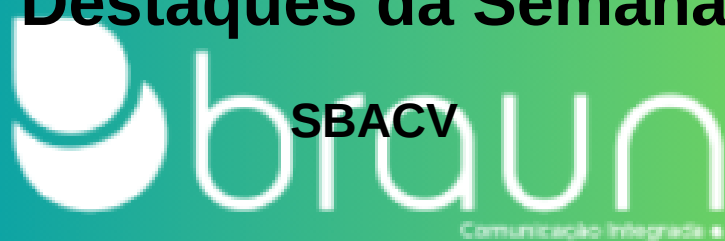


## **Destaques da Semana**

**SBACV**



|                                                                                                                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Jornal O Estado de S. Paulo   Nacional</b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Qual a real relação entre o anticoncepcional e o risco de trombose?                                                            | 6  |
| <b>Jornal Agora RN   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal                                                                                 | 9  |
| <b>Jornal Hoje em Dia   Minas Gerais</b> (Dois Pontos - 24/08/2026)<br>ANEURISMA DE PERSONAGEM DA NOVELA É CONSIDERADO FATAL                                                                            | 10 |
| <b>Jornal Zero Hora   Rio Grande do Sul</b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Avanços para tratar problema comum na terceira idade                                                                             | 11 |
| <b>A Gazeta de Cuiabá   Mato Grosso</b> (Variedades - 21/08/2026)<br>Dor e inchaço nas pernas podem indicar doenças graves                                                                              | 13 |
| <b>A Gazeta de Cuiabá   Mato Grosso</b> (Cidades - 24/08/2026)<br>Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico                                       | 15 |
| <b>Agora RN   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal                                                                                        | 17 |
| <b>Agora RN   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>Styvenson: do chão ao teto                                                                                                             | 18 |
| <b>Agora RN   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 27/08/2026)<br>Check-up Vascular oferece atendimento gratuito em Natal neste sábado                                                                   | 20 |
| <b>Anna Ruth Dantas   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal                                                                                | 22 |
| <b>Anna Ruth Dantas   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>João Medeiros Filho; do Centro de Convivência da UFRN; e do Shopping 10. Os horários de atendimento variam conforme a unidade. | 23 |
| <b>Anuncia MT   Mato Grosso</b> (Noticias - 21/08/2026)<br>Dor e inchaço nas pernas podem indicar doenças graves                                                                                        | 24 |
| <b>Anuncia MT   Mato Grosso</b> (Noticias - 24/08/2026)<br>Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico                                              | 26 |
| <b>Arapongas Digital   Paraná</b> (Noticias - 25/08/2026)<br>Cuidados com circulação: mais do que musculação e exercícios                                                                               | 28 |
| <b>Blog Alex Silva Assú   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)                                                                                                                               |    |

|                                                                                                                                                            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 12º Check-up Vascular acontece próximo sábado (29), com atendimento gratuito à população, no Ginásio Nélío Dias                                            | 29 |
| <b>Blog do FM   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 27/08/2026)<br>Check-up Vascular oferece consultas gratuitas no Ginásio Nélío Dias                     | 31 |
| <b>BNews RN   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 28/08/2026)<br>Check-up Vascular oferece atendimento gratuito em Natal neste sábado (29)                 | 32 |
| <b>Brazil Health   São Paulo</b> (Noticias - 21/08/2026)<br>Agosto reúne ações e novas leis para reforçar cuidados com a circulação                        | 34 |
| <b>Glorinha Cohen   São Paulo</b> (Noticias - 24/08/2026)<br>AGOSTO MARCA UM NOVO MOMENTO PARA A CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A SAÚDE VASCULAR NO BRASIL          | 36 |
| <b>Hilneth Correia   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 21/08/2026)<br>VEM AÍ O CHECK-UP VASCULAR EM NATAL COM ATENDIMENTO GRATUITO AO PÚBLICO            | 38 |
| <b>Hilneth Correia   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 26/08/2026)<br>VEM AÍ O CHECK-UP VASCULAR EM NATAL COM ATENDIMENTO GRATUITO AO PÚBLICO            | 39 |
| <b>Hoje em Dia MG   Minas Gerais</b> (Noticias - 24/08/2026)<br>Aneurisma de personagem da novela é considerado fatal                                      | 40 |
| <b>Jornal Estadão Mato Grosso   Mato Grosso</b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico     | 42 |
| <b>O Impresso MT   Mato Grosso</b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico                  | 44 |
| <b>Ponta Negra News   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 24/08/2026)<br>Conexão 95: Gutenberg Gurgel explica como será o Check-up Vascular                | 46 |
| <b>Por Dentro de Tudo   Minas Gerais</b> (Noticias - 26/08/2026)<br>Médico de Pedro Leopoldo destaca trajetória na medicina e compromisso com os pacientes | 48 |
| <b>Portal IG   Nacional</b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Varizes: por que tratar da doença no outono e no inverno?                                           | 49 |
| <b>Recomeçar  </b> (Noticias - 22/08/2026)<br>Agosto Azul e Vermelho: Campanha de conscientização pela Saúde Vascular                                      | 51 |
| <b>Recomeçar  </b> (Noticias - 22/08/2026)                                                                                                                 |    |

|                                                                                                                 |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Campanha Agosto Azul e Vermelho reforça a prevenção e cuidados com a saúde vascular                             | 52 |
| <b>Repórter News   Mato Grosso</b> (Noticias - 25/08/2026)                                                      |    |
| Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico                 | 54 |
| <b>Revista Suplementação   São Paulo</b> (Noticias - 26/08/2026)                                                |    |
| 8 dicas de como exercício físico interfere na circulação que vai além do treino                                 | 56 |
| <b>Saúde em Dia   São Paulo</b> (Noticias - 27/08/2026)                                                         |    |
| Sente dor na relação sexual? Entenda a doença oculta que causa o sintoma                                        | 59 |
| <b>Sport Life Brasil   São Paulo</b> (Noticias - 25/08/2026)                                                    |    |
| Para além do treino: veja como musculação ajuda na circulação sanguínea                                         | 61 |
| <b>Terra   Nacional</b> (Noticias - 25/08/2026)                                                                 |    |
| Cuidados com circulação: mais do que musculação e exercícios                                                    | 64 |
| <b>Terra   Nacional</b> (Noticias - 27/08/2026)                                                                 |    |
| Varizes pélvicas: entenda as causas da dor pélvica crônica                                                      | 67 |
| <b>Terra Santa Notícias   Bahia</b> (Noticias - 25/08/2026)                                                     |    |
| Aneurisma de personagem da novela é considerado fatal                                                           | 69 |
| <b>To na Fama   São Paulo</b> (Noticias - 27/08/2026)                                                           |    |
| Biografia© reúne novas trajetórias que mostram diferentes caminhos de atuação profissional                      | 71 |
| <b>U Health   São Paulo</b> (Noticias - 25/08/2026)                                                             |    |
| Seu treino pode estar fortalecendo os músculos, mas e as suas veias?                                            | 73 |
| <b>Vida e Ação   Rio de Janeiro</b> (Noticias - 22/08/2026)                                                     |    |
| Vitaminas e suplementos podem ser aliados da saúde vascular                                                     | 76 |
| <b>Blog Anselmo Santana   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 24/08/2026)                                       |    |
| Vem aí o Check-up Vascular em Natal com atendimento gratuito ao público                                         | 78 |
| <b>Blog Pauta Aberta   Rio Grande do Norte</b> (Noticias - 24/08/2026)                                          |    |
| SBACV/RN: Entidade promove sábado a décima segunda edição do Check-up Vascular                                  | 79 |
| <b>TV Assembléia (Natal)   Rio Grande do Norte</b> ((Não definido) - 25/08/2026)                                |    |
| Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular promove ação gratuita de prevenção de doenças vasculares | 80 |
| <b>TV Assembléia (Natal)   Rio Grande do Norte</b> ((Não definido) - 25/08/2026)                                |    |
| SBACV-RN realiza 12.º checkup vascular dia 29 no ginásio Nélio Dias                                             | 81 |

**TV Record - Natal - TV Tropical | Rio Grande do Norte** (Balção Geral RN - 26/08/2026)

SBACV realiza mutirão gratuito de check-up vascular sábado no ginásio Nélio Dias, Natal 83

**TV Record - Natal - TV Tropical | Rio Grande do Norte** (RN no ar - 26/08/2026)

Sociedade de Cirurgia Vascular realiza checkup neste sábado no ginásio Nélio Dias em Natal 84

## Qual a real relação entre o anticoncepcional e o risco de trombose?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Toda semana, no consultório, ouço a pergunta: “É verdade que anticoncepcional pode causar trombose?”

A resposta é sim. Mas a explicação completa, que realmente ajuda uma mulher a tomar uma decisão consciente, é muito mais interessante do que um simples “sim” ou “não”. E ela acaba de ser reforçada por uma ampla revisão publicada recentemente no New England Journal of Medicine, uma das revistas médicas mais respeitadas do mundo.

O primeiro ponto é entender que existe uma diferença importante entre risco relativo e risco absoluto.

Costuma-se dizer que mulheres que usam anticoncepcionais orais combinados têm um risco cerca de 3,5 vezes maior de desenvolver trombose venosa em comparação com quem não usa. Quando ouvimos esse número isoladamente, é natural imaginar que se trata de um risco muito elevado. Mas ele conta apenas parte da história.

Isso porque o risco de trombose em mulheres jovens e saudáveis, justamente a população que mais utiliza

anticoncepcionais, já é naturalmente muito baixo. Em média, ocorrem de dois a quatro casos para cada 10 mil mulheres por ano. Com o uso da pílula combinada, esse número passa para aproximadamente sete a dez casos em cada 10 mil mulheres por ano.

Ou seja, o risco realmente aumenta, mas continua sendo pequeno para a maioria das mulheres saudáveis.

7 a 10 mulheres Em cada 10 mil que usam pílula anticoncepcional tiveram trombose

Outro dado costuma surpreender. Durante a gravidez, e principalmente nas primeiras semanas após o parto, o risco de trombose é significativamente maior do que durante o uso do anticoncepcional. Em outras palavras, do ponto de vista da coagulação do sangue, engravidar representa um risco trombótico superior ao da pílula. Isso não significa que o anticoncepcional seja isento de riscos: demonstra apenas que as informações precisam ser colocadas em perspectiva para que decisões sejam tomadas com equilíbrio, e não pelo medo.

### NEM TODA PÍLULA OFERECE O MESMO RISCO

Esse é outro ponto que merece ser mencionado. A primeira diferença está na dose de estrogênio. Formulações com menor quantidade desse hormônio apresentam risco trombótico significativamente menor do que aquelas com doses mais altas, mantendo a mesma progestina. O segundo fator é justamente o tipo de progestina presente na fórmula.

Estudos populacionais recentes, incluindo uma pesquisa dinamarquesa com mais de um milhão de mulheres publicada em 2025, mostraram que o número de casos de trombose varia consideravelmente conforme a progestina utilizada na fórmula.

É importante, no entanto, interpretar esses resultados com cautela. As principais sociedades médicas lembram que ainda faltam grandes ensaios clínicos

randomizados para confirmar definitivamente essas diferenças. Por isso, para mulheres sem outros fatores de risco, a escolha do anticoncepcional não precisa se basear exclusivamente na progestina utilizada.

Entretanto, quando existem fatores adicionais que aumentam a chance de trombose, essa informação passa a ter maior relevância.

## OUTROS MÉTODOS HORMONAIS

Muitas pessoas acreditam que o adesivo transdérmico ou o anel vaginal seriam alternativas mais seguras do que a pílula em relação à trombose. Não são. As evidências mostram que ambos apresentam risco semelhante, podendo inclusive ser discretamente superior em algumas análises.

Já os métodos que contêm apenas progestina, como a minipílula, o implante subdérmico e o DIU hormonal, apresentam um perfil muito mais favorável em relação ao risco trombótico.

Independentemente do método escolhido, toda prescrição de anticoncepcional deve ser acompanhada de uma avaliação cuidadosa dos fatores de risco individuais.

Merecem atenção especial mulheres com obesidade, tabagistas (principalmente após os 35 anos) e com histórico pessoal ou familiar de trombose e trombofilias hereditárias conhecidas.

Nesse último grupo, a preocupação é ainda maior. Quando uma trombofilia hereditária se associa ao uso de anticoncepcionais contendo estrogênio, o aumento do risco não é simplesmente aditivo. Os fatores potencializam um ao outro, elevando de forma importante a probabilidade de trombose. Por isso, diante de um histórico familiar sugestivo, vale a pena investigar antes da prescrição.

Isso não significa que mulheres com maior risco precisem abrir mão da contracepção hormonal.

Os grandes estudos populacionais mais recentes mostram que métodos sem estrogênio, especialmente o DIU hormonal, não aumentam o risco de trombose e, hoje, representam uma das alternativas mais seguras para quem possui contraindicação ao uso de anticoncepcionais combinados.

Outra linha de pesquisa desperta interesse. Anticoncepcionais que utilizam estrogênios chamados bioidênticos, diferentes do etinilestradiol tradicional, vêm apresentando resultados iniciais promissores, sugerindo um perfil trombótico potencialmente mais favorável. Ainda assim, os estudos disponíveis são recentes e não permitem conclusões definitivas.

A principal mensagem é simples: o anticoncepcional combinado aumenta, sim, o risco de trombose. Mas, para a maioria das mulheres saudáveis, esse continua sendo um risco absoluto pequeno. Mais importante do que abandonar a pílula é individualizar a escolha do método, considerar o histórico pessoal e familiar, identificar fatores de risco e selecionar a formulação mais adequada para cada paciente.

A ciência não recomenda que todas as mulheres deixem de usar anticoncepcional. Ela recomenda que essa decisão seja tomada com informação, avaliação individual e acompanhamento médico adequado.

Os métodos e seus riscos  
Formulações com menos estrogênio apresentam risco trombótico significativamente menor. Ambos liberam hormônios e apresentam risco semelhante de trombose em comparação às pílulas.

Pílula    Adesivo transdérmico e anel vaginal    DIU hormonal, minipílula, implante subdérmico

Os métodos contêm apenas progestina, o que diminui o risco trombótico. Para mulheres com maior propensão à trombose, podem ser as opções mais indicadas.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

“Essa ação é uma ótima oportunidade para levar conhecimento e esclarecer a população sobre as doenças vasculares. Muitas delas podem ser prevenidas ou ter suas complicações reduzidas quando os fatores de risco são identificados precocemente e com acompanhamento médico adequado”, afirma o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon. O evento integra a campanha Agosto Azul Vermelho.

A programação terá ainda palestras sobre doenças vasculares, alimentação e prática de exercícios físicos. Entre as medidas de prevenção estão parar de fumar, reduzir o estresse, evitar o consumo excessivo de álcool, gordura, sal e açúcar e realizar exames periódicos. O Check-up Vascular será realizado no Ginásio Nélio Dias, das 8h às 15h, com acesso gratuito por ordem de chegada.

Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia

Vascular no Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) realiza, neste sábado, 29, a 12ª edição do Check-up Vascular. A ação ocorrerá das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal, com atendimento médico gratuito. A expectativa é receber mais de 700 pessoas, mas o número de fichas será limitado.

A estrutura terá 15 boxes, com consultas realizadas por angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes. Os pacientes poderão receber prescrições de medicamentos e, quando houver indicação clínica, encaminhamentos para exames. A Marinha do Brasil também fará testes de glicemia e medição da pressão arterial durante a programação.

O atendimento buscará identificar fatores de risco e sinais de doenças como tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes, doença arterial periférica e pé diabético. A estenose de carótida está entre as causas frequentes de acidente vascular cerebral. O diagnóstico precoce pode reduzir complicações e facilitar o tratamento.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## ANEURISMA DE PERSONAGEM DA NOVELA É CONSIDERADO FATAL

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O mal-estar sentido pela personagem Bruna, na novela “Quem ama cuida”, chamou atenção para o risco iminente de vida decorrente da gravidade da condição, chamada aneurisma cerebral, uma doença grave, considerada relativamente comum.

O aneurisma é uma condição vascular, causada pela dilatação anormal da artéria. O tipo cerebral é considerado o mais perigoso, responsável pela morte de metade das vítimas, enquanto o restante ainda pode desenvolver diferentes sequelas, comprometendo a qualidade de vida.

As consequências variam conforme o local afetado e se houve, ou não, uma ruptura arterial com hemorragia. Os sintomas mais comuns incluem alterações motoras, cognitivas, visuais, emocionais, psicológicas, crises convulsivas e incontinências.

