Destaques da Semana

SBACV

A Tribuna de Santos - Online | São Paulo (Noticias - 23/11/2026)
Trombose, AVC e outras doenças vasculares agem de forma silenciosa; veja sintomas e como se proteger 5

Amazonas 24h | (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 7

Boa Forma Online | Nacional (Noticias - 22/11/2026)
Ficar muito tempo sentado incha as pernas? 9

Brasil Novas Ideias | (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 11

Dez Minutos | Goiás (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 13

Economia S/A | Bahia (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 15

Empreender BRASÍLIA | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 17

FOCO NACIONAL/BRASÍLIA | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 19

Folha no Sudoeste | Goiás (Noticias - 23/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 21

Gaúcha ZH | Rio Grande do Sul (Saúde - 26/11/2026)
'Sempre achei que fosse celulite': conheça os sintomas, o diagnóstico e o tratamento do lipedema 23

Gazeta da Semana | São Paulo (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 29

Gazeta24h | Bahia (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 31

Goiás 24 Horas | Goiás (Noticias - 20/11/2026)
Alô, Daniel Vilela! Médico denuncia redução de cirurgiões vasculares presenciais no HUGO; entidade cobra segurança 34

Goiás 24 Horas | Goiás (Noticias - 21/11/2026)
Governador Daniel Vilela, o Estado vai deixar Geraldo Ribeiro morrer por falta de cirurgião vascular? Família aguarda transferência 35

Goiás 24 Horas | Goiás (Noticias - 20/11/2026)
Alô, Daniel Vilela! Geraldo está intubado e espera transferência para cirurgia vascular. O HUGO consegue atender? 36

Imprensa Brasília | Distrito Federal (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 37

Isso é Brasília | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 40

Isso é Goiás | Goiás (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 42

Jornal do Belém | São Paulo (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 44

Jornal do Brás | São Paulo (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 46

Jornal do Brás | São Paulo (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 48

Jornal o Parlamento | Goiás (Noticias - 20/11/2026)
Paciente intubado em Itumbiara aguarda transferência para cirurgia vascular 50

Jornal o Parlamento | Goiás (Noticias - 20/11/2026)
Entidade cobra segurança no HUGO após médico denunciar menos cirurgiões vasculares 52

Na Hora do Brasil | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 54

Notícia Positiva | Mato Grosso (Noticias - 20/11/2026)
Veja quatro dicas para melhorar a sua experiência com as meias de compressão graduada 56

PaiPee | São Paulo (Noticias - 21/11/2026)
PAIPEE 58

Pelo Mundo DF | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 60

Portal Enjoy | Mato Grosso (Noticias - 20/11/2026)
Veja quatro dicas para melhorar a sua experiência com as meias de compressão graduada 62

Portal IG | Nacional (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 64

Portal Metrópoles Online | Distrito Federal (Noticias - 21/11/2026)
Médico explica se a deficiência de alguma vitamina pode favorecer o AVC 66

Portal RBN | Bahia (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 68

Revista Kdea 360 | Rio de Janeiro (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 71

Sala da Notícia | São Paulo (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 73

Sala da Notícia | São Paulo (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 75

Vida e Ação | Rio de Janeiro (Noticias - 23/11/2026)
Doença falciforme eleva em até 18 vezes o risco de morte materna 77

Visão de Mulher | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 81

Viva Basilia | Distrito Federal (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 83

Voz do Bairro | São Paulo (Noticias - 25/11/2026)
Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação? 85

Voz do Bairro | São Paulo (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 87

Blog A Crítica | Rio Grande do Norte (Noticias - 26/11/2026)
Doença venosa crônica: critérios para a avaliação e a escolha do tratamento 89

Blog do Paulo Melo | Goiás (Noticias - 24/11/2026)
Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose 92

Trombose, AVC e outras doenças vasculares agem de forma silenciosa; veja sintomas e como se proteger

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

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

Clique aqui para seguir agora o canal de A Tribuna no WhatsApp!

Segundo a **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a insuficiência venosa crônica pode atingir até 50% da população, enquanto as varizes afetam aproximadamente 38% dos brasileiros, o equivalente a mais de 57 milhões de pessoas.

Além disso, doenças cardiovasculares, grupo que inclui diversas enfermidades vasculares, respondem por cerca de 30% dos óbitos no País, tornando a prevenção um dos principais aliados para reduzir complicações e salvar vidas.

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

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

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

Cansaço x circulação

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

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

O médico lembra ainda que hábitos de vida exercem influência direta sobre a saúde vascular. Sedentarismo, obesidade, hipertensão, diabetes e tabagismo estão

entre os principais fatores que favorecem o desenvolvimento de doenças que comprometem o funcionamento das artérias e das veias.

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

Prevenção

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

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

Fatores de risco

- Tabagismo

- Hipertensão arterial (pressão alta)

- Diabetes

- Colesterol alto (dislipidemia)

- Sedentarismo e obesidade

- Histórico familiar (genética)

- Idade avançada e longos períodos de imobilidade

Doenças Arteriais

- Aterosclerose: acúmulo de placas de gordura e cálcio na parede das artérias, reduzindo o fluxo sanguíneo

- Doença arterial coronariana: afeta as artérias que irrigam o músculo do coração, podendo levar ao infarto

- Acidente vascular cerebral (AVC): ocorre quando o fluxo sanguíneo é reduzido ou bloqueado em uma área do cérebro

- Doença arterial periférica (DAP): estreitamento das artérias que levam sangue para os braços e, mais comumente, para as pernas e pés

- Aneurisma: dilatação anormal e enfraquecimento da parede de uma artéria, com risco de rompimento

Venosas

- Varizes: veias dilatadas, tortuosas e com mau funcionamento, muito comuns nas pernas

- Trombose venosa profunda (TVP): formação de um coágulo sanguíneo em uma veia profunda (geralmente na perna)

- Embolia pulmonar: complicação grave que ocorre quando um coágulo se solta da veia e vai parar nos pulmões

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Página inicial Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

PorPaulo Melo -11/24/2026

0

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Ficar muito tempo sentado incha as pernas?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Usuário

Ficar muito tempo sentado incha as pernas? | (Magnific/Magnific)

Priorizar nos meus resultados Google

Ler Resumo

Introdução

Passar horas na mesma posição prejudica o retorno venoso e causa inchaço nas pernas. Movimentos simples ao longo da rotina, como caminhar ou ficar na ponta dos pés, ativam a panturrilha e aliviam o desconforto. Entenda como pequenas pausas transformam sua circulação.

