peso e pode culminar na Trombose Venosa Profunda (TVP).

“A prevenção exige atenção contínua e pequenas mudanças de comportamento no cotidiano. Os cuidados diários ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas desconfortáveis. Panturrilhas e pernas fortalecidas são fatores de grande impacto positivo na saúde da população”, afirma a fisioterapeuta Joseanny Nicolussi, consultora da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar.

Oito dicas essenciais para a saúde da panturrilha

Conforme as orientações conjuntas do Ministério da Saúde e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a fisioterapeuta compartilha algumas práticas simples que estimulam o fluxo venoso e evitam complicações ao longo do dia:

- * Praticar atividades físicas regulares: exercícios como caminhadas, corridas e natação tonificam a musculatura das pernas e potencializam o bombeamento do sangue;
- * Fazer pausas para movimentação: evitar a imobilidade durante a jornada de trabalho ou em viagens longas,

com pequenas caminhadas a cada duas horas para reativar o fluxo;

* Realizar exercícios de ativação local: movimentos de “sobe e desce” com os calcanhares, mesmo na posição sentada, auxiliam a manter a contração muscular ativa;

* Aquecer antes e alongar depois: antes de praticar qualquer atividade física, recomenda-se um leve aquecimento. Logo após, alongamentos suaves para favorecer a recuperação.

* Manter a hidratação constante: a ingestão regular de água ajuda a preservar a fluidez do sangue e diminui os edemas nos membros inferiores;

* Escolher um calçado adequado: utilizar tênis confortáveis, com bom amortecimento e que ofereçam suporte aos pés. Isso contribui para a proteção dos músculos e articulações.

* Aumentar a carga de forma gradual: não elevar a intensidade, a velocidade ou a duração dos treinos de maneira repentina. A progressão gradual permite que o corpo se adapte ao esforço e reduz o risco de distensões e outras lesões.

* Adotar a terapia de compressão: o uso de meias elásticas de compressão graduada atua como um suporte externo que aperta o tecido de forma controlada, o que altera o retorno venoso para melhor e diminui o cansaço.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP oferece a linha UP25, desenvolvida com tecnologia específica para atividades físicas. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que contribui para o sangue circular melhor, trazer mais estabilidade para músculos como a panturrilha, evitar inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

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

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

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

Nova lei amplia a prevenção da trombose

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Há cerca de 15 dias uma moça, minha conhecida, de 31 anos, morreu por causa de uma embolia pulmonar, consequência de uma trombose, por causa de uma cirurgia de hérnia que ela tinha feito. Já em casa, começou a sentir uma dor, foi à UPA, o médico disse que não era nada, que deveria ser uma gripe ou princípio de pneumonia, e deu alta. Em casa, ela piorou e o marido a levou para o Hospital João XXIII, onde foi constatado o problema real, mas não deu tempo de fazer nada. Ela deixou um filho de 12 anos.

O que me deixa perplexa é que uma das grandes preocupações dos médicos pós-cirurgia é o risco de trombose. E como um médico da UPA, sabendo que ela tinha acabado de passar por uma, não se atentou para o risco? Agora, a prevenção da trombose passa a ser uma prioridade na assistência hospitalar brasileira. A nova legislação determina que instituições públicas e privadas adotem protocolos para identificar pacientes com maior propensão de tromboembolismo venoso (TEV), doença que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar (EP). A medida busca reduzir uma das principais causas evitáveis de complicações e mortes durante e após a internação.

Para o cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso (TEV) da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Adilson Ferraz Paschoa, a nova lei representa um marco importante para a segurança dos pacientes e reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas.

O tromboembolismo venoso acomete, principalmente, pacientes hospitalizados por condições clínicas ou cirúrgicas e está relacionado a fatores de risco como redução da mobilidade, processos inflamatórios e propensão à formação de coágulos. Embora a doença seja associada a longas viagens aéreas, o especialista resalta que a probabilidade de desenvolver o quadro é muito maior durante as internações, período em que o repouso prolongado e outras vulnerabilidades clínicas estão mais acentuados. Segundo o Dr. Adilson, a mobilidade restrita interfere no retorno venoso, quando a musculatura da panturrilha deixa de exercer adequadamente sua função, a velocidade do fluxo sanguíneo diminui e a predisposição para a trombose aumenta.

Na prática, a nova legislação determina que todos os pacientes internados sejam avaliados quanto à predisposição ao tromboembolismo venoso e que os hospitais adotem as medidas preventivas mais adequadas para cada situação. Entre elas estão a mobilização precoce, hidratação, fisioterapia, uso de meias elásticas, dispositivos de compressão pneumática e, quando indicado, medicamentos anticoagulantes.

Outro ponto importante é que a probabilidade de trombose não termina com a alta hospitalar. De acordo com o médico, a possibilidade de desenvolver a doença permanece elevada nos primeiros meses após a internação. Dor e inchaço nas pernas, especialmente na panturrilha, são os principais sinais da trombose venosa profunda. Já a dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar podem indicar embolia pulmonar e exigem

atendimento médico imediato.

Além da atuação das equipes de saúde, pacientes e familiares também têm papel importante na prevenção da trombose. Incentivar a movimentação precoce, manter uma boa hidratação, seguir as orientações da fisioterapia e esclarecer dúvidas com a equipe médica são atitudes que ajudam a reduzir a probabilidade de complicações.

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)

Dra. Letícia Costa

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como Laser Transdérmico,

Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e

cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Salatiel Medeiros de Araújo

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

CUIDADOS NO INVERNO GARANTEM SEGURANÇA VASCULAR

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

/ouça este conteúdo/

0:00

As baixas temperaturas já são uma realidade em Minas Gerais que podem comprometer a saúde vascular de diversas formas. Ao longo das estações mais frias do ano, é natural as pessoas diminuam a ingestão de água, característica que deixa o sangue mais viscoso, contribuindo para alterações vasculares.

O principal alerta é para idosos, pois ingerem pouca água, uma característica da idade. Segundo o cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, Josualdo Euzébio Silva, a desidratação é um risco a ser combatido. A água deve ser oferecida regularmente e, alternativas, como chás, também são opção, já aquecendo o corpo e reduzindo a contração dos vasos sanguíneos, outro problema comum.

A característica é chamada de vasoconstrição, podendo originar outros perigos vasculares, como a trombose - principalmente para quem já possui predisposição

genética. O estreitamento surge, justamente, da tentativa do corpo em se manter aquecido e provoca a formação de coágulos, sobretudo, nos membros inferiores, quando combinado com a alta viscosidade do sangue. “A ocorrência causa inchaço, dor no membro atingido e alterações na cor da pele, textura e temperatura, sendo considerada uma emergência médica”, explica o angiologista.

Publicidade

A trombose ainda pode levar à embolia pulmonar. A condição decorre do desprendimento de um coágulo, que parte em direção aos pulmões, capaz de provocar a morte, apresentando antes, sintomas como dor no peito, taquicardia e tosse, com ou sem a presença de sangue. O Acidente Vascular Cerebral (AVC) também é uma probabilidade e ocorre quando o coágulo chega ao cérebro.

Além disso, manter-se aquecido durante o inverno é essencial. Josualdo alerta que as roupas devem cumprir sua função, proporcionando muito mais que estilo, proteção. As peças devem ser confortáveis, sem apertar os membros e as extremidades também precisam ser consideradas. Para complementar, bolsas de água quente podem ser alternativas eficientes para garantir o conforto térmico.

As meias de compressão são peças eficientes, desde que recomendados na pressão adequada pelo angiologista, conforme a necessidade individual. O uso de uma pressão incorreta causa outros problemas, inclusive, a piora na circulação, pois funciona como um torniquete.

É importante conscientizar sobre a prática da atividade física o ano todo por contribuir para o funcionamento adequado do fluxo sanguíneo.

Divulgue seu Instagram - SAIBA MAIS...

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos...

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de

diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

O exercício errado pode colocar sua saúde vascular em risco; saiba mais

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Maraísa Bueno

Qual atividade física protege as artérias? Especialista alerta para os riscos do treino sem orientação. (./Magnific)

Priorizar nos meus resultados Google

Ler Resumo

Introdução

Exercitar-se é vital, mas para a saúde vascular, a execução faz toda a diferença. Fortalecer a panturrilha, nosso “coração periférico”, é chave para uma circulação eficiente. Descubra quais atividades são seguras, os riscos do excesso e os sinais de alerta para proteger suas veias e artérias.

Principais Tópicos

Panturrilha: o “coração periférico” essencial

Atividades de baixo impacto: aliadas da circulação

Riscos: excesso de carga, impactos e desidratação

Sinais de alerta para a saúde vascular

Sedentarismo: impacto na insuficiência venosa e varizes

Este resumo foi útil?

Resumo gerado por ferramenta de IA treinada pela redação da Editora Abril.

Praticar atividades físicas se transformou em sinônimo de saúde e qualidade de vida. O movimento traz benefícios já comprovados pela ciência, desde uma caminhada de 20 minutos até uma corrida de alta performance. Porém, para o sistema vascular, essa equação não é tão simples.

Especialistas ressaltam que a execução inadequada de um movimento ou a escolha de uma atividade de alto impacto repetitivo pode transformar o que seria um remédio em um perigo silencioso para veias e artérias.

Newsletter

Dicas de fitness, alimentação, beleza, saúde e bem-estar para uma rotina equilibrada. E o melhor: sem pagar nada por isso. Inscreva-se aqui para receber a nossa newsletter

Aceito receber ofertas produtos e serviços do Grupo Abril.

Você receberá nossa newsletter em breve.

O problema é que o corpo pede movimento, mas exige orientação.

Dados do Ministério da Saúde indicam que 47,5% da população adulta brasileira não se movimenta o suficiente, um índice que cresce entre mulheres e idosos.

Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, esse comportamento sedentário está diretamente relacionado ao aumento de casos de insuficiência venosa crônica e ao surgimento precoce de varizes.

A saída, segundo a Dra. Haila Almeida, médica cirurgiã vascular e fundadora do Instituto Alphaveins, está em um músculo muitas vezes subestimado: a panturrilha.

Conhecida como o “coração periférico”, a região é a responsável por bombear o sangue de volta ao coração, uma tarefa que as veias não conseguem realizar sozinhas.

“Cada contração comprime as veias profundas e empurra o fluxo venoso. Fortalecer essa região é uma questão funcional, e não apenas estética”, explica a médica.

Entre as atividades mais indicadas para a saúde vascular estão os exercícios de baixo impacto, como caminhada, natação, hidroginástica e ciclismo leve.

A água, em especial, exerce uma pressão hidrostática que funciona como uma drenagem natural que alivia o peso nas pernas. A musculação também entra na lista de aliadas, desde que bem orientada e com respeito aos limites do corpo.

O problema surge com os exageros. “Saltos sucessivos e a musculação com carga excessiva podem fragilizar as paredes venosas, elevar a pressão intra-abdominal e criar um ambiente perigoso para a formação de coágulos. A hidratação inadequada é outro fator crítico. Com a reposição hídrica insuficiente, o sangue se torna mais viscoso, a circulação fica lenta e o risco de trombose aumenta, especialmente em pessoas com

predisposição”, afirma a especialista.

De acordo com a Dra Haila, dores na panturrilha que surgem durante a corrida e somem no repouso, inchaço persistente em apenas uma perna, sensação de queimação ou o aparecimento súbito de veias dilatadas são alertas que não podem ser ignorados.

“Nesses casos, insistir no treino é um risco. A recomendação é que o melhor esporte não é o mais intenso, mas aquele que o praticante consegue manter com prazer, regularidade e, acima de tudo, sem lesões”, finaliza a cirurgiã vascular.

Os 6 maiores aliados de quem quer viver mais e melhor

Quer receber as últimas dicas e matérias incríveis de Boa Forma direto no seu celular? É só se inscrever aqui,

no nosso canal no WhatsApp

TAGS:

exercícios cardiovasculares

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivo

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dr. Túlio Medeiros, referência em gastroenterologia alia endoscopia avançada e inovação

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve

um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado

da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Cinco cuidados para reduzir o risco de trombose durante viagens de férias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

As férias de julho costumam ser sinônimo de aeroportos lotados, longas viagens de carro e horas dentro de ônibus ou aviões. O que muitos viajantes desconhecem é que permanecer sentado por muito tempo pode favorecer o desenvolvimento do tromboembolismo venoso (TEV), condição que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar, considerada uma das principais causas de morte cardiovascular evitável no mundo.

Embora qualquer pessoa possa desenvolver trombose, o risco é maior entre idosos, gestantes, pessoas com obesidade, câncer, histórico familiar da doença, usuários de terapias hormonais e pacientes que passaram por cirurgias recentes. Durante as viagens, a combinação entre pouca movimentação e baixa ingestão de líquidos pode favorecer a formação de coágulos nas veias, principalmente nas pernas. Segundo o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, Dr. Edwaldo Joviliano, algumas medidas simples fazem diferença na prevenção.

'Viajar deve ser uma experiência prazerosa, mas é importante lembrar que longos períodos de imobilidade aumentam o risco de trombose, especialmente em pessoas que já possuem fatores predisponentes. A boa notícia é que a maioria das medidas preventivas são simples e podem ser incorporadas facilmente durante a viagem', afirma Joviliano.

1. Evite permanecer muitas horas sem se movimentar

Sempre que possível, levante-se a cada uma ou duas horas para caminhar por alguns minutos. Em viagens de carro, programe paradas regulares. Já em aviões ou ônibus, aproveite momentos seguros para caminhar pelo corredor. 'A contração da musculatura da panturrilha funciona como uma bomba que ajuda o sangue a retornar ao coração. Quando ficamos muito tempo parados, essa circulação fica mais lenta', explica Joviliano.

2. Mantenha-se hidratado

Beber água regularmente ajuda na circulação sanguínea e evita a desidratação, condição que pode contribuir para o aumento da viscosidade do sangue. O especialista recomenda reduzir o consumo de bebidas alcoólicas durante o trajeto, já que elas favorecem a perda de líquidos.

3. Faça exercícios simples mesmo sentado

Movimentar os pés e tornozelos, alternando flexão e extensão, além de girar os pés e contrair a panturrilha por alguns segundos, são exercícios que estimulam a circulação durante a viagem. 'Pequenos movimentos repetidos ao longo do percurso já ajudam a manter o fluxo sanguíneo e reduzem o tempo de estase venosa', orienta o presidente da **SBACV**.

4. Use roupas confortáveis

Roupas muito apertadas podem dificultar o retorno venoso, principalmente na região da cintura e das pernas. A recomendação é optar por peças leves e confortáveis durante viagens prolongadas. Para pessoas com indicação médica, o uso de meias elásticas de compressão também pode ser uma importante medida preventiva.

5. Quem faz parte do grupo de risco deve procurar orientação médica antes de viajar

Pacientes com histórico de trombose, câncer, gravidez, cirurgias recentes ou outras condições que aumentem o risco de formação de coágulos devem conversar com o médico antes da viagem. Em alguns casos, pode ser necessária uma estratégia específica de prevenção. 'Cada paciente deve ser avaliado individualmente. Para quem apresenta fatores de risco importantes, a prevenção pode incluir desde o uso de meias de compressão até medicamentos anticoagulantes, sempre sob orientação médica', destaca Joviliano.

Atenção aos sinais

Dor, inchaço, vermelhidão e sensação de calor em uma das pernas podem indicar trombose venosa profunda. Já falta de ar súbita, dor no peito e dificuldade para respirar podem ser sinais de embolia pulmonar, uma complicação grave que exige atendimento médico imediato.

'A informação continua sendo uma das principais ferramentas de prevenção. Com medidas simples e atenção aos fatores de risco, é possível aproveitar as férias com muito mais segurança e tranquilidade', conclui Dr. Edwaldo Joviliano.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Nem todo exercício faz bem para a circulação; veja quais treinos podem prejudicar as veias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Fazer atividade física é uma das principais recomendações para quem busca mais saúde. Mas quando o assunto é circulação sanguínea, a prática precisa ser feita da maneira correta. Dependendo da intensidade, da técnica e até da hidratação, o exercício que deveria proteger as veias pode acabar favorecendo lesões e aumentar o risco de complicações vasculares.

Segundo a cirurgiã vascular Haila Almeida, fundadora do Instituto Alphaveins, o segredo está em equilibrar movimento e orientação profissional. 'O corpo precisa de movimento, mas também de estratégia. Nem todo exercício é benéfico quando realizado de forma inadequada ou em excesso', afirma.

Os segredos do pilates

1 de 17

O pilates ajuda a manter o peso saudável e a prevenir doenças crônicas (Imagem: Prostock-studio | Shutterstock) por Imagem: Prostock-studio |

Shutterstock

Dados do Ministério da Saúde mostram que 47,5% dos adultos brasileiros não praticam atividade física suficiente. De acordo com a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, o sedentarismo está diretamente associado ao aumento dos casos de insuficiência venosa crônica e ao surgimento precoce de varizes.

O 'coração periférico' das pernas

Para a especialista, um dos principais aliados da circulação está na panturrilha, conhecida como o 'coração periférico' do corpo. Isso porque, a cada contração muscular, as veias profundas são comprimidas, ajudando a impulsionar o sangue de volta ao coração. 'As veias não conseguem realizar esse trabalho sozinhas. Fortalecer a panturrilha é uma necessidade funcional, não apenas estética', explica.

Quais exercícios ajudam?

Entre as atividades mais indicadas para preservar a saúde vascular estão caminhada, natação, hidroginástica, ciclismo leve e musculação realizada com orientação profissional. A água, por exemplo, exerce uma pressão natural sobre as pernas que favorece o retorno venoso e ajuda a aliviar a sensação de peso. Já a musculação pode fortalecer a musculatura responsável por impulsionar o sangue, desde que respeite os limites do praticante.

Quando o treino vira um risco

Segundo Haila Almeida, o problema aparece quando há exagero. Saltos repetitivos, exercícios de alto impacto e musculação com cargas excessivas podem aumentar a pressão dentro do abdômen, sobrecarregar as paredes das veias e criar condições favoráveis para alterações

circulatórias.