O risco do aneurisma está em sua origem silenciosa. A situação leva milhares de pessoas a descobrirem o problema próximo do rompimento. Muitas vivem sem conhecimento do aneurisma, exceto quem mantém um check-up anual com um cirurgião vascular. A

recomendação é indicada, sobretudo, para pessoas com casos na família.

Normalmente, quem teve um aneurisma reclama de dores intensas e súbitas e, quem teve no cérebro, cita rigidez no pescoço, alterações visuais, vômito, fraqueza e convulsões. Os sinais não abrem espaço para dúvida, indicando uma necessidade urgente de atendimento especializado. A rápida intervenção pode proporcionar maiores chances de sobrevida e menores riscos para sequela.

A pressão alta e hábitos inadequados, como o tabagismo e o estresse, são riscos para o surgimento da condição. O último fator de risco é o que levou a personagem da novela a se sentir mal, após suspeitar de uma traição do marido. O sentimento é capaz de aumentar a pressão do vaso, estimulando o rompimento.

O tratamento oscila conforme as características individuais. As ocorrências mais simples requerem apenas acompanhamento profissional, medicamentos e mudança de hábitos. Os casos mais graves requerem cirurgia para controlar o tipo cerebral. O procedimento pode usar a técnica de clipagem microcirúrgica - uma cirurgia aberta - ou a embolização - considerada altamente tecnológica e minimamente invasiva para isolar a dilatação com um cateter.

Contudo, nem todos os aneurismas são tratados cirurgicamente, como o caso de Bruna, considerado inoperável, pois o risco da intervenção supera o do rompimento.

\* Médico cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**

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

## Avanços para tratar problema comum na terceira idade

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Caracterizadas pela dilatação das veias das pernas, as varizes estão entre os problemas de saúde mais comuns entre os idosos. Segundo estimativa da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, cerca de 70% das pessoas com mais de 70 anos convivem com a condição. Ainda assim, muitos pacientes deixam de procurar tratamento por acreditarem que, na terceira idade, já não é mais possível operar. Entretanto, conforme o cirurgião vascular Claudio Nhuch, vice-diretor da **SBACV**, esse entendimento ficou no passado. Ele explica que, antigamente, evitava-se tratar idosos porque a única opção era a cirurgia tradicional, que exige anestesia geral e repouso prolongado. Mas o tratamento para varizes avançou nos últimos anos, com tecnologias e técnicas minimamente invasivas.

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

- Precisamos entender o que é ser idoso hoje. Temos pessoas de 70, 80 e até 90 anos extremamente saudáveis e ativas. Levamos muito mais em

consideração a condição física e clínica do paciente do que a idade cronológica, de modo que um idoso saudável pode ser submetido até mesmo ao tratamento cirúrgico - comenta. Além da estética.

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

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

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

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

Entre os principais fatores de risco estão histórico familiar, obesidade ou sobrepeso, sedentarismo, hábito de ficar em pé ou sentado durante muito tempo e envelhecimento - o que explica a alta prevalência da doença entre os idosos.

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

Quais as melhores opções terapêuticas?

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

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

- O endolaser é feito apenas

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

Já a escleroterapia com espuma densa é indicada para o tratamento de varizes menores. Nesta técnica, uma substância espumosa, à base de polidocanol, é injetada diretamente nas veias doentes, promovendo seu fechamento.

Conforme Nhuch, a escleroterapia é ainda mais simples do que

o endolaser e costuma ser realizada no próprio consultório, sem precisar nem mesmo de anestesia local - embora, para pacientes mais sensíveis, possa ser utilizado algum anestésico tópico. A recuperação prevê o uso de meias, mas sem maiores restrições. Por fim, a cirurgia convencional envolve uma conduta mais invasiva, por isso, tem um pós-operatório delicado. No procedimento, o cirurgião retira as veias doentes de dentro da perna, puxando-as através de cortes feitos, geralmente, nos tornozelos e nas virilhas. A operação envolve anestesia geral ou raquianestesia. Devido às incisões, é necessário levar pontos e usar faixas nas pernas durante os primeiros dias, além de meias de compressão. O repouso relativo também é indicado por

um período mais longo, de uma a duas

semanas, dependendo da dimensão do procedimento realizado. Rockenbach explica que a ideia de que os idosos não podem fazer cirurgia de varizes está relacionada, justamente, ao pós-operatório mais complicado e à necessidade de anestesia. Entretanto, segundo ele, somente a idade não desabilita o paciente ao procedimento. Acesso limitado. As técnicas minimamente invasivas são preferíveis para quem tem mais de 60 anos, mas os idosos com condições clínicas adequadas podem realizar também a cirurgia convencional. Apesar do avanço nas alternativas de tratamento, o acesso ainda é um desafio para boa parte da população. Isso porque, no Sistema Único de Saúde (SUS), somente estão disponíveis a

cirurgia convencional e a escleroterapia com espuma densa, que não consegue tratar varizes maiores.

O endolaser - melhor opção para idosos que não podem passar pela cirurgia - não está disponível na rede pública e não faz parte da cobertura obrigatória dos planos de saúde. Isso faz com que muitos pacientes fiquem sem tratamento ou sejam submetidos à cirurgia convencional, mesmo com riscos. Além disso, o tempo de espera costuma ser elevado no SUS.

- A fila da cirurgia de varizes é uma das maiores. Em instituições de alta complexidade, a especialidade precisa priorizar casos graves como AVC, aneurisma e obstruções arteriais com risco de perda de membro. Como as varizes são uma doença de baixo risco, acabam ficando por último na fila - esclarece Rockenbach.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Dor e inchaço nas pernas podem indicar doenças graves**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar acompanhamento médico periódico.

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler, uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o

problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Da assessoria

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados,

realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar acompanhamento médico periódico.

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler - uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

Sobre o Einstein

O Einstein Hospital Israelita é considerado o 16º melhor hospital do mundo e 1º da América Latina, segundo o ranking The World's Best Hospitals 2026, elaborado pela revista Newsweek em parceria com a empresa de dados Statista Inc. Com sede em São Paulo, a organização, fundada em 1955, é referência em assistência, pesquisa, inovação e ensino, com base na responsabilidade social.

Há 25 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da gestão de unidades públicas - que contemplam,

hoje, além de hospitais, unidades de atenção primária, Centros de Atenção Psicossocial e Serviços de Residência Terapêutica, de atenção ambulatorial especializada e de urgência e emergência - e da execução de projetos por meio do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (Proadi-SUS).

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** no Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) realiza, neste sábado 29, a 12ª edição do Check-up Vascular. A ação ocorrerá das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal, com atendimento médico gratuito. A expectativa é receber mais de 700 pessoas, mas o número de fichas será limitado.

A estrutura terá 15 boxes, com consultas realizadas por angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes. Os pacientes poderão receber prescrições de medicamentos e, quando houver indicação clínica, encaminhamentos para exames. A Marinha do Brasil também fará testes de glicemia e medição da pressão arterial durante a programação.

Check-up Vascular oferecerá atendimento gratuito no Ginásio Nélio Dias - Divulgação

O atendimento buscará identificar fatores de risco e sinais de doenças como tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes, doença arterial periférica e pé diabético. A estenose de carótida está entre as causas frequentes de acidente

vascular cerebral. O diagnóstico precoce pode reduzir complicações e facilitar o tratamento.

“Essa ação é uma ótima oportunidade para levar conhecimento e esclarecer à população sobre as doenças vasculares. Muitas delas podem ser prevenidas ou ter suas complicações reduzidas quando os fatores de risco são identificados precocemente e com acompanhamento médico adequado”, afirma o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon. O evento integra a campanha Agosto Azul Vermelho.

A programação terá ainda palestras sobre doenças vasculares, alimentação e prática de exercícios físicos. Entre as medidas de prevenção estão parar de fumar, reduzir o estresse, evitar o consumo excessivo de álcool, gordura, sal e açúcar e realizar exames periódicos. O Check-up Vascular será realizado no Ginásio Nélio Dias, das 8h às 15h, com acesso gratuito por ordem de chegada.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Styvenson: do chão ao teto**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O Styvenson Valentim de 2026 é bem diferente daquele que apareceu para a política potiguar em 2018. Candidato à reeleição pelo Podemos, o senador começou a campanha com uma condição financeira que nenhum outro candidato do Rio Grande do Norte dispõe: recebeu de uma só vez R\$ 3.811.887,03 do fundo eleitoral, exatamente o valor correspondente ao teto de gastos permitido para uma candidatura ao Senado no Estado.

Não há qualquer ilegalidade nisso. O Fundo Especial de Financiamento de Campanha (nome oficial do fundo eleitoral) é formado por recursos públicos previstos no Orçamento da União e distribuídos pelos partidos para financiar seus candidatos.

Styvenson Valentim disputa a reeleição ao Senado - Waldemir Barreto

A questão aqui não é jurídica. É política.

É impossível não comparar o Styvenson de hoje com aquele que, em 2018, surgiu praticamente sozinho, sem estrutura partidária robusta e sem dinheiro do fundo

eleitoral.

Naquela campanha, que terminou com uma eleição consagrada de 745.827 votos, Styvenson declarou receita de apenas R\$ 44.661,41. Recursos próprios e doações. Do fundo eleitoral: zero. Ele era filiado à Rede.

Quatro anos depois, em 2022, quando decidiu disputar o Governo do Estado, já no Podemos, repetiu praticamente a mesma lógica. Declarou receita de apenas R\$ 8.412,00, novamente sem recursos do fundo eleitoral. Terminou em terceiro lugar, com 307.330 votos.

Agora, em 2026, a realidade é outra.

Styvenson alianças, apoios políticos e uma estrutura eleitoral que jamais teve nas duas campanhas anteriores. E começa a disputa com quase R\$ 3,9 milhões à disposição.

Não significa que tenha abandonado suas bandeiras ou que exista algo errado em aceitar recursos que a legislação permite e o partido decidiu destinar à sua candidatura.

Mas significa, sim, que existe um novo Styvenson.

O candidato que chegou ao Senado em 2018 sem dinheiro e sem padrinhos políticos agora entra em campo com musculatura partidária, alianças e o caixa abastecido até o limite permitido pela Justiça Eleitoral.

Em oito anos, Styvenson percorreu um longo caminho.

Financeiramente, foi do chão ao teto. Politicamente, também subiu muitos andares.

PDT aposta em Rafael Motta

Ao repassar logo no início da campanha R\$ 3 milhões do fundo eleitoral para Rafael Motta, candidato ao

Senado, a direção nacional do PDT dá uma demonstração concreta da prioridade conferida à disputa no Rio Grande do Norte. O valor representa, até agora, 100% das receitas declaradas pela campanha de Rafael.

Check-up vascular gratuito

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** no RN realiza no sábado 29, das 8h às 15h, no Ginásio Nélcio Dias, na Zona Norte de Natal, a 12ª edição do Check-up Vascular. A ação integra a campanha Agosto Azul Vermelho e oferecerá atendimento médico gratuito à população. Serão disponibilizadas cerca de 700 fichas.

Agripino cuida do pé esquerdo

Presidente do União Brasil no RN, o ex-senador José Agripino Maia passou por uma cirurgia de rotina nesta quinta-feira 27, no Hospital São Lucas, em Natal. O procedimento, uma artroplastia do hálux, foi realizado no dedão esquerdo do pé para tratar uma rigidez na articulação. A cirurgia foi conduzida pelo ortopedista Fillipi Alves.

Caravanas pelo interior

Os candidatos ao Governo do RN intensificam as agendas pelo interior neste fim de semana. Allyson Bezerra (União) e Álvaro Dias (PL) farão caravanas por municípios do Seridó, enquanto Cadu Xavier (PT) seguirá para o Oeste e Alto Oeste. Em dias alternados, Jucurutu e Caicó estarão nos roteiros tanto de Allyson quanto de Álvaro, colocando os dois adversários em disputa direta por espaço político no Seridó.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Check-up Vascular oferece atendimento gratuito em Natal neste sábado**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Mais de 700 pessoas devem receber atendimento gratuito para prevenção e diagnóstico de doenças vasculares neste sábado 29, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal. A 12ª edição do Check-up Vascular será realizada das 8h às 15h, com distribuição limitada de fichas.

A ação é promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**, por meio da regional do Rio Grande do Norte, e integra a campanha Agosto Azul Vermelho.

Profissionais atendem pacientes em boxes montados durante edição do Check-up Vascular em Natal - Foto: Divulgação/**SBACV-RN**

O público terá acesso a consultas com angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes. Durante os atendimentos, os profissionais poderão prescrever medicamentos e encaminhar pacientes para exames complementares, quando houver indicação.

A estrutura contará com 15 boxes. A Marinha do Brasil também participará da programação, realizando testes

de glicemia e aferição da pressão arterial.

Avaliação busca identificar fatores de risco

O objetivo do check-up é facilitar o acesso da população à prevenção e à identificação precoce de problemas no sistema vascular. Entre as condições que poderão ser avaliadas estão tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes, doença arterial periférica e pé diabético.

A programação terá ainda palestras sobre doenças vasculares, prática de exercícios físicos e alimentação saudável.

Segundo o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon, a iniciativa ajuda a esclarecer dúvidas e orientar a população. Ele ressalta que a identificação antecipada de fatores de risco, acompanhada de avaliação médica adequada, pode evitar doenças ou reduzir complicações.

Entre as principais medidas preventivas estão parar de fumar, controlar o estresse, evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e manter uma alimentação equilibrada, com menos gordura, sal e açúcar. A entidade também recomenda a prática regular de atividades físicas e avaliações médicas periódicas.

Evento já realizou centenas de consultas

O Ginásio Nélio Dias recebeu outras edições da iniciativa. Em 2024, o Agora RN acompanhou a oferta de consultas e encaminhamentos gratuitos no local, também com 15 boxes de atendimento.

No ano anterior, o Check-up Vascular realizou mais de 600 atendimentos em Natal. Para a edição deste sábado, a expectativa da organização supera 700 participantes.

Serviço

Evento: 12º Check-up Vascular;

Data: sábado, 29 de agosto;

Horário: das 8h às 15h;

Local: Ginásio Nélcio Dias, Zona Norte de Natal;

Atendimento: gratuito, com número limitado de fichas.

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

## Check-up vascular atenderá 700 pessoas em Natal

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Anna Ruth Dantas

Estrutura terá 15 boxes, com consultas de angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** no Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) realiza, neste sábado 29, a 12ª edição do Check-up Vascular. A ação ocorrerá das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal, com atendimento médico gratuito. A expectativa é receber mais de 700 pessoas, mas o número de fichas será limitado.

A estrutura terá 15 boxes, com consultas realizadas por angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes. Os pacientes poderão receber prescrições de medicamentos e, quando houver indicação clínica, encaminhamentos para exames. A Marinha do Brasil também fará testes de glicemia e medição da pressão arterial durante a programação.

O atendimento buscará identificar fatores de risco e sinais de doenças como tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes,

doença arterial periférica e pé diabético. A estenose de carótida está entre as causas frequentes de acidente vascular cerebral. O diagnóstico precoce pode reduzir complicações e facilitar o tratamento.

“Essa ação é uma ótima oportunidade para levar conhecimento e esclarecer à população sobre as doenças vasculares. Muitas delas podem ser prevenidas ou ter suas complicações reduzidas quando os fatores de risco são identificados precocemente e com acompanhamento médico adequado”, afirma o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon. O evento integra a campanha Agosto Azul Vermelho.

A programação terá ainda palestras sobre doenças vasculares, alimentação e prática de exercícios físicos. Entre as medidas de prevenção estão parar de fumar, reduzir o estresse, evitar o consumo excessivo de álcool, gordura, sal e açúcar e realizar exames periódicos. O Check-up Vascular será realizado no Ginásio Nélio Dias, das 8h às 15h, com acesso gratuito por ordem de chegada.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **João Medeiros Filho; do Centro de Convivência da UFRN; e do Shopping 10. Os horários de atendimento variam conforme a unidade.**

[Link original](#)

Autor: Anna Ruth Dantas

Estrutura terá 15 boxes, com consultas de angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** no Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) realiza, neste sábado 29, a 12ª edição do Check-up Vascular. A ação ocorrerá das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal, com atendimento médico gratuito. A expectativa é receber mais de 700 pessoas, mas o número de fichas será limitado.

A estrutura terá 15 boxes, com consultas realizadas por angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes. Os pacientes poderão receber prescrições de medicamentos e, quando houver indicação clínica, encaminhamentos para exames. A Marinha do Brasil também fará testes de glicemia e medição da pressão arterial durante a programação.