Principais Tópicos

Inativação das bombas muscular da panturrilha e plantar pela imobilidade Acúmulo de sangue e sensação de peso nas pernas ao final do dia Eficácia de atividades leves e pausas ativas na rotina de trabalho Exercícios práticos: elevação na ponta dos pés e giros de tornozelo Melhora contínua do retorno venoso com pequenos estímulos diários

Este resumo foi útil?

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

Quando permanecemos muito tempo sentados ou parados na mesma posição, deixamos de utilizar adequadamente dois mecanismos importantes para a circulação sanguínea: a bomba plantar, localizada nos pés, e a bomba muscular da panturrilha. Esses mecanismos são ativados principalmente durante os movimentos e ajudam a impulsionar o sangue das pernas de volta ao coração.

Quando ficamos muito tempo sem movimentar as pernas, esse retorno venoso se torna menos eficiente, favorecendo o acúmulo de sangue nas regiões inferiores do corpo e o aumento da pressão nas veias. Isso pode contribuir para o extravasamento de líquido para os tecidos, provocando inchaço, sensação de peso e desconforto nas pernas, especialmente ao final do dia.

Não é necessário realizar exercícios intensos para melhorar a circulação das pernas. Atividades físicas leves ou moderadas já ajudam a ativar a bomba plantar dos pés e a bomba muscular da panturrilha, favorecendo o retorno venoso, ou seja, a circulação do sangue das pernas de volta ao coração.

Movimentos simples, como caminhar alguns minutos, levantar-se periodicamente da cadeira, movimentar os tornozelos ou ficar na ponta dos pés, podem estimular a contração dos músculos da panturrilha e facilitar esse processo.

O importante é evitar permanecer muitas horas na mesma posição. Mesmo pequenas pausas para movimentar as pernas ao longo do dia podem contribuir

para melhorar o retorno venoso e aliviar a sensação de peso e o inchaço associados à imobilidade prolongada.

Respondido por:

Dr. Caio Focássio, cirurgião vascular e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**).

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

Caminhada ajuda a perder barriga?

Newsletter

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

Aceito receber ofertas produtos e serviços do Grupo Abril.

Você receberá nossa newsletter em breve.

TAGS:

boa forma responde

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Brasil Novas Ideias** Estado:
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Hérnia de disco nas férias de verão: cuidados sem complicações

Cirurgiã vascular Dra. Letícia Costa explica como o calor afeta a circulação, agrava os sintomas das varizes e quais sinais podem indicar problemas mais graves, como a trombose.

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Dez Minutos** Estado: **Goiás**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Página inicial

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as

principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgiã vascular Dra. Letícia Costa explica como o calor afeta a circulação, agrava os sintomas das varizes e quais sinais podem indicar problemas mais graves, como a trombose.

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento

do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Paulo Melo

Página inicial

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **FOCO NACIONAL/BRASÍLIA** Estado: **Distrito Federal**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Folha no Sudoeste** Estado: **Goiás**
Data: **23/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Lázaro Borges - Redação

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguiléAlém dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.Sinais de alerta no corpoO comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);* Mudança de temperatura no membro (frialdade);* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneosO consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina

diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações", conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Gaúcha ZH** Estado: **Rio Grande do Sul**
Data: **26/11/2026 00:00** Editoria: **Saúde** Página:

'Sempre achei que fosse celulite': conheça os sintomas, o diagnóstico e o tratamento do lipedema

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Leonardo Martins

Durante anos, Renata Ulguim, 29 anos, de Camaquã, achou que o inchaço, a dor e os roxos que apareciam nas pernas sem motivo aparente eram consequência do excesso de peso e da celulite. A resposta veio no consultório de um endocrinologista: lipedema, doença crônica que provoca acúmulo desproporcional e doloroso de gordura, quase sempre em mulheres.

Formada em Jornalismo e hoje profissional de marketing, Renata pesava 120 quilos quando decidiu procurar ajuda para emagrecer. Foi durante o tratamento contra a obesidade que ouviu falar da doença pela primeira vez.

- Sempre achei que fosse celulite. Nunca imaginei que pudesse ser lipedema. Quando recebi o diagnóstico, muitas coisas pelas quais passei durante anos começaram a fazer sentido - conta.

A história se repete em muitas casas. Um estudo publicado em 2022 no Jornal Vascular Brasileiro estimou que 12,3% das brasileiras de 18 a 69 anos, cerca de 8,8 milhões de mulheres, têm sintomas altamente sugestivos de lipedema.

Nos últimos anos, o tema chegou às redes sociais com relatos de pacientes e de famosas, como a apresentadora Rafa Brites. A exposição deu nome ao problema, mas também trouxe autodiagnósticos e promessas de cura sem respaldo científico.

Confira a seguir os principais tópicos sobre lipedema:

O que é

Os sinais

Por que acontece

Como diferenciar

Por que o diagnóstico demora

Repercussão nas redes sociais

Como tratar

Quando operar

Por onde começar

O que é o lipedema

Descrita pela primeira vez em 1940, a doença passou décadas sendo confundida com obesidade, celulite, insuficiência venosa e linfedema.