Outro erro frequente é negligenciar a hidratação. 'Quando o organismo recebe pouca água, o sangue fica mais viscoso, a circulação se torna mais lenta e o risco de trombose aumenta, principalmente em pessoas predispostas', alerta.

Sintomas que merecem atenção

Alguns sinais durante ou após os exercícios indicam que é hora de interromper a atividade e procurar avaliação médica. Entre eles estão dor na panturrilha que aparece durante a corrida e melhora com o repouso, inchaço persistente em apenas uma das pernas, sensação de queimação e surgimento repentino de veias dilatadas.

'Nesses casos, insistir no treino pode agravar o problema. O melhor exercício não é o mais intenso, mas aquele que pode ser praticado com regularidade, segurança e prazer', conclui a especialista.

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

Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar - Diário Pcd

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Jornalismo Diário Pcd

Hospitais públicos e privados deverão identificar pacientes com maior risco de tromboembolismo venoso e adotar medidas preventivas baseadas em protocolos assistenciais

A prevenção da trombose passa a ser uma prioridade na assistência hospitalar brasileira. A nova legislação determina que instituições públicas e privadas adotem protocolos para identificar pacientes com maior propensão de tromboembolismo venoso (TEV), doença que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar (EP). A medida busca reduzir uma das principais causas evitáveis de complicações e mortes durante e após a internação.

Para o cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso (TEV) da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Adilson Ferraz Paschoa, a nova lei representa um marco importante

para a segurança dos pacientes e reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas. "Toda medida preventiva na área da saúde visa reduzir eventos e suas complicações. Em relação ao tromboembolismo venoso, o cenário não é diferente. Essa orientação, agora com a força de lei, representa um grande avanço para reduzir o impacto da doença. O tromboembolismo venoso é hoje a terceira principal causa de morte cardiovascular no mundo, e toda estratégia de prevenção tem potencial para salvar vidas", afirma.

O tromboembolismo venoso acomete principalmente pacientes hospitalizados por condições clínicas ou cirúrgicas e está relacionado a fatores de risco como redução da mobilidade, processos inflamatórios e propensão à formação de coágulos. Embora a doença seja frequentemente associada a longas viagens aéreas, o especialista ressalta que a probabilidade de desenvolver o quadro é muito maior durante as internações, período em que o repouso prolongado e outras vulnerabilidades clínicas estão mais acentuados. "A permanência no leito ou a mobilidade restrita interferem no retorno venoso. Quando a musculatura da panturrilha deixa de exercer adequadamente sua função, a velocidade do fluxo sanguíneo diminui e a predisposição para a trombose aumenta", explica Dr. Adilson.

Na prática, a nova legislação determina que todos os pacientes internados sejam avaliados quanto à predisposição de tromboembolismo venoso e que os hospitais adotem as medidas preventivas mais adequadas para cada situação. Entre elas estão a mobilização precoce, hidratação, fisioterapia, uso de meias elásticas, dispositivos de compressão pneumática e, quando indicado, medicamentos anticoagulantes.

"Segundo o especialista, muitos hospitais já utilizam procedimentos padronizados para identificar os

pacientes mais suscetíveis à trombose, mas o desafio é garantir que essa prática seja incorporada de forma sistemática em todas as instituições de saúde. A **SBACV**-SP destaca que a efetividade dessas diretrizes depende da atuação integrada de médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, farmacêuticos, nutricionistas e gestores hospitalares. “Não basta apenas aplicar ferramentas de avaliação do risco. É fundamental que cada instituição tenha uma equipe multidisciplinar comprometida com a prevenção do tromboembolismo venoso. Conhecimento, educação continuada, monitoramento dos resultados e apoio dos gestores são essenciais para que as medidas padronizadas funcionem na prática”, destaca Dr. Adilson.

Atenção aos sinais de alerta

Outro ponto importante é que a probabilidade de trombose não termina com a alta hospitalar. De acordo com o médico, a possibilidade de desenvolver a doença permanece elevada nos primeiros meses após a internação. “A chance de desenvolver tromboembolismo venoso persiste por três meses ou até mais após uma internação, sendo maior nas primeiras três semanas. Por isso, o paciente deve permanecer atento aos sinais de alerta mesmo quando já estiver em casa”, alerta o cirurgião vascular.

Dor e inchaço nas pernas, especialmente na panturrilha, são os principais sinais da trombose venosa profunda. Já dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar podem indicar embolia pulmonar e exigem atendimento médico imediato.

Além da atuação das equipes de saúde, pacientes e familiares também têm papel importante na prevenção da trombose. Incentivar a movimentação precoce, manter uma boa hidratação, seguir as orientações da fisioterapia e esclarecer dúvidas com a equipe médica são atitudes que ajudam a reduzir a probabilidade de complicações. “O conhecimento da doença deve engajar pacientes e familiares nas medidas preventivas. Respeitar as orientações da equipe de saúde é fundamental, mas também é um direito do paciente

conhecer as estratégias de prevenção indicadas para o seu caso”, orienta Dr. Adilson.

Para a **SBACV**-SP, a adoção sistemática desses protocolos representa um avanço significativo à segurança do paciente, capaz de mitigar a incidência da doença, suas sequelas e complicações, além de reduzir custos ao sistema de saúde. Uma queda, ainda que discreta, nos índices, já se traduz em milhares de diagnósticos poupados no país. “Se alcançarmos mesmo uma leve redução desse quadro em território nacional, o ganho prático será imenso. Cada episódio prevenido representa menos sofrimento, menos complicações e menor impacto para a saúde pública”, conclui Dr. Adilson.

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**

Segunda gravidez pode piorar as varizes? Entenda o efeito na circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Beatriz Possebon

Início > Destaque

A sobrecarga da gestação sobre a circulação pode ser sentida de forma mais intensa em mulheres que já passaram por outras gestações, aumentando o desconforto nas pernas

Neste artigo:

Se na primeira gravidez as pernas já deram sinais de que estavam sentindo a mudança na rotina do corpo, uma nova gestação pode trazer esse desconforto de forma ainda mais intensa. Varizes, inchaço e sensação de peso nas pernas são alterações comuns durante a gravidez e, em algumas mulheres, podem aparecer ou piorar nas gestações seguintes.

Isso acontece porque a gravidez provoca uma sobrecarga na circulação venosa. As alterações hormonais favorecem a dilatação das veias, enquanto o

crescimento do útero aumenta a pressão sobre os vasos e dificulta o retorno do sangue das pernas ao coração.

“A gestação provoca uma sobrecarga sobre a circulação venosa. As alterações hormonais favorecem a dilatação das veias, enquanto o crescimento do útero aumenta a pressão sobre os vasos, dificultando o retorno do sangue das pernas ao coração. Assim, surgem varizes, inchaço e peso nas pernas. E apesar de parte dessas alterações regredir nos primeiros meses após o parto, nem sempre o sistema venoso retorna completamente à condição anterior. Então, com o sistema venoso já prejudicado, uma nova gestação causa ainda mais impacto”, detalha a cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**.

Por que a segunda gravidez pode pesar mais nas pernas?

Depois do parto, parte das alterações provocadas pela gestação tende a regredir. Ainda assim, o sistema venoso nem sempre volta completamente à condição anterior. É aí que entra o chamado efeito cumulativo.

Quando uma nova gravidez acontece, a circulação pode ser novamente submetida às mudanças hormonais e à pressão provocada pelo crescimento do útero. Por isso, algumas mulheres percebem que as varizes e o inchaço ficaram mais intensos em comparação com a gestação anterior.

“Isso não significa que toda gravidez será obrigatoriamente pior do que a anterior, mas o número de gestações é um dos fatores que podem favorecer o desenvolvimento e a progressão das varizes, principalmente em mulheres que já apresentam predisposição genética e excesso de peso, por exemplo”, diz a médica.

Muitas dessas alterações melhoram cerca de três meses depois do nascimento do bebê. Nesse período, ocorre a redução da pressão sobre a circulação e a estabilização hormonal. Mesmo assim, a avaliação médica continua sendo importante.

Varizes não são apenas uma questão estética

É fácil olhar para as veias que ficaram mais aparentes nas pernas e pensar apenas na aparência. No entanto, segundo a especialista, elas também podem indicar alterações que não são visíveis.

“É importante ressaltar que não é apenas uma questão estética. Muitas mães chegam ao consultório querendo apenas ‘secar’ os vasinhos que apareceram durante a gravidez. No entanto, as veias visíveis na superfície podem ser apenas a manifestação de um comprometimento mais profundo da circulação”, afirma a Dra. Aline.

A sobrecarga provocada pela gravidez pode atingir veias maiores e causar refluxo venoso. E nem sempre esse problema pode ser identificado apenas observando as pernas.

“Por isso, antes de realizar qualquer tratamento, é fundamental investigar a verdadeira origem do problema, o que pode ser feito por meio de exames com o ultrassom Doppler”, diz a médica. “Esse aparelho permite avaliar o fluxo sanguíneo, identificar veias com funcionamento inadequado e mapear os pontos de refluxo. A partir disso, conseguimos planejar uma abordagem completa para cada paciente”, detalha.

Quando as varizes podem ser tratadas após a gravidez?

De acordo com a cirurgia vascular, os tratamentos, em geral, são realizados entre três e seis meses depois do parto. Esse período permite identificar com mais clareza as alterações na circulação.

E existe uma dúvida que pode aparecer para quem

ainda pretende ter outros filhos: é preciso esperar terminar as gestações para tratar as varizes?

A resposta não é necessariamente. Segundo a especialista, a intenção de ter mais filhos não impede o tratamento. A decisão depende da extensão do quadro e do impacto que a gravidez teve na circulação e na qualidade de vida da paciente.

“E a intenção de ter mais filhos não impede necessariamente o tratamento das varizes. Tudo depende da extensão do quadro e do impacto da gravidez na circulação e na qualidade de vida da paciente. Quando indicado, o tratamento pode melhorar as condições da circulação antes que a mulher passe novamente por todas as mudanças da gravidez”, acrescenta a especialista.

Ainda assim, tratar as veias entre uma gestação e outra não significa que novas varizes não possam aparecer em uma gravidez futura.

“A gravidez continuará sendo um fator de sobrecarga, mas corrigir veias doentes pode evitar que um problema já existente se agrave ainda mais”, diz a especialista.

Como cuidar da circulação durante uma nova gestação?

Durante uma nova gravidez, alguns cuidados podem ajudar a controlar o desconforto e reduzir a sobrecarga sobre as veias. Entre eles estão a prática de atividade física orientada, a movimentação frequente das pernas e o controle adequado do ganho de peso.

Quando houver indicação médica, o uso de meias de compressão também pode fazer parte dos cuidados.

Mais do que esperar o desconforto aparecer novamente, a orientação da especialista é avaliar a circulação entre as gestações. Dessa forma, é possível identificar alterações que já existiam antes de uma nova gravidez e entender qual é a melhor abordagem para cada caso.

“O mais importante é não esperar uma nova gravidez para descobrir que a circulação já estava comprometida. A avaliação entre as gestações é fundamental para evitar complicações e garantir mais conforto durante a gravidez”, finaliza a médica.

Tags: Gravidez Mãe Saúde segunda gravidez varizes

Facebook X Instagram

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Agosto Azul e Vermelho alerta para prevenção de trombose, AVC e outras doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O mês de agosto marca a campanha Agosto Azul e Vermelho, voltada à conscientização sobre a prevenção das doenças vasculares. Criada pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, a iniciativa chama a atenção para problemas que afetam artérias, veias e vasos linfáticos e incentiva a adoção de hábitos saudáveis e a realização de consultas preventivas.

As doenças vasculares estão entre as principais causas de complicações graves, como trombose, acidente vascular cerebral (AVC), aneurismas e amputações. Segundo especialistas, grande parte desses problemas pode ser evitada com o controle dos fatores de risco.

De acordo com o coordenador da Cirurgia Vascular e da Residência em Cirurgia Vascular do Hospital Evangélico de Vila Velha (HEVV), Wanderley de Paula, manter a pressão arterial, a glicemia e o colesterol sob controle, adotar uma alimentação equilibrada, praticar atividade física regularmente e abandonar o cigarro são medidas fundamentais para reduzir o risco de desenvolver

doenças vasculares.

O especialista ressalta ainda que pessoas com fatores de risco ou histórico familiar devem manter acompanhamento médico periódico para identificação precoce de alterações na circulação.

Além da alimentação e dos exercícios físicos, cuidados simples na rotina também ajudam a preservar a saúde vascular. Permanecer muito tempo sentado ou em pé pode dificultar a circulação sanguínea. Nesses casos, a recomendação é levantar-se regularmente, caminhar por alguns minutos, movimentar as pernas e, quando houver indicação médica, utilizar meias de compressão.

O médico também alerta para sinais que exigem atendimento imediato, como dor intensa e repentina em uma das pernas acompanhada de inchaço, falta de ar com dor no peito, boca torta, dificuldade para falar, perda de força em um dos lados do corpo, feridas que não cicatrizam e alterações bruscas na coloração das pernas.

Já sintomas como varizes dolorosas, inchaço persistente e dor ao caminhar também devem ser avaliados por um especialista, já que o diagnóstico precoce pode evitar a progressão da doença e reduzir o risco de complicações.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Nova lei amplia a prevenção da trombose

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Há cerca de 15 dias uma moça, minha conhecida, de 31 anos, morreu por causa de uma embolia pulmonar, consequência de uma trombose, por causa de uma cirurgia de hérnia que ela tinha feito. Já em casa, começou a sentir uma dor, foi à UPA, o médico disse que não era nada, que deveria ser uma gripe ou princípio de pneumonia, e deu alta. Em casa, ela piorou e o marido a levou para o Hospital João XXIII, onde foi constatado o problema real, mas não deu tempo de fazer nada. Ela deixou um filho de 12 anos.

O que me deixa perplexa é que uma das grandes preocupações dos médicos pós-cirurgia é o risco de trombose. E como um médico da UPA, sabendo que ela tinha acabado de passar por uma, não se atentou para o risco?

Agora, prevenção da trombose passa a ser uma prioridade na assistência hospitalar brasileira. A nova legislação determina que instituições públicas e privadas adotem protocolos para identificar pacientes com maior propensão de tromboembolismo venoso (TEV), doença que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar (EP). A medida

busca reduzir uma das principais causas evitáveis de complicações e mortes durante e após a internação.

Para o cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso (TEV) da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**)-, dr. Adilson Ferraz Paschoa, a nova lei representa um marco importante para a segurança dos pacientes e reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas.

Morre em BH o historiador Bernardo Mata-Machado

O tromboembolismo venoso acomete, principalmente, pacientes hospitalizados por condições clínicas ou cirúrgicas e está relacionado a fatores de risco como redução da mobilidade, processos inflamatórios e propensão à formação de coágulos. Embora a doença seja associada a longas viagens aéreas, o especialista ressalta que a probabilidade de desenvolver o quadro é muito maior durante as internações, período em que o repouso prolongado e outras vulnerabilidades clínicas estão mais acentuados. Segundo o dr. Adilson, a mobilidade restrita interfere no retorno venoso, quando a musculatura da panturrilha deixa de exercer adequadamente sua função, a velocidade do fluxo sanguíneo diminui e a predisposição para a trombose aumenta.

Na prática, a nova legislação determina que todos os pacientes internados sejam avaliados quanto à predisposição de tromboembolismo venoso e que os hospitais adotem as medidas preventivas mais adequadas para cada situação. Entre elas estão a mobilização precoce, hidratação, fisioterapia, uso de meias elásticas, dispositivos de compressão pneumática e, quando indicado, medicamentos anticoagulantes.

Flip: Angela Davis diz que Brasil não pode eleger Bolsonaro

Outro ponto importante é que a probabilidade de

trombose não termina com a alta hospitalar. De acordo com o médico, a possibilidade de desenvolver a doença permanece elevada nos primeiros meses após a internação. Dor e inchaço nas pernas, especialmente na panturrilha, são os principais sinais da trombose venosa profunda. Já a dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar podem indicar embolia pulmonar e exigem atendimento médico imediato.

Além da atuação das equipes de saúde, pacientes e familiares também têm papel importante na prevenção da trombose. Incentivar a movimentação precoce, manter uma boa hidratação, seguir as orientações da fisioterapia e esclarecer dúvidas com a equipe médica são atitudes que ajudam a reduzir a probabilidade de complicações.

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, SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

Exercícios em excesso podem prejudicar a circulação e aumentar risco de varizes e trombose

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Foto: Ground Picture | Shutterstock.

A prática regular de exercícios é uma das principais aliadas da circulação sanguínea, porém exageros, movimentos repetitivos e falta de orientação podem causar efeitos contrários. Especialistas alertam que atividades realizadas de forma inadequada aumentam o risco de problemas vasculares, como varizes, insuficiência venosa e trombose.

Ao contrário do que muitos imaginam, nem toda atividade física beneficia a circulação. De acordo com a cirurgiã vascular Haila Almeida, fundadora do Instituto Alphaveins, o equilíbrio entre intensidade, técnica e acompanhamento profissional é fundamental para preservar a saúde das veias.

Dados do Ministério da Saúde apontam que 47,5% dos brasileiros adultos não praticam atividade física suficiente. Já a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** relaciona o sedentarismo ao aumento dos casos de insuficiência

venosa crônica e ao surgimento precoce de varizes.

A especialista destaca que a panturrilha funciona como o chamado 'coração periférico', impulsionando o sangue de volta ao coração a cada contração muscular. Por isso, fortalecer essa musculatura é importante para manter uma boa circulação.

Entre os exercícios mais recomendados estão caminhada, natação, hidroginástica, ciclismo leve e musculação com acompanhamento profissional. Essas atividades favorecem o retorno venoso e ajudam a reduzir a sensação de peso e cansaço nas pernas.

Por outro lado, treinos de alto impacto, saltos frequentes e musculação com cargas excessivas podem elevar a pressão sobre as veias e favorecer alterações circulatórias. A falta de hidratação também merece atenção, já que pode tornar o sangue mais viscoso e aumentar o risco de trombose, especialmente em pessoas predispostas.