O atendimento buscará identificar fatores de risco e sinais de doenças como tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes, doença arterial periférica e pé diabético. A estenose de carótida está entre as causas frequentes de acidente vascular cerebral. O diagnóstico precoce pode reduzir complicações e facilitar o tratamento.

“Essa ação é uma ótima oportunidade para levar conhecimento e esclarecer à população sobre as doenças vasculares. Muitas delas podem ser prevenidas ou ter suas complicações reduzidas quando os fatores de risco são identificados precocemente e com acompanhamento médico adequado”, afirma o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon. O evento integra a campanha Agosto Azul Vermelho.

A programação terá ainda palestras sobre doenças vasculares, alimentação e prática de exercícios físicos.

Entre as medidas de prevenção estão parar de fumar, reduzir o estresse, evitar o consumo excessivo de álcool, gordura, sal e açúcar e realizar exames periódicos. O Check-up Vascular será realizado no Ginásio Nélio Dias, das 8h às 15h, com acesso gratuito por ordem de chegada.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Dor e inchaço nas pernas podem indicar doenças graves**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar acompanhamento médico periódico.

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler, uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o

problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS).

No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar

acompanhamento médico periódico.

Leia também - Associação realiza Circuito de Belas Artes nesta terça

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler - uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de

sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

Sobre o Einstein

O Einstein Hospital Israelita é considerado o 16º melhor hospital do mundo e 1º da América Latina, segundo o ranking The World's Best Hospitals 2026, elaborado pela revista Newsweek em parceria com a empresa de dados Statista Inc. Com sede em São Paulo, a organização, fundada em 1955, é referência em assistência, pesquisa, inovação e ensino, com base na responsabilidade social.

Há 25 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS) por

meio da gestão de unidades públicas - que contemplam, hoje, além de hospitais, unidades de atenção primária, Centros de Atenção Psicossocial e Serviços de Residência Terapêutica, de atenção ambulatorial especializada e de urgência e emergência - e da execução de projetos por meio do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (Proadi-SUS).

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Cuidados com circulação: mais do que musculação e exercícios**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A panturrilha tem um papel importante no retorno do sangue das pernas em direção ao coração. Quando caminhamos ou fazemos exercícios que movimentam os tornozelos e as pernas, a contração muscular auxilia esse processo.

Fonte: Leia a notícia completa

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

A musculação pode fazer parte de uma rotina que favorece a circulação sanguínea. Isso acontece principalmente quando os exercícios envolvem a musculatura das pernas, como panturrilhas e coxas. Mas o cuidado não termina quando o treino acaba.

Passar muitas horas sentado, usar roupas excessivamente apertadas, esquecer de beber água e ignorar inchaços recorrentes são hábitos que também merecem atenção.

Segundo o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, manter as pernas em movimento ajuda o sangue a retornar ao coração.

'Quando movimentamos as pernas, especialmente a musculatura da panturrilha, ajudamos o sangue a vencer a gravidade e retornar ao coração. Por isso, atividade física regular é uma grande aliada da circulação. Mas o comportamento durante o restante do dia também importa', explica.

## **12º Check-up Vascular acontece próximo sábado (29), com atendimento gratuito à população, no Ginásio Nélio Dias**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Evento da **SBACV-RN** integra a campanha Agosto Azul Vermelho e busca ampliar o acesso da população à prevenção e ao diagnóstico precoce de doenças vasculares

Imagem: Reprodução

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** - Regional Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**) realiza, neste sábado (29), das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal, a 12ª edição do Check-up Vascular. A iniciativa, que integra a campanha Agosto Azul Vermelho, oferece atendimento médico gratuito à população e tem como foco a prevenção, a identificação de fatores de risco e o diagnóstico precoce de doenças que afetam a saúde vascular. O número de fichas para atendimento é limitado.

Durante o evento, a população terá acesso gratuito a consultas com médicos angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes da especialidade. Além de prescrições de medicamentos e, quando houver

indicação, encaminhamentos para exames. A programação inclui ainda palestras sobre doenças vasculares, a importância da prática de exercícios físicos e os benefícios de uma alimentação saudável.

Entre as enfermidade que podem acometer o sistema vascular estão: Tromboembolismo Venoso (TEV); Estenose de Carótida - uma das causas mais frequentes de Acidente Vascular Cerebral (AVC); Aneurisma da Aorta (AA); Varizes; Doença Arterial Periférica (DAP) e Pé Diabético. O diagnóstico precoce contribui para um tratamento mais eficaz e previne complicações.

Com expectativa de atendimento para mais de 700 pessoas, o presidente da **SBACV-RN**, Dr. André Chacon, comenta: “Essa ação é uma ótima oportunidade para levar conhecimento e esclarecer à população sobre as doenças vasculares. Muitas delas podem ser prevenidas ou ter suas complicações reduzidas quando os fatores de risco são identificados precocemente e com acompanhamento médico adequado”.

A prevenção também passa por hábitos saudáveis. Parar de fumar, reduzir o estresse, manter uma alimentação equilibrada, com menor consumo de gordura, sal e açúcar, evitar bebidas alcoólicas, praticar exercícios físicos regularmente e realizar exames periódicos estão entre as principais medidas para reduzir riscos e contribuir para uma vida mais saudável.

A ação organizada pela **SBACV-RN**, disponibilizará de 15 boxes para atendimento, com médicos angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes. Além da parceria Marinha do Brasil que estará responsável pela realização de testes glicêmicos e verificação da pressão arterial; patrocínio da Biolab Farmacêutica e Venosan Meias Compressivas - LR- Lohmann &Rauscher.

Serviço:

12º Check-up Vascular - **SBACV**-RN

Data: 29 de agosto (sábado)

Horário: das 8h às 15h

Local: Ginásio Nélio Dias - Zona Norte de Natal

Atendimento gratuito, com distribuição de fichas!

Revista Eletrônica Mais Atualizada do Vale do Açu

#blogalexsilvaassu

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Check-up Vascular oferece consultas gratuitas no Ginásio Nélio Dias

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A população de Natal poderá realizar consultas e avaliações preventivas de saúde vascular de forma gratuita, com o objetivo de reduzir riscos e promover o diagnóstico precoce de diversas patologias. A iniciativa ocorrerá no sábado (29/08), no Ginásio Nélio Dias, localizado na Zona Norte de Natal, com a distribuição limitada de fichas para atendimento entre 8h e 15h.

O evento, que chega à sua 12ª edição, é promovido pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV-RN)** como parte da campanha Agosto Azul Vermelho. A estrutura montada contará com 15 boxes para o acolhimento dos pacientes.

Os atendimentos serão realizados por angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes, que avaliarão condições como varizes, pé diabético, aneurisma da aorta e doença arterial periférica. Além das consultas, a Marinha do Brasil reforçará a ação com a aferição de pressão arterial e testes de glicemia.

Conscientização e prevenção

O presidente da **SBACV-RN**, André Chacon, destaca que o acesso à avaliação médica qualificada é essencial para mitigar complicações futuras. 'A identificação antecipada de fatores de risco permite não apenas evitar doenças, mas garantir uma melhor qualidade de vida', pontua.

A programação do dia inclui ainda orientações sobre hábitos saudáveis, como a importância da prática de atividades físicas, o controle do estresse e a adoção de uma alimentação equilibrada, reduzindo o consumo de sal, gordura e açúcar.

Histórico de assistência

O Ginásio Nélio Dias tem servido como ponto de referência para a ação social. Em edições anteriores, a iniciativa consolidou-se como um marco no atendimento especializado, realizando centenas de consultas e encaminhamentos médicos. Para este sábado (29/08), a expectativa da organização é superar a marca de 700 participantes atendidos.

Serviço

Evento: 12º Check-up Vascular

Data: Sábado, 29/08

Horário: 8h às 15h

Local: Ginásio Nélio Dias, Zona Norte de Natal

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

## **Check-up Vascular oferece atendimento gratuito em Natal neste sábado (29)**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Mais de 700 pessoas poderão receber atendimento gratuito para prevenção e diagnóstico de doenças vasculares neste sábado (29), no Ginásio Nélcio Dias, na Zona Norte de Natal. A 12ª edição do Check-up Vascular será realizada das 8h às 15h, com consultas e orientações médicas, mas a distribuição de fichas será limitada.

Promovida pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, por meio da regional do Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**), a ação integra a campanha Agosto Azul Vermelho. O evento reunirá angiologistas, cirurgiões vasculares e médicos residentes para atender a população.

Além das consultas, os participantes poderão passar por testes de glicemia e aferição da pressão arterial, realizados pela Marinha do Brasil. A estrutura montada para a iniciativa terá 15 boxes de atendimento.

Exames podem identificar doenças em estágio inicial

O objetivo da ação é ampliar o acesso da população à prevenção e identificar precocemente alterações no sistema vascular. Entre os problemas que poderão ser avaliados estão tromboembolismo venoso, estenose de carótida, aneurisma da aorta, varizes, doença arterial periférica e pé diabético.

Durante as consultas, os médicos também poderão prescrever medicamentos e encaminhar os pacientes para exames complementares, quando houver necessidade. A programação inclui ainda palestras sobre doenças vasculares, exercícios físicos e alimentação saudável.

De acordo com o presidente da **SBACV-RN**, André Chacon, a iniciativa busca orientar a população e esclarecer dúvidas sobre a saúde vascular. Segundo ele, a identificação antecipada de fatores de risco, associada à avaliação médica, pode prevenir doenças e reduzir complicações.

Prevenção envolve hábitos saudáveis

Entre as principais recomendações estão abandonar o cigarro, controlar o estresse, evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e manter uma alimentação equilibrada, com redução de gordura, sal e açúcar. A prática regular de atividades físicas e a realização de avaliações médicas periódicas também são indicadas.

O Ginásio Nélcio Dias já recebeu outras edições do Check-up Vascular. Em 2024, o evento também ofereceu consultas e encaminhamentos gratuitos no local, com uma estrutura de 15 boxes para atendimento.

No ano anterior, a iniciativa contabilizou mais de 600 consultas em Natal. Para a edição deste sábado, a organização espera ultrapassar a marca de 700 participantes.

## Serviço

Evento: 12º Check-up Vascular

Data: sábado, 29 de agosto

Horário: das 8h às 15h

Local: Ginásio Nélcio Dias, Zona Norte de Natal

Atendimento: gratuito, com distribuição limitada de fichas

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

## Agosto reúne ações e novas leis para reforçar cuidados com a circulação

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Agosto concentra, neste ano, uma série de iniciativas que colocam a saúde vascular no centro das atenções no Brasil, com foco em prevenção, identificação precoce e orientação ao público sobre problemas de circulação. Entre as medidas estão uma nova semana dedicada ao tema, campanhas de conscientização, a criação do Dia do Médico Vascular e mudanças na abordagem da trombose em hospitais.

A principal novidade é a Semana Nacional da Saúde Vascular, instituída pela Lei nº 15.470/2026. A data passa a fazer parte do Calendário Nacional de Saúde e será celebrada na semana que inclui o dia 17 de agosto, com ações voltadas a fatores de risco, sinais de alerta e busca por atendimento antes que surjam complicações.

Para o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Antonio Eduardo Zerati, a criação da semana fortalece iniciativas educativas da especialidade. “A identificação antecipada das doenças vasculares permite intervenções mais eficazes e

contribui para reduzir o risco de complicações. Por isso, ampliar o conhecimento da população é essencial para incentivar a busca por avaliação médica no momento adequado”, afirma.

Doenças vasculares podem se desenvolver de forma lenta e silenciosa, o que dificulta a percepção do problema no início. Pessoas com hipertensão, diabetes, colesterol elevado, obesidade, tabagismo, sedentarismo ou histórico familiar precisam redobrar a atenção e manter acompanhamento médico periódico.

### Sinais que merecem avaliação médica

Entre os sintomas e sinais que devem acender o alerta estão dor nas pernas ao caminhar, inchaço persistente, varizes volumosas, feridas que demoram a cicatrizar, mudança na cor dos pés ou dos dedos, sensação de frio nas extremidades e alterações súbitas de visão, fala ou força muscular.

A cirurgiã vascular e diretora de Publicações da **SBACV-SP**, Dafne Leiderman, reforça que reconhecer esses indícios mais cedo pode mudar o desfecho. “Quanto mais cedo uma alteração vascular é identificada, maiores são as possibilidades de tratamento e de evitar complicações”, diz.

Especialistas lembram ainda que o médico vascular não atua apenas em varizes. A área também envolve doenças em artérias, veias e vasos linfáticos, incluindo condições que podem aumentar o risco de eventos graves, como trombose.

Lei amplia prevenção de trombose em pacientes internados

Além das ações de conscientização, outra mudança citada para 2026 é a Lei nº 15.448/2026, que amplia medidas para prevenir o tromboembolismo venoso

(TEV) em hospitais públicos e privados. O texto prevê avaliação do risco de trombose em pacientes internados e a adoção de protocolos preventivos conforme as condições clínicas de cada pessoa.

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

Zerati destaca que o foco em prevenção, embora ganhe força em agosto, deve se manter ao longo de todo o ano, especialmente para quem convive com fatores de risco ou já apresenta sinais de alerta.

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

## **AGOSTO MARCA UM NOVO MOMENTO PARA A CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A SAÚDE VASCULAR NO BRASIL**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: admin

Postado em 24 de agosto de 2026 Por admin ESTILO DE VIDA E SAÚDE, SUGESTÕES

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

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

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

silenciosamente e só são descobertas quando já provocaram complicações importantes.

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

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

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

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

Para a cirurgia vascular e diretora de Publicações da

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

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

Agosto também impulsiona estratégias de combate à trombose

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

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

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

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

Sobre a **SBACV**-SP

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia**

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

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

por admin

Posts relacionados

Heni Ozi Cukier, Laura Feldman, rabino Michel...

O fim do ano é um...

Vivemos em uma época marcada por um...

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

## **DEM AÍ O CHECK-UP VASCULAR EM NATAL COM ATENDIMENTO GRATUITO AO PÚBLICO**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Hilneth Correia

Na Hora H

By Hilneth Correia

Posted on 21 de agosto de 2026

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, regional Rio Grande do Norte - **SBACV/RN** realiza no próximo dia 29 de agosto (sábado), das 8h às 15h, no Ginásio Nélcio Dias, na Zona Norte, o 12º Check-up Vascular. A campanha faz parte de uma ação da **SBACV-RN**, dentro do Agosto Azul Vermelho, e promove atendimento gratuito à população, com consultas médicas, prescrição de medicamentos e, nos casos necessários, encaminhamento para exames, além de palestras sobre doenças vasculares, a importância do exercício físico e de uma boa alimentação. O número de fichas para atendimento é limitado.

Doenças como Tromboembolismo Venoso (TEV); Estenose de Carótida - sendo ela uma das causas mais frequentes para o Acidente Vascular Cerebral (AVC); Aneurisma da Aorta (AA); Varizes; Doença Arterial Periférica (DAP), Pé Diabético, dentre outras, fazem parte das enfermidades que acometem o sistema vascular e que, em muitas situações, podem ser prevenidas e/ou tratadas com melhor resultado, a depender do tempo de diagnóstico precoce. “A **SBACV-RN** vai informar e disponibilizar para a população uma ação que explica as principais doenças circulatórias e a importância de ser acompanhado por um médico especialista na área. Estamos na 12ª edição e a expectativa é atender mais de 700 pessoas”, comenta Dr. André Cachon, presidente da **SBACV/RN**.

Medidas preventivas como parar de fumar, reduzir estresse, adotar uma dieta equilibrada com menos gordura, sal e açúcar, evitar bebidas alcoólicas, praticar exercícios físicos regularmente e realizar exames periódicos são algumas das precauções indicadas para uma vida mais saudável.

A ação envolve médicos angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes da especialidade para promover atendimentos em prol da prevenção, detectando características que advirtam situações de risco e que acometem o sistema cardiovascular. O evento é uma realização da **SBACV/RN**, conta com 15 boxes para atendimento; parceria da Marinha do Brasil, na realização dos testes glicêmicos e verificação de pressão arterial.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **DEM AÍ O CHECK-UP VASCULAR EM NATAL COM ATENDIMENTO GRATUITO AO PÚBLICO**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Hilneth Correia

Na Hora H

By Hilneth Correia

Posted on 26 de agosto de 2026

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, regional Rio Grande do Norte - **SBACV/RN** realiza no próximo dia 29 de agosto (sábado), das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte, o 12º Check-up Vascular. A campanha faz parte de uma ação da **SBACV-RN**, dentro do Agosto Azul Vermelho, e promove atendimento gratuito à população, com consultas médicas, prescrição de medicamentos e, nos casos necessários, encaminhamento para exames, além de palestras sobre doenças vasculares, a importância do exercício físico e de uma boa alimentação. O número de fichas para atendimento é limitado.