A revisão sobre o tema publicada em janeiro nos Anais Brasileiros de Dermatologia tem como autora principal Taciana Dal'Forno Dini, ex-presidente da Sociedade

Brasileira de Dermatologia no Rio Grande do Sul (SBD-RS). Ela admite que nem os especialistas enxergavam o problema.

- Trabalho com celulite há 27 anos e atendo muitas pacientes com lipedema. Há cerca de 20 anos, nem nós, na dermatologia, reconhecíamos a doença - relata.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, especialista pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** (**SBACV**), resume o quadro:

- O lipedema é uma doença crônica, inflamatória e hormonal, que atinge o tecido gorduroso quase exclusivamente em mulheres. Ele não tem cura, mas tem controle - define.

A gordura se acumula de forma simétrica, sobretudo no quadril, nas coxas e nas pernas e, às vezes, nos braços. A doença é classificada em cinco tipos, conforme a região atingida, e em quatro estágios.

Eles vão da pele lisa com pequenos nódulos, no estágio 1, ao comprometimento do sistema linfático, no estágio 4.

Os sinais

A aparência, sozinha, não fecha o diagnóstico. Normalmente, o que define o lipedema é a dor.

- O lipedema geralmente está associado a sintomas como dor espontânea ou à pressão, sensibilidade ao toque ou sensação de peso. Normalmente, a paciente diz: 'Abro os olhos de manhã e já estou com dor' - esclarece Taciana.

Os sinais mais comuns são:

gordura desproporcional nos membros, simétrica, que termina de forma abrupta nos tornozelos e punhos e poupa pés e mãos (o chamado sinal do garrote)

dor e sensibilidade ao toque

roxos que aparecem com facilidade

inchaço e sensação de peso, que pioram ao longo do dia, no calor ou depois de muito tempo em pé

gordura que resiste à dieta e ao exercício: a paciente emagrece no tronco e no rosto, mas não nas áreas afetadas

Renata reconhece todos eles. Na época em que trabalhava como repórter, voltava das coberturas de salto alto com os pés cheios de bolhas, e as meias deixavam marcas fundas na pele depois do treino.

- Qualquer batidinha ficava um roxão. Até um abraço apertado ou um cutucão de brincadeira doíam - lembra.

Por que acontece

A herança familiar pesa: mais de 60% das pacientes têm mãe, irmã ou avó com o mesmo quadro, segundo Oliveira. Os fatores genéticos e hormonais também ajudam a explicar o desenvolvimento da doença, segundo o cirurgião plástico Fábio Kamamoto, formado e pós-graduado pela Universidade de São Paulo (USP) e pioneiro no tratamento cirúrgico do lipedema no país. Ele dirige o Instituto Lipedema Brasil, clínica especializada na doença.

- Existe uma grande herança familiar e, a partir dela, um desenvolvimento anormal das células de gordura. Isso acontece principalmente nas grandes fases de mudança hormonal: puberdade, uso de anticoncepcionais, gestações e menopausa - detalha Kamamoto.

O estrogênio é a peça central. No tecido dessas pacientes, há um desequilíbrio entre os receptores do hormônio, que estimula a produção de gordura e dificulta sua queima. Por isso, 99% das pessoas afetadas são mulheres, segundo Kamamoto.

Taciana observa que o biótipo comum entre brasileiras, de cintura fina e quadril e coxas largos, muitas vezes

esconde casos da doença, embora nem toda mulher com esse corpo tenha lipedema. Na família de Renata, as mulheres do lado materno têm um biótipo semelhante, mas nenhuma recebeu o diagnóstico.

Como diferenciar lipedema de obesidade, linfedema e celulite?

Não há exame de sangue ou de imagem que confirme o lipedema. O diagnóstico é clínico, com base no exame físico e no histórico da paciente.

- A diferença entre essas condições está na causa, na distribuição pelo corpo, na presença de dor e de hematomas e na resposta a medidas simples, como dieta e exercício - aponta Oliveira.

Na prática, a comparação fica assim:

Obesidade: a gordura se espalha de forma mais proporcional, pode atingir mãos e pés, costuma se concentrar no tronco, geralmente não dói e responde melhor à dieta e ao exercício

Linfedema: o volume vem de líquido acumulado por falha do sistema linfático. Atinge pés e dedos, muitas vezes só de um lado, deixa marca quando a pele é pressionada e melhora com drenagem, compressão e pernas elevadas. No lipedema, essas medidas reduzem o inchaço, mas não a gordura

Celulite: provoca ondulações na pele, as covinhas, mas não dói, não traz roxos frequentes nem a desproporção típica do lipedema

Retenção de líquido: o inchaço é passageiro, ligado ao calor, ao excesso de sal ou a muito tempo em pé ou sentado, e melhora com repouso

O lipedema pode vir acompanhado de celulite e flacidez, o que aumenta a confusão.

- A celulite tem os buraquinhos, mas não dói - compara Taciana.

Exames ajudam a descartar outras doenças e a documentar o quadro. O ultrassom Doppler, por exemplo, avalia as veias. Segundo Kamamoto, seis em cada 10 mulheres com lipedema têm varizes.

Um ultrassom dermatológico de alta precisão está em estudo para medir a espessura da gordura e pode, no futuro, ajudar a confirmar a doença.

Por que o diagnóstico demora

O diagnóstico pode levar anos por diferentes motivos, segundo Oliveira. Um deles é a confusão com sobrepeso e obesidade, que faz muitas mulheres receberem apenas orientações para emagrecer, sem que a doença seja investigada. Foi o que aconteceu com Renata.