Dor na panturrilha durante a atividade, inchaço persistente em apenas uma perna, sensação de queimação e aparecimento repentino de veias dilatadas são sinais que exigem avaliação médica. Segundo a especialista, o melhor exercício é aquele praticado com regularidade, segurança e orientação adequada, contribuindo para a saúde vascular sem sobrecarregar o organismo.

Fonte: Instituto Alphaveins, Ministério da Saúde e **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**

Entre no nosso canal de WhatsApp e receba notícias em tempo real, [Clique aqui](#)

Inscreva-se em nosso canal no Youtube, [Clique aqui](#)

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

Agosto Azul e Vermelho alerta para cuidados com a saúde vascular

[Link original](#)

.As doenças vasculares podem causar problemas graves, como trombose, AVC, aneurismas e amputações. Por isso, a campanha Agosto Azul e Vermelho reforça a importância da prevenção e do diagnóstico precoce.

A iniciativa da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)** usa o azul para representar as veias e o vermelho para simbolizar as artérias. Segundo o cirurgião vascular Dr. Wanderley de Paula, do Hospital Evangélico de Vila Velha (HEVV), hábitos saudáveis ajudam a proteger o sistema circulatório. Controlar a pressão, a glicemia e o colesterol, além de praticar atividades físicas e evitar o cigarro, reduz os riscos.

Acompanhe as principais notícias do ES - receba grátis onde preferir!

Google News

WhatsApp Instagram

O especialista também orienta mudanças simples na rotina. Caminhar durante pausas no trabalho, movimentar as pernas em viagens longas e buscar atendimento médico diante de sinais como dor intensa, inchaço, falta de ar ou feridas que não cicatrizam são cuidados importantes para evitar complicações.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

[Link original](#)



A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

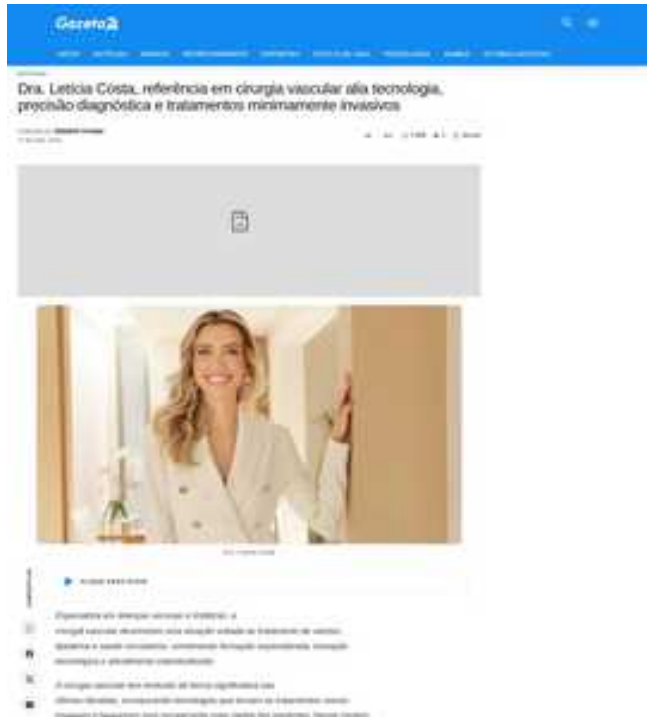
A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e

tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico,

atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de

cada paciente.

A especialista é membro da Sociedade Brasileira de

Angiologia e de Cirurgia Vascular (**SBACV**). Com mais de dez anos de experiência

na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular,

utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para

o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e

Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral

no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa

Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas

na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da

participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos

sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina

Estética.

permitem um mapeamento

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como

detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico

Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam

mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na

abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto

área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das

durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de

pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência

acordo com a indicação clínica de cada paciente.

dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e

respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em

desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode

Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de

causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O

diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas,

acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a

linfáticas e condições relacionadas à circulação.

investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada

indicado, o tratamento cirúrgico.

pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de

dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao

trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o

desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança,

ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que

funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

```
(function(w,q){w[q]=w[q]||[];w[q].push(['_mgc.load'])})(window,'_mgq');
```

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Músculo considerado como o “coração das pernas” é responsável por auxiliar no bombeamento do sangue venoso e melhoria da circulação em todo o corpo

Créditos: Magnific

Resumo em tópicos:

Recomendações da **SBACV** apontam para a importância da atividade física e movimento para o bom funcionamento da circulação

Muito além da estética, a panturrilha forte colabora para fortalecer o sistema vascular

Hidratação e exercícios localizados fazem parte da atenção diária com essa região

Terapia de compressão pode ser um aliado para evitar o surgimento de doenças vasculares

Um dos caminhos para o bem-estar do organismo está

em ações simples, como a atenção às pernas, com foco especial na panturrilha. Esse cuidado vai além da busca por músculos fortes, pois a região atua como um pilar indispensável para a saúde vascular. Considerada pela medicina o “segundo coração” do corpo, a contração dessa área gera uma pressão mecânica que impulsiona o sangue venoso de volta aos órgãos vitais com a força necessária.

De acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e as diretrizes da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a falta de estímulo nesse músculo é um dos principais fatores de risco para problemas circulatórios. O sedentarismo ou a permanência prolongada na mesma posição, seja em pé ou sentado, reduz a eficácia dessa bomba natural. Sem a devida ativação, ocorre o acúmulo de líquidos nas extremidades, o que gera cansaço, sensação de peso e pode culminar na Trombose Venosa Profunda (TVP).

“A prevenção exige atenção contínua e pequenas mudanças de comportamento no cotidiano. Os cuidados diários ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas desconfortáveis. Panturrilhas e pernas fortalecidas são fatores de grande impacto positivo na saúde da população”, afirma a fisioterapeuta Joseanny Nicolussi, consultora da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar.

Oito dicas essenciais para a saúde da panturrilha

Conforme as orientações conjuntas do Ministério da Saúde e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a fisioterapeuta compartilha algumas práticas simples que estimulam o fluxo venoso e evitam complicações ao longo do dia:

Praticar atividades físicas regulares: exercícios como caminhadas, corridas e natação tonificam a musculatura das pernas e potencializam o bombeamento do sangue;

Fazer pausas para movimentação: evitar a imobilidade durante a jornada de trabalho ou em viagens longas, com pequenas caminhadas a cada duas horas para reativar o fluxo;

Realizar exercícios de ativação local: movimentos de “sobe e desce” com os calcanhares, mesmo na posição sentada, auxiliam a manter a contração muscular ativa;

Aquecer antes e alongar depois: antes de praticar qualquer atividade física, recomenda-se um leve aquecimento. Logo após, alongamentos suaves para favorecer a recuperação.

Manter a hidratação constante: a ingestão regular de água ajuda a preservar a fluidez do sangue e diminui os edemas nos membros inferiores;

Escolher um calçado adequado: utilizar tênis confortáveis, com bom amortecimento e que ofereçam suporte aos pés. Isso contribui para a proteção dos músculos e articulações.

Aumentar a carga de forma gradual: não elevar a intensidade, a velocidade ou a duração dos treinos de maneira repentina. A progressão gradual permite que o corpo se adapte ao esforço e reduz o risco de distensões e outras lesões.

Adotar a terapia de compressão: o uso de meias elásticas de compressão graduada atua como um suporte externo que aperta o tecido de forma controlada, o que altera o retorno venoso para melhor e diminui o cansaço.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP oferece a linha UP25, desenvolvida com tecnologia específica para atividades físicas. A meia aplica uma compressão graduada que

começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que contribui para o sangue circular melhor, trazer mais estabilidade para músculos como a panturrilha, evitar inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

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

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

Sobre a SIGVARIS GROUP

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

Polônia e Estados Unidos, bem como subsidiárias integrais na Alemanha, Áustria, Reino Unido, Canadá, China, Austrália, México e Emirados Árabes Unidos, com atendimento a 70 países. No Brasil, são mais de 200 funcionários em sua sede, em Jundiaí.

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

CLIQUE PARA OUVIR

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada

ao diagnóstico e

tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico,

atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de

cada paciente.

A especialista é membro da Sociedade Brasileira de

Angiologia e de Cirurgia Vascular (**SBACV**). Com mais de dez anos de experiência

na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular,

utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para

o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e

Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral

no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa

Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas

na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da

participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos

sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como

Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam

abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto

durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de

acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e

tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo

desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode

causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O

acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a

investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando

indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de

trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o

ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento

detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico

mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na

área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das

pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência

dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre

respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em

Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de

diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas,

linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada

pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho

dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao

desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança,

funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

[Link original](#)



A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dra. Letícia Costa

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgia vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde

vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhas, empregando tecnologias como Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um

planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Salatíel Medeiros de Araújo

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 - Jornal do Ônibus de Curitiba

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

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 (SBPCP). 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: 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 promissora é o FoLix, primeiro laser fracionado autorizado pelo FDA 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. No Brasil, porém, o FoLix ainda aguarda registro na Anvisa e não está autorizado para uso clínico, diz a Dra. Lilian.

Hydrafacial: O Hydrafacial (@hydrafacialbrasil) 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 ponteiros 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 Hydrafacial, 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 SBGP. 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.

Créditos: Estadão Conteúdo

Foto: Blog da BCMED

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

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

[Link original](#)



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

por VLT



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, estimulando a produção de colágeno e elastina e a redução da gordura localizada. O tratamento é indicado para flacidez facial leve a moderada, perda de firmeza, redução do contorno facial, definição do contorno corporal, rugas e alterações de textura da pele, além de poder ser usado também para tratar a flacidez dos braços, antebraços e nádegas.

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 (SBCP). '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.

[Clique aqui para abrir a imagem](#)

há 4 minutos 5 min de leitura

29/07/2026

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 (SBCP). '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: 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 promissora é o FoLix, primeiro laser fracionado autorizado pelo FDA 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. No Brasil, porém, o FoLix ainda aguarda registro na Anvisa e não está autorizado para uso clínico', diz a Dra. Lilian.

Hydrafacial: O Hydrafacial (@hydrafacialbrasil) 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 ponteiros 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 Hydrafacial, 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 SBCCP. 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.

Créditos: Estadão Conteúdo

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Dr. Wanderley de Paula alerta para prevenção das doenças vasculares

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dr. Wanderley de Paula alerta para prevenção das doenças vasculares today31 de julho de 2026 remove_red_eye62 As doenças vasculares estão entre as principais causas de complicações graves, como trombose, acidente vascular cerebral (AVC), aneurismas e até amputações. Para chamar a atenção da população sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce, o mês de agosto é marcado pela campanha Agosto Azul e Vermelho, dedicada à conscientização sobre a saúde vascular. Criada pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, a campanha recebeu esse nome porque as cores representam os principais vasos do sistema circulatório: o azul simboliza as veias e o vermelho, as artérias. A iniciativa busca ampliar o conhecimento da população sobre doenças que acometem artérias, veias e vasos linfáticos, incentivando consultas preventivas e hábitos de vida mais saudáveis. Segundo o coordenador da Cirurgia Vascular e da Residência em Cirurgia Vascular do Hospital Evangélico de Vila Velha (HEVV), Dr. Wanderley de Paula, a maioria das doenças vasculares pode ser evitada quando os fatores de risco são identificados e controlados. “Controlar a pressão arterial,

a glicemia e o colesterol, manter uma alimentação equilibrada, praticar atividade física regularmente e abandonar o cigarro são medidas que reduzem o risco de desenvolver diversas doenças vasculares. O acompanhamento médico também é fundamental, principalmente para quem possui fatores de risco ou histórico familiar”, explica. Além dos cuidados com alimentação e atividade física, pequenas mudanças na rotina também fazem diferença. Permanecer muito tempo sentado ou em pé, por exemplo, dificulta a circulação sanguínea. “Durante o expediente ou em viagens longas, é importante levantar, caminhar por alguns minutos, movimentar as pernas e, quando houver indicação médica, utilizar meias de compressão. São cuidados simples que fazem diferença na prevenção”, orienta o especialista. O cirurgião vascular reforça que alguns sintomas exigem avaliação médica sem demora. “Dor intensa e repentina em uma das pernas acompanhada de inchaço, falta de ar com dor no peito, sintomas como boca torta, dificuldade para falar ou perda de força em um dos lados do corpo, além de feridas que não cicatrizam ou alterações bruscas na cor das pernas, precisam de avaliação médica urgente.” Já situações como varizes sintomáticas, inchaço persistente e dor ao caminhar também merecem investigação por um especialista para evitar a evolução da doença. Deixe um comentário O seu endereço de e-mail não será publicado. Campos obrigatórios são marcados com * Comentário * Nome * E-mail * Site Salvar meus dados neste navegador para a próxima vez que eu comentar. CAPTCHA Code *

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Caminhada em Brasília busca conscientizar população sobre o lipedema no próximo domingo

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

]*:pointer-events-auto R6Vx5W_threadScrollVars scroll-mb-[calc(var(--scroll-root-safe-area-inset-bottom,0px)+var(--thread-response-height))] scroll-mt-[calc(var(--header-height)+min(200px,max(70px,20svh)))] dir='auto' data-turn-id='request-WEB:1227eb1d-f422-4f43-940c-c88d0901d80d-5' data-turn-id-container='request-WEB:1227eb1d-f422-4f43-940c-c88d0901d80d-5' data-testid='conversation-turn-2' data-turn='assistant'>

Pacientes com lipedema, familiares, apoiadores e profissionais de saúde participam, no próximo domingo (2), de uma caminhada em Brasília para ampliar a conscientização sobre a doença. A mobilização será realizada a partir das 9h, no Eixo Norte, com concentração na altura da 111 Norte, e integra uma ação promovida simultaneamente em 26 cidades do Brasil e do exterior.

A iniciativa tem como objetivo ampliar o acesso à informação sobre o lipedema, estimular o diagnóstico precoce e reforçar a importância do tratamento da

doença, que afeta milhões de mulheres e ainda é frequentemente confundida com obesidade ou linfedema.

Segundo os organizadores, cerca de 10 milhões de brasileiras convivem com a condição, que pode provocar dores, inchaço, sensibilidade, limitações físicas e impactos na qualidade de vida.

Em Brasília, o evento contará com a participação de pacientes que compartilharão experiências sobre os desafios enfrentados no dia a dia. A programação também terá a presença da cirurgiã vascular e angiologista Tatiana Losada, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, que falará sobre a importância do diagnóstico precoce, do acompanhamento especializado e da abordagem multidisciplinar no tratamento da doença.

A caminhada é organizada pela ONG Movimento Lipedema, braço social do Instituto Lipedema Brasil, entidade dedicada à conscientização, ao acolhimento de pacientes e à disseminação de informações sobre a doença.

Serviço

Evento: Caminhada de Conscientização sobre o Lipedema

Data: 2 de agosto de 2026 (domingo)

Horário: 9h

Local: Eixo Norte, com concentração no Plaza Norte, na altura da 111 Norte

Realização: ONG Movimento Lipedema.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV, Lipedema

SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de
Cirurgia Vascular

Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Hospitais públicos e privados deverão identificar pacientes com maior risco de tromboembolismo venoso e adotar medidas preventivas baseadas em protocolos assistenciais

A prevenção da trombose passa a ser uma prioridade na assistência hospitalar brasileira. A nova legislação determina que instituições públicas e privadas adotem protocolos para identificar pacientes com maior propensão de tromboembolismo venoso (TEV), doença que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar (EP). A medida busca reduzir uma das principais causas evitáveis de complicações e mortes durante e após a internação.

Para o cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso (TEV) da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular - Regional São Paulo (SBACV-SP)**, Dr. Adilson Ferraz Paschoa, a nova lei representa um marco importante para a segurança dos pacientes e reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas. 'Toda

medida preventiva na área da saúde visa reduzir eventos e suas complicações. Em relação ao tromboembolismo venoso, o cenário não é diferente. Essa orientação, agora com a força de lei, representa um grande avanço para reduzir o impacto da doença. O tromboembolismo venoso é hoje a terceira principal causa de morte cardiovascular no mundo, e toda estratégia de prevenção tem potencial para salvar vidas', afirma.

O tromboembolismo venoso acomete principalmente pacientes hospitalizados por condições clínicas ou cirúrgicas e está relacionado a fatores de risco como redução da mobilidade, processos inflamatórios e propensão à formação de coágulos. Embora a doença seja frequentemente associada a longas viagens aéreas, o especialista ressalta que a probabilidade de desenvolver o quadro é muito maior durante as internações, período em que o repouso prolongado e outras vulnerabilidades clínicas estão mais acentuados. 'A permanência no leito ou a mobilidade restrita interferem no retorno venoso. Quando a musculatura da panturrilha deixa de exercer adequadamente sua função, a velocidade do fluxo sanguíneo diminui e a predisposição para a trombose aumenta', explica Dr. Adilson.

Na prática, a nova legislação determina que todos os pacientes internados sejam avaliados quanto à predisposição de tromboembolismo venoso e que os hospitais adotem as medidas preventivas mais adequadas para cada situação. Entre elas estão a mobilização precoce, hidratação, fisioterapia, uso de meias elásticas, dispositivos de compressão pneumática e, quando indicado, medicamentos anticoagulantes.

'Segundo o especialista, muitos hospitais já utilizam procedimentos padronizados para identificar os pacientes mais suscetíveis à trombose, mas o desafio é garantir que essa prática seja incorporada de forma

sistemática em todas as instituições de saúde. A **SBACV**-SP destaca que a efetividade dessas diretrizes depende da atuação integrada de médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, farmacêuticos, nutricionistas e gestores hospitalares. 'Não basta apenas aplicar ferramentas de avaliação do risco. É fundamental que cada instituição tenha uma equipe multidisciplinar comprometida com a prevenção do tromboembolismo venoso. Conhecimento, educação continuada, monitoramento dos resultados e apoio dos gestores são essenciais para que as medidas padronizadas funcionem na prática', destaca Dr. Adilson.