Doenças como Tromboembolismo Venoso (TEV); Estenose de Carótida - sendo ela uma das causas mais frequentes para o Acidente Vascular Cerebral (AVC); Aneurisma da Aorta (AA); Varizes; Doença Arterial Periférica (DAP), Pé Diabético, dentre outras, fazem parte das enfermidades que acometem o sistema vascular e que, em muitas situações, podem ser prevenidas e/ou tratadas com melhor resultado, a depender do tempo de diagnóstico precoce. “A **SBACV-RN** vai informar e disponibilizar para a população uma ação que explica as principais doenças circulatórias e a importância de ser acompanhado por um médico especialista na área. Estamos na 12ª edição e a expectativa é atender mais de 700 pessoas”, comenta Dr. André Cachon, presidente da **SBACV/RN**.

Medidas preventivas como parar de fumar, reduzir estresse, adotar uma dieta equilibrada com menos gordura, sal e açúcar, evitar bebidas alcoólicas, praticar exercícios físicos regularmente e realizar exames periódicos são algumas das precauções indicadas para uma vida mais saudável.

A ação envolve médicos angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes da especialidade para promover atendimentos em prol da prevenção, detectando características que advirtam situações de risco e que acometem o sistema cardiovascular. O evento é uma realização da **SBACV/RN**, conta com 15 boxes para atendimento; parceria da Marinha do Brasil, na realização dos testes glicêmicos e verificação de pressão arterial.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **Aneurisma de personagem da novela é considerado fatal**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Josualdo Euzébio Silva\*

O mal-estar sentido pela personagem Bruna, na novela “Quem ama cuida”, chamou atenção para o risco iminente de vida decorrente da gravidade da condição, chamada aneurisma cerebral, uma doença grave, considerada relativamente comum.

O aneurisma é uma condição vascular, causada pela dilatação anormal da artéria. O tipo cerebral é considerado o mais perigoso, responsável pela morte de metade das vítimas, enquanto o restante ainda pode desenvolver diferentes sequelas, comprometendo a qualidade de vida.

As consequências variam conforme o local afetado e se houve, ou não, uma ruptura arterial com hemorragia. Os sintomas mais comuns incluem alterações motoras, cognitivas, visuais, emocionais, psicológicas, crises convulsivas e incontinências.

O risco do aneurisma está em sua origem silenciosa. A situação leva milhares de pessoas a descobrirem o problema próximo do rompimento. Muitas vivem sem

conhecimento do aneurisma, exceto, quem mantém um checkup anual com um cirurgião vascular. A recomendação é indicada, sobretudo, para pessoas com casos na família.

Normalmente, quem teve um aneurisma reclama de dores intensas e súbitas e, quem teve no cérebro, cita rigidez no pescoço, alterações visuais, vômito, fraqueza e convulsões. Os sinais não abrem espaço para dúvida, indicando uma necessidade urgente de atendimento especializado. A rápida intervenção pode proporcionar maiores chances de sobrevida e menores riscos para sequela.

A pressão alta e hábitos inadequados, como o tabagismo e o estresse, são riscos para o surgimento da condição. O último fator de risco é o que levou a personagem da novela a se sentir mal, após suspeitar de uma traição do marido. O sentimento é capaz de aumentar a pressão do vaso, estimulando o rompimento.

O tratamento oscila conforme as características individuais. As ocorrências mais simples requerem apenas acompanhamento profissional, medicamentos e mudança de hábitos. Os casos mais graves requerem cirurgia para controlar o tipo cerebral. O procedimento pode usar a técnica de clipagem microcirúrgica - uma cirurgia aberta - ou a embolização -, considerada altamente tecnológica e minimamente invasiva para isolar a dilatação com um cateter.

Contudo, nem todos os aneurismas são tratados cirurgicamente, como o caso de Bruna, considerado inoperável, pois o risco da intervenção supera o do rompimento.

\* Médico cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - Sociedade

---

Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

## **Linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico**

[Link original](#)

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar acompanhamento médico periódico.

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler - uma espécie de ultrassonografia que observa

as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os

linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

#### Sobre o Einstein

O Einstein Hospital Israelita é considerado o 16º melhor hospital do mundo e 1º da América Latina, segundo o ranking The World's Best Hospitals 2026, elaborado pela revista Newsweek em parceria com a empresa de dados Statista Inc. Com sede em São Paulo, a organização, fundada em 1955, é referência em assistência, pesquisa, inovação e ensino, com base na responsabilidade social. Há 25 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da gestão de unidades públicas - que contemplam, hoje, além de hospitais, unidades de atenção primária, Centros de Atenção Psicossocial e Serviços de Residência Terapêutica, de atenção ambulatorial especializada e de urgência e emergência - e da execução de projetos por meio do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (Proadi-SUS).

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico**

[Link original](#)

### Reprodução

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar acompanhamento médico periódico.

“Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC”, esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler - uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

“Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência”, pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham,

formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

#### Sobre o Einstein

O Einstein Hospital Israelita é considerado o 16º melhor hospital do mundo e 1º da América Latina, segundo o ranking The World's Best Hospitals 2026, elaborado pela revista Newsweek em parceria com a empresa de dados Statista Inc. Com sede em São Paulo, a organização, fundada em 1955, é referência em assistência, pesquisa, inovação e ensino, com base na responsabilidade social. Há 25 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da gestão de unidades públicas - que contemplam, hoje, além de hospitais, unidades de atenção primária, Centros de Atenção Psicossocial e Serviços de Residência Terapêutica, de atenção ambulatorial especializada e de urgência e emergência - e da execução de projetos por meio do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (Proadi-SUS).

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Conexão 95: Gutenberg Gurgel explica como será o Check-up Vascular**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O médico Gutenberg Gurgel participou do Conexão 95 para falar sobre o 12º Check-up Vascular, que acontece neste sábado (29), das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal.

Durante a entrevista, Gutenberg Gurgel explicou como funcionará a ação da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Rio Grande do Norte (**SBACV-RN**). Além disso, o médico destacou a importância da prevenção e do acompanhamento da saúde vascular.

O evento oferecerá atendimento gratuito à população. Dessa forma, os participantes poderão buscar avaliação médica e receber orientações sobre cuidados com a circulação.

Check-up Vascular terá atendimento gratuito

Durante a ação, o público poderá passar por consultas médicas, aferição da pressão arterial e teste de glicose. Além disso, os profissionais vão orientar os participantes sobre a prevenção das principais doenças vasculares.

Anúncio. Rolar para continuar lendo.

A programação também contará com palestras sobre saúde vascular, prática de exercícios físicos e alimentação saudável. Assim, a iniciativa pretende levar informação e orientação para diferentes faixas da população.

Para participar, o interessado deve retirar uma ficha gratuitamente no próprio Ginásio Nélio Dias. As equipes começarão a distribuir as fichas às 8h e encerrarão a entrega às 13h. No entanto, os atendimentos continuarão até as 15h.

Por isso, a organização recomenda que o público chegue cedo. Dessa maneira, os interessados terão mais chances de garantir uma ficha para atendimento.

Gutenberg Gurgel fala sobre prevenção

Durante a participação no Conexão 95, Gutenberg Gurgel também falou sobre a importância de identificar fatores de risco para doenças vasculares.

Anúncio. Rolar para continuar lendo.

Além disso, o médico destacou que hábitos saudáveis contribuem para a prevenção. Entre eles estão a prática regular de exercícios físicos e uma alimentação equilibrada.

Por outro lado, quem apresenta sintomas ou possui fatores de risco deve procurar avaliação profissional. Assim, o acompanhamento médico pode ajudar na identificação de alterações e na definição dos cuidados necessários.

A ação integra ainda a programação do Agosto Azul Vermelho, campanha voltada à prevenção e ao diagnóstico das doenças vasculares.

Evento acontece neste sábado

O 12º Check-up Vascular será realizado neste sábado (29), no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte de Natal.

Anúncio. Rolar para continuar lendo.

A iniciativa já acumula mais de uma década de atividades no Rio Grande do Norte. Segundo a **SBACV-RN**, o projeto atendeu mais de 7 mil pessoas ao longo de 11 anos.

Agora, a entidade prepara mais uma edição. Portanto, o objetivo é ampliar o acesso da população a consultas, orientações e informações sobre saúde vascular.

Além do atendimento médico, o público poderá acompanhar as palestras e tirar dúvidas com os profissionais que participarão da ação.

Serviço

12º Check-up Vascular

Anúncio. Rolar para continuar lendo.

Data: sábado, 29 de agosto

Horário: das 8h às 15h

Local: Ginásio Nélio Dias, Zona Norte de Natal

Atendimento: gratuito

Fichas: distribuição a partir das 8h, com encerramento às 13h

A ação conta com apoio da Marinha do Brasil e da Prefeitura do Natal. Além disso, Venosan e Biolab patrocinam a iniciativa.

Portanto, quem pretende participar deve comparecer ao Ginásio Nélio Dias a partir das 8h para retirar a ficha de atendimento.

Anúncio. Rolar para continuar lendo.

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

## **Médico de Pedro Leopoldo destaca trajetória na medicina e compromisso com os pacientes**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

O cirurgião vascular e angiologista Dr. Igor César Dutra de Sousa compartilhou nas redes sociais detalhes de sua trajetória profissional e familiar, marcada pela influência do avô, Juvenil Vicente de Sousa, e pela dedicação à medicina.

Formado pela Univás, em Pouso Alegre, em 2005, Dr. Igor realizou residência médica em Cirurgia Geral pelo Hospital da Polícia Militar de Minas Gerais, em Belo Horizonte, e especialização em Cirurgia Vascular pelo Hospital Vera Cruz.

O médico também possui título de especialista em Cirurgia Vascular pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV/AMB)**. Há 16 anos atua na medicina de urgência, com experiência no SAMU e, atualmente, no Centro de Terapia Intensiva (CTI) do Hospital Risoleta Tolentino Neves.

Na área de diagnóstico, realiza exames como duplex scan venoso e arterial de membros superiores e inferiores e avaliação das carótidas.

Em seu relato, o médico também destacou os valores aprendidos com o avô e a importância de enxergar o paciente além da doença. Para ele, cada pessoa deve ser tratada de forma integral, considerando sua história, sua família e suas necessidades.

“Tenho muito mais que uma profissão, tenho uma missão”, afirmou.

Fonte: @dr.igorcesar

Foto: Reprodução/Instagram @dr.igorcesar

Instagram: @dr.igorcesar

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

## Varizes: por que tratar da doença no outono e no inverno?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A chegada do outono e do inverno costuma ser marcada por um aumento expressivo na procura por atendimentos vasculares. O que muitas pessoas se perguntam é se essas estações de temperaturas mais amenas representam, de fato, o período ideal para dar início ao tratamento das varizes e vasinhos. E a resposta é sim: os meses mais frios são perfeitos para cuidar da saúde venosa das pernas.

Como médica cirurgiã vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, destaco que tratar as varizes nessa época une conforto biológico, segurança na recuperação e o tempo necessário para alcançar pernas bonitas e saudáveis antes do verão.

Por que o outono e o inverno são perfeitos para o tratamento?

Embora o tratamento vascular possa ser realizado durante todo o ano, iniciar os procedimentos entre o outono e o inverno oferece vantagens estratégicas indispensáveis:

1 - Adesão à Meia de Compressão: A compressão graduada é prescrita após procedimentos como laser ou escleroterapia. Com o clima frio, o uso da meia torna-se muito mais confortável e aceitável no dia a dia.

2 - Proteção Contra Manchas na Pele: É comum o surgimento de pequenos hematomas após as aplicações. No inverno, o uso de calças e botas esconde esses roxos e a exposição solar é menor, prevenindo a hiperpigmentação (manchas escuras) na pele.

3 - Tempo Hábil Até o Verão: Tratamentos venosos exigem sessões e tempo de reabsorção do organismo. Quem busca atendimento em outubro ou novembro frequentemente não consegue finalizar o protocolo a tempo das férias de fim de ano. Iniciar no inverno garante resultados consolidados a tempo do verão.

Múltiplas opções de tratamento: da aplicação ao laser

A cirurgia vascular evoluiu e hoje contamos com técnicas minimamente invasivas que podem ser realizadas no próprio consultório, sem necessidade de repouso ou interrupção das atividades normais:

- **Escleroterapia Convencional:** A tradicional aplicação para vasinhos finos;
- **Laser Transdérmico:** Tecnologia de ponta que substitui a cirurgia convencional em até 85% dos casos;
- **Polidocanol (Espuma Densa):** Indicado para varizes mais calibrosas, também dispensando o centro cirúrgico;
- **Termoablação de Safena:** Tratamento da veia safena sem cortes, feito por meio de cauterização com fibra de laser ou radiofrequência;
- **Cirurgia Tradicional:** Reservada para a remoção de varizes calibrosas e superficiais específicas.

Varizes são uma doença evolutiva e sem cura

É fundamental compreender que os vasinhos finos não são apenas uma questão estética: eles marcam o estágio inicial da Doença Venosa Crônica. Com o tempo, a doença progride para sintomas como dor, sensação de peso, queimação e inchaço nos tornozelos.

Como a variz é uma condição de origem predominantemente genética, ela não tem cura, mas tem controle. Fatores como obesidade, sedentarismo, uso de hormônios e passar longos períodos em pé ou sentado agravam o quadro. Após o tratamento inicial, recomenda-se uma manutenção anual associada a mudanças no estilo de vida para conter o surgimento de novas varizes e garantir circulação e qualidade de vida duradouras.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## Agosto Azul e Vermelho: Campanha de conscientização pela Saúde Vascular

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Carla

6 de agosto de 2024 - 15:30Ana Carolina das Chagas Moura

O Agosto Azul e Vermelho é uma campanha de conscientização à população sobre os cuidados com a saúde vascular e para incentivar sua prevenção e tratamento, realizando exames periódicos e adotando hábitos de vida mais saudáveis. A estratégia é uma iniciativa da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, que escolheu esse nome por causa das cores que são usadas para representar as veias (azul) e as artérias (vermelho).

Esta campanha tem como objetivo informar sobre as doenças venosas, arteriais e linfáticas e orientar as pessoas que possuem algum fator de risco como diabetes, colesterol alto, hipertensão e até mesmo pessoas que possuem predisposição para essas comorbidades para fazerem consultas regularmente e exames preventivos, possibilitando um diagnóstico

precoce.

As doenças vasculares, como Trombose Venosa Profunda (TVP), Doença Arterial Obstrutiva Periférica (DAOP), Linfedema, Acidente Vascular Cerebral (AVC), Doença Carotídea, Pé Diabético, Aneurisma de Aorta Abdominal (AAA) e Varizes, quando não monitoradas e tratadas adequadamente podem evoluir para problemas que levam o indivíduo ao afastamento definitivo do trabalho, perda de membro ou, até mesmo, à morte.

A adoção de hábitos saudáveis pode auxiliar na prevenção de doenças crônicas, como manter uma alimentação equilibrada, praticar atividades físicas e evitar o tabagismo e o consumo excessivo de álcool, diminuir o estresse, evitar ficar longos períodos na mesma posição, principalmente em pé, e controlar o colesterol.

FONTE <https://www.cremepe.org.br/2024/08/06/agosto-azul-e-vermelho-campanha-de-conscientizacao-pela-saude-vascular/>

obs. conteúdo meramente

informativo procure seu médico

abs

Carla

Aviso médico: As informações deste artigo têm caráter exclusivamente educativo e não substituem a consulta com médico e/ou nutricionista. Cada pessoa tem necessidades individuais, busque sempre orientação profissional antes de Tratamento

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Campanha Agosto Azul e Vermelho reforça a prevenção e cuidados com a saúde vascular**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Carla

Desde 2021, agosto é oficialmente o “Agosto Azul e Vermelho”, mês dedicado a alertar a população sobre a prevenção e os cuidados com a saúde vascular. A escolha está relacionada ao Dia do Cirurgião Vascular, comemorado em 15 de agosto.

Conforme o presidente da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV-SP**), Dr. Edwaldo Joviliano, é essencial ampliar o conhecimento sobre doenças que afetam artérias, veias e vasos linfáticos, responsáveis por parcela relevante das mortes e incapacidades no Brasil e no mundo. As cores da campanha representam o sistema vascular: azul para o sangue venoso, com menor concentração de oxigênio, e vermelho para o sangue arterial, rico em oxigênio.

“Agosto Azul e Vermelho é uma oportunidade para reforçar que a prevenção e o diagnóstico precoce são fundamentais para reduzir complicações e salvar vidas.