Também dificultam o diagnóstico a falta de um exame específico e o fato de o lipedema ter sido reconhecido mais recentemente pela medicina. Kamamoto acrescenta outro fator: o despreparo de muitos profissionais para identificar a doença.

- A mulher (com lipedema) sabe que tem alguma coisa fora do habitual desde a adolescência. Muitas vezes, procura um profissional e não recebe o diagnóstico. Como a doença é progressiva, quando ele finalmente chega, ela já está num grau mais avançado, e tudo fica pior - alerta Kamamoto.

A demora pode favorecer o agravamento do quadro e abrir espaço para complicações, como deformidades na pele, desgaste da cartilagem dos joelhos e problemas no sistema linfático.

Redes sociais: acolhimento e risco

Taciana percebe a mudança no consultório. Se antes as pacientes raramente chegavam falando sobre lipedema, hoje muitas já procuram atendimento com suspeita da doença, mas nem sempre com um diagnóstico confirmado.

- Há 10, 20 anos, ninguém chegava dizendo que tinha lipedema. Hoje, elas chegam, muitas vezes com autodiagnóstico - observa.

Segundo Kamamoto, o Brasil é o país que mais pesquisa a palavra lipedema no Google. Para Oliveira, o aumento do interesse também tem um componente emocional: durante muito tempo, mulheres com acúmulo de gordura no quadril, nas coxas e nas pernas, resistente à perda de peso, foram julgadas como sedentárias ou indisciplinadas.

- Durante muitos anos, mulheres com gordura no quadril, nas coxas e nas pernas, resistente à perda de peso, eram rotuladas como sedentárias e indisciplinadas. Quando existe um nome médico para essa dor, há um acolhimento - analisa.

Mas a maior exposição ao tema também traz riscos. Kamamoto alerta que características naturais do corpo, obesidade e problemas circulatórios podem ser confundidos com lipedema. Oliveira aponta os principais perigos do autodiagnóstico:

interpretar características normais do corpo como sinais de doença

deixar de investigar outros problemas, como linfedema, varizes e alterações metabólicas

descartar a possibilidade de lipedema sem avaliação adequada e permitir que a doença avance

desenvolver ansiedade com a exposição constante ao tema

gastar dinheiro com terapias e protocolos sem indicação médica

- Onde existe oportunidade, às vezes existem oportunistas, que usam a fragilidade da paciente para vender um tratamento milagroso, caro e sem respaldo científico - critica Kamamoto.

Renata, que trabalha com marketing, avalia que o conteúdo sobre o assunto nas redes sociais está dividido entre informação e desinformação.

- Vejo muita propaganda vendendo uma cura que não existe - avalia.

Como tratar

Como é uma doença que só recentemente passou a ser estudada, o tratamento ainda está em desenvolvimento. O objetivo é controlar os sintomas e frear a progressão. O tratamento conservador, recomendado a todas as pacientes, envolve uma equipe multidisciplinar e inclui:

exercícios regulares e de baixo impacto, como natação, hidroginástica, pilates, caminhada e musculação

alimentação orientada por nutricionista, com foco anti-inflamatório e sem dietas extremas

drenagem linfática, uso de meias ou calças de compressão e botas de compressão pneumática

remédios para perda de peso, quando há obesidade associada

tratamento das varizes, com cirurgião vascular

acompanhamento psicológico, quando há ansiedade ou depressão

- Não tem cura, mas tem controle. Com estilo de vida adequado e acompanhamento de profissionais que entendam do tema, a paciente consegue ter uma vida normal, sem dor e sem deformidade - sustenta Kamamoto.

Na alimentação, Oliveira recomenda evitar açúcar, álcool, excesso de sal e ultraprocessados e priorizar alimentos como peixes, frutas, verduras e grãos integrais. Taciana ressalta que ainda há poucas evidências sobre dietas específicas, enquanto

Kamamoto alerta contra restrições excessivas.

- Dieta, em geral, tem prazo de validade. A paciente consegue por um tempo, desiste, recupera o peso, entra em outra dieta e, no acumulado, só se prejudica - adverte.

A orientação é observar possíveis reações do próprio corpo e moderar alimentos que aumentem a dor ou o inchaço, sem necessariamente cortá-los. Renata, por exemplo, percebe as pernas mais inchadas depois de beber ou comer muito pão.

Embora clínicas ofereçam radiofrequência e ultrassom microfocado, a revisão de Taciana aponta que não há estudos sobre essas técnicas para o lipedema. A terapia por ondas de choque é a única tecnologia estudada até agora, com resultados promissores sobretudo após a cirurgia.

Há pouco mais de um ano, Renata mudou a rotina, perdeu 40 quilos, passou a treinar de segunda a sábado, segue orientação nutricional e faz drenagem semanalmente.

- Fiquei três semanas sem drenagem por causa de uma viagem. Quando voltei, minhas pernas estavam muito inchadas e doloridas. É uma luta semanal - relata.

Quando operar

A cirurgia é uma lipoaspiração com técnicas que preservam os vasos linfáticos. É a única forma de retirar o tecido doente, mas exige um cirurgião plástico experiente.

- É uma lipoaspiração muito difícil, com pós-operatório ruim e sujeito a complicações - explica Taciana.

Kamamoto identifica dois perfis que podem se beneficiar:

mulheres nos estágios 1 e 2 que já emagreceram, se exercitam e cuidam da alimentação, mas continuam com dor e gordura resistente

pacientes nos estágios 3 e 4, com deformidades, desgaste nos joelhos e dificuldade de locomoção. Nesses casos, não é necessário esperar o peso ideal para operar

- Nessas pacientes mais graves, a cirurgia é um resgate de qualidade de vida. Permite que ela volte a andar, que caiba numa cadeira, num assento de avião ou de ônibus - descreve.