Atenção aos sinais de alerta

Outro ponto importante é que a probabilidade de trombose não termina com a alta hospitalar. De acordo com o médico, a possibilidade de desenvolver a doença permanece elevada nos primeiros meses após a internação. 'A chance de desenvolver tromboembolismo venoso persiste por três meses ou até mais após uma internação, sendo maior nas primeiras três semanas. Por isso, o paciente deve permanecer atento aos sinais de alerta mesmo quando já estiver em casa', alerta o cirurgião vascular.

Dor e inchaço nas pernas, especialmente na panturrilha, são os principais sinais da trombose venosa profunda. Já dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar podem indicar embolia pulmonar e exigem atendimento médico imediato.

Além da atuação das equipes de saúde, pacientes e familiares também têm papel importante na prevenção da trombose. Incentivar a movimentação precoce, manter uma boa hidratação, seguir as orientações da fisioterapia e esclarecer dúvidas com a equipe médica são atitudes que ajudam a reduzir a probabilidade de complicações. 'O conhecimento da doença deve engajar pacientes e familiares nas medidas preventivas. Respeitar as orientações da equipe de saúde é fundamental, mas também é um direito do paciente conhecer as estratégias de prevenção indicadas para o seu caso', orienta Dr. Adilson.

Para a **SBACV**-SP, a adoção sistemática desses protocolos representa um avanço significativo à segurança do paciente, capaz de mitigar a incidência da doença, suas sequelas e complicações, além de reduzir custos ao sistema de saúde. Uma queda, ainda que discreta, nos índices, já se traduz em milhares de diagnósticos poupados no país. 'Se alcançarmos mesmo uma leve redução desse quadro em território nacional, o ganho prático será imenso. Cada episódio prevenido representa menos sofrimento, menos complicações e menor impacto para a saúde pública', conclui Dr. Adilson.

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).

Way Comunicações

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

Nova lei amplia a prevenção da trombose e fortalece a segurança hospitalar

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Hospitais públicos e privados deverão identificar pacientes com maior risco de tromboembolismo venoso e adotar medidas preventivas baseadas em protocolos assistenciais.

A prevenção da trombose passa a ser uma prioridade na assistência hospitalar brasileira. A nova legislação determina que instituições públicas e privadas adotem protocolos para identificar pacientes com maior propensão de tromboembolismo venoso (TEV), doença que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar (EP). A medida busca reduzir uma das principais causas evitáveis de complicações e mortes durante e após a internação.

Para o cirurgião vascular e membro da Comissão de Tromboembolismo Venoso (TEV) da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** (Regional São Paulo), Dr. Adilson Ferraz Paschoa, a nova lei representa um marco importante para a segurança dos pacientes e reforça uma prática já recomendada pelas principais diretrizes médicas. “Toda

medida preventiva na área da saúde visa reduzir eventos e suas complicações. Em relação ao tromboembolismo venoso, o cenário não é diferente. Essa orientação, agora com a força de lei, representa um grande avanço para reduzir o impacto da doença. O tromboembolismo venoso é hoje a terceira principal causa de morte cardiovascular no mundo, e toda estratégia de prevenção tem potencial para salvar vidas”, afirma.

O tromboembolismo venoso acomete principalmente pacientes hospitalizados por condições clínicas ou cirúrgicas e está relacionado a fatores de risco como redução da mobilidade, processos inflamatórios e propensão à formação de coágulos. Embora a doença seja frequentemente associada a longas viagens aéreas, o especialista ressalta que a probabilidade de desenvolver o quadro é muito maior durante as internações, período em que o repouso prolongado e outras vulnerabilidades clínicas estão mais acentuados. “A permanência no leito ou a mobilidade restrita interferem no retorno venoso. Quando a musculatura da panturrilha deixa de exercer adequadamente sua função, a velocidade do fluxo sanguíneo diminui e a predisposição para a trombose aumenta”, explica Dr. Adilson.

Na prática, a nova legislação determina que todos os pacientes internados sejam avaliados quanto à predisposição de tromboembolismo venoso e que os hospitais adotem as medidas preventivas mais adequadas para cada situação. Entre elas estão a mobilização precoce, hidratação, fisioterapia, uso de meias elásticas, dispositivos de compressão pneumática e, quando indicado, medicamentos anticoagulantes.

“Segundo o especialista, muitos hospitais já utilizam procedimentos padronizados para identificar os pacientes mais suscetíveis à trombose, mas o desafio é garantir que essa prática seja incorporada de forma

sistemática em todas as instituições de saúde. A **SBACV**-SP destaca que a efetividade dessas diretrizes depende da atuação integrada de médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, farmacêuticos, nutricionistas e gestores hospitalares. “Não basta apenas aplicar ferramentas de avaliação do risco. É fundamental que cada instituição tenha uma equipe multidisciplinar comprometida com a prevenção do tromboembolismo venoso. Conhecimento, educação continuada, monitoramento dos resultados e apoio dos gestores são essenciais para que as medidas padronizadas funcionem na prática”, destaca Dr. Adilson.

Atenção aos sinais de alerta

Outro ponto importante é que a probabilidade de trombose não termina com a alta hospitalar. De acordo com o médico, a possibilidade de desenvolver a doença permanece elevada nos primeiros meses após a internação. “A chance de desenvolver tromboembolismo venoso persiste por três meses ou até mais após uma internação, sendo maior nas primeiras três semanas. Por isso, o paciente deve permanecer atento aos sinais de alerta mesmo quando já estiver em casa”, alerta o cirurgião vascular.

Dor e inchaço nas pernas, especialmente na panturrilha, são os principais sinais da trombose venosa profunda. Já dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar podem indicar embolia pulmonar e exigem atendimento médico imediato.

Além da atuação das equipes de saúde, pacientes e familiares também têm papel importante na prevenção da trombose. Incentivar a movimentação precoce, manter uma boa hidratação, seguir as orientações da fisioterapia e esclarecer dúvidas com a equipe médica são atitudes que ajudam a reduzir a probabilidade de complicações. “O conhecimento da doença deve engajar pacientes e familiares nas medidas preventivas. Respeitar as orientações da equipe de saúde é fundamental, mas também é um direito do paciente conhecer as estratégias de prevenção indicadas para o seu caso”, orienta Dr. Adilson.

Para a **SBACV**-SP, a adoção sistemática desses protocolos representa um avanço significativo à segurança do paciente, capaz de mitigar a incidência da doença, suas sequelas e complicações, além de reduzir custos ao sistema de saúde. Uma queda, ainda que discreta, nos índices, já se traduz em milhares de diagnósticos poupados no país. “Se alcançarmos mesmo uma leve redução desse quadro em território nacional, o ganho prático será imenso. Cada episódio prevenido representa menos sofrimento, menos complicações e menor impacto para a saúde pública”, conclui Dr. Adilson.

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

Aparelho criado na UnB pode evitar amputações em diabéticos e dar esperança a pacientes

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

UNB

Rapha foi desenvolvido para acelerar o processo de recuperação de lesões e reduzir o risco de amputações

Uma tecnologia desenvolvida por pesquisadores brasileiros pode mudar a realidade de milhares de pessoas que convivem com uma das complicações mais graves do diabetes: as feridas de difícil cicatrização. Criado na Universidade de Brasília (UnB), o aparelho Rapha foi desenvolvido para acelerar o processo de recuperação de lesões e reduzir o risco de amputações causadas pelo chamado pé diabético.

Professora da UnB Suélia Rodrigues | Foto: Reprodução

A inovação foi idealizada pela professora da UnB Suélia Rodrigues, que transformou uma experiência familiar em motivação para a pesquisa. O projeto nasceu a partir do sofrimento do pai da pesquisadora, que enfrentou complicações relacionadas ao diabetes e

dificuldades para cicatrizar feridas.

O servidor público aposentado José Teófilo Cavalcanti enfrentou o mesmo drama do pai da pesquisadora e sua história mostra como novas tecnologias podem representar uma esperança para pacientes que enfrentam esse tipo de problema. Diagnosticado com diabetes há mais de 30 anos, ele perdeu uma das pernas após uma ferida não cicatrizar.

Servidor público aposentado José Teófilo Cavalcanti e seus netos | Foto: arquivo pessoal

O servidor público descobriu a doença ainda na década de 1990, depois de perceber sintomas como sede excessiva, vontade frequente de urinar durante a noite e aumento da fome.

“No começo eu tratei pela alimentação. Eu estava praticamente obeso e o médico recomendou uma dieta. Eu cumpri durante um certo tempo, tirei peso e fiquei mais de 10 anos assim. Depois relaxei e comecei a tomar remédio.”

Em 2019, uma complicação mudou sua rotina. Durante uma viagem para participar de uma conferência de saúde em Brasília, ele percebeu um inchaço e dores na perna. A lesão evoluiu para uma ferida que permaneceu aberta por meses.

“Eu fiquei de agosto até dezembro tentando fazer com que essa ferida sarasse. Fiz três meses tentando salvar e não salvou. Foi obrigado a cortar a perna”, relatou.

Após a amputação, o aposentado passou a utilizar insulina diariamente. Atualmente, ele também enfrenta complicações renais provocadas pela evolução da doença.

Caso uma tecnologia como o Rapha já estivesse

disponível para tratamento na época, pacientes como o José Teófilo poderiam ter uma nova alternativa para tentar evitar a perda do membro, já que o equipamento foi desenvolvido justamente para auxiliar na cicatrização de feridas complexas associadas ao diabetes.

Tecnologia une látex natural e luz LED

O funcionamento do Rapha combina dois recursos terapêuticos. O equipamento utiliza uma membrana produzida com látex natural extraído da seringueira, associada à aplicação de luz LED.

Rapha combina dois recursos terapêuticos | Foto: UNB

O látex atua estimulando a formação de novos vasos sanguíneos, favorecendo a regeneração dos tecidos. Já a luz terapêutica auxilia na atividade das células envolvidas no processo de recuperação da pele.

O tratamento é realizado após a limpeza da ferida. A membrana é colocada sobre a lesão e recebe a aplicação da luz por aproximadamente 30 minutos. Depois, permanece protegendo a área por cerca de 24 horas, sendo substituída conforme orientação médica.

O aparelho já passou pela certificação de segurança do Instituto Nacional de Metrologia, Qualidade e Tecnologia (Inmetro) e aguarda autorização da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) para produção em escala comercial.

A membrana é colocada sobre a lesão | Foto: UNB

A fabricação será realizada pela empresa Life Care Medical, de São Paulo. O projeto recebeu apoio de instituições como Ministério da Saúde, CNPq, Capes, FAPDF e Finatec.

Brasil registra mais de 85 amputações por dia por complicações do diabetes

O diabetes mellitus é a principal causa de amputações não traumáticas de membros inferiores no Brasil.

Segundo o Ministério da Saúde, a doença é responsável por cerca de 85% das cirurgias de amputação de membros inferiores, tendo como principal fator a síndrome do pé diabético, complicação crônica que provoca feridas de difícil cicatrização e aumenta significativamente o risco de perda do membro.

Dados da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) mostram que o Brasil possui atualmente cerca de 20 milhões de pessoas com diabetes, das quais aproximadamente 600 mil vivem com diabetes tipo 1. A entidade também estima que 13 milhões de brasileiros com diabetes desenvolvem úlceras nos pés, conhecidas como pé diabético, condição que pode evoluir para amputações quando não é diagnosticada e tratada precocemente.

Os números revelam o avanço da doença no país. Levantamento da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, com base em dados do Ministério da Saúde, aponta que as amputações de membros inferiores relacionadas ao diabetes aumentaram de 10.940, em 2022, para 11.326, em 2023. Apenas no primeiro semestre de 2024, o Sistema Único de Saúde (SUS) já havia realizado mais de 5.710 amputações associadas à doença.

Outro estudo da **SBACV** mostra que, em 2023, a rede pública de saúde registrou mais de 85 amputações de membros inferiores por dia, o maior número da série histórica iniciada em 2012. O cenário reforça a importância do diagnóstico precoce, do controle adequado da glicemia e do acesso a novas tecnologias capazes de acelerar a cicatrização de feridas e reduzir o risco de amputações.

HU-UFPI atende casos graves e reforça prevenção contra amputações

O Hospital Universitário da Universidade Federal do Piauí (HU-UFPI) é referência no atendimento de pacientes com diabetes e acompanha, principalmente, casos mais complexos da doença. Segundo os endocrinologistas da unidade, muitos pacientes chegam

ao hospital já com complicações que poderiam ser evitadas com diagnóstico precoce e controle adequado da glicemia.

Hospital Universitário da Universidade Federal do Piauí (HU-UFPI) | Foto: reprodução

O endocrinologista do HU-UFPI André Gonçalves explica que o hospital dispõe de um serviço especializado para tratar tanto o diabetes quanto suas complicações.

Endocrinologista do HU-UFPI André Gonçalves | Foto: arquivo pessoal

'Temos um serviço de endocrinologia, inclusive com residência médica. Tratamos não apenas o controle da glicemia, mas também as complicações cardiovasculares, renais, oftalmológicas e outras doenças relacionadas ao diabetes', afirma.

O médico ressalta que as amputações ainda fazem parte da realidade do serviço. 'Infelizmente, é uma complicação comum. Pacientes que convivem por muitos anos com o diabetes mal controlado desenvolvem problemas de circulação, que provocam úlceras nos pés. Essas feridas nem sempre cicatrizam e, em alguns casos, evoluem para amputações', explica.

A endocrinologista do HU-UFPI Carmem Laís Gervário afirma que o HU-UFPI recebe, em sua maioria, pacientes com quadros mais graves da doença.

'Somos referência no acompanhamento de diabetes e atendemos pessoas que já apresentam múltiplas complicações. Contamos com uma equipe multidisciplinar formada por endocrinologistas, enfermeiras especializadas em tratamento de feridas, nutricionistas, oftalmologistas e nefrologistas para oferecer um atendimento completo.'

Endocrinologista do HU-UFPI Carmem Laís Gervário | Foto: arquivo pessoal

Segundo a médica, qualquer lesão nos pés de uma pessoa com diabetes deve ser encarada como um sinal de alerta. 'Quando um paciente diabético apresenta uma ferida associada à perda de sensibilidade, estamos diante de uma situação potencialmente grave, que pode evoluir para amputação. O exame periódico dos pés e o tratamento precoce dessas lesões são fundamentais para evitar a perda do membro', ressalta.

Cuidados diários com os pés ajudam a prevenir amputações

Os endocrinologistas do Hospital Universitário da Universidade Federal do Piauí (HU-UFPI) alertam que a maioria dos casos de pé diabético pode ser evitada com diagnóstico precoce, controle adequado da doença e cuidados simples incorporados à rotina dos pacientes.

Segundo o endocrinologista André Gonçalves, o principal tratamento ainda é a prevenção. Ele explica que as dificuldades de cicatrização geralmente surgem após anos de diabetes mal controlado, quando a doença já compromete a circulação sanguínea e a sensibilidade dos pés.

'O mais importante é manter a glicemia controlada e criar o hábito de observar os pés todos os dias. O paciente deve verificar se apareceram calos, cortes, bolhas ou qualquer ferida que antes não existia', orienta o médico.

Ele também recomenda evitar situações que possam causar lesões, como andar descalço ou utilizar calçados apertados, já que muitos pacientes perdem parte da sensibilidade nos pés e podem sofrer machucados sem perceber. 'Esses cuidados diários reduzem significativamente o risco de amputações', destaca.

A endocrinologista Carmem Laís Gervário reforça que qualquer ferida nos pés de uma pessoa com diabetes merece atenção imediata. Segundo ela, quando uma lesão está associada à perda de sensibilidade, existe risco de evolução para o pé diabético e, em casos mais graves, para a amputação.

A médica explica que, durante as consultas, o endocrinologista deve examinar os pés do paciente para identificar sinais precoces da doença e orientar medidas preventivas. Ela acrescenta que manter uma alimentação equilibrada, praticar pelo menos 150 minutos de atividade física por semana, utilizar corretamente os medicamentos prescritos e realizar acompanhamento médico regular são medidas fundamentais para controlar a glicemia e evitar complicações.

Entenda o diabetes: doença silenciosa pode causar complicações graves

O diabetes é uma doença crônica causada por alterações no metabolismo da glicose, o açúcar presente no sangue. Quando a glicemia permanece elevada por muito tempo, o excesso de açúcar pode prejudicar o funcionamento de diferentes órgãos, provocando problemas nos rins, olhos, coração, vasos sanguíneos e nervos.

De acordo com o endocrinologista do Hospital Universitário da Universidade Federal do Piauí (HU-UFPI), André Gonçalves, o diabetes ocorre quando existe uma dificuldade no controle da glicose pelo organismo.

“O diabetes é uma doença relativamente comum no mundo, chegando a cerca de 10% da população mundial atualmente. Ela está relacionada a um defeito no metabolismo da glicose, que provoca um acúmulo de açúcar no sangue e em alguns órgãos. Esse acúmulo acaba gerando alterações no funcionamento de órgãos específicos, causando complicações relacionadas à visão, aos rins, ao coração e aos nervos periféricos”, explicou.

Existem diferentes tipos de diabetes. O tipo 1 é uma doença geralmente associada a uma reação do próprio sistema imunológico, que destrói as células responsáveis pela produção de insulina, hormônio que controla a entrada da glicose nas células. Por isso,

pessoas com diabetes tipo 1 precisam fazer reposição de insulina.

Já o diabetes tipo 2 é o mais comum e está frequentemente relacionado a fatores como excesso de peso, sedentarismo, histórico familiar, hipertensão e alterações no colesterol. Nesse caso, o organismo ainda produz insulina, mas apresenta dificuldade para utilizá-la de forma adequada.

Segundo os especialistas, um dos grandes desafios do diabetes é que a doença pode permanecer silenciosa por muitos anos. Muitas pessoas só percebem os sinais quando a glicose já está bastante elevada.

“Um dos grandes problemas do diabetes é que é uma doença relativamente sem sintomas. Eles só aparecem quando a doença já está mais avançada, quando a glicose está muito alta. O paciente começa a perder peso sem explicação, acorda à noite para urinar, sente muita sede, boca seca e muita fome, mas mesmo assim perde peso”, explicou André Gonçalves.