Muitas doenças vasculares evoluem de forma silenciosa e, quando identificadas no início, têm tratamento mais eficaz e menos invasivo. Nosso papel é levar informação clara e confiável para que a população reconheça os sinais de alerta e procure atendimento especializado”, afirma o médico.

As doenças cardiovasculares correspondem a cerca de 30% dos óbitos no país. Entre as mais frequentes estão trombose venosa profunda, varizes, doença arterial periférica, acidente vascular cerebral, linfedema, pé diabético e aneurisma da aorta abdominal. Muitas dessas condições se desenvolvem de forma silenciosa, sendo detectadas somente em fases mais avançadas.

### Fatores de risco e prevenção

Hipertensão, diabetes, colesterol alto, tabagismo, sedentarismo, obesidade, histórico familiar e envelhecimento são fatores que aumentam a probabilidade de desenvolver doenças vasculares. A prevenção inclui alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, abandono do tabagismo e controle de peso, pressão arterial e glicemia, além de check-ups médicos periódicos.

Além de hábitos saudáveis, algumas medidas específicas ajudam a preservar a saúde vascular. É importante manter a movimentação regular durante o trabalho, fazer pausas frequentes, utilizar meias de compressão quando indicado, adotar cuidados preventivos em viagens longas e se atentar a sinais de alerta. No ambiente profissional, ações como incentivar caminhadas em grupo, oferecer água de qualidade e criar espaços para descanso com as pernas elevadas contribuem para a prevenção de problemas circulatórios.

### Quando procurar atendimento

O atendimento médico deve ser imediato diante de sinais como dor súbita e intensa em uma perna com inchaço, dificuldade para respirar acompanhada de dor no peito, sintomas de AVC (boca torta, fraqueza nos braços, fala enrolada), feridas nos pés que não cicatrizam, dor abdominal intensa com pulsação ou alteração súbita na cor da pele das pernas.

Nos casos não emergenciais, a avaliação de um cirurgião vascular é recomendada para varizes sintomáticas, inchaço persistente, dor ao caminhar ou histórico familiar de doenças vasculares.

F O N T E :  
[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://sbacvsp.com.br/campanha-agosto-azul-e-vermelho-reforca-a-prevencao-e-cuidados-com-a-saude-vascular/&ved=2ahUKEwj2\\_s6lypmPAxUUH7kGHcEcD64QFnoECA0QAQ&usg=AOvVaw21Eg860Cny-07sfyroENI8](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://sbacvsp.com.br/campanha-agosto-azul-e-vermelho-reforca-a-prevencao-e-cuidados-com-a-saude-vascular/&ved=2ahUKEwj2_s6lypmPAxUUH7kGHcEcD64QFnoECA0QAQ&usg=AOvVaw21Eg860Cny-07sfyroENI8)

obs. conteúdo meramente

informativo procure seu médico

abs

Carla

Aviso médico: As informações deste artigo têm caráter exclusivamente educativo e não substituem a consulta com médico e/ou nutricionista. Cada pessoa tem necessidades individuais , busque sempre orientação profissional antes de Tratamento

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

## **Doenças vasculares; linha de cuidado do Hospital Central vai do ambulatório ao centro cirúrgico**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Dor para caminhar, varizes nas pernas e feridas que não cicatrizam nos membros inferiores podem ser sinais de doenças nas artérias e veias. Neste mês, a saúde vascular é alvo da campanha de conscientização da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, chamada de Agosto Azul (veias) Vermelho (artérias). O objetivo é alertar a população para as doenças do sistema circulatório.

A aterosclerose, que pode ser traduzida como gordura nas artérias, é o tipo mais frequente de doença vascular, explica a médica vascular e coordenadora do Núcleo de Regulação Interna do Hospital Central de Alta Complexidade de Mato Grosso, Ana Alyra Carvalho. Se não prevenida ou tratada com a mudança de hábitos, pode causar infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Para prevenir a doença, é necessário adotar hábitos saudáveis, como manter uma alimentação equilibrada, evitando gordura saturada e alimentos processados, realizar atividades físicas regulares, não ingerir bebidas alcoólicas em excesso, não fumar e realizar

acompanhamento médico periódico.

'Os fatores de risco para a aterosclerose são hipertensão, diabetes, obesidade, sedentarismo, colesterol alto e o próprio envelhecimento. Essas condições podem entupir ou dilatar a artéria. Quando ela entope no coração, por exemplo, acontece um infarto. Se ela entope a carótida, pode ocorrer um AVC', esclarece Ana Alyra.

Como o início da doença vascular pode ser assintomático, quando o paciente procura ajuda médica é possível que a situação esteja avançada. Por isso, além da consulta, o diagnóstico é uma etapa fundamental.

No Hospital Central, um dos exames mais usuais é o doppler uma espécie de ultrassonografia que observa as vias sanguíneas nos percursos de ida e vinda. Quando identificado o entupimento, o paciente recebe acompanhamento especializado: se entupida a artéria do coração, segue para o cardiologista; se nas pernas ou carótida, vai para o cirurgião vascular.

'Quando é necessária alguma intervenção para tratar o entupimento ou o aneurisma, há dois possíveis caminhos: o cateterismo, procedimento menos invasivo, realizado na hemodinâmica; e a cirurgia aberta, como uma ponte de safena. O centro cirúrgico do Hospital Central tem toda a estrutura necessária para atender casos eletivos ou de urgência', pontuou a diretora do hospital, Alessandra Bokor.

A amputação de membro em função da aterosclerose também é outra cirurgia realizada no Hospital Central. Esse estágio da doença em geral é causado por uma infecção muito grave ou por uma isquemia (falta de sangue) também grave.

As trombozes e varizes, doenças que acometem as

veias, também são lembradas na campanha de conscientização. Nas varizes, fatores como predisposição genética, alterações hormonais, sedentarismo e excesso de peso podem favorecer o problema. Em alguns casos, há indicação de cirurgia, também realizada pelo Hospital Central. Já a trombose está relacionada à formação de coágulos nas veias e pode ocorrer por imobilização prolongada, após cirurgias, uso de hormônios e trombofilias. Dor e inchaço nas pernas são sinais que merecem avaliação médica.

Outro terceiro fator também lembrado na campanha são os gânglios linfáticos, elementos do corpo responsáveis por capturar líquidos excedentes nos tecidos para devolver à circulação sanguínea. Quando eles falham, formam os linfedemas, o que pode ocorrer após cirurgias de câncer de mama, quando são extraídos os linfáticos na axila, causando um inchaço no braço. O tratamento costuma ser com medicamentos e fisioterapia.

O Hospital Central é uma unidade pública que atende pacientes de todo o estado 100% pelo Sistema Único de Saúde (SUS). No caso de doenças vasculares, o atendimento abrange da consulta ambulatorial à cirurgia, incluindo diagnóstico e atendimento emergencial.

#### Sobre o Einstein

O Einstein Hospital Israelita é considerado o 16º melhor hospital do mundo e 1º da América Latina, segundo o ranking The World's Best Hospitals 2026, elaborado pela revista Newsweek em parceria com a empresa de dados Statista Inc. Com sede em São Paulo, a organização, fundada em 1955, é referência em assistência, pesquisa, inovação e ensino, com base na responsabilidade social.

Há 25 anos, atua no Sistema Único de Saúde (SUS) por meio da gestão de unidades públicas - que contemplam, hoje, além de hospitais, unidades de atenção primária, Centros de Atenção Psicossocial e Serviços de

Residência Terapêutica, de atenção ambulatorial especializada e de urgência e emergência - e da execução de projetos por meio do Programa de Apoio ao Desenvolvimento Institucional do Sistema Único de Saúde (Proadi-SUS).

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **8 dicas de como exercício físico interfere na circulação que vai além do treino**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Treinar e depois permanecer horas sentada trabalhando, passar o dia com roupas excessivamente apertadas, esquecer de beber água ou ignorar inchaços recorrentes nas pernas são exemplos que merecem atenção.

Para o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cuidar da circulação envolve tanto a atividade física programada quanto os pequenos movimentos realizados ao longo do dia. “Quando movimentamos as pernas, especialmente a musculatura da panturrilha, ajudamos o sangue a vencer a gravidade e retornar ao coração. Por isso, atividade física regular é uma grande aliada da circulação. Mas o comportamento durante o restante do dia também importa”, explica o médico.

1. Sua panturrilha é uma espécie de ‘bomba’ da circulação

Quando caminhamos ou fazemos exercícios que

movimentam tornozelos e panturrilhas, a contração muscular auxilia o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

É por isso que caminhar, correr, pedalar e realizar exercícios de fortalecimento dos membros inferiores podem favorecer a circulação.

“Não significa que exista um exercício milagroso para evitar varizes. Há fatores genéticos, hormonais, idade e outras condições envolvidas. Mas manter as pernas ativas ajuda o funcionamento da circulação e traz benefícios importantes para a saúde como um todo”, afirma Novaes.

Uma dica simples para quem trabalha sentada é levantar-se regularmente e movimentar os tornozelos. Até movimentos de flexão e extensão dos pés podem ativar a musculatura da panturrilha.

2. Treinar todos os dias não compensa passar o restante do tempo imóvel

É possível ser uma pessoa fisicamente ativa e, ao mesmo tempo, permanecer tempo demais sentada.

Quem treina pela manhã e depois passa horas diante do computador deve prestar atenção nisso. Longos períodos de imobilidade reduzem a ação da musculatura das pernas responsável por auxiliar o retorno venoso.

“A academia é excelente, mas não deve ser a única hora do dia em que o corpo se movimenta. Pequenas pausas para caminhar e movimentar as pernas também são importantes”, explica o cirurgião vascular.

Vale a regra prática: o treino conta, mas o movimento fora do treino também conta.

3. Terminou o treino? Não fique horas com a roupa apertada e molhada

Leggings e roupas de compressão fazem parte do universo fitness, mas peças excessivamente apertadas podem provocar desconforto e marcas na pele. Além disso, permanecer durante muitas horas com a mesma roupa suada não é uma boa estratégia para a saúde da pele.

Segundo Novaes, a roupa esportiva precisa permitir movimento e conforto. “Se a peça provoca dor, dormência, formigamento ou deixa marcas muito profundas, é importante observar se o tamanho e o modelo estão adequados.”

E há uma diferença importante: legging apertada não é meia de compressão medicinal. Meias elásticas possuem compressão graduada e indicações específicas e, em algumas situações, devem ser recomendadas por um profissional de saúde.

4. Hidratação também entra na conversa sobre circulação

Quem pratica exercícios costuma associar hidratação apenas à performance, à reposição do suor ou à prevenção da desidratação. Mas manter uma hidratação adequada também é importante para o funcionamento geral do organismo e do sistema circulatório.

Em treinos longos, temperaturas elevadas ou situações de grande perda de líquidos pelo suor, a atenção precisa ser ainda maior.

“Não existe uma quantidade universal de água que sirva para todas as pessoas. Peso, intensidade do exercício, temperatura, duração do treino e condições de saúde interferem nessa necessidade”, explica o especialista.

5. Pernas para cima depois do treino: funciona?

Deitar e elevar as pernas virou uma espécie de ritual nas redes sociais. E existe uma explicação fisiológica

para a sensação de alívio.

Elevar os membros pode facilitar temporariamente o retorno venoso e ajudar algumas pessoas que apresentam sensação de peso ou edema ao final do dia.

Mas há um alerta: isso não trata a causa de varizes ou de um inchaço persistente.

“Se a pessoa precisa elevar as pernas praticamente todos os dias porque sente peso, dor ou percebe edema frequente, vale investigar a causa em vez de apenas aliviar o sintoma”, orienta Novaes.

6. Musculação causa varizes?

O medo ainda aparece nos consultórios, principalmente entre mulheres que começam a aumentar as cargas nos exercícios de pernas.

De acordo com o especialista, a musculação, quando realizada adequadamente, não deve ser encarada como causa direta de varizes.

A doença venosa é multifatorial e pode estar relacionada principalmente à predisposição genética, idade, fatores hormonais, gestações, obesidade e longos períodos em pé ou sentada.

“O fortalecimento muscular, inclusive das pernas e panturrilhas, pode fazer parte de uma rotina saudável. Quem já possui doença vascular diagnosticada ou apresenta sintomas deve conversar com seu médico sobre as adaptações necessárias”, explica.

7. Inchaço depois do treino nem sempre significa que você ‘pegou pesado’

Depois de um treino intenso, dores musculares podem ser esperadas. O problema é atribuir automaticamente qualquer alteração ao exercício.

Inchaço persistente, principalmente quando aparece

apenas em uma perna, associado a dor, aumento de temperatura, vermelhidão ou mudança de coloração não deve ser normalizado.

“Existe uma tendência de achar que toda dor na perna de quem treina é muscular. Quando o sintoma é diferente do habitual, aparece de maneira súbita ou vem acompanhado de edema importante, é necessário procurar avaliação médica”, alerta o cirurgião vascular.

8. O hábito fitness mais simples pode acontecer longe da academia

Para quem quer cuidar da circulação, Novaes destaca que uma das estratégias mais simples é justamente evitar grandes períodos de imobilidade.

Caminhar para buscar água, usar escadas quando possível, levantar durante o expediente, movimentar os pés enquanto trabalha e incluir pequenas caminhadas na rotina parecem atitudes pequenas, mas mantêm a musculatura das pernas ativa.

“Nosso sistema circulatório se beneficia de movimento. Não precisamos pensar apenas em performance ou em quantas calorias foram gastas. Exercício também é uma ferramenta de prevenção e de saúde vascular”, afirma.

Para o especialista, a mensagem para quem já treina é simples: não cuide do corpo somente durante os 60 minutos da academia. A circulação continua trabalhando nas outras 23 horas do dia.

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

## **Sente dor na relação sexual? Entenda a doença oculta que causa o sintoma**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Saúde da Mulher

As varizes pélvicas são pouco conhecidas e podem ser facilmente confundidas com outras doenças ginecológicas

By

Redação

Publicado

5 minutos atrás

Entenda o que são as varizes pélvicas - Foto: Shutterstock

Dor pélvica frequente e sensação de peso no abdômen incomodam muitas mulheres. A piora ao ficar muito tempo em pé também é um sintoma bem comum.

A dor durante ou após as relações sexuais pode ter

diversas origens diferentes. Uma das causas menos conhecidas pelas pacientes são as chamadas varizes pélvicas. Elas são caracterizadas por dilatações de veias localizadas na região da pelve feminina.

O termo “varizes” é frequentemente associado apenas ao problema nas pernas. Porém, a dilatação vascular também pode atingir veias internas do nosso corpo.

Quando isso acontece na pelve, a circulação local fica bastante prejudicada. Isso favorece o acúmulo de sangue e gera uma dor crônica persistente.

Muitas mulheres passam anos investigando causas ginecológicas, intestinais ou até urinárias. Essa confusão costuma atrasar muito a chegada ao diagnóstico vascular correto.

Continua após publicidade

O especialista em cirurgia vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, Dr. Márcio Steinbruch explica que “a dor pélvica crônica pode ter várias origens”.

Por isso, o incômodo “precisa ser avaliado com cuidado” pelo seu médico. As varizes pélvicas entram no diagnóstico quando a paciente relata “sensação de peso”.

O “desconforto relacionado ao ciclo menstrual e à atividade sexual” também merece atenção. Considerar essa hipótese vascular é um desafio “quando a dor se repete”.

O quadro pode ser muito mais comum em mulheres que já engravidaram. As alterações hormonais e o aumento do volume sanguíneo na gravidez contribuem bastante.

A pressão exercida sobre as veias durante a gestação

também causa dilatação. Pode haver forte associação com varizes aparentes nas pernas e dor lombar. Veias saltadas na vulva, glúteos ou parte interna das coxas são grandes alertas.

“Nem toda dor pélvica é causada por varizes”, afirma o especialista vascular. Porém, o médico alerta que “não se deve ignorar essa possibilidade”.

O diagnóstico pode envolver ultrassom Doppler, angiotomografia e também exames de angiorressonância. “A mulher não deve normalizar dor pélvica constante”, alerta Dr. Steinbruch.

Se o desconforto interfere na rotina ou no trabalho, busque uma avaliação médica. “O tratamento correto começa com um diagnóstico bem feito”, conclui o médico.

Advertisement

Você também vai gostar

Saúde da Mulher

Descubra quais tratamentos faciais são seguros para as mães e quais devem esperar o desmame

Redação3 dias ago

Saúde da Mulher

Especialista em reprodução humana explica como alimentação, sono e outros hábitos diários preparam o corpo para a concepção, muito antes do teste positivo.