Casos avançados podem exigir mais de uma operação. Os especialistas divergem sobre a possibilidade de a gordura voltar:

- Uma vez retiradas, essas células não voltam a crescer naquela área - afirma Kamamoto.

- A cirurgia não cura a doença. Se a paciente não mantiver o tratamento clínico depois, a gordura pode retornar - contrapõe Oliveira.

Kamamoto cita o estudo alemão LIPLEG, publicado em setembro na revista científica The Lancet, que acompanhou 410 mulheres em 11 centros. Após 12 meses, 68,3% das operadas tiveram redução relevante da dor, contra 7,6% das que fizeram apenas tratamento conservador. Os autores, porém, registraram complicações graves somente entre as pacientes operadas.

Segundo Oliveira, os efeitos adversos mais frequentes são:

hematomas e sangramentos sob a pele

seroma, acúmulo de líquido na região operada

inchaço prolongado

endurecimento do tecido e irregularidades no contorno

alterações temporárias de sensibilidade

Renata chegou a considerar a cirurgia para definir as pernas, mas o médico desaconselhou.

- Ele disse que meu lipedema é de grau baixo e que a cirurgia é perigosa. Decidi não fazer - conta.

Peso emocional

Estudos citados na revisão de Taciana identificaram ansiedade ou depressão em 42% das pacientes e histórico de transtornos alimentares em 74% das participantes de outra pesquisa. Para a dermatologista, a frustração é central.

- Quando uma menina de 16, 18 anos recebe o diagnóstico, cai um peso na cabeça dela, porque sabe que vai se esforçar e aquela gordura vai continuar resistente - afirma.

Renata sente a cobrança, principalmente no verão. Na academia, depois de reclamar de um cutucão, ouviu de um homem que a esposa dele também vivia 'botando a culpa no lipedema'.

- Não é culpa. Dói de verdade. Vocês, homens, não têm e não sabem que dói. Aí acham que a gente está exagerando - desabafa.

Por onde começar

Procure avaliação médica: o primeiro passo é consultar um angiologista ou cirurgião vascular. Dermatologistas e endocrinologistas também podem avaliar a doença

Após o diagnóstico: faça acompanhamento multidisciplinar, evite exercícios de alto impacto e dietas restritivas extremas e conheça o próprio corpo para reduzir o risco de ansiedade

Não se compare: existem diferentes níveis de lipedema. Não fique se cobrando: é algo que está além da gente

Busque informação: a ONG Movimento Lipedema oferece rodas de conversa online gratuitas e mantém conteúdo no site e no Instagram

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

Veículo: **Gazeta da Semana** Estado: **São Paulo**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgiã vascular Dra. Letícia Costa explica

como o calor afeta a circulação, agrava os sintomas das varizes e quais sinais

podem indicar problemas mais graves, como a trombose.

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas

passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim

do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o

sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que

exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**

(**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que

dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma

vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais

lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos

tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando

não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para

dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam

intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa

facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de

peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele

e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos

períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do

clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem

acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer

acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna,

associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa

profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A

região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e

endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa

procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave

se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia

pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela

circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã

vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar

exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de

trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob

prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual

também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações

circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas

repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por

pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da Sociedade Brasileira de Angiologia e

Cirurgia Vascular (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças

venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Alô, Daniel Vilela! Médico denuncia redução de cirurgiões vasculares presenciais no HUGO; entidade cobra segurança

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Redação

Alô, Daniel Vilela! Médico denuncia redução de cirurgiões vasculares presenciais no HUGO; entidade cobra segurança

Por Redação 20 de novembro de 20261 minutos de leitura

• Oito anos depois, o que aconteceu?

Em 2018, o HUGO contava com um cirurgião vascular por plantão, garantindo cobertura presencial durante 24 horas. Agora, o médico Frederico Gomes denuncia que o hospital está reduzindo o atendimento para “apenas um cirurgião vascular presencial”. Após quase oito anos do governo iniciado por Ronaldo Caiado, que estrutura foi construída e o que está sendo reduzido, governador Daniel Vilela?

• Médico alerta para o risco

Em publicação no Instagram, Frederico manifestou preocupação com a diminuição de especialistas no Hospital Estadual de Urgências de Goiás Dr. Valdemiro Cruz. Segundo ele, a medida pode aumentar os riscos para pacientes com lesões vasculares graves, que podem ser fatais. “A segurança dos cidadãos deve vir em primeiro lugar!”, escreveu.

• Entidade apoia a equipe

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Goiás (**SBACV**-GO) publicou nota de apoio aos profissionais diante das mudanças propostas na escala. A entidade ressalta que o HUGO é referência em urgências e emergências e que o trauma vascular exige atendimento especializado, ágil e seguro.

• Pente-fino

A sociedade médica defende critérios técnicos para qualquer alteração nas equipes. O governo e a direção do HUGO precisam explicar o alcance da mudança. Esse único profissional estará presente em cada plantão? A cobertura presencial de 24 horas será mantida? Quantos especialistas serão retirados da escala e por quê?

Governador Daniel Vilela, o pente-fino na Saúde será contra médicos e profissionais ou contras as maracutaias em organizações sociais?

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

Governador Daniel Vilela, o Estado vai deixar Geraldo Ribeiro morrer por falta de cirurgião vascular? Família aguarda transferência

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Redação

Governador Daniel Vilela, o Estado vai deixar Geraldo Ribeiro morrer por falta de cirurgião vascular? Família aguarda transferência

Por Redação 21 de novembro de 20261 minutos de leitura

• Entre a vida e a morte

O Goiás24horas volta ao caso de Geraldo Ribeiro, intubado no Hospital Regional São Marcos, em Itumbiara. Como mostramos na sexta-feira (20), ele precisa de cirurgia vascular e aguarda transferência para o HUGO. Segundo a família, está regulado desde segunda-feira (16), mas a vaga ainda não saiu.