A endocrinologista Carmem Laís Gervário, do HU-UFPI, destaca que o diagnóstico precoce é fundamental para evitar complicações.

“Todo paciente que tem algum fator de risco para diabetes precisa ter sua glicemia avaliada pelo menos uma vez ao ano. Pessoas com obesidade, histórico familiar positivo, sedentarismo, hipertensão ou mulheres com ovário policístico, por exemplo, precisam fazer esse rastreio”, afirmou.

O diagnóstico é feito principalmente por exames de sangue, como a glicemia de jejum e a hemoglobina glicada, que mostra uma média dos níveis de açúcar no sangue nos últimos meses. A médica explica que qualquer profissional da atenção básica pode realizar o rastreamento e, após a confirmação da doença, o paciente pode ser encaminhado ao endocrinologista.

Controle do diabetes exige acompanhamento e mudança de hábitos

O tratamento do diabetes envolve uma combinação de cuidados. A recomendação dos especialistas é manter uma alimentação equilibrada, praticar atividade física regularmente, utilizar corretamente as medicações prescritas e acompanhar os níveis de glicose.

“O tratamento do diabetes precisa de três pilares: atividade física, dieta e uso adequado das medicações. Muitas pessoas querem tratar apenas com mudança de estilo de vida, mas muitas vezes, mesmo o paciente sendo muito engajado, as medicações são necessárias”, explicou Carmem Laís.

A médica ressalta que o diabetes não é uma doença causada apenas por falta de cuidados pessoais.

“Diabetes não é uma doença de pessoas desleixadas. Mesmo quem se cuida algumas vezes apresenta alterações metabólicas que favorecem o surgimento da doença e precisa utilizar medicamentos.”

Hábitos saudáveis podem evitar evolução para o diabetes

Antes do diagnóstico do diabetes, muitas pessoas passam por uma fase chamada pré-diabetes, quando os níveis de glicose no sangue estão acima do normal, mas ainda não atingiram os critérios para a doença. Esse estágio serve como um alerta para a necessidade de mudança de hábitos e acompanhamento médico.

Segundo os médicos endocrinologistas, identificar essa fase precocemente pode evitar ou retardar a evolução para o diabetes tipo 2. Entre os principais fatores de risco estão o excesso de peso, o sedentarismo, a hipertensão, alterações no colesterol, histórico familiar da doença e o tabagismo.

A médica endocrinologista Carmem Laís Gervário, do Hospital Universitário da Universidade Federal do Piauí (HU-UFPI), explica que a prevenção depende principalmente da adoção de uma rotina mais saudável.

“É muito importante manter bons hábitos, manter-se no peso saudável, fazer atividade física regularmente, pelo menos 150 minutos por semana de exercício, e ter uma alimentação equilibrada, restringindo o consumo de açúcar e de carboidratos livres, priorizando cereais integrais, frutas e verduras frescas”, orientou.

A especialista destaca ainda que a alimentação precisa ser equilibrada para evitar grandes elevações da glicose no sangue.

“Quando a gente ingere uma grande quantidade de carboidrato de uma vez só, fica mais difícil o nosso corpo conseguir dar conta de secretar insulina para controlar esse pico de glicemia. Então, a alimentação precisa sempre ser equilibrada, com quantidades adequadas de carboidratos, gorduras, fibras e proteínas.”

O endocrinologista André Gonçalves reforça que o diagnóstico precoce e o acompanhamento adequado são fundamentais para evitar complicações.

“Uma vez que é feito o diagnóstico, não se deve negligenciar essa informação. É preciso tratar de forma adequada, fazer uso das medicações quando forem necessárias, manter um peso adequado, abandonar o tabagismo e controlar fatores como hipertensão e colesterol alto. Tratar de forma séria desde o início diminui muitas complicações”, afirmou.

O Impacto da Idade na Prevalência do Diabetes em Adultos

Os dados do Sistema de Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico (VIGITEL), um levantamento anual do Ministério da Saúde que monitora a saúde da população brasileira, destacados pela Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD 2025), revelam um aumento expressivo e progressivo no diagnóstico de diabetes conforme a idade avança.

Enquanto a condição afeta apenas 0,5% dos jovens de

18 a 24 anos, a curva sobe gradativamente para 2,4% entre 25 e 34 anos e atinge 10,4% na faixa de 45 a 54 anos. O cenário torna-se ainda mais crítico nas etapas posteriores da vida, saltando para 22,4% entre 55 e 64 anos e alcançando o pico de 30,4% entre a população idosa (acima de 65 anos) - o que significa que praticamente um em cada três idosos no Brasil convive com a doença.

Alerta Precoce: O Avanço do Diabetes e Pré-Diabetes em Jovens

O Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes (ERICA), também referenciado pela Diretriz Oficial da SBD (2025), acende um sinal de alerta sobre a saúde metabólica das novas gerações. Na faixa etária de 12 a 17 anos, a prevalência de diabetes tipo 2 já atinge 3,3% dos jovens.

No entanto, o dado mais alarmante reside no índice de pré-diabetes, que afeta 22% dessa população - evidenciando que mais de um quinto dos adolescentes brasileiros já apresenta alterações glicêmicas e se encontra em situação de alto risco para o desenvolvimento futuro da doença, reforçando a urgência de intervenções preventivas precoces.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Doença crônica de origem vascular, o Lipedema atinge mais de dez milhões de mulheres no país, conforme estimativas do Instituto Lipedema Brasil e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**. A condição - que é caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura nos membros, especialmente nas pernas - ainda não possui cura, mas pode ser controlada por meio de diferentes estratégias, a exemplo da ILIB (Intravascular Laser Irradiation of Blood) Terapia.

A técnica de fotobiomodulação (que em português significa laser intravascular de baixa potência) promove efeitos terapêuticos importantes para quem convive com a enfermidade, de acordo com a enfermeira e coach de emagrecimento Heloise Lima, que também é sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde.

Segundo ela, a ILIB terapia é uma tecnologia sistêmica, com luz de baixa potência, que consiste em irradiar o sangue com laser vermelho ou infravermelho de baixa intensidade. “É uma técnica de tratamento coadjuvante que gera moléculas de Adenosina Trifosfato (ATP)

dentro da mitocôndria, responsável pela produção de energia celular, bem como aumenta a produção da enzima Superóxido Dismutase (SOD), responsável por eliminar radicais livres da corrente sanguínea. Ele atua no sangue de forma segura e não invasiva. Um dispositivo emite luz diretamente no pulso do paciente, onde fica a artéria radial, causando uma estimulação da circulação e um aumento da oxigenação do sangue”, detalha.

Pós-graduada em Auditoria em Saúde, com habilitação em Fotobiomodulação, Heloise - que compartilha diversas informações em seu perfil do Instagram (@dra.heloiselima_saude) e no do Instituto Vitasee (@vitaseesaude) - salienta que o método promove uma série de benefícios no organismo, reduzindo inflamações e melhorando a oxigenação dos tecidos. Dessa forma, atua como um excelente tratamento complementar para o Lipedema, o que permite reduzir sintomas como dor, inchaço e desconforto.

“A ILIB terapia tem ação anti-inflamatória, melhora a circulação sanguínea e linfática, estimula a regeneração celular e o metabolismo e potencializa os efeitos de outros tratamentos contra o Lipedema, conhecido também como síndrome da gordura dolorosa. Isso porque a fotobiomodulação auxilia e potencializa, como tratamento coadjuvante, todos os sistemas que sejam acometidos por inflamação”, pontua a enfermeira.

Para evitar lesões, a técnica deve ser realizada por profissionais da área da saúde capacitados, conforme Heloise. Por meio do Parecer Técnico nº 114/2021/CTAS/COFEN, o Conselho Federal de Enfermagem (Cofen) também deixa isso evidente, reafirmando a legalidade da atuação e capacitação do Enfermeiro para atuar na irradiação intravascular a laser no sangue (ILIB), desde que tenha capacitação teórica e clínica sobre a Laserterapia.

Foto: Reprodução

De acordo com a sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde, com acompanhamento profissional e qualificado, a ILIB terapia pode ser uma grande aliada no controle dos sintomas do Lipedema, que causa incômodo na questão estética e bastante dor e desconforto. “É um passo importante para quem busca mais qualidade de vida e alívio dos sintomas”, finaliza.

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

Conheça a ILIB Terapia, técnica a laser que auxilia no combate aos sintomas do Lipedema

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Estimado em mais de 10 milhões de brasileiras, segundo dados do Instituto Lipedema Brasil e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, o Lipedema é uma doença vascular crônica caracterizada pelo acúmulo doloroso e desproporcional de gordura nos membros - em especial nas pernas. Embora ainda não tenha cura, novas abordagens terapêuticas têm trazido alívio para quem convive com a condição. Entre elas, destaca-se a ILIB Terapia (Intravascular Laser Irradiation of Blood).

A técnica não invasiva utiliza fotobiomodulação - um laser de baixa intensidade aplicado sobre a artéria radial, no pulso do paciente - para irradiar a corrente sanguínea e promover efeitos anti-inflamatórios e antioxidantes no organismo.

Como funciona o tratamento coadjuvante?

Segundo a enfermeira especialista em fotobiomodulação Heloise Lima, sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde, a irradiação

da luz estimula as mitocôndrias a produzirem energia celular (ATP) e combate os radicais livres.

'A ILIB terapia atua na circulação e melhora a oxigenação dos tecidos. Por ter ação anti-inflamatória e otimizar as circulações sanguínea e linfática, ela funciona como uma excelente aliada no combate aos sintomas do Lipedema, como inchaço, dores e desconforto' , explica Heloise.

Principais Benefícios da ILIB no Lipedema

Ação anti-inflamatória: Reduz o quadro inflamatório crônico do tecido adiposo.

Melhora da circulação: Estimula a oxigenação e a drenagem linfática dos membros afetados.

Potencialização de tratamentos: Atua de forma complementar a dietas, exercícios físicos e drenagens.

Procedimento seguro: Método indolor e sem agulhas, realizado via aplicação tópica no pulso.

Aplicação exige profissionais qualificados

Apesar de ser um procedimento não invasivo, a aplicação requer qualificação técnica para evitar intercorrências e garantir a dosimetria correta. O Conselho Federal de Enfermagem (Cofen), por meio do Parecer Técnico nº 114/2021, autoriza e regulamenta a atuação de enfermeiros na aplicação da Laserterapia e da ILIB, desde que devidamente capacitados.

Para as pacientes, o acompanhamento multidisciplinar e a inclusão de tecnologias complementares representam um avanço significativo no resgate da qualidade de vida e no bem-estar diário.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Doença crônica de origem vascular, o Lipedema atinge mais de dez milhões de mulheres no país, conforme estimativas do Instituto Lipedema Brasil e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**. A condição - que é caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura nos membros, especialmente nas pernas - ainda não possui cura, mas pode ser controlada por meio de diferentes estratégias, a exemplo da ILIB (Intravascular Laser Irradiation of Blood) Terapia.

Foto: Arquivo Pessoal

A técnica de fotobiomodulação (que em português significa laser intravascular de baixa potência) promove efeitos terapêuticos importantes para quem convive com a enfermidade, de acordo com a enfermeira e coach de emagrecimento Heloise Lima, que também é sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde.

Segundo ela, a ILIB terapia é uma tecnologia sistêmica, com luz de baixa potência, que consiste em irradiar o sangue com laser vermelho ou infravermelho de baixa

intensidade. “É uma técnica de tratamento coadjuvante que gera moléculas de Adenosina Trifosfato (ATP) dentro da mitocôndria, responsável pela produção de energia celular, bem como aumenta a produção da enzima Superóxido Dismutase (SOD), responsável por eliminar radicais livres da corrente sanguínea. Ele atua no sangue de forma segura e não invasiva. Um dispositivo emite luz diretamente no pulso do paciente, onde fica a artéria radial, causando uma estimulação da circulação e um aumento da oxigenação do sangue”, detalha.

Foto: Arquivo Pessoal

Pós-graduada em Auditoria em Saúde, com habilitação em Fotobiomodulação, Heloise - que compartilha diversas informações em seu perfil do Instagram (@dra.heloiselima_saude) e no do Instituto Vitasee (@vitaseesaude) - salienta que o método promove uma série de benefícios no organismo, reduzindo inflamações e melhorando a oxigenação dos tecidos. Dessa forma, atua como um excelente tratamento complementar para o Lipedema, o que permite reduzir sintomas como dor, inchaço e desconforto.

“A ILIB terapia tem ação anti-inflamatória, melhora a circulação sanguínea e linfática, estimula a regeneração celular e o metabolismo e potencializa os efeitos de outros tratamentos contra o Lipedema, conhecido também como síndrome da gordura dolorosa. Isso porque a fotobiomodulação auxilia e potencializa, como tratamento coadjuvante, todos os sistemas que sejam acometidos por inflamação”, pontua a enfermeira.

Capacitação

Para evitar lesões, a técnica deve ser realizada por profissionais da área da saúde capacitados, conforme Heloise. Por meio do Parecer Técnico nº 114/2021/CTAS/COFEN, o Conselho Federal de

Enfermagem (Cofen) também deixa isso evidente, reafirmando a legalidade da atuação e capacitação do Enfermeiro para atuar na irradiação intravascular a laser no sangue (ILIB), desde que tenha capacitação teórica e clínica sobre a Laserterapia.

De acordo com a sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde, com acompanhamento profissional e qualificado, a ILIB terapia pode ser uma grande aliada no controle dos sintomas do Lipedema, que causa incômodo na questão estética e bastante dor e desconforto. “É um passo importante para quem busca mais qualidade de vida e alívio dos sintomas”, finaliza.

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e

tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico,

atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de

cada paciente.

A especialista é membro da Sociedade Brasileira de

Angiologia e de Cirurgia Vascular (**SBACV**). Com mais de dez anos de experiência

na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular,

utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para

o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e

Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral

no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa

Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas

na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da

participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos

sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina

Estética.

permitem um mapeamento

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como

detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico

Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam

mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na

abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto

área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das

durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de

pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência

acordo com a indicação clínica de cada paciente.

dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e

respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em

desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode

Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de

causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O

diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas,

acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a

linfáticas e condições relacionadas à circulação.

investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada

indicado, o tratamento cirúrgico.

pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de

dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao

trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o

desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança,

ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que

funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

ILIB Terapia: técnica com luz de baixa potência auxilia no combate ao Lipedema

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Com inovação e conhecimento científico, tecnologia promove uma série de benefícios ao organismo, inclusive no tratamento da condição, que causa desconforto e afeta os membros do corpo, principalmente as pernas

Doença crônica de origem vascular, o Lipedema atinge mais de dez milhões de mulheres no país, conforme estimativas do Instituto Lipedema Brasil e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**. A condição - que é caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura nos membros, especialmente nas pernas - ainda não possui cura, mas pode ser controlada por meio de diferentes estratégias, a exemplo da ILIB (Intravascular Laser Irradiation of Blood) Terapia.

A técnica de fotobiomodulação (que em português significa laser intravascular de baixa potência) promove efeitos terapêuticos importantes para quem convive com a enfermidade, de acordo com a enfermeira e coach de emagrecimento Heloise Lima, que também é sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde.

Segundo ela, a ILIB terapia é uma tecnologia sistêmica, com luz de baixa potência, que consiste em irradiar o sangue com laser vermelho ou infravermelho de baixa intensidade.

“É uma técnica de tratamento coadjuvante que gera moléculas de Adenosina Trifosfato (ATP) dentro da mitocôndria, responsável pela produção de energia celular, bem como aumenta a produção da enzima Superóxido Dismutase (SOD), responsável por eliminar radicais livres da corrente sanguínea. Ele atua no sangue de forma segura e não invasiva. Um dispositivo emite luz diretamente no pulso do paciente, onde fica a artéria radial, causando uma estimulação da circulação e um aumento da oxigenação do sangue”, detalha.

Pós-graduada em Auditoria em Saúde, com habilitação em Fotobiomodulação, Heloise - que compartilha diversas informações em seu perfil do Instagram (@dra.heloiselima_saude) e no do Instituto Vitasee (@vitaseesaude) - salienta que o método promove uma série de benefícios no organismo, reduzindo inflamações e melhorando a oxigenação dos tecidos. Dessa forma, atua como um excelente tratamento complementar para o Lipedema, o que permite reduzir sintomas como dor, inchaço e desconforto.

“A ILIB terapia tem ação anti-inflamatória, melhora a circulação sanguínea e linfática, estimula a regeneração celular e o metabolismo e potencializa os efeitos de outros tratamentos contra o Lipedema, conhecido também como síndrome da gordura dolorosa. Isso porque a fotobiomodulação auxilia e potencializa, como tratamento coadjuvante, todos os sistemas que sejam acometidos por inflamação”, pontua a enfermeira.

Capacitação

Para evitar lesões, a técnica deve ser realizada por

profissionais da área da saúde capacitados, conforme Heloíse. Por meio do Parecer Técnico nº 114/2021/CTAS/COFEN, o Conselho Federal de Enfermagem (Cofen) também deixa isso evidente, reafirmando a legalidade da atuação e capacitação do Enfermeiro para atuar na irradiação intravascular a laser no sangue (ILIB), desde que tenha capacitação teórica e clínica sobre a Laserterapia.

De acordo com a sócia-fundadora do Instituto Vitasee Emagrecimento e Saúde, com acompanhamento profissional e qualificado, a ILIB terapia pode ser uma grande aliada no controle dos sintomas do Lipedema, que causa incômodo na questão estética e bastante dor e desconforto. “É um passo importante para quem busca mais qualidade de vida e alívio dos sintomas”, finaliza.

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

Cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Um dos caminhos para o bem-estar do organismo está em ações simples, como a atenção às pernas, com foco especial na panturrilha. Esse cuidado vai além da busca por músculos fortes, pois a região atua como um pilar indispensável para a saúde vascular. Considerada pela medicina o “segundo coração” do corpo, a contração dessa área gera uma pressão mecânica que impulsiona o sangue venoso de volta aos órgãos vitais com a força necessária.