Redação6 dias ago

Saúde da Mulher

A gestação alivia as dores temporariamente, mas não elimina as lesões. Especialista explica os riscos

Redação18 de agosto de 2026

Guia da Saúde

A drenagem linfática pode reduzir o inchaço e deixar a pele com aparência mais uniforme, mas não elimina as estruturas responsáveis pela celulite

Redação18 de agosto de 2026

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Para além do treino: veja como musculação ajuda na circulação sanguínea**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A musculação pode fazer parte de uma rotina que favorece a circulação sanguínea. Isso acontece principalmente quando os exercícios envolvem a musculatura das pernas, como panturrilhas e coxas. Mas o cuidado não termina quando o treino acaba.

Passar muitas horas sentado, usar roupas excessivamente apertadas, esquecer de beber água e ignorar inchaços recorrentes são hábitos que também merecem atenção.

Exercícios que movimentam as pernas podem favorecer o retorno do sangue ao coração - Foto: Shutterstock

Segundo o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, manter as pernas em movimento ajuda o sangue a retornar ao coração.

“Quando movimentamos as pernas, especialmente a musculatura da panturrilha, ajudamos o sangue a

vencer a gravidade e retornar ao coração. Por isso, atividade física regular é uma grande aliada da circulação. Mas o comportamento durante o restante do dia também importa”, explica.

Como a musculação ajuda na circulação?

Continua após publicidade

A panturrilha tem um papel importante no retorno do sangue das pernas em direção ao coração. Quando caminhamos ou fazemos exercícios que movimentam os tornozelos e as pernas, a contração muscular auxilia esse processo.

Por isso, atividades como caminhada, corrida, ciclismo e exercícios de fortalecimento dos membros inferiores podem favorecer a circulação.

Conteúdos relacionados Saúde

Treino e sono: veja por que dormir bem melhora seu desempenho

Cansaço constante na corrida? Pode ser sinal de RED-S

Calor e corrida: cardiologista explica riscos e como ajustar o treino

Isso não significa, porém, que exista um exercício capaz de prevenir varizes sozinho.

“Não significa que exista um exercício milagroso para evitar varizes. Há fatores genéticos, hormonais, idade e outras condições envolvidas. Mas manter as pernas ativas ajuda o funcionamento da circulação e traz benefícios importantes para a saúde como um todo”, afirma Novaes.

Treinar não compensa passar o resto do dia parado

Fazer musculação ou outro exercício regularmente é importante. Ainda assim, isso não elimina os efeitos de passar muitas horas sem se movimentar.

Quem treina pela manhã e depois permanece diante do computador durante boa parte do dia deve incluir pequenas pausas na rotina.

Longos períodos de imobilidade reduzem a ação da musculatura das pernas que auxilia o retorno venoso.

“A academia é excelente, mas não deve ser a única hora do dia em que o corpo se movimenta. Pequenas pausas para caminhar e movimentar as pernas também são importantes”, explica o cirurgião vascular.

Durante o expediente, levantar regularmente e movimentar os tornozelos já pode ajudar a manter a musculatura da panturrilha ativa.

Roupa apertada pode causar desconforto

Roupas esportivas fazem parte da rotina de quem treina. Mas elas precisam permitir movimento e conforto.

Peças excessivamente apertadas podem provocar desconforto e marcas na pele. Também não é indicado permanecer por muitas horas com a roupa suada após o exercício.

“Se a peça provoca dor, dormência, formigamento ou deixa marcas muito profundas, é importante observar se o tamanho e o modelo estão adequados”, orienta Novaes.

Também é importante não confundir uma legging apertada com uma meia de compressão medicinal.

As meias elásticas possuem compressão graduada e indicações específicas. Em algumas situações, precisam ser recomendadas por um profissional de

saúde.

Hidratação também merece atenção

A hidratação costuma ser associada ao desempenho durante o exercício e à reposição dos líquidos perdidos pelo suor. Mas beber água adequadamente também faz parte dos cuidados gerais com o organismo e com o sistema circulatório.

Em treinos longos, temperaturas elevadas ou situações de grande perda de líquido pelo suor, essa atenção deve ser ainda maior.

Não existe, porém, uma quantidade de água que seja ideal para todas as pessoas.

“Peso, intensidade do exercício, temperatura, duração do treino e condições de saúde interferem nessa necessidade”, explica o especialista.

Elevar as pernas depois do treino ajuda?

Deitar e elevar as pernas se tornou um hábito popular nas redes sociais. A prática pode proporcionar uma sensação temporária de alívio para algumas pessoas.

Segundo Novaes, elevar os membros pode facilitar temporariamente o retorno venoso. A medida também pode ajudar quem apresenta sensação de peso ou edema ao final do dia.

Isso não significa, entretanto, que a prática trate a causa de varizes ou de um inchaço persistente.

“Se a pessoa precisa elevar as pernas praticamente todos os dias porque sente peso, dor ou percebe edema frequente, vale investigar a causa em vez de apenas aliviar o sintoma”, orienta.

Musculação causa varizes?

Essa é uma dúvida que pode surgir, principalmente entre mulheres que começam a aumentar as cargas nos

exercícios para as pernas.

De acordo com o especialista, a musculação realizada adequadamente não deve ser encarada como causa direta de varizes.

A doença venosa é multifatorial. Entre os fatores relacionados estão predisposição genética, idade, fatores hormonais, gestações, obesidade e longos períodos em pé ou sentada.

“O fortalecimento muscular, inclusive das pernas e panturrilhas, pode fazer parte de uma rotina saudável. Quem já possui doença vascular diagnosticada ou apresenta sintomas deve conversar com seu médico sobre as adaptações necessárias”, explica Novaes.

Quando o inchaço nas pernas merece atenção?

Nem toda alteração nas pernas depois do treino deve ser atribuída ao exercício.

Dor muscular pode aparecer após uma atividade intensa. Já um inchaço persistente, principalmente quando ocorre em apenas uma perna, merece atenção.

O cuidado é ainda maior quando o quadro aparece junto de:

Dor. Aumento da temperatura. Vermelhidão. Mudança de coloração. Edema importante. Surgimento súbito de sintomas.

“Existe uma tendência de achar que toda dor na perna de quem treina é muscular. Quando o sintoma é diferente do habitual, aparece de maneira súbita ou vem acompanhado de edema importante, é necessário procurar avaliação médica”, alerta o cirurgião vascular.

Pequenos movimentos também contam

Cuidar da circulação não significa passar mais tempo na academia. Parte desse cuidado pode acontecer durante atividades comuns do dia.

Algumas atitudes simples ajudam a manter as pernas em movimento:

Levantar durante o expediente. Caminhar para buscar água. Usar escadas quando possível. Movimentar os pés enquanto trabalha. Fazer pequenas caminhadas ao longo do dia.

A ideia é evitar longos períodos de imobilidade.

“Nosso sistema circulatório se beneficia de movimento. Não precisamos pensar apenas em performance ou em quantas calorias foram gastas. Exercício também é uma ferramenta de prevenção e de saúde vascular”, afirma Novaes.

Por isso, para quem já treina, o cuidado com a circulação não precisa ficar restrito aos minutos passados na academia. Manter-se em movimento ao longo do dia também faz parte de uma rotina ativa.

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

## Cuidados com circulação: mais do que musculação e exercícios

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Redação SportLife / Licenciado de Sport Life

### Resumo

A musculação nos membros inferiores estimula o retorno venoso, mas os cuidados circulatórios vão além da academia. Ficar sentado por longos períodos prejudica a circulação, sendo fundamentais pausas ativas diárias, boa hidratação e roupas confortáveis. O exercício não causa varizes e, embora elevar as pernas traga alívio temporário, não trata as causas. Por fim, inchaços persistentes ou dores atípicas devem ser avaliados por um médico especialista.

A musculação pode fazer parte de uma rotina que favorece a circulação sanguínea. Isso acontece principalmente quando os exercícios envolvem a musculatura das pernas, como panturrilhas e coxas. Mas o cuidado não termina quando o treino acaba.

Passar muitas horas sentado, usar roupas excessivamente apertadas, esquecer de beber água e ignorar inchaços recorrentes são hábitos que também merecem atenção.

Segundo o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, manter as pernas em movimento ajuda o sangue a retornar ao coração.

'Quando movimentamos as pernas, especialmente a musculatura da panturrilha, ajudamos o sangue a vencer a gravidade e retornar ao coração. Por isso, atividade física regular é uma grande aliada da circulação. Mas o comportamento durante o restante do dia também importa', explica.

Como a musculação ajuda na circulação?

A panturrilha tem um papel importante no retorno do sangue das pernas em direção ao coração. Quando caminhamos ou fazemos exercícios que movimentam os tornozelos e as pernas, a contração muscular auxilia esse processo.

Por isso, atividades como caminhada, corrida, ciclismo e exercícios de fortalecimento dos membros inferiores podem favorecer a circulação.

Isso não significa, porém, que exista um exercício capaz de prevenir varizes sozinho.

'Não significa que exista um exercício milagroso para evitar varizes. Há fatores genéticos, hormonais, idade e outras condições envolvidas. Mas manter as pernas ativas ajuda o funcionamento da circulação e traz benefícios importantes para a saúde como um todo', afirma Novaes.

Treinar não compensa passar o resto do dia parado

Fazer musculação ou outro exercício regularmente é importante. Ainda assim, isso não elimina os efeitos de passar muitas horas sem se movimentar.

Quem treina pela manhã e depois permanece diante do computador durante boa parte do dia deve incluir pequenas pausas na rotina.

Longos períodos de imobilidade reduzem a ação da musculatura das pernas que auxilia o retorno venoso.

'A academia é excelente, mas não deve ser a única hora do dia em que o corpo se movimenta. Pequenas pausas para caminhar e movimentar as pernas também são importantes', explica o cirurgião vascular.

Durante o expediente, levantar regularmente e movimentar os tornozelos já pode ajudar a manter a musculatura da panturrilha ativa.

Roupa apertada pode causar desconforto

Roupas esportivas fazem parte da rotina de quem treina. Mas elas precisam permitir movimento e conforto.

Peças excessivamente apertadas podem provocar desconforto e marcas na pele. Também não é indicado permanecer por muitas horas com a roupa suada após o exercício.

'Se a peça provoca dor, dormência, formigamento ou deixa marcas muito profundas, é importante observar se o tamanho e o modelo estão adequados', orienta Novaes.

Também é importante não confundir uma legging apertada com uma meia de compressão medicinal.

As meias elásticas possuem compressão graduada e indicações específicas. Em algumas situações, precisam ser recomendadas por um profissional de saúde.

Hidratação também merece atenção

A hidratação costuma ser associada ao desempenho durante o exercício e à reposição dos líquidos perdidos

pelo suor. Mas beber água adequadamente também faz parte dos cuidados gerais com o organismo e com o sistema circulatório.

Em treinos longos, temperaturas elevadas ou situações de grande perda de líquido pelo suor, essa atenção deve ser ainda maior.

Não existe, porém, uma quantidade de água que seja ideal para todas as pessoas.

'Peso, intensidade do exercício, temperatura, duração do treino e condições de saúde interferem nessa necessidade', explica o especialista.

Elevar as pernas depois do treino ajuda?

Deitar e elevar as pernas se tornou um hábito popular nas redes sociais. A prática pode proporcionar uma sensação temporária de alívio para algumas pessoas.

Segundo Novaes, elevar os membros pode facilitar temporariamente o retorno venoso. A medida também pode ajudar quem apresenta sensação de peso ou edema ao final do dia.

Isso não significa, entretanto, que a prática trate a causa de varizes ou de um inchaço persistente.

'Se a pessoa precisa elevar as pernas praticamente todos os dias porque sente peso, dor ou percebe edema frequente, vale investigar a causa em vez de apenas aliviar o sintoma', orienta.

Musculação causa varizes?

Essa é uma dúvida que pode surgir, principalmente entre mulheres que começam a aumentar as cargas nos exercícios para as pernas.

De acordo com o especialista, a musculação realizada adequadamente não deve ser encarada como causa direta de varizes.

A doença venosa é multifatorial. Entre os fatores relacionados estão predisposição genética, idade, fatores hormonais, gestações, obesidade e longos períodos em pé ou sentada.

'O fortalecimento muscular, inclusive das pernas e panturrilhas, pode fazer parte de uma rotina saudável. Quem já possui doença vascular diagnosticada ou apresenta sintomas deve conversar com seu médico sobre as adaptações necessárias', explica Novaes.

Quando o inchaço nas pernas merece atenção?

Nem toda alteração nas pernas depois do treino deve ser atribuída ao exercício.

Dor muscular pode aparecer após uma atividade intensa. Já um inchaço persistente, principalmente quando ocorre em apenas uma perna, merece atenção.

O cuidado é ainda maior quando o quadro aparece junto de:

Dor.

Aumento da temperatura.

Vermelhidão.

Mudança de coloração.

Edema importante.

Surgimento súbito de sintomas.

'Existe uma tendência de achar que toda dor na perna de quem treina é muscular. Quando o sintoma é diferente do habitual, aparece de maneira súbita ou vem acompanhado de edema importante, é necessário procurar avaliação médica', alerta o cirurgião vascular.

Pequenos movimentos também contam

Cuidar da circulação não significa passar mais tempo na

academia. Parte desse cuidado pode acontecer durante atividades comuns do dia.

Algumas atitudes simples ajudam a manter as pernas em movimento:

Levantar durante o expediente.

Caminhar para buscar água.

Usar escadas quando possível.

Movimentar os pés enquanto trabalha.

Fazer pequenas caminhadas ao longo do dia.

A ideia é evitar longos períodos de imobilidade.

'Nosso sistema circulatório se beneficia de movimento. Não precisamos pensar apenas em performance ou em quantas calorias foram gastas. Exercício também é uma ferramenta de prevenção e de saúde vascular', afirma Novaes.

Por isso, para quem já treina, o cuidado com a circulação não precisa ficar restrito aos minutos passados na academia. Manter-se em movimento ao longo do dia também faz parte de uma rotina ativa.

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

## Varizes pélvicas: entenda as causas da dor pélvica crônica

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: Redação / Licenciado de Saúde em Dia

### Resumo

As varizes pélvicas, dilatações venosas na pelve, são uma causa frequente e subdiagnosticada de dor crônica, peso abdominal e desconforto sexual, sobretudo em mulheres que já engravidaram. Confundido com problemas ginecológicos ou urinários, o quadro compromete a circulação e requer investigação vascular por meio de exames como ultrassom Doppler e angiotomografia. Médicos alertam que a dor constante nunca deve ser normalizada e exige diagnóstico preciso para o tratamento adequado.

Dor pélvica frequente e sensação de peso no abdômen incomodam muitas mulheres. A piora ao ficar muito tempo em pé também é um sintoma bem comum.

A dor durante ou após as relações sexuais pode ter diversas origens diferentes. Uma das causas menos conhecidas pelas pacientes são as chamadas varizes pélvicas. Elas são caracterizadas por dilatações de veias localizadas na região da pelve feminina.

### O perigo do diagnóstico tardio

O termo 'varizes' é frequentemente associado apenas ao problema nas pernas. Porém, a dilatação vascular também pode atingir veias internas do nosso corpo.

Quando isso acontece na pelve, a circulação local fica bastante prejudicada. Isso favorece o acúmulo de sangue e gera uma dor crônica persistente.

Muitas mulheres passam anos investigando causas ginecológicas, intestinais ou até urinárias. Essa confusão costuma atrasar muito a chegada ao diagnóstico vascular correto.

### A visão do cirurgião vascular

O especialista em cirurgia vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, Dr. Márcio Steinbruch explica que 'a dor pélvica crônica pode ter várias origens'.

Por isso, o incômodo 'precisa ser avaliado com cuidado' pelo seu médico. As varizes pélvicas entram no diagnóstico quando a paciente relata 'sensação de peso'.

O 'desconforto relacionado ao ciclo menstrual e à atividade sexual' também merece atenção. Considerar essa hipótese vascular é um desafio 'quando a dor se repete'.

### Gestações e principais fatores de risco

O quadro pode ser muito mais comum em mulheres que já engravidaram. As alterações hormonais e o aumento do volume sanguíneo na gravidez contribuem bastante.

A pressão exercida sobre as veias durante a gestação também causa dilatação. Pode haver forte associação com varizes aparentes nas pernas e dor lombar. Veias

saltadas na vulva, glúteos ou parte interna das coxas são grandes alertas.

Diagnóstico e alerta para a mulher

'Nem toda dor pélvica é causada por varizes', afirma o especialista vascular. Porém, o médico alerta que 'não se deve ignorar essa possibilidade'.