Dona Cida Galdino Ribeiro, irmã de Geraldo, contou que ele voltava de um plantão de 24 horas quando foi atingido por uma motocicleta, no domingo (15). Segundo ela, testemunhas disseram que o condutor estava “dando grau”. Cida denuncia que amigos tentaram protegê-lo. “A preocupação dos amigos foi em retirar a moto do local e livrar a cara do autor. Negligenciando o cuidado com a vítima.”

• Cirurgia depende de especialista

A irmã descreve Geraldo como um trabalhador de vida tranquila, que amava os animais e cuidava dos seus cachorros em casa. Segundo a família, ele reagiu bem à cirurgia no crânio, mas precisa de uma cirurgia vascular para reparar a lesão na aorta provocada pela pancada no peito. A sobrinha gravou um apelo, e os familiares procuraram o Ministério Público.

• HUGO enfrenta denúncia sobre escala

Na manhã de sexta-feira (20), o Goiás24horas mostrou o alerta do médico Frederico Gomes sobre a redução de cirurgiões vasculares presenciais no HUGO. A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Goiás apoiou a equipe e cobrou critérios técnicos e segurança nas mudanças.

A gestão padrão Albert Einstein, que recebe quase R$ 27 milhões por mês no HUGO, precisa explicar se a alteração interfere no recebimento de pacientes como o senhor Geraldo.

• Governador, cadê a vaga?

Daniel Vilela, o que impede a transferência? Onde e quando o senhor Geraldo terá a cirurgia que precisa? Não dá para esperar o “novo HUGO”, ora. A vida é aqui e agora!

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

Alô, Daniel Vilela! Geraldo está intubado e espera transferência para cirurgia vascular. O HUGO consegue atender?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Redação

Alô, Daniel Vilela! Geraldo está intubado e espera transferência para cirurgia vascular. O HUGO consegue atender?

Por Redação 20 de novembro de 20261 minutos de leitura

• Família recorre ao Ministério Público

Geraldo Ribeiro, morador do Jardim Liberdade, em Itumbiara, sofreu um acidente e está intubado no Hospital Regional São Marcos. Segundo denúncia da Folha de Notícias, ele está em estado gravíssimo e precisa de atendimento especializado em cirurgia vascular em Goiânia. A transferência esperada para esta sexta-feira (20) ainda não havia acontecido quando o relato foi divulgado.

• Espera pelo HUGO

A família aguarda a transferência para o Hospital Estadual de Urgências de Goiás (HUGO). Diante da demora, acionou o Ministério Público e poderá recorrer à Justiça. O caso também levanta uma cobrança sobre a estrutura do São Marcos para atender pacientes que precisam desse procedimento.

• Alerta sobre especialistas

Nesta mesma sexta-feira, o Goiás24horas mostrou a manifestação do cirurgião vascular Frederico Gomes sobre a redução de especialistas presenciais no HUGO. A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Goiás também publicou nota de apoio à equipe e defendeu critérios técnicos e segurança nas mudanças propostas na escala.

• Cadê a transferência?

Governador Daniel Vilela e direção do HUGO, sob gestão do Albert Einstein, o hospital dispõe de cirurgiões vasculares para atender à demanda? O que impede a transferência de Geraldo? A redução denunciada pelos profissionais interfere no recebimento desses pacientes? A família precisa de uma resposta urgente sobre onde e quando ele receberá o atendimento necessário.

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

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

CLIQUE PARA OUVIR

Cirurgiã vascular Dra. Letícia Costa explica

como o calor afeta a circulação, agrava os sintomas das varizes e quais sinais

podem indicar problemas mais graves, como a trombose.

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas

passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim

do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o

sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que

exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares

Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**

(**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que

dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma

vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais

lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos

tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando

não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para

dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam

intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa

facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de

peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele

e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos

períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do

clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem

acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer

acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna,

associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa

profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A

região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e

endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa

procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave

se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia

pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela

circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã

vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar

exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de

trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob

prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual

também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações

circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas

repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por

pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da Sociedade Brasileira de Angiologia e

Cirurgia Vascular (**SBACV**), com atuação no diagnóstico

e tratamento de doenças

venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Jornal do Belém** Estado: **São Paulo**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Jornal do Brás** Estado: **São Paulo**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Imagem Ilustrativa

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

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

Salatiel Medeiros de Araújo

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Jornal do Brás** Estado: **São Paulo**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

MAGNIFIC

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira.

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

SUENIA MICHELLE QUEIROZ DANTAS

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Paciente intubado em Itumbiara aguarda transferência para cirurgia vascular

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Um morador de Itumbiara diagnosticado com estado gravíssimo após um acidente aguarda a autorização e a efetivação de sua transferência hospitalar para a realização de uma cirurgia vascular de urgência. Geraldo Ribeiro, residente no Jardim Liberdade, encontra-se intubado no Hospital Regional São Marcos, localizado no interior do estado, necessitando de suporte médico especializado que, segundo os relatos divulgados, deveria ocorrer em unidades de referência na capital.

A demora no trâmite de remoção gerou forte apreensão entre os familiares, que cobram providências imediatas das autoridades estaduais de saúde e da gestão hospitalar. Diante do impasse logístico e assistencial, a família mobilizou instâncias jurídicas, acionando o Ministério Público e avaliando novos recursos na Justiça para assegurar o atendimento adequado ao paciente.