De acordo com recomendações do Ministério da Saúde e diretrizes da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a falta de estímulo nesse músculo é um dos principais fatores de risco para problemas circulatórios. O sedentarismo ou a permanência prolongada na mesma posição, seja em pé ou sentado, reduz a eficácia dessa bomba natural. Sem a devida ativação, ocorre o acúmulo de líquidos nas extremidades, o que gera cansaço, sensação de peso e pode culminar na Trombose Venosa Profunda (TVP).

A prevenção exige atenção contínua e pequenas mudanças de comportamento no cotidiano. “Os cuidados diários ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas desconfortáveis. Panturrilhas e pernas fortalecidas são fatores de grande impacto positivo na saúde da população”, afirma a fisioterapeuta Joseanny Nicolussi, consultora da Sigvaris Group, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar.

Oito dicas essenciais

Conforme as orientações conjuntas do Ministério da Saúde e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a fisioterapeuta compartilha algumas práticas simples que estimulam o fluxo venoso e evitam complicações ao longo do dia.

- Praticar atividades físicas regulares: exercícios como caminhadas, corridas e natação tonificam a musculatura das pernas e potencializam o bombeamento do sangue.
- Fazer pausas para movimentação: evitar a imobilidade durante a jornada de trabalho ou em viagens longas, com pequenas caminhadas a cada duas horas para reativar o fluxo.
- Realizar exercícios de ativação local: movimentos de “sobe e desce” com os calcanhares, mesmo na posição sentada, auxiliam a manter a contração muscular ativa.
- Aquecer antes e alongar depois: antes de praticar qualquer atividade física, recomenda-se um leve aquecimento. Logo após, alongamentos suaves para favorecer a recuperação.
- Manter a hidratação constante: a ingestão regular de água ajuda a preservar a fluidez do sangue e diminuir os edemas nos membros inferiores.

- Escolher um calçado adequado: utilizar tênis confortáveis, com bom amortecimento e que ofereçam suporte aos pés. Isso contribui para a proteção dos músculos e articulações.
- Aumentar a carga de forma gradual: não elevar a intensidade, a velocidade ou a duração dos treinos de maneira repentina. A progressão gradual permite que o corpo se adapte ao esforço e reduz o risco de distensões e outras lesões.
- Adotar a terapia de compressão: o uso de meias elásticas de compressão graduada atua como um suporte externo que aperta o tecido de forma controlada, o que altera o retorno venoso para melhor e diminui o cansaço.

Meias

A Sigvaris Group oferece a linha UP25, desenvolvida com tecnologia específica para atividades físicas. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que contribui para o sangue circular melhor, trazer mais estabilidade para músculos como a panturrilha, evitar inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute

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

A empresa

A Sigvaris Group, de origem suíça e de capital 100% familiar desde sua fundação, 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. O seu 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.

Fundada em 1.864, na cidade de Winterthur, por aproximadamente 100 anos, produziu “tecidos emborrachados elásticos”, comercializado na Suíça e no Exterior. Entre 1.958 e 1.960, colaborou com 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 2.009 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 (SP).

Fonte:

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

Fisioterapeuta orienta como proteger a circulação e evitar dores em trajetos longos de carro e avião

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Julho é um dos meses de maior movimentação nas rodovias e aeroportos brasileiros por causa das férias escolares. Seja de carro ou de avião, passar muitas horas na mesma posição pode comprometer a circulação sanguínea, provocar dores musculares, rigidez nas articulações e aumentar o risco de problemas mais sérios em pessoas com fatores predisponentes.

Segundo o Ministério da Saúde, a trombose venosa tem incidência estimada de um a dois casos por mil habitantes ao ano no Brasil, podendo chegar a cerca de 400 mil ocorrências anuais. Já um levantamento da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, elaborado com base em dados do Sistema Único de Saúde (SUS), aponta que mais de 489 mil brasileiros foram internados por trombose venosa entre 2012 e 2023.

A imobilidade prolongada durante viagens está entre os fatores que aumentam esse risco, especialmente em pessoas com histórico da doença, obesidade, gestação,

idade avançada ou que passaram por cirurgias recentemente.

De acordo com o fisioterapeuta e professor da Estácio, Alexandre Castelo Branco, a maioria desses problemas pode ser evitada com medidas simples adotadas antes e durante a viagem. “O nosso corpo foi feito para se movimentar. Quando permanecemos sentados por muitas horas, a circulação sanguínea fica mais lenta, principalmente nos membros inferiores, além de haver sobrecarga na coluna, no pescoço e nos ombros. Pequenas pausas e exercícios simples fazem uma grande diferença”, explica.

Além da circulação, a postura inadequada também contribui para o aparecimento de dores após o trajeto. Segundo o especialista, muitas pessoas passam horas com a coluna curvada, pescoço projetado para frente ou pernas cruzadas, favorecendo tensões musculares.

“É importante procurar manter as costas apoiadas no encosto do banco, evitar permanecer inclinado por muito tempo e posicionar os pés de forma confortável. No carro, o motorista também deve ajustar corretamente o banco e o volante para evitar sobrecarga na região lombar e nos ombros”, orienta.

Para quem viaja de carro, Alexandre recomenda programar paradas a cada duas horas para caminhar por alguns minutos e alongar o corpo. Já nas viagens aéreas, sempre que possível, o ideal é levantar periodicamente, caminhar pelo corredor e movimentar tornozelos e panturrilhas mesmo sentado.

“O movimento da panturrilha funciona como uma bomba que ajuda o sangue a retornar ao coração. Exercícios como elevar e abaixar os calcanhares, fazer movimentos circulares com os tornozelos e estender os joelhos podem ser realizados no próprio assento.”

A hidratação também merece atenção. Embora muitas pessoas reduzam a ingestão de líquidos para evitar paradas ou idas ao banheiro durante o voo, essa prática pode favorecer o desconforto e comprometer o bom funcionamento da circulação. “Beber água regularmente durante toda a viagem ajuda o organismo a funcionar melhor. Também vale evitar o excesso de bebidas alcoólicas e optar por roupas leves e confortáveis, que não comprimam a circulação”, afirma o fisioterapeuta.

O docente destaca que pessoas com fatores de risco para trombose devem buscar orientação médica antes de viagens prolongadas, já que, em alguns casos, pode haver indicação de medidas preventivas específicas, como o uso de meias de compressão. Para a maioria da população, no entanto, manter-se hidratado, movimentar-se regularmente e evitar longos períodos de imobilidade já reduz significativamente os riscos.

Cuidados durante viagens longas

- Faça pausas a cada duas horas em viagens de carro para caminhar e alongar o corpo.
- Em voos longos, levante-se sempre que possível e caminhe pelo corredor.
- Movimente tornozelos, pés e panturrilhas mesmo sentado.
- Evite cruzar as pernas durante muito tempo.
- Mantenha uma postura adequada, com costas apoiadas e pescoço alinhado.
- Beba água regularmente ao longo da viagem.
- Prefira roupas leves e confortáveis, que não apertem a cintura ou as pernas.
- Pessoas com histórico de trombose ou outros fatores de risco devem procurar orientação médica antes de viagens prolongadas.

*Via Assessoria

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

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)

Autor: SALATIEL ARAÚJO

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgia vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhos, empregando tecnologias como Laser Transdérmico,

Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e

cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

[Link original](#)



A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um

planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Doença falciforme vai além do sangue: feridas nas pernas, dor e AVC podem estar ligados à circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Share on Facebook

Tweet on Twitter

A doença falciforme é uma condição genética que afeta o sangue, mas que também pode ter impactos importantes sobre a circulação. A doença altera o formato das hemácias, que ficam mais rígidas e podem dificultar a passagem do sangue pelos vasos, favorecendo episódios de dor, inflamação, redução da oxigenação dos tecidos e complicações em diferentes órgãos.

Veja também - Sintomas do AVC: você sabe como identificar?

Entre os problemas associados à doença falciforme estão crises dolorosas, infecções, infartos pulmonares, acidente vascular cerebral, inflamações e úlceras, especialmente nas pernas. Embora o acompanhamento principal seja feito por equipes de hematologia, a avaliação vascular pode ser importante quando há

alterações circulatórias, feridas de difícil cicatrização, dor persistente, inchaço ou sinais de comprometimento da irrigação dos tecidos.

De acordo com o Dr. Márcio Steinbruch, especialista em cirurgia vascular formado pelo Hospital das Clínicas da FMUSP e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a doença falciforme precisa ser compreendida como uma condição sistêmica. “A doença falciforme não afeta apenas o sangue de forma isolada. Ela pode comprometer a circulação em pequenos vasos, dificultar a oxigenação dos tecidos e contribuir para crises dolorosas e complicações vasculares, como úlceras nas pernas e outros quadros que exigem acompanhamento cuidadoso”, explica.

Segundo o especialista, as úlceras em pacientes com doença falciforme merecem atenção especial porque podem ser recorrentes, dolorosas e de cicatrização lenta. Nesses casos, é importante investigar fatores que prejudicam a circulação e definir uma abordagem individualizada, sempre em conjunto com a equipe que acompanha a doença de base.

“Feridas nas pernas que demoram para cicatrizar nunca devem ser banalizadas. Em pacientes com doença falciforme, elas podem estar relacionadas à circulação, à inflamação crônica e à menor oxigenação dos tecidos. Quanto mais cedo o problema é avaliado, maiores são as chances de reduzir complicações”, alerta Steinbruch.

O médico reforça que sinais como dor intensa, piora do inchaço, mudança de cor na pele, feridas persistentes, secreção, febre ou piora do estado geral devem motivar avaliação médica. Além disso, manter o acompanhamento regular, seguir corretamente o tratamento prescrito, evitar desidratação e reconhecer sinais de agravamento são medidas importantes para reduzir riscos.

“A doença falciforme exige cuidado contínuo e multidisciplinar. O papel do especialista vascular é contribuir na avaliação de complicações circulatórias, especialmente quando há úlceras, dor nas pernas ou suspeita de comprometimento vascular. Informação e diagnóstico precoce fazem diferença na qualidade de vida desses pacientes”, conclui.

*Informações Assessoria de Imprensa

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

De varizes a lipedema: por que suas pernas doem no fim do dia?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Saúde

O sintoma está ligado a varizes, lipedema e alterações hormonais. Especialistas explicam por que é essencial buscar avaliação médica

By

Redação

Publicado

9 minutos atrás

Entenda o que pode causar dor nas pernas - Foto: Shutterstock

Nem sempre o cansaço nas pernas está ligado ao excesso de esforço físico. Quando a dor, o inchaço ou as câimbras são frequentes, o corpo emite um alerta.

O problema pode indicar doenças vasculares, alterações ortopédicas ou quadros hormonais. Por isso, a avaliação de um médico especialista é sempre

fundamental.

A cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, destaca a importância da investigação.

“Se o cansaço é algo mais rotineiro, ele pode significar um problema de saúde”, explica a médica. Segundo ela, o sintoma pode indicar quadros circulatórios ou outras condições médicas específicas.

A dor pós-treino é comum e melhora com o descanso necessário do corpo. Porém, a falta de atividade física diária é muito pior para a saúde.

Continua após publicidade

“O sedentarismo é o nosso novo cigarro”, alerta a Dra. Aline sobre o risco de imobilismo. Ela lembra que a falta de movimento causa fraqueza muscular e piora a circulação.

“O ser humano foi desenhado para estar em movimento”, reforça a cirurgiã vascular. Segundo a especialista, ficar sentado por horas seguidas é perigoso para o sistema circulatório.

O ortopedista especialista em joelho e traumatologia esportiva, Dr. Marcos Cortelazo, orienta observar se a fadiga causa inchaço nos tornozelos. “Normalmente todo inchaço do tornozelo deve ser adequadamente investigado”, alerta o especialista em joelho.

Ele aponta que condições degenerativas, como artrose, também limitam muito a mobilidade da pessoa. “A artrite é uma inflamação das articulações, enquanto a artrose é uma condição degenerativa”, diferencia.

Dor nas pernas ao caminhar distâncias curtas pode indicar doença arterial periférica, a DAP. “A doença arterial periférica prejudica a circulação do sangue e provoca dor na hora de caminhar”, explica Dr.

Cortelazo. Além disso, varizes e trombose costumam provocar a intensa sensação de peso nos membros.

Redação21 minutos ago

Outra causa importante é o lipedema, uma doença crônica com acúmulo desproporcional de gordura. O cirurgião plástico, Dr. Rafael Erthal, destaca o impacto dessa condição na rotina diária.

Alimentação

Sede intensa nem sempre é o primeiro sintoma; descubra quais sinais podem indicar desidratação, quando é preciso procurar atendimento médico

Redação2 horas ago

“O lipedema é uma doença crônica do tecido adiposo”, explica o fundador da clínica Blue. O médico aponta que o quadro causa dor, comprometimento funcional e queda da qualidade de vida. Segundo ele, o tratamento exige dieta, exercícios físicos regulares e, em alguns casos, cirurgia.

Saúde

Náuseas são comuns com a tirzepatida, mas dores de cabeça intensas ou persistentes precisam de atenção

Redação3 horas ago

Alterações no climatério e na menopausa também influenciam o cansaço constante nas pernas. A ginecologista Dra. Patricia Magier ressalta a necessidade de manter uma boa massa muscular.

Saúde

“É importante investigar tanto as causas circulatórias quanto metabólicas”, comenta a médica. Ela explica que a reposição hormonal ajuda muito na proteção circulatória e cardiovascular feminina.

Apresentadora celebrou a recuperação de Omar Rahal nas redes sociais e agradeceu à equipe médica, familiares e pessoas que acompanharam o tratamento

Redação7 horas ago

A médica ressalta o papel do hormônio estrogênio na saúde dos nossos vasos sanguíneos. Segundo ela, a substância ajuda a manter o tônus vascular sempre funcionando bem.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Por fim, Dra. Aline lembra que a fadiga pode indicar anemia ou neuropatias. “No geral, bons hábitos de vida são importantes para diminuir a sensação de cansaço nas pernas”, finaliza.

Advertisement

Você também vai gostar

Saúde

A fadiga constante pode indicar problemas hormonais ou falta de vitaminas. Veja quais exames de sangue investigar

Saúde vascular exige cuidado além das veias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

As doenças vasculares estão entre os problemas de saúde que mais preocupam especialistas e podem atingir uma grande parcela da população ao longo da vida. Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 40% dos brasileiros podem desenvolver algum tipo de doença venosa, como varizes, trombose e outros problemas relacionados à circulação sanguínea.

Mas, de acordo com a endocrinologista e metabologista Dra. Thaísa Fernandes, da Angiogyn, clínica especializada em saúde vascular, o tratamento dessas condições precisa ir além da análise dos vasos. A especialista explica que muitos pacientes apresentam doenças associadas, como obesidade, diabetes e alterações hormonais, fatores que podem influenciar diretamente a saúde circulatória.

“Tratar apenas o vaso não é suficiente. É preciso avaliar o paciente como um todo, entender quais fatores estão contribuindo para o problema e buscar uma abordagem completa para alcançar resultados mais eficazes”, destaca a médica.

A relação entre metabolismo e circulação tem ganhado cada vez mais atenção. O excesso de peso, por exemplo, pode aumentar a sobrecarga no sistema vascular, enquanto o diabetes pode prejudicar os vasos sanguíneos e favorecer o surgimento de complicações. Já as alterações hormonais também podem interferir no funcionamento do organismo e contribuir para mudanças na circulação.

Outro assunto que chama atenção é a saúde da mulher durante a menopausa. Recentemente, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) aprovou o primeiro medicamento não hormonal destinado ao tratamento das ondas de calor, um dos sintomas mais comuns desse período. A nova opção pode representar uma alternativa principalmente para mulheres que não podem fazer reposição hormonal devido a riscos aumentados de problemas como trombose e Acidente Vascular Cerebral (AVC). A escolha do tratamento, no entanto, deve sempre ser individualizada e feita com acompanhamento médico.

Além das doenças venosas, o AVC também está entre as condições relacionadas ao sistema vascular que exigem atenção. O problema ocorre quando há uma alteração no fluxo de sangue para o cérebro e pode causar consequências graves quando não há prevenção e atendimento adequado. Para manter a saúde dos vasos em dia, especialistas recomendam a adoção de hábitos saudáveis, como alimentação equilibrada, prática regular de atividades físicas, controle do peso, acompanhamento de doenças como diabetes e realização de consultas preventivas.

A identificação dos primeiros sinais também é fundamental. Inchaço nas pernas, dor, sensação de peso, mudanças na aparência das veias, formigamentos ou alterações repentinas no corpo devem ser avaliados por um profissional de saúde. A Dra. Thaísa Fernandes reforça que o cuidado vascular deve ser preventivo e integrado, considerando todos os aspectos da saúde do paciente. O acompanhamento adequado pode ajudar no

diagnóstico precoce, melhorar a qualidade de vida e reduzir riscos de complicações futuras.

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

Cansaço nas pernas pode sinalizar problemas de saúde graves, alertam médicos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Redação / Licenciado de Saúde em Dia

Resumo

O cansaço frequente nas pernas pode indicar problemas além do esforço físico, como doenças vasculares, alterações ortopédicas, sedentarismo ou até questões hormonais, segundo especialistas. Eles reforçam a importância de manter o corpo ativo, investigar sintomas como dor e inchaço e adotar hábitos saudáveis para preservar a saúde vascular e muscular.

Nem sempre o cansaço nas pernas está ligado ao excesso de esforço físico. Quando a dor, o inchaço ou as câimbras são frequentes, o corpo emite um alerta.

O problema pode indicar doenças vasculares, alterações ortopédicas ou quadros hormonais. Por isso, a avaliação de um médico especialista é sempre fundamental.

A cirurgiã vascular Dra. Aline Lamaita, membro da

Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular, destaca a importância da investigação.

'Se o cansaço é algo mais rotineiro, ele pode significar um problema de saúde', explica a médica. Segundo ela, o sintoma pode indicar quadros circulatórios ou outras condições médicas específicas.

Perigo do sedentarismo e da inatividade física

A dor pós-treino é comum e melhora com o descanso necessário do corpo. Porém, a falta de atividade física diária é muito pior para a saúde.