O diagnóstico pode envolver ultrassom Doppler, angiotomografia e também exames de angiorressonância. 'A mulher não deve normalizar dor pélvica constante', alerta Dr. Steinbruch.

Se o desconforto interfere na rotina ou no trabalho, busque uma avaliação médica. 'O tratamento correto começa com um diagnóstico bem feito', conclui o médico.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Aneurisma de personagem da novela é considerado fatal

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Autor: terrasantanoticias

Josualdo Euzébio Silva\*

O mal-estar sentido pela personagem Bruna, na novela “Quem ama cuida”, chamou atenção para o risco iminente de vida decorrente da gravidade da condição, chamada aneurisma cerebral, uma doença grave, considerada relativamente comum.

O aneurisma é uma condição vascular, causada pela dilatação anormal da artéria. O tipo cerebral é considerado o mais perigoso, responsável pela morte de metade das vítimas, enquanto o restante ainda pode desenvolver diferentes sequelas, comprometendo a qualidade de vida.

As consequências variam conforme o local afetado e se houve, ou não, uma ruptura arterial com hemorragia. Os sintomas mais comuns incluem alterações motoras, cognitivas, visuais, emocionais, psicológicas, crises convulsivas e incontinências.

O risco do aneurisma está em sua origem silenciosa. A

situação leva milhares de pessoas a descobrirem o problema próximo do rompimento. Muitas vivem sem conhecimento do aneurisma, exceto, quem mantém um checkup anual com um cirurgião vascular. A recomendação é indicada, sobretudo, para pessoas com casos na família.

Normalmente, quem teve um aneurisma reclama de dores intensas e súbitas e, quem teve no cérebro, cita rigidez no pescoço, alterações visuais, vômito, fraqueza e convulsões. Os sinais não abrem espaço para dúvida, indicando uma necessidade urgente de atendimento especializado. A rápida intervenção pode proporcionar maiores chances de sobrevida e menores riscos para sequela.

A pressão alta e hábitos inadequados, como o tabagismo e o estresse, são riscos para o surgimento da condição. O último fator de risco é o que levou a personagem da novela a se sentir mal, após suspeitar de uma traição do marido. O sentimento é capaz de aumentar a pressão do vaso, estimulando o rompimento.

O tratamento oscila conforme as características individuais. As ocorrências mais simples requerem apenas acompanhamento profissional, medicamentos e mudança de hábitos. Os casos mais graves requerem cirurgia para controlar o tipo cerebral. O procedimento pode usar a técnica de clipagem microcirúrgica - uma cirurgia aberta - ou a embolização -, considerada altamente tecnológica e minimamente invasiva para isolar a dilatação com um cateter.

Contudo, nem todos os aneurismas são tratados cirurgicamente, como o caso de Bruna, considerado inoperável, pois o risco da intervenção supera o do rompimento.

\* Médico cirurgião vascular, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular**

“Este texto não reflete, necessariamente, a opinião do Jornal Hoje em Dia”.

Fonte: Hoje em Dia

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

## **Biografia© reúne novas trajetórias que mostram diferentes caminhos de atuação profissional**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

A série documental **Biografia©** conta histórias de profissionais que têm suas trajetórias marcadas pela atuação nas áreas de saúde, ciência e desenvolvimento humano. A produção busca mostrar diferentes perspectivas sobre o cuidado, destacando a importância do conhecimento técnico, das experiências pessoais e da relação entre saúde e qualidade de vida. A proposta da série também aborda a contribuição da ciência e da educação para a transformação social, além de valorizar as histórias individuais dos profissionais apresentados. O projeto dialoga com diretrizes da Organização das Nações Unidas (ONU) relacionadas à promoção da saúde, à educação e ao desenvolvimento humano.

A direção é assinada por Marcelo Calone, responsável pela concepção criativa e pela condução narrativa da série. A equipe é formada ainda por Brandon Calone, na assistência de direção; Bruno Garavelo, na direção de fotografia; Matheus Garavelo, como diretor-executivo; Kenbilly Calone, na direção de produção; e Ellen Calone, na direção de arte. A nova série de episódios reúne cinco profissionais de diferentes áreas.

**\*Aléssio Calil Mathias\***

Com mais de 40 anos de experiência, o ginecologista e obstetra Aléssio Calil Mathias construiu uma trajetória marcada pela atuação na área da saúde e pelo compromisso com o bem-estar de seus pacientes. Ao longo da carreira, foi preceptor da UTI do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (USP). Atualmente, é diretor do Enjoy Institute, onde desenvolve uma abordagem integrada da medicina. Além da prática clínica, Calil é membro de entidades como a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo), a Associação de Obstetrícia e Ginecologia do Estado de São Paulo (Sogesp) e o International College for the Advancement of Nutrology (Ican).

**\*Fabian Fedrizzi\***

Cirurgião plástico especializado em procedimentos corporais e faciais, Fabian Fedrizzi acumula mais de 12 mil cirurgias realizadas. Natural de Tangará, em Santa Catarina, demonstrou interesse pela Medicina desde a infância e teve o primeiro contato com a cirurgia plástica ao assistir a entrevistas do cirurgião Ivo Pitanguy. Desde a formação acadêmica, construiu uma carreira marcada pela dedicação aos estudos e pela atuação constante na prática cirúrgica. Seu trabalho também é voltado à saúde, à estética e à autoestima dos pacientes. O médico desenvolveu uma técnica para o tratamento de gordura localizada e tem entre seus projetos a proposta de ampliar o acesso à lipoaspiração. Para Fedrizzi, a possibilidade de transformar a vida dos pacientes representa um dos principais impactos de sua profissão.

**\*Gustavo Resstel\***

Formado em Medicina pela Universidade Federal do

Tocantins (UFT), Gustavo Resstel fez residência em Cirurgia Geral na mesma instituição e, posteriormente, em Cirurgia Vascular na Santa Casa de Campo Grande. O médico também realizou fellowship em Cirurgia Endovascular pelo Grupo Science, em São Paulo, ampliando sua formação na área. Além da atuação clínica, trabalha como professor no Bizu, curso preparatório para exames de titulação, como o da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, além de oferecer formação voltada à prática médica.

**\*Marcelo Jordão\***

Formado em Engenharia Agrônômica pela Faculdade Doutor Francisco Maeda, Marcelo Jordão integra, desde 2012, o quadro de pesquisadores da Fundação Procafé. Atualmente, é diretor da unidade de pesquisas da instituição na região da Alta Mogiana, em Franca, no interior de São Paulo. Ao longo da carreira, participou da realização de mais de 400 experimentos em diferentes áreas da cultura cafeeira, contribuindo para o desenvolvimento técnico e científico do setor. O pesquisador atribui parte de sua escolha profissional ao contato direto com a terra e à convivência com a rotina agrícola. Segundo ele, essa proximidade despertou ainda cedo uma afinidade com o agronegócio e influenciou sua trajetória na pesquisa.

**\*Victória Acosta\***

Graduada em Direito pela Universidade Estadual do Norte do Paraná (Uenp) e pós-graduada em Direito Empresarial pela Fundação Getulio Vargas (FGV-SP), Victória Acosta também possui formação complementar relacionada ao Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA). Além da advocacia, atua como pesquisadora nas áreas de Direito Criminal e Direito de Família, consolidando uma atuação voltada à especialização e ao aprofundamento técnico. À frente do escritório Victória Araújo Acosta Advocacia (VAA), coordena uma equipe formada exclusivamente por mulheres. O trabalho tem como foco o atendimento jurídico especializado a mulheres e seus filhos, com uma

proposta que associa conhecimento técnico e acolhimento.

Com profissionais de áreas distintas, esta edição de Biografia© amplia o olhar da série para diferentes campos de atuação e mostra como experiências pessoais, formação e escolhas profissionais podem influenciar a maneira como cada convidado contribui para a sociedade. Os episódios estão disponíveis gratuitamente na plataforma digital:

Home - Lançamento

Baixe o aplicativo nas lojas digitais.

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

## Seu treino pode estar fortalecendo os músculos, mas e as suas veias?

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Home Notícias Seu treino pode estar fortalecendo os músculos, mas e as suas veias?

Seu treino pode estar fortalecendo os músculos, mas e as suas veias?

24 de agosto de 2026

24 de agosto de 2026

1

Treinar e depois permanecer horas sentada trabalhando, passar o dia com roupas excessivamente apertadas, esquecer de beber água ou ignorar inchaços recorrentes nas pernas são exemplos que merecem atenção.

Para o cirurgião vascular e endovascular Dr. Gabriel Novaes, membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular (SBACV)**, cuidar da circulação envolve tanto a atividade física programada quanto os pequenos movimentos realizados ao longo do dia.

“Quando movimentamos as pernas, especialmente a musculatura da panturrilha, ajudamos o sangue a vencer a gravidade e retornar ao coração. Por isso, atividade física regular é uma grande aliada da circulação. Mas o comportamento durante o restante do dia também importa”, explica o médico.

Sua panturrilha é uma espécie de ‘bomba’ da circulação

Quando caminhamos ou fazemos exercícios que movimentam tornozelos e panturrilhas, a contração muscular auxilia o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

É por isso que caminhar, correr, pedalar e realizar exercícios de fortalecimento dos membros inferiores podem favorecer a circulação.

“Não significa que exista um exercício milagroso para evitar varizes. Há fatores genéticos, hormonais, idade e outras condições envolvidas. Mas manter as pernas ativas ajuda o funcionamento da circulação e traz benefícios importantes para a saúde como um todo”, afirma Novaes.

Uma dica simples para quem trabalha sentada é levantar-se regularmente e movimentar os tornozelos. Até movimentos de flexão e extensão dos pés podem ativar a musculatura da panturrilha.

Treinar todos os dias não compensa passar o restante do tempo imóvel

É possível ser uma pessoa fisicamente ativa e, ao mesmo tempo, permanecer tempo demais sentada.

Quem treina pela manhã e depois passa horas diante do computador deve prestar atenção nisso. Longos períodos de imobilidade reduzem a ação da musculatura das pernas responsável por auxiliar o retorno venoso.

“A academia é excelente, mas não deve ser a única hora do dia em que o corpo se movimenta. Pequenas pausas para caminhar e movimentar as pernas também são importantes”, explica o cirurgião vascular.

Vale a regra prática: o treino conta, mas o movimento fora do treino também conta.

Terminou o treino? Não fique horas com a roupa apertada e molhada

Leggings e roupas de compressão fazem parte do universo fitness, mas peças excessivamente apertadas podem provocar desconforto e marcas na pele. Além disso, permanecer durante muitas horas com a mesma roupa suada não é uma boa estratégia para a saúde da pele.

Segundo Novaes, a roupa esportiva precisa permitir movimento e conforto. “Se a peça provoca dor, dormência, formigamento ou deixa marcas muito profundas, é importante observar se o tamanho e o modelo estão adequados.”

E há uma diferença importante: legging apertada não é meia de compressão medicinal. Meias elásticas possuem compressão graduada e indicações específicas e, em algumas situações, devem ser recomendadas por um profissional de saúde.

Hidratação também entra na conversa sobre circulação

Quem pratica exercícios costuma associar hidratação apenas à performance, à reposição do suor ou à prevenção da desidratação. Mas manter uma hidratação adequada também é importante para o funcionamento geral do organismo e do sistema circulatório.

Em treinos longos, temperaturas elevadas ou situações de grande perda de líquidos pelo suor, a atenção precisa ser ainda maior.

“Não existe uma quantidade universal de água que sirva

para todas as pessoas. Peso, intensidade do exercício, temperatura, duração do treino e condições de saúde interferem nessa necessidade”, explica o especialista.

Pernas para cima depois do treino: funciona?

Deitar e elevar as pernas virou uma espécie de ritual nas redes sociais. E existe uma explicação fisiológica para a sensação de alívio.

Elevar os membros pode facilitar temporariamente o retorno venoso e ajudar algumas pessoas que apresentam sensação de peso ou edema ao final do dia.

Mas há um alerta: isso não trata a causa de varizes ou de um inchaço persistente.

“Se a pessoa precisa elevar as pernas praticamente todos os dias porque sente peso, dor ou percebe edema frequente, vale investigar a causa em vez de apenas aliviar o sintoma”, orienta Novaes.

Musculação causa varizes?

O medo ainda aparece nos consultórios, principalmente entre mulheres que começam a aumentar as cargas nos exercícios de pernas.

De acordo com o especialista, a musculação, quando realizada adequadamente, não deve ser encarada como causa direta de varizes.

A doença venosa é multifatorial e pode estar relacionada principalmente à predisposição genética, idade, fatores hormonais, gestações, obesidade e longos períodos em pé ou sentada.

“O fortalecimento muscular, inclusive das pernas e panturrilhas, pode fazer parte de uma rotina saudável. Quem já possui doença vascular diagnosticada ou apresenta sintomas deve conversar com seu médico sobre as adaptações necessárias”, explica.

Inchaço depois do treino nem sempre significa que você 'pegou pesado'

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

Depois de um treino intenso, dores musculares podem ser esperadas. O problema é atribuir automaticamente qualquer alteração ao exercício.

Inchaço persistente, principalmente quando aparece apenas em uma perna, associado a dor, aumento de temperatura, vermelhidão ou mudança de coloração não deve ser normalizado.

“Existe uma tendência de achar que toda dor na perna de quem treina é muscular. Quando o sintoma é diferente do habitual, aparece de maneira súbita ou vem acompanhado de edema importante, é necessário procurar avaliação médica”, alerta o cirurgião vascular.

O hábito fitness mais simples pode acontecer longe da academia

Para quem quer cuidar da circulação, Novaes destaca que uma das estratégias mais simples é justamente evitar grandes períodos de imobilidade.

Caminhar para buscar água, usar escadas quando possível, levantar durante o expediente, movimentar os pés enquanto trabalha e incluir pequenas caminhadas na rotina parecem atitudes pequenas, mas mantêm a musculatura das pernas ativa.

“Nosso sistema circulatório se beneficia de movimento. Não precisamos pensar apenas em performance ou em quantas calorias foram gastas. Exercício também é uma ferramenta de prevenção e de saúde vascular”, afirma.

Para o especialista, a mensagem para quem já treina é simples: não cuide do corpo somente durante os 60 minutos da academia. A circulação continua trabalhando nas outras 23 horas do dia.

Por Redação

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

## **Vitaminas e suplementos podem ser aliados da saúde vascular**

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Agosto Azul e Vermelho é uma campanha de conscientização à população sobre os cuidados com a saúde vascular. E embora seja difícil falar em prevenção de doenças vasculares, como varizes e trombose, só com o uso de suplementos, alguns deles podem ajudar, desde que tenham relação com hábitos de vida saudáveis.

Existem teorias que associam a inflamação ao aparecimento das doenças vasculares periféricas, que causam inflamação na parede dos vasos. Por isso, é muito importante se cuidar e tomar medidas que reduzam os riscos da progressão da enfermidade.

Suplementos com vitaminas e polifenóis, uma classe de substâncias que são altamente antioxidantes e anti-inflamatórias, podem ajudar, mas serão coadjuvantes no processo, de forma que o mais importante é melhorar a dieta, realizar atividade física regularmente, controlar o estresse e dormir bem”, explica a cirurgiã vascular Aline Lamaita.

Membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, ela afirma que manter uma dieta

equilibrada, rica em vegetais e livre do excesso de alimentos processados e frituras, melhora a capacidade antioxidante e anti-inflamatória do organismo, o que traz benefícios para a saúde das veias e artérias.

Além disso, o exercício físico é extremamente importante. A Organização Mundial da Saúde - OMS compara que o sedentarismo é quase tão nocivo quanto o cigarro”, destaca a especialista.

Dra Aline explica que o corpo humano precisa de movimento. A prática de exercícios físicos aumenta o fluxo sanguíneo e melhora o retorno venoso, levando oxigênio às células dos músculos e aos tecidos próximos. Depois de chegar aos membros inferiores, o sangue retorna ao coração, que o bombeia novamente para todo o organismo. A médica sugere realizar atividades físicas regularmente, pelo menos três vezes por semana.

Dormir bem também é fundamental, pois uma boa noite de sono ajuda no funcionamento adequado do corpo, diminuindo o estresse, os níveis de cortisol e auxiliando a controlar a pressão arterial”, completa.

Quanto à suplementação, a médica diz que algumas substâncias podem colaborar para diminuir a inflamação e proteger ou fortalecer a parede dos vasos. Eles podem ser encontrados na alimentação, mas alguns suplementos contam com essas substâncias de maneira biodisponível e em uma maior concentração. As Vitaminas C e E, por exemplo, melhoram muito a função antioxidante endógena do organismo e consegue ajudar a reverter o processo de estresse oxidativo, que é danoso para as veias e artérias.