Cobranças por respostas sobre a estrutura de atendimento

A situação evidencia os gargalos enfrentados por pacientes que dependem de vagas em leitos de alta complexidade na rede pública estadual de saúde. O caso em Itumbiara coloca sob escrutínio a capacidade operacional do Hospital Regional São Marcos para estabilizar e conduzir casos que exigem intervenções cirúrgicas vasculares imediatas, além de questionar a agilidade dos fluxos de regulação de leitos.

Familiares e órgãos de controle buscam esclarecimentos sobre os motivos que retardam a transferência para o Hospital Estadual de Urgências de Goiás (HUGO), em Goiânia. A indefinição sobre prazos e a falta de uma resposta concreta sobre a disponibilidade de equipe e estrutura intensificam a vulnerabilidade do paciente e de seus entes queridos.

Debate sobre escalas médicas e especialidades presenciais

O episódio ocorre em um momento de ampla discussão pública sobre a composição das equipes médicas na rede de urgência e emergência do estado. Recentemente, entidades de classe e profissionais da área manifestaram preocupação com alterações nas escalas e na presença de cirurgiões vasculares em unidades de grande porte, gerando debates sobre a segurança dos procedimentos e a cobertura assistencial.

A **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Goiás posicionou-se publicamente em defesa de critérios técnicos rigorosos na organização das equipes. Para os especialistas, a manutenção de um quantitativo adequado de profissionais presenciais é fator determinante para evitar perdas de tempo precioso no atendimento a traumas vasculares graves.

Acompanhe O Parlamento para continuar informado

sobre os principais fatos da política, da saúde pública e dos acontecimentos que impactam o cotidiano da sociedade, sempre com rigor apurativo e compromisso com a verdade.

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

Veículo: **Jornal o Parlamento** Estado: **Goiás**
Data: **20/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Entidade cobra segurança no HUGO após médico denunciar menos cirurgiões vasculares

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

A estrutura de atendimento do Hospital Estadual de Urgências de Goiás Dr. Valdemiro Cruz (HUGO) voltou a ser alvo de questionamentos públicos. O médico Frederico Gomes usou as redes sociais para denunciar uma suposta redução no quadro de cirurgiões vasculares presenciais na unidade de saúde, acendendo um alerta sobre os riscos para pacientes em estado grave.

Conforme o relato divulgado na internet, o cenário difere do registrado em 2018, período em que o hospital contava com um cirurgião vascular dedicado exclusivamente a cada plantão, assegurando cobertura presencial ininterrupta durante 24 horas. Agora, a escala estaria sendo reduzida, o que gerou forte mobilização entre profissionais da medicina e entidades de classe no estado.

Alerta sobre riscos em casos de trauma

A diminuição de especialistas em unidades de urgência e emergência é vista com extrema preocupação pela comunidade médica. Especialistas lembram que o atendimento a pacientes com lesões vasculares graves exige rapidez extrema, uma vez que complicações nessa área podem evoluir rapidamente para quadros fatais.

Na avaliação do profissional que assina a denúncia, a segurança da população precisa ser tratada como prioridade absoluta na gestão da saúde pública. A mudança na escala de plantões coloca em debate a capacidade de resposta rápida do sistema de saúde estadual diante de ocorrências complexas que chegam diariamente à unidade.

Posicionamento da sociedade médica

Diante das alterações propostas na escala de atendimento, a **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional Goiás (**SBACV**-GO) manifestou apoio formal aos profissionais da área. Em nota oficial, a entidade reforçou que o HUGO desempenha um papel estratégico como referência em urgências e emergências em solo goiano.

A associação destacou a necessidade de critérios estritamente técnicos para qualquer modificação que envolva equipes médicas de alta complexidade. Para a entidade, é fundamental que o governo estadual e a direção do hospital esclareçam o alcance real da medida, respondendo se a cobertura presencial integral será mantida e quantos especialistas serão afetados.

Cobrança por transparência na gestão

A polêmica traz à tona discussões recorrentes sobre a qualidade e a eficiência dos serviços prestados na rede pública de saúde. Críticos da alteração cobram explicações detalhadas das autoridades competentes sobre os impactos operacionais decorrentes da reestruturação nas escalas de plantão.

O debate evidencia a sensibilidade do setor de saúde, onde alterações administrativas costumam gerar atritos imediatos entre gestores públicos, profissionais da ponta e usuários do sistema. A cobrança por esclarecimentos permanece aberta, enquanto pacientes e profissionais aguardam um posicionamento oficial definitivo sobre o futuro do atendimento vascular no estado.

Continue bem informado sobre os principais acontecimentos de Goiás e do país acompanhando O Parlamento. Nosso compromisso é levar até você uma cobertura jornalística independente, aprofundada e voltada para os fatos que realmente importam para o seu dia a dia.

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

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Página inicial

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as

principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veja quatro dicas para melhorar a sua experiência com as meias de compressão graduada

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Redação

O uso progressivo, e com as orientações adequadas, pode auxiliar na adaptação para o uso do produto e colaborar para o tratamento de doenças vasculares

Pacientes em tratamento de doenças circulatórias que utilizam a terapia de compressão graduada enfrentam um desafio logo nos primeiros dias: a adaptação às meias no cotidiano. Estudos clínicos reunidos pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** (**SBACV**) revelam que até 46% das pessoas interrompem ou deixam de seguir a conduta recomendada por barreiras para integrar o produto à rotina diária.

Relatórios da **SBACV** apontam que condições como as varizes atingem 38% dos adultos, índice que ultrapassa 70% na faixa dos 70 anos. O abandono do tratamento por uma parcela expressiva desse público pode agravar o quadro clínico, elevar os riscos de complicações circulatórias severas e comprometer a qualidade de vida.

A alta taxa de desistência nos primeiros dias gera preocupação quando confrontada com a extensão dos casos de doenças vasculares no país.