'O sedentarismo é o nosso novo cigarro', alerta a Dra. Aline sobre o risco de imobilismo. Ela lembra que a falta de movimento causa fraqueza muscular e piora a circulação.

'O ser humano foi desenhado para estar em movimento', reforça a cirurgiã vascular. Segundo a especialista, ficar sentado por horas seguidas é perigoso para o sistema circulatório.

Alerta para inchaço e problemas ortopédicos

O ortopedista especialista em joelho e traumatologia esportiva, Dr. Marcos Cortelazo, orienta observar se a fadiga causa inchaço nos tornozelos. 'Normalmente todo inchaço do tornozelo deve ser adequadamente investigado', alerta o especialista em joelho.

Ele aponta que condições degenerativas, como artrose, também limitam muito a mobilidade da pessoa. 'A artrite é uma inflamação das articulações, enquanto a artrose é uma condição degenerativa', diferencia.

Doença arterial e problemas vasculares crônicos

Dor nas pernas ao caminhar distâncias curtas pode

indicar doença arterial periférica, a DAP. 'A doença arterial periférica prejudica a circulação do sangue e provoca dor na hora de caminhar', explica Dr. Cortelazo. Além disso, varizes e trombose costumam provocar a intensa sensação de peso nos membros.

Outra causa importante é o lipedema, uma doença crônica com acúmulo desproporcional de gordura. O cirurgião plástico, Dr. Rafael Erthal, destaca o impacto dessa condição na rotina diária.

'O lipedema é uma doença crônica do tecido adiposo', explica o fundador da clínica Blue. O médico aponta que o quadro causa dor, comprometimento funcional e queda da qualidade de vida. Segundo ele, o tratamento exige dieta, exercícios físicos regulares e, em alguns casos, cirurgia.

Impacto da menopausa e dos hormônios

Alterações no climatério e na menopausa também influenciam o cansaço constante nas pernas. A ginecologista Dra. Patricia Magier ressalta a necessidade de manter uma boa massa muscular.

'É importante investigar tanto as causas circulatórias quanto metabólicas', comenta a médica. Ela explica que a reposição hormonal ajuda muito na proteção circulatória e cardiovascular feminina.

A médica ressalta o papel do hormônio estrogênio na saúde dos nossos vasos sanguíneos. Segundo ela, a substância ajuda a manter o tônus vascular sempre funcionando bem.

Por fim, Dra. Aline lembra que a fadiga pode indicar anemia ou neuropatias. 'No geral, bons hábitos de vida são importantes para diminuir a sensação de cansaço nas pernas', finaliza.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Fisioterapeuta orienta como proteger a circulação e evitar dores em trajetos longos de carro e avião

[Link original](#)

Julho é um dos meses de maior movimentação nas rodovias e aeroportos brasileiros por causa das férias escolares. Seja de carro ou de avião, passar muitas horas na mesma posição pode comprometer a circulação sanguínea, provocar dores musculares, rigidez nas articulações e aumentar o risco de problemas mais sérios em pessoas com fatores predisponentes.

Segundo o Ministério da Saúde, a trombose venosa tem incidência estimada de um a dois casos por mil habitantes ao ano no Brasil, podendo chegar a cerca de 400 mil ocorrências anuais. Já um levantamento da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, elaborado com base em dados do Sistema Único de Saúde (SUS), aponta que mais de 489 mil brasileiros foram internados por trombose venosa entre 2012 e 2023.

A imobilidade prolongada durante viagens está entre os fatores que aumentam esse risco, especialmente em pessoas com histórico da doença, obesidade, gestação, idade avançada ou que passaram por cirurgias recentemente.

De acordo com o fisioterapeuta e professor da Estácio, Alexandre Castelo Branco, a maioria desses problemas pode ser evitada com medidas simples adotadas antes e durante a viagem. “O nosso corpo foi feito para se movimentar. Quando permanecemos sentados por muitas horas, a circulação sanguínea fica mais lenta, principalmente nos membros inferiores, além de haver sobrecarga na coluna, no pescoço e nos ombros. Pequenas pausas e exercícios simples fazem uma grande diferença”, explica.

Além da circulação, a postura inadequada também contribui para o aparecimento de dores após o trajeto. Segundo o especialista, muitas pessoas passam horas com a coluna curvada, pescoço projetado para frente ou

pernas cruzadas, favorecendo tensões musculares.

“É importante procurar manter as costas apoiadas no encosto do banco, evitar permanecer inclinado por muito tempo e posicionar os pés de forma confortável. No carro, o motorista também deve ajustar corretamente o banco e o volante para evitar sobrecarga na região lombar e nos ombros”, orienta.

Para quem viaja de carro, Alexandre recomenda programar paradas a cada duas horas para caminhar por alguns minutos e alongar o corpo. Já nas viagens aéreas, sempre que possível, o ideal é levantar periodicamente, caminhar pelo corredor e movimentar tornozelos e panturrilhas mesmo sentado.

“O movimento da panturrilha funciona como uma bomba que ajuda o sangue a retornar ao coração. Exercícios como elevar e abaixar os calcanhares, fazer movimentos circulares com os tornozelos e estender os joelhos podem ser realizados no próprio assento.”

A hidratação também merece atenção. Embora muitas pessoas reduzam a ingestão de líquidos para evitar paradas ou idas ao banheiro durante o voo, essa prática pode favorecer o desconforto e comprometer o bom funcionamento da circulação. “Beber água regularmente durante toda a viagem ajuda o organismo a funcionar melhor. Também vale evitar o excesso de bebidas alcoólicas e optar por roupas leves e confortáveis, que não comprimam a circulação”, afirma o fisioterapeuta.

O docente destaca que pessoas com fatores de risco para trombose devem buscar orientação médica antes de viagens prolongadas, já que, em alguns casos, pode haver indicação de medidas preventivas específicas, como o uso de meias de compressão. Para a maioria da população, no entanto, manter-se hidratado, movimentar-se regularmente e evitar longos períodos de imobilidade já reduz significativamente os riscos.

Cuidados durante viagens longas

- Faça pausas a cada duas horas em viagens de carro para caminhar e alongar o corpo.
- Em voos longos, levante-se sempre que possível e caminhe pelo corredor.
- Movimente tornozelos, pés e panturrilhas mesmo sentado.
- Evite cruzar as pernas durante muito tempo.
- Mantenha uma postura adequada, com costas apoiadas e pescoço alinhado.
- Beba água regularmente ao longo da viagem.
- Prefira roupas leves e confortáveis, que não apertem a cintura ou as pernas.
- Pessoas com histórico de trombose ou outros fatores de risco devem procurar orientação médica antes de viagens prolongadas.

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](#)

Autor: Gisnei Davila

Por Markable Comunicação | Homework

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 (@drmarcelorudy), cirurgião plástico membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica (SBPC). “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: 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 promissora é o FoLix, primeiro laser fracionado autorizado pelo FDA 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. No Brasil, porém, o FoLix ainda aguarda registro na Anvisa e não está autorizado para uso clínico”, diz a Dra. Lilian.

Hydrafacial: O Hydrafacial (@hydrafacialbrasil) 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 Hydrafacial, 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 SBCEP. 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.

Por Divulgação

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Dra. Letícia Costa, referência em cirurgia vascular alia tecnologia, precisão diagnóstica e tratamentos minimamente invasivos

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dra. Letícia Costa

Especialista em doenças venosas e linfáticas, a cirurgiã vascular desenvolve uma atuação voltada ao tratamento de varizes, lipedema e saúde circulatória, combinando formação especializada, inovação tecnológica e atendimento individualizado.

A cirurgia vascular tem evoluído de forma significativa nas últimas décadas, incorporando tecnologias que tornam os tratamentos menos invasivos e favorecem uma recuperação mais rápida dos pacientes. Nesse cenário, a Dra. Letícia Costa construiu uma trajetória dedicada ao diagnóstico e tratamento das doenças venosas e linfáticas, unindo conhecimento científico, atualização constante e uma abordagem centrada nas necessidades individuais de cada paciente.

A especialista é membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**. Com mais de dez anos de experiência na área, desenvolve um trabalho voltado ao cuidado integral da saúde

vascular, utilizando recursos diagnósticos modernos e técnicas minimamente invasivas para o tratamento de diferentes condições circulatórias.

Sua formação médica teve início na Faculdade de Saúde e Ecologia Humana (FASEH). Posteriormente, realizou residência em Cirurgia Geral no Hospital Cristiano Machado e especializou-se em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Belo Horizonte, instituição reconhecida pela formação de especialistas na área. Ao longo da carreira, mantém atualização permanente por meio da participação em congressos nacionais de cirurgia vascular, eventos científicos sobre lipedema e no Congresso Mundial de Medicina Estética.

Na prática clínica, a Dra. Letícia Costa atua principalmente no tratamento de varizes e vasinhas, empregando tecnologias como Laser Transdérmico, Radiofrequência e Endolaser. Essas técnicas possibilitam abordagens menos invasivas em casos selecionados, proporcionando maior conforto durante o tratamento e favorecendo uma recuperação mais rápida, sempre de acordo com a indicação clínica de cada paciente.

Outra importante área de atuação é o diagnóstico e tratamento do lipedema, condição crônica caracterizada pelo acúmulo desproporcional de gordura, que acomete predominantemente mulheres e pode causar dor, sensibilidade e comprometimento da qualidade de vida. O acompanhamento é realizado de forma individualizada, contemplando desde a investigação diagnóstica até o tratamento clínico conservador e, quando indicado, o tratamento cirúrgico.

A precisão diagnóstica também faz parte de sua filosofia de trabalho. Para isso, a especialista utiliza recursos como o fleboscópio e o ultrassom com Doppler colorido, tecnologias que permitem um mapeamento detalhado da circulação venosa e contribuem para um

planejamento terapêutico mais seguro e personalizado.

Além do tratamento das doenças vasculares, a médica atua na área de cosmiatria vascular, integrando saúde circulatória e estética das pernas. A proposta é oferecer tratamentos que considerem não apenas a aparência dos vasos, mas também o funcionamento adequado do sistema venoso, sempre respeitando critérios médicos e individualizando cada conduta.

A Dra. Letícia Costa realiza atendimentos presenciais em Arapongas, no Paraná, além de consultas on-line, acompanhando pacientes de diferentes regiões que buscam avaliação especializada para doenças venosas, linfáticas e condições relacionadas à circulação.

Ao longo de sua trajetória, consolidou uma atuação pautada pela integração entre ciência, tecnologia e cuidado humanizado. Um trabalho dedicado à promoção da saúde vascular, à incorporação de técnicas modernas e ao desenvolvimento de tratamentos personalizados que priorizam segurança, funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes.

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

Doença falciforme vai além do sangue: feridas nas pernas, dor e AVC podem estar ligados à circulação

[Link original](#)

Condição pode provocar crises dolorosas, inflamações, AVC, infartos pulmonares e feridas de difícil cicatrização, exigindo acompanhamento multidisciplinar

A doença falciforme é uma condição genética que afeta o sangue, mas que também pode ter impactos importantes sobre a circulação. A doença altera o formato das hemácias, que ficam mais rígidas e podem dificultar a passagem do sangue pelos vasos, favorecendo episódios de dor, inflamação, redução da oxigenação dos tecidos e complicações em diferentes órgãos.

Entre os problemas associados à doença falciforme estão crises dolorosas, infecções, infartos pulmonares, acidente vascular cerebral, inflamações e úlceras, especialmente nas pernas. Embora o acompanhamento principal seja feito por equipes de hematologia, a avaliação vascular pode ser importante quando há alterações circulatórias, feridas de difícil cicatrização, dor persistente, inchaço ou sinais de comprometimento da irrigação dos tecidos.

De acordo com o Dr. Márcio Steinbruch, especialista em cirurgia vascular formado pelo Hospital das Clínicas da FMUSP e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a doença falciforme precisa ser compreendida como uma condição sistêmica. “A doença falciforme não afeta apenas o sangue de forma isolada. Ela pode comprometer a circulação em pequenos vasos, dificultar a oxigenação dos tecidos e contribuir para crises dolorosas e complicações vasculares, como úlceras nas pernas e outros quadros que exigem acompanhamento cuidadoso”, explica.

Segundo o especialista, as úlceras em pacientes com doença falciforme merecem atenção especial porque podem ser recorrentes, dolorosas e de cicatrização lenta. Nesses casos, é importante investigar fatores que

prejudicam a circulação e definir uma abordagem individualizada, sempre em conjunto com a equipe que acompanha a doença de base.

“Feridas nas pernas que demoram para cicatrizar nunca devem ser banalizadas. Em pacientes com doença falciforme, elas podem estar relacionadas à circulação, à inflamação crônica e à menor oxigenação dos tecidos. Quanto mais cedo o problema é avaliado, maiores são as chances de reduzir complicações”, alerta Steinbruch.

O médico reforça que sinais como dor intensa, piora do inchaço, mudança de cor na pele, feridas persistentes, secreção, febre ou piora do estado geral devem motivar avaliação médica. Além disso, manter o acompanhamento regular, seguir corretamente o tratamento prescrito, evitar desidratação e reconhecer sinais de agravamento são medidas importantes para reduzir riscos.

“A doença falciforme exige cuidado contínuo e multidisciplinar. O papel do especialista vascular é contribuir na avaliação de complicações circulatórias, especialmente quando há úlceras, dor nas pernas ou suspeita de comprometimento vascular. Informação e diagnóstico precoce fazem diferença na qualidade de vida desses pacientes”, conclui.

Fonte:

Dr. Márcio Steinbruch é médico com especialização em cirurgia vascular pelo Hospital das Clínicas da FMUSP, além disso, é membro titular e possui título de especialista pela SBACV - **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**. Pode participar de pautas sobre varizes, trombozes, problemas derivados destas doenças, cirurgias e problemas vasculares no geral.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Cinco cuidados para reduzir o risco de trombose durante viagens de férias

[Link original](#)



Presidência da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular explica que longos períodos sentado, desidratação e imobilidade aumentam o risco de tromboembolismo venoso e orienta medidas simples para viajar com mais segurança

Em férias ou após um período de trabalho, é comum que as pessoas tenham longos períodos de tempo dentro de carros, ônibus ou aviões. É nesse momento que o risco de tromboembolismo venoso (TEV) aumenta, uma condição que pode levar a complicações graves, como a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar.

Segundo o presidente da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular, Dr. Edwaldo Joviliano, algumas medidas simples podem reduzir o risco de trombose durante as viagens.

1. Mantenha-se hidratado

Beber água regularmente ajuda na circulação sanguínea e evita a desidratação, condição que pode aumentar o risco de trombose. Evite bebidas alcoólicas e cafeína, pois elas desidratam o corpo.

2. Faça movimentos simples mesmo sentado

Evite ficar parado por longos períodos. Mesmo sentado, faça movimentos simples, como alongar as pernas, girar os tornozelos e coxas. Isso ajuda a manter a circulação sanguínea ativa.

3. Use meias elásticas

Meias elásticas ajudam a melhorar a circulação sanguínea e reduzem o risco de trombose. Elas são especialmente úteis para quem viaja por longos períodos.

4. Evite fumar e beber álcool

O fumo e o álcool podem aumentar o risco de trombose. Evite consumir essas substâncias durante as viagens.

5. Consulte um médico

Se você tiver algum fator de risco para trombose, consulte um médico antes de viajar. Ele pode indicar medicamentos para prevenir a trombose.

6. Evite ficar muito tempo parado

Se possível, evite ficar parado por longos períodos. Se você precisa ficar parado, faça movimentos simples para manter a circulação sanguínea ativa.

7. Evite ficar muito tempo parado

Se possível, evite ficar parado por longos períodos. Se você precisa ficar parado, faça movimentos simples para manter a circulação sanguínea ativa.

8. Evite ficar muito tempo parado

Se possível, evite ficar parado por longos períodos. Se você precisa ficar parado, faça movimentos simples para manter a circulação sanguínea ativa.

ingestão de líquidos pode favorecer a formação de coágulos nas veias, principalmente nas pernas. Segundo o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, Dr. Edwaldo Joviliano, algumas medidas simples fazem diferença na prevenção.

'Viajar deve ser uma experiência prazerosa, mas é importante lembrar que longos períodos de imobilidade aumentam o risco de trombose, especialmente em pessoas que já possuem fatores predisponentes. A boa notícia é que a maioria das medidas preventivas são simples e podem ser incorporadas facilmente durante a viagem', afirma Joviliano.

1. Evite permanecer muitas horas sem se movimentar

Sempre que possível, levante-se a cada uma ou duas horas para caminhar por alguns minutos. Em viagens de carro, programe paradas regulares. Já em aviões ou ônibus, aproveite momentos seguros para caminhar pelo corredor. 'A contração da musculatura da panturrilha funciona como uma bomba que ajuda o sangue a retornar ao coração. Quando ficamos muito tempo parados, essa circulação fica mais lenta', explica Joviliano.

2. Mantenha-se hidratado

Beber água regularmente ajuda na circulação sanguínea e evita a desidratação, condição que pode contribuir para o aumento da viscosidade do sangue. O especialista recomenda reduzir o consumo de bebidas alcoólicas durante o trajeto, já que elas favorecem a perda de líquidos.

3. Faça exercícios simples mesmo sentado

Movimentar os pés e tornozelos, alternando flexão e extensão, além de girar os pés e contrair a panturrilha

[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** explica que longos períodos sentado, desidratação e imobilidade aumentam o risco de tromboembolismo venoso e orienta medidas simples para viajar com mais segurança

As férias de julho costumam ser sinônimo de aeroportos lotados, longas viagens de carro e horas dentro de ônibus ou aviões. O que muitos viajantes desconhecem é que permanecer sentado por muito tempo pode favorecer o desenvolvimento do tromboembolismo venoso (TEV), condição que engloba a trombose venosa profunda (TVP) e a embolia pulmonar, considerada uma das principais causas de morte cardiovascular evitável no mundo.