O estresse oxidativo, gerado pelo excesso de radicais livres que se ligam à parede arterial, causa uma reação de espessamento, endurecimento e enrijecimento da parede das veias e artérias no corpo inteiro, aumentando as chances de doenças aterosclerótica, infarto e derrame. A Vitamina C, por participar da

síntese de colágeno, ainda fortalece a parede dos vasos”, explica a médica.

#### Conheça os principais antioxidantes

O resveratrol e a curcumina (principal constituinte ativo da cúrcuma) também podem ser suplementados para melhora da saúde vascular, pois apresentam efeitos anti-inflamatórios, neuroprotetores e diminuem a quantidade de radicais livres.

A curcumina apresenta uma característica interessante porque não atua apenas como antioxidante direto. Ela também influencia mecanismos celulares envolvidos na resposta antioxidante do próprio organismo, estimulando sistemas naturais de defesa”, explica o farmacêutico Maurizio Pupo, pesquisador, professor e diretor científico do IPUPO Pós-Graduações.

Já o resveratrol pode funcionar como antioxidante ao bloquear as espécies reativas de oxigênio, induzir a produção de óxido nítrico e a agregação plaquetária, além de aumentar os níveis de HDL, o colesterol bom.

Outras fontes naturais de bioflavonóides, uma classe de polifenóis, incluem, segundo a cirurgia vascular, o chá preto, branco e verde, que são ricos em flavonoides, e o grão de soja, rico em isoflavonas.

Frutas vermelhas como morango, amora e framboesa e mirtilo estão entre os alimentos mais ricos em flavonoides. A maçã é uma fruta rica em vitamina, sais minerais, fibras e um flavonoide chamado quercetina. O chocolate amargo contém altos níveis de um flavonoide chamado catequina. O alho tem propriedades anti-inflamatórias”, explica a cirurgia vascular.

A suplementação do extrato da semente de uva também pode ser interessante, pois é rico em proantocianidinas, compostos fenólicos reconhecidos pelo elevado potencial antioxidante. Além disso, o extrato pode contribuir para a proteção da microcirculação e para a redução dos efeitos provocados pela exposição a agentes ambientais.

As proantocianidinas ajudam a proteger proteínas estruturais importantes, como colágeno e elastina, contra danos oxidativos. Por isso, esse ativo costuma ser associado à manutenção da saúde vascular”, destaca o Dr. Maurizio Pupo.

#### Suplementação de vitamina K pode ser necessária

De acordo com Aline Lamaita, alimentos ou suplementos com Vitamina K podem ser indicados por médico, caso haja necessidade. A vitamina K trabalha no sistema circulatório na regulação da homeostase sanguínea, evitando sangramentos e favorecendo processo de cicatrização de forma geral.

Já no sistema arterial, essa vitamina tem uma função preventiva. Como ajuda a fixar o cálcio nos ossos, ela retira o cálcio das artérias, evitando a progressão de placas de colesterol e favorecendo o controle da aterosclerose.

Mas é fundamental que o paciente consulte um cirurgião vascular para tratar ou prevenir doenças circulatórias. O médico pode indicar os suplementos e dar toda orientação necessária para o controle de doenças”, finaliza a médica.

Quer receber notícias atualizadas sobre segurança digital, saúde e bem-estar diretamente no seu celular? Entre no canal oficial do Portal Vida e Ação no WhatsApp e acompanhe todas as novidades.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## Vem aí o Check-up Vascular em Natal com atendimento gratuito ao público

[Link original](#)



[Clique aqui para abrir a imagem](#)

Ação da **SBACV**-RN acontece dia 29 de agosto, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, regional Rio Grande do Norte - **SBACV**/RN realiza no próximo dia 29 de agosto (sábado), das 8h às 15h, no Ginásio Nélio Dias, na Zona Norte, o 12º Check-up Vascular. A campanha faz parte de uma ação da **SBACV**-RN, dentro do Agosto Azul Vermelho, e promove atendimento gratuito à população, com consultas médicas, prescrição de medicamentos e, nos casos necessários, encaminhamento para exames, além de palestras sobre doenças vasculares, a importância do exercício físico e de uma boa alimentação. O número de fichas para atendimento é limitado.

Doenças como Tromboembolismo Venoso (TEV); Estenose de Carótida - sendo ela uma das causas mais frequentes para o Acidente Vascular Cerebral (AVC); Aneurisma da Aorta (AA); Varizes; Doença Arterial Periférica (DAP), Pé Diabético, dentre outras, fazem

parte das enfermidades que acometem o sistema vascular e que, em muitas situações, podem ser prevenidas e/ou tratadas com melhor resultado, a depender do tempo de diagnóstico precoce. “A **SBACV**-RN vai informar e disponibilizar para a população uma ação que explica as principais doenças circulatórias e a importância de ser acompanhado por um médico especialista na área. Estamos na 12ª edição e a expectativa é atender mais de 700 pessoas”, comenta Dr. André Cachon, presidente da **SBACV**/RN.

Medidas preventivas como parar de fumar, reduzir estresse, adotar uma dieta equilibrada com menos gordura, sal e açúcar, evitar bebidas alcoólicas, praticar exercícios físicos regularmente e realizar exames periódicos são algumas das precauções indicadas para uma vida mais saudável.

A ação envolve médicos angiologistas, cirurgiões vasculares e residentes da especialidade para promover atendimentos em prol da prevenção, detectando características que advirtam situações de risco e que acometem o sistema cardiovascular. O evento é uma realização da **SBACV**/RN, conta com 15 boxes para atendimento; parceria da Marinha do Brasil, na realização dos testes glicêmicos e verificação de pressão arterial.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

---

## **SBACV/RN: Entidade promove sábado a décima segunda edição do Check-up Vascular**

[Link original](#)

Autor: Lúcio Flávio

Imagem]: Assessoria/SVACV

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular (SBACV)**, regional do RN, realiza no dia 29 de agosto, sábado, das 8h às 15h, no ginásio poliesportivo Nélio Dias, localizado na Zona Norte de Natal, o 12º Check-up Vascular.

A campanha faz parte de uma ação da **SBACV/RN**, dentro do Agosto Azul Vermelho, e promove atendimento gratuito à população, com consultas médicas, prescrição de medicamentos e, nos casos necessários, encaminhamento para exames, além de palestras sobre doenças vasculares, a importância do exercício físico e boa alimentação.

O total de fichas para atendimento é limitado, diz a entidade.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

---

## **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular promove ação gratuita de prevenção de doenças vasculares**

[Link original](#)

A seguir ação gratuita da sociedade brasileira de angiologia e cirurgia vascular foca na prevenção e conscientização de doenças circulatórias e vasculares.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV

## **SBACV-RN realiza 12.º checkup vascular dia 29 no ginásio Nélio Dias**

[Link original](#)

A sociedade brasileira de angiologia e cirurgia vascular aqui no Rio Grande do Norte realiza neste final de semana o décimo segundo checkup vascular com atendimentos gratuitos a campanha foca na prevenção e conscientização de doenças circulatórias e vasculares nossa equipe tem as informações de como participar.

O décimo segundo checkup Vasco.

Lá faz parte da programação do agosto azul vermelho e acontece a partir das oito horas da manhã vai até as três da tarde no próximo sábado lá no ginásio Nélio Dias quem vai explicar melhor como é esse dia de atendimento à população é o doutor André Chacon cirurgião vascular e presidente da sociedade brasileira de angiologia e cirurgia Vasco.

Escolar regional Rio Grande do Norte doutor André o que é o décimo segundo checkup vascular então estamos na campanha do agosto azul e vermelho estamos é uma conscientização da população pra os cuidados com a saúde vascular.

Ah é uma especialidade que não é do conhecimento de todos mas é desde aquela varizes de um aneurisma que é uma uma artéria dilatada pessoas que têm possível um AVC é que não com que têm dores.

Nas pernas ao caminhar então é pra gente é enfatizar essas doenças quais são as atividades que vão estar acontecendo lá no neldíase durante o dia de sábado então estamos com a parceria com a Marinha do Brasil tão eles tão vão aferir a pressão.

Glicemia capilar vão fazer uma triagem e aí vão passar com cirurgias vasculares que vão fazer o atendimento é do atendimento clínico ou exame físico se tiver ferida a gente vai poder também.

Dar uma orientação vai sair com prescrição de medicamentos me prescrição de meia elástica se for necessário e vamos levar dois aparelhos de ultrassom.

Pra fazer algumas avaliações que a gente achar necessário agora quem quiser esse atendimento número de fichas ele é limitado vai ser distribuído a partir de que horas como é que vai funcionar esse controle então a gente vai.

É distribuir as fichas a partir entre sete e meia e oito horas da manhã pra ver se a gente começa o atendimento efetivo às oito horas da manhã e as fichas vão ser distribuídas até as treze horas aí o atendimento vai até a encerrar né essa essa ficha que deve ser aí entre duas três horas da tarde doutora.

Explica pra a quem está nos ouvindo qual é o risco de não cuidar dessa sensação de peso nas pernas quando sente dor quando vê que tem varizes um algum sinal e e o que que pode acontecer com a saúde dessa pessoa então a gente tem as doenças.

Arteriais e as doenças venosas nas doenças arteriais o principal fator de risco é a aterosclerose que os principais fatores são tabagismo colesterol elevado glicemia alterada hipertensão.

São sedentarismo isso pode levar à obstrução na perna causando dores ao caminhar dores em repouso e até feridas tá e é um dos grandes fatores de até de amputação já a parte venosa são as varizes que têm vários estágios o mais grave pode levar a uma ferida.

Na perna que é difícil cicatrização se não for tratado as alterações venosas então vamos fazer o convite aí pra população é quem é que pode participar qual horário como é que deve proceder pra.

Participar da do décimo segundo checkup vascular então não precisa madrugar as fichas vão ser entregues das sete e meia entre as sete e meia até uma hora da tarde.

Lá no ginásio Nélio Dias na zona norte é é um evento

aberto a toda a população não é só pro pessoal da zona norte tá e vão ser feitos além da triagem lá a glicemia capilar pressão atendimento clínico vão ter palestras vamos ter palestra com nutricionista.

É educador físico que é muito importante pra saúde vascular e também vamos fazer palestras falando de algumas patologias ou seja algumas doenças da vascular então espero você lá no dia vinte nove de agosto sábado.

De manhã e um período da tarde pra cuidar da sua saúde vascular muito obrigada doutor André Chakn cirurgião vascular e presidente da sociedade brasileira de angiologia e cirurgia vascular regional Rio Grande do Norte Carol Ribeiro para TV assembleia.

Convite importante esse no sábado viu e o jornal da assembleia fica por aqui outras notícias você confere logo mais à noite a partir das sete horas no jornal da assembleia segunda edição obrigada pela audiência pra você uma ótima tarde e até amanhã.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **SBACV realiza mutirão gratuito de check-up vascular sábado no ginásio Nélio Dias, Natal**

[Link original](#)

Olha aí a sociedade brasileira de angiologia e cirurgia vascular vai realizar sábado dia vinte e nove um mutirão de check up vascular aqui Natal a ação é gratuita e vai acontecer no ginásio Nélio Dias na zona norte Lucas Nogueira na tela vai vamos lá.

Uma ação gratuita voltada para pessoas que tenham doenças vasculares nas pernas eu estou aqui com a doutora Márcia Marinho e ela vai explicar que ação é essa quem pode ser atendido doutora essa ação é uma ação promovida pela sociedade brasileira de cirurgia vascular voltada para o atendimento da população que possui problemas vasculares nas pernas.

Lembrando que não é no coração o cirurgião vascular ele trata de problemas como varizes pé diabético úlceras venosas nas pernas então esse atendimento vai ocorrer esse final de semana no ginásio Nélio Dias hoje na sociedade qual a representação de pessoas que são atingidas por essas doenças.

Existe uma parcela significativa da população que é acometida por essas patologias e que infelizmente existe uma carência de atendimento profissional então a sociedade promove anualmente esse tipo de atendimento esse tipo de ação pra que a gente possa dar uma orientação pra essa população medicações e que possamos minimizar o impacto disso na vida dessas pessoas.

Atualmente com as quais as principais doenças vasculares e o o risco que existe para essas pessoas sem dúvida nenhuma a patologia mais prevalente são as varizes mas uma outra patologia de extrema importância é o pé diabético que ele normalmente evolui com úlceras.

Com necroses e acaba é em casos mais extremos terminando amputações que isso é uma coisa extremamente grave pra população atual doutora e só

reforçando para as pessoas que estão acompanhando quando onde e que hora podem participar esse checkup vai acontecer nesse sábado dia vinte e nove no ginásio Nélio Dias na zona norte de Natal.

Com previsão de início às oito horas da manhã e o encerramento às quinze horas sendo as fichas distribuídas a partir das oito da manhã até as treze horas e lembrando que o atendimento é inteiramente gratuito.

Fica zona norte de Natal tá oito da manhã até as quinze horas tá certo nesse final de semana agora preste atenção chegou a a hora chegou é eu chamo o cad agora.

**Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV**

## **Sociedade de Cirurgia Vascular realiza checkup neste sábado no ginásio Nélío Dias em Natal**

[Link original](#)

E a sociedade brasileira de angiologia e cirurgia vascular realiza neste sábado no ginásio Nélío Dias na zona norte o checkup vascular vamos então falar ao vivo com o Lucas Nogueira que vai trazer as informações pra gente Lucas Nogueira bom dia pra você.

Entendimento.

Bom dia Mara bom dia a todos que acompanham o RN no ar pois é minha amiga não é uma ação nova é uma ação aí que a sociedade já vem realizando e beneficiando também a população de modo geral qualquer pessoa que tenha alguma doença vascular nas pernas eu estou aqui com a doutora Márcia marinho ela vai poder explicar pra gente bem melhor Mara como vai funcionar essa ação.

E como eu já estava dizendo também né doutora não é uma ação recente bom dia bom dia Mara bom dia ao público exatamente esse ano é o décimo segundo ano que a sociedade brasileira de cirurgia vascular promove o checkup vascular voltado para o atendimento da população no que se refere à saúde vascular das pernas da população.

Essa ação ela já atendeu em média sete mil pessoas e a nossa expectativa é atender em torno de setecentos pacientes esse ano ela vai acontecer nesse sábado no ginásio Nélío Dias na zona norte de Natal.

Nas oito horas da manhã até as quinze horas as fichas começam a ser distribuídas às oito horas e vai até as treze horas e o atendimento será voltado para toda a população que possui patologias vasculares.

Lá nós vamos contar com o apoio da Marinha em que vai ser verificada aferição de pressão arterial é a taxa da glicose da população nós vamos contar com palestras é sobre doenças vasculares sobre atividade física a

importância da atividade física para a população para a saúde vascular.

Além do atendimento médico do atendimento médico voltado para a população sobre varizes pé diabético úlceras então vai ter uma equipe muito grande pra dar esse atendimento pra população muitas pessoas sofrem com essa doença doutora como a gente pode observar na sociedade atual.

Teria uma causa específica também é uma doença muito prevalente principalmente as varizes e o pé diabético infelizmente hoje é a nossa sociedade ela é muito carente desse tipo de atendimento especializado existe uma fila muito grande no atendimento do SUS e é por isso que a sociedade de cirurgia vascular se preocupa com essa população e promove anualmente.

Esse esse tipo de atendimento pra que a gente possa dar uma orientação com prescrição de medicação orientações pra essa população eu sei que a Sandra já falou mas só pra gente especificar um pouco mais é uma ação gratuita é mas existe algum critério para a pessoa que vai participar.

Como ela pôde saber se pode ou não não é uma ação inteiramente gratuita ela não existe nenhum critério o pa a pessoa que tenha interesse que possua alguma patologia vascular pode se dirigir ao ginásio Nélío Dias nesse sábado dia vinte nove a partir das oito da manhã.

Quem quiser pode chegar um pouquinho mais cedo pra garantir a sua ficha aguarda dentro do ginásio sentadinho assistindo palestras enquanto aguarda seu atendimento e lá vai ter uma equipe de cirurgiões vasculares fazendo atendimento fazendo dople vascular e dando todas as orientações necessárias muito obrigado doutora pois é Mara com essas informações eu volto com você.

Brigada Lucas Nogueira falando aí sobre essa ação principalmente de prevenção à saúde e um alerta os casos de stalking cresceram quase vinte cinco por cento no Rio Grande do Norte entre dois mil e vinte quatro e dois mil e vinte cinco.

**Assuntos e Palavras-Chave:** SBACV - SBACV