Nos primeiros dias, queixas como sensação de aperto elevado, aquecimento local, coceiras temporárias em peles ressecadas e dificuldade física para vestir a peça surgem com frequência. O entendimento das orientações técnicas e o ajuste do modelo ao biotipo do paciente estão entre as iniciativas que ajudam a superar os desconfortos iniciais e evitam a descontinuidade dos cuidados.

Passos práticos para uma boa adaptação

Para lidar com os principais desafios do tratamento, a **SBACV**, por meio de um guia de orientações, e os manuais de instrução da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no desenvolvimento de soluções que auxiliam no tratamento de doenças circulatórias, unindo suporte técnico e bem-estar, reúnem ações que podem facilitar o manuseio das meias de compressão graduada no dia a dia:

Momento ideal para vestir: o uso deve ser feito ao acordar, pois as pernas apresentam menor retenção de líquidos pela manhã. Em outras situações, a orientação é elevar os pés por alguns minutos antes de colocar a meia.

Técnica correta: a ação consiste em virar a meia do avesso até o calcanhar, posicionar o pé com precisão e desenrolar o tecido de forma suave, sem puxar pelas extremidades superiores.

Cuidados com a pele: a aplicação de hidratantes deve ocorrer preferencialmente à noite para evitar danos ao tecido.

Uso progressivo: a introdução da peça na rotina pode começar com poucas horas diárias, com ampliação gradual até atingir a indicação do especialista.

Tecnologia e conforto aliados à saúde

Entre os principais fabricantes de meias de compressão graduada está a SIGVARIS GROUP. A marca dispõe de um portfólio diversificado de modelos desenvolvidos com tecidos de alta respirabilidade, facilidade de calce e adaptação precisa aos diferentes biotipos. Essa combinação de suporte medicinal e conforto permite a incorporação do cuidado vascular à rotina com total naturalidade

Escute Suas Pernas

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

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

Sobre a SIGVARIS GROUP

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

Outras informações

Site SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

YOUTUBE

O post Veja quatro dicas para melhorar a sua experiência com as meias de compressão graduada apareceu primeiro em Notícia Positiva.

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

PAIPEE

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

PAIPEE

Médico explica se a falta de vitaminas pode aumentar o risco de AVC

Publicado por

-

November 21, 2026

Deficiências de vitaminas podem estar associadas a fatores de risco para o AVC, alerta cirurgião vascular. (Foto: Instagram)

Segundo dados do Ministério da Saúde, mais de 100 mil brasileiros morrem todos os anos em decorrência do acidente vascular cerebral (AVC). A condição avançou no país e já provoca mais mortes do que o infarto. As estimativas apontam que, a cada dois minutos, ocorre um novo caso e um óbito, entre seis a sete minutos.

++ Sistema de IA mostra como pessoas estão criando conteúdo diário sem gravar vídeos

Para evitar o AVC, é importante manter hábitos saudáveis, não fumar, praticar atividade física, diminuir o consumo de álcool e controlar a pressão arterial e a diabetes. O cirurgião vascular Herik Oliveira afirma que a falta de determinadas vitaminas pode elevar o risco da condição.

++ Bomba! Astro de Hollywood, Joe Manganirllo revela ter amputado membro

COMPLEXO B

De acordo com o membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), a lista inclui vitaminas do complexo B: B6, B9 e B12. O especialista explica que a deficiência dessas substâncias tende a elevar a homocisteína, um aminoácido altamente tóxico que pode lesionar a parede dos vasos sanguíneos, sobretudo a parte interna das artérias.

Herik afirma que, quando a parede arterial é afetada, o vaso fica mais vulnerável ao acúmulo de placas de gordura, quadro chamado aterosclerose. Também pode haver formação de trombo ou coágulo. Segundo o cirurgião vascular, isso pode bloquear o fluxo sanguíneo para o cérebro.

VITAMINAS C E D

O médico chama atenção para os baixos níveis de vitamina D, que participa do sistema renina-angiotensina-aldosterona (SRAA). Ele ressalta que esse conjunto de hormônios e enzimas regula a contração e o relaxamento dos vasos sanguíneos.

Níveis reduzidos de vitamina D estão relacionados a um risco maior de hipertensão arterial, principal fator de risco para o AVC. Além disso, podem contribuir para o aumento da rigidez arterial e da inflamação do sistema cardiovascular, reforça o especialista.

O cirurgião vascular explica que a vitamina C é essencial para a produção de colágeno, proteína que mantém a elasticidade e a resistência dos vasos sanguíneos, especialmente das artérias.

A deficiência desse nutriente pode tornar a parede dos vasos mais frágil e suscetível a danos causados pela hipertensão arterial. Também pode elevar o risco de rupturas e favorecer o AVC hemorrágico, afirma o membro da **SBACV**.

GRUPOS DE RISCO

Herik Oliveira cita grupos que costumam apresentar deficiência de uma dessas vitaminas. Entre eles estão idosos, pessoas que seguem dietas veganas e vegetarianas, pacientes com doenças gastrointestinais e indivíduos com condições crônicas que usam medicamentos.

Conforme o especialista, essas pessoas podem precisar de suplementação, pois a absorção dos nutrientes pode ser prejudicada. Ele explica que idosos têm menos capacidade de ativar a vitamina B12 no estômago e de produzir vitamina D na pele. Por isso, é importante consultar um médico e verificar os níveis dessas substâncias por meio de exames de sangue.

Tags: AVC, médico, vitaminas

Leave a Reply

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Paulo Melo

Página inicial

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Facebook Twitter

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veja quatro dicas para melhorar a sua experiência com as meias de compressão graduada

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

O uso progressivo, e com as orientações adequadas, pode auxiliar na adaptação para o uso do produto e colaborar para o tratamento de doenças vasculares