Embora qualquer pessoa possa desenvolver trombose, o risco é maior entre idosos, gestantes, pessoas com obesidade, câncer, histórico familiar da doença, usuários de terapias hormonais e pacientes que passaram por cirurgias recentes. Durante as viagens, a combinação entre pouca movimentação e baixa

por alguns segundos, são exercícios que estimulam a circulação durante a viagem. 'Pequenos movimentos repetidos ao longo do percurso já ajudam a manter o fluxo sanguíneo e reduzem o tempo de estase venosa', orienta o presidente da **SBACV**.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

4. Use roupas confortáveis

Roupas muito apertadas podem dificultar o retorno venoso, principalmente na região da cintura e das pernas. A recomendação é optar por peças leves e confortáveis durante viagens prolongadas. Para pessoas com indicação médica, o uso de meias elásticas de compressão também pode ser uma importante medida preventiva.

5. Quem faz parte do grupo de risco deve procurar orientação médica antes de viajar

Pacientes com histórico de trombose, câncer, gravidez, cirurgias recentes ou outras condições que aumentem o risco de formação de coágulos devem conversar com o médico antes da viagem. Em alguns casos, pode ser necessária uma estratégia específica de prevenção. 'Cada paciente deve ser avaliado individualmente. Para quem apresenta fatores de risco importantes, a prevenção pode incluir desde o uso de meias de compressão até medicamentos anticoagulantes, sempre sob orientação médica', destaca Joviliano.

Atenção aos sinais

Dor, inchaço, vermelhidão e sensação de calor em uma das pernas podem indicar trombose venosa profunda. Já falta de ar súbita, dor no peito e dificuldade para respirar podem ser sinais de embolia pulmonar, uma complicação grave que exige atendimento médico imediato.

'A informação continua sendo uma das principais ferramentas de prevenção. Com medidas simples e atenção aos fatores de risco, é possível aproveitar as férias com muito mais segurança e tranquilidade', conclui Dr. Edwaldo Joviliano.

Agosto azul e vermelho

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Trombose venosa profunda, varizes, doença arterial periférica, acidente vascular cerebral, linfedema, pé diabético e aneurisma da aorta abdominal estão entre as doenças cardiovasculares que mais matam

Os dados são da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)** que promove em todo mês de agosto a Campanha Agosto Azul Vermelho para alertar que muitas dessas condições se desenvolvem de forma silenciosa, sendo detectadas somente em fases mais avançadas.

A escolha das cores Azul Vermelho para representar o mês de cuidado com a saúde vascular, inspirou-se em como são geralmente representadas as veias (azul) e as artérias (vermelho). O médico Dr. Caio Focássio, cirurgião vascular e Membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, ressalta que três das doenças cardiovasculares estão no topo das mais graves.

Trombose venosa

Ainda com dados do Ministério da Saúde a cada mil

brasileiros, um ou dois já sofreu com trombose - doença causada por uma formação de coágulos de sangue nas veias das pernas. “Um dos agravantes é que ela pode levar a uma embolia pulmonar, que é quando uma artéria do pulmão é obstruída, e daí a falta de ar é um dos primeiros sintomas”, alerta o médico.

Aneurisma da aorta

Sem sintomas, ao primeiro sinal do problema, se for a ruptura, cerca de 80% das pessoas morrem, sendo que 50% chegam vivas aos hospitais e apenas 50% sobrevivem a cirurgia que reverte o caso. O aneurisma de aorta pode matar em até 90% dos casos. “Essa taxa de mortalidade é tão alta porque a aorta - que é a principal artéria do corpo - pode dilatar e se romper, e isso pode ser fatal”, afirma Dr Caio que lembra alguns fatores de risco: idade, o uso de tabaco, a hipertensão e o histórico familiar.

A boa notícia é que até por exame físico clínico já é possível identificar o problema e o grande risco não está em ter aneurisma de aorta, mas sim em deixa-la chegar até as últimas consequências que é quando essa artéria se rompe. O primeiro sintoma de um aneurisma da aorta pode surgir apenas na hora da sua ruptura e daí já levar à morte em muitos casos. Em outros, antes de romper, a pessoa pode ter dor abdominal ou lombar, ou sentir um incômodo pulsátil na barriga, compressão dos órgãos ou isquemia dos pés e nas pernas, ou não sentir absolutamente nada. Mas, quando se rompe, a dor abdominal e/ou lombar é forte, seguida de um mal estar intenso, queda da pressão arterial, taquicardia, palidez e sudorese.

Doença arterial periférica

Um dos primeiros sinais da doença é a dor nas pernas ou surgimento de feridas dolorosas de difícil cicatrização, além de dor ao caminhar. A doença arterial periférica acontece devido à má circulação sanguínea nas artérias dos membros inferiores. “Nesse caso, um

dos principais riscos é a amputação dos membros”, explica o médico.

Para todas as doenças, Dr. Caio alerta que existe prevenção que pode ser feita com o check up anual. “As doenças vasculares mais graves geralmente são silenciosas, o ideal é agir antes que elas ocorram e isso é possível apenas com um exame clínico feito em consultório e com a ajuda de um ultrassom podem medir o grau de insuficiência venosa, verificar o grau de calcificação das artérias e ainda permite uma análise dos vasos sanguíneos por imagem. Assim, fica mais fácil indicar qualquer problema que o paciente possa vir a desenvolver e já iniciar o tratamento antes que surjam maiores complicações”, finaliza o médico.

FONTE: Dr. Caio Focássio, cirurgião vascular e Membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**. Cirurgião vascular formado pela Faculdade de Medicina da Santa Casa de São Paulo e Membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**. Pós graduado em Cirurgia Endovascular pelo Hospiten - Tenerife (Espanha). Médico assistente da Cirurgia Vascular da Santa Casa de São Paulo.

Instagram: @drcaiofocassiovascular

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

Oito cuidados essenciais para a saúde da panturrilha e do sistema circulatório

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

fisioterapeuta Joseanny Nicolussi

Músculo considerado como o “coração das pernas” é responsável por auxiliar no bombeamento do sangue venoso e melhoria da circulação em todo o corpo

Resumo em tópicos:

Recomendações da **SBACV** apontam para a importância da atividade física e movimento para o bom funcionamento da circulação

Muito além da estética, a panturrilha forte colabora para fortalecer o sistema vascular

Hidratação e exercícios localizados fazem parte da atenção diária com essa região

Terapia de compressão pode ser um aliado para evitar o surgimento de doenças vasculares

Um dos caminhos para o bem-estar do organismo está

em ações simples, como a atenção às pernas, com foco especial na panturrilha. Esse cuidado vai além da busca por músculos fortes, pois a região atua como um pilar indispensável para a saúde vascular. Considerada pela medicina o 'segundo coração' do corpo, a contração dessa área gera uma pressão mecânica que impulsiona o sangue venoso de volta aos órgãos vitais com a força necessária.

De acordo com as recomendações do Ministério da Saúde e as diretrizes da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a falta de estímulo nesse músculo é um dos principais fatores de risco para problemas circulatórios. O sedentarismo ou a permanência prolongada na mesma posição, seja em pé ou sentado, reduz a eficácia dessa bomba natural. Sem a devida ativação, ocorre o acúmulo de líquidos nas extremidades, o que gera cansaço, sensação de peso e pode culminar na Trombose Venosa Profunda (TVP).

“A prevenção exige atenção contínua e pequenas mudanças de comportamento no cotidiano. Os cuidados diários ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas desconfortáveis. Panturrilhas e pernas fortalecidas são fatores de grande impacto positivo na saúde da população”, afirma a fisioterapeuta Joseanny Nicolussi, consultora da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no tratamento de doenças circulatórias, que une suporte técnico e bem-estar.

A fisioterapeuta Joseanny Nicolussi afirma que os cuidados diários com a panturrilha ajudam a manter o bom funcionamento do sistema circulatório e evitam o surgimento de sintomas desconfortáveis. Foto: Divulgação

Oito dicas essenciais para a saúde da

panturrilha

Conforme as orientações conjuntas do Ministério da Saúde e da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, a fisioterapeuta compartilha algumas práticas simples que estimulam o fluxo venoso e evitam complicações ao longo do dia:

Praticar atividades físicas regulares: exercícios como caminhadas, corridas e natação tonificam a musculatura das pernas e potencializam o bombeamento do sangue;

Fazer pausas para movimentação: evitar a imobilidade durante a jornada de trabalho ou em viagens longas, com pequenas caminhadas a cada duas horas para reativar o fluxo;

Realizar exercícios de ativação local: movimentos de 'sobe e desce' com os calcanhares, mesmo na posição sentada, auxiliam a manter a contração muscular ativa;

Aquecer antes e alongar depois: antes de praticar qualquer atividade física, recomenda-se um leve aquecimento. Logo após, alongamentos suaves para favorecer a recuperação.

Manter a hidratação constante: a ingestão regular de água ajuda a preservar a fluidez do sangue e diminui os edemas nos membros inferiores;

Escolher um calçado adequado: utilizar tênis confortáveis, com bom amortecimento e que ofereçam suporte aos pés. Isso contribui para a proteção dos músculos e articulações.

Aumentar a carga de forma gradual: não elevar a intensidade, a velocidade ou a duração dos treinos de maneira repentina. A progressão gradual permite que o corpo se adapte ao esforço e reduz o risco de distensões e outras lesões.

Adotar a terapia de compressão: o uso de meias elásticas de compressão graduada atua como um suporte externo que aperta o tecido de forma

controlada, o que altera o retorno venoso para melhor e diminui o cansaço.

Meias de compressão

A SIGVARIS GROUP oferece a linha UP25, desenvolvida com tecnologia específica para atividades físicas. A meia aplica uma compressão graduada que começa no tornozelo e diminui em direção ao joelho, o que contribui para o sangue circular melhor, trazer mais estabilidade para músculos como a panturrilha, evitar inchaços e sensação de pernas pesadas.

Escute Suas Pernas

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

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

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

Lipedema atinge mais de 10 milhões de mulheres no Brasil e não tem cura

[Link original](#)

Já estamos de volta com o segundo bloco do programa deixa eu te falar e deixa eu te falar que.

Bom o lipedema é uma doença crônica de origem vascular e ele atinge mais de dez milhões de mulheres em todo o país conforme a estimativa do instituto lipedema Brasil e também da sociedade brasileira de angiologia e de cirurgia vascular a condição que é caracterizada pelo acúmulo anormal de gordura nos membros.

Especialmente nas pernas ainda não possui uma cura mas pode ser controlada por meio de diferentes estratégias né mas olha só é sobre esse assunto que a gente vai conversar hoje no quadro.

Com a doutora Heloise Lima no quadro de saúde de hoje.

Obrigado.

Tá bem vinda doutora a FIP.

E a olha só.

Muita gente não falava muito de lipedema né aí após ayasmembroney pro bbb e aí mostrar que ela tinha é o lipedema que ela sofria com isso passou a ser falado mais nas mídias né eu dei uma pincelada sobre que que é o lipedema a senhora pode explicar melhor pra gente que que é.

Aí.

Então a o lipedema né a gente realmente tinha esse é tabu de dizer que o lipedema só aconteciam com as pessoas é de mais pesinho né vamos dizer assim então assim não é só a pessoa que tem a doença da obesidade.

Que é atingida pelo lipedema e então quando houve esse relato dessa atriz algumas pessoas se atentaram para o conhecimento de o que é o lipedema então o lipedema ele é uma doença crônica.

De origem é genética né então assim ela não ele não tem cura porém hoje com tantas tecnologias avançadas nós temos diversas terapeutas que fazem assim o tratamento para amenizar os sintomas né e a fisioterapia é um uma.

Condição de que dá pra tratar esse lipedema com qualidade né agora é doutora lipedema é tipo isso aí meu Deus será que é deu então é peraí a o lipedema é tipo uma celulite é não não o lipedema as pessoas confundem muito com a celulite né então é o lipedema é exatamente essa exacerbação.

De uma gordura e de líquido em uma determinada área do corpo né que atinge bem mais a mulher então assim as pernas as coxas e os glúteos né que são as partes mais atingidas.

Essa parte aqui é essa região é a parte do braço também mas ela é mais difícil de ser atingida porém acontece também nos braços né e essa gordura é uma gordura altamente inflamatória Nossa Senhora e a gente a gente busca né é.

Estudos conhecimentos e a fisioterapia ela já tem diversos estudos comprovados cientificamente para amenizar estes sintomas olha só doutora e a gente tem uma telinha aqui que é a nossa telinha de número um.

Ela fala sobre os sintomas do lipedema porque é que é a gente nem sabe né às vezes que tem olha só e aí tem a desproporção que são as pernas e braços maiores do que o tronco.

Né aí tem o lance da dor sensibilidade no tocar ou

pressão nas áreas afetadas e os roxos né que é a facilidade de formar manchinhas roxas aqueles hematomas é assim que apresenta exatamente isso então aquela mulher às vezes leva uma pancada é fica roxo isso é normal é o processo inflamatório normal.

Porém com lipedema não precisa necessariamente essa mulher levar uma pancada ou se bater em ele aparece sozinho ele aparece sozinho aqueles roxinhos né e aí a mulher fica sem entender aí mas tem um roxinho aqui o que que é isso.

Será que é isso e na verdade isso é um sintoma bem específicos do lipedema menina olha só é é e tem muita mulher que não sabe que tem né não não sabe né por isso que é importante um diagnóstico médico pra que esses tratamentos sejam feito.

E ali e elimine assim é esses sintomas que atrapalham muito o dia a dia da mulher né as atividades do dia a dia né aham e a gente vai falar nessa nossa segunda telinha quais são os tratamentos pro lipedema e aí tem tratamentos maravilhosos né olha só a drenagem linfática as meias de compressão e também exercícios de baixo impacto.

É o cirúrgico tem a lipoaspiração específica para retirada de gordura e tem também uma outra técnica na verdade que é a elib é a elibeterapia na verdade é um complemento para.

Amenizar os sintomas né porém a fotobiomodulação que é conhecida que as pessoas cons conhecem como a laser terapia mas na verdade é a fotobiomodulação que ela veio essa tecnologia existe desde os anos oitenta.

Certo e então as pessoas não muita gente ainda não conhece porém ela tem um grande poder essa luz de tratar de modular essa célula e aí esse processo inflamatório vai diminuir.

Porque aí não pode falar porque vai diminuir é esses sintomas inflamatórios do corpo e dói sim com certeza a

pessoa vai ficar sensível né é então a mulher que tem o lipedema mesmo aquele lipedema que a gente fala que ele é um uma inflamação bem sistêmica o que que acontece essa mulher ela vai sentir mais dor.

Porém aquela mulher que tem menos peso também vai sentir os incômodos vai sentir os hematomas vai sentir os inchaços nas pernas e vai sentir também o cansaço aquele peso nas pernas né Nossa Senhora e eu queria falar um pouquinho mais do inibi ah sim vamos lá falar dessa luz maravilhosa é uma luz que não tem nenhuma radiação.

É uma luz benéfica né e ela é de baixa potência então entra em contato com a artéria radial na luz do vaso e vai lá na célula adoecida inflamada e o mitocôndria é vai gerar energia dentro do mitocôndria da célula e aí vai gerar atp que é a nossa célula de atp a nossa molécula de atp que produz energia pro corpo.

E aí a elibiterapia vai lá na mitocôndria aumenta esse atp e ele vai equilibrar o processo inflamatório através da eliminação dos radicais livres gente que maravilha e assim a partir de que idade a mulher pode procurar a vamos dizer a senhora pra começar a tratar do lipedema.

Olha na verdade é quando ela sentir esses sintomas que foi falado aqui então ela pode procurar sim ajuda até mesmo na consulta ginecológica em qualquer outro profissional de saúde que identificar que aquela mulher sofre com lipedema já pode encaminhar pra fazer o tratamento né meu Deus do céu olha que maravilha então é bom porque se quanto mais cedo tratar.

Ah ela já de alivia mais esses sintomas tudo e e pode ser controlada através também da alimentação exatamente isso aí alimentação hoje é a maioria das doenças inflamadas né é e de é que são is é doenças genéticas.

Elas são controladas sim pela alimentação pelo estilo de vida o estilo de vida hoje ele é minimiza muitas doenças o exercício físico mas pro lipedema essa mulher tem

que ficar atenta aos exercícios de baixo impacto é isso que eu tava vendo ali isso seria por que porque a mulher que tem o lipedema ela já tem aquele inchaço nas pernas.

Aquele peso ela a micro circulação dela já está comprometida então essa mulher precisa fazer um exercício de baixo impacto pra que não venha é danificar é as artérias os vasos e ela não venha a ter um aumento da pressão arterial quem tem lipedema também pode ter varizes.

Com certeza né porque assim o lipedema ele também é é como é um é um sistema linfático né ele vai atingir muito esses vasos esses micro pequenos vasos e as artérias também então vai dificultar essa circulação dessa paciente e ela vai reter e com certeza essa pressão dessa paciente também vai alterar.

Olha caramba eu adorei conversar com você e quero agradecer a sua participação aqui no nosso programa porque você explicou muito perfeitamente e gente olha só não tem cura mas tem tratamento pra amenizar a dor amenizar os eu não digo efeitos né mas são os sintomas tomou uma exatamente a mulher né.

E como é que a pessoa faz ela é daqui de Manaus está assistindo a gente quer saber mais sobre o ilib como é que faz então entra em contato com o instituto vitacy né nós lá temos uma equipe multidisciplinar né temos médicos temos toda a equipe preparada pra atender essa paciente que vai chegar com essa queixa né de dor porque muitas mulheres têm mas não sabem que tem um lipedema e a gente está lá.

Atendê las né muito obrigada doutora Heloíse olha o Instagram dela também está aparecendo aqui no rodapé da sua telinha já segue a doutora Heloíse e também a clínica Vita vitase saúde gostei muito obrigada doutora mais uma vez isso e quando.

Aí a gente está de volta ó e as portas do deixa eu te falar vão estar sempre abertas pra senhora muito obrigada e agora a gente vai ao vivaço com ele com

Eric Nogueira porque ele está lá não ainda não então calma aí gente calma calma aí rapidinho que eu vou já trazer energia aqui pra ti.

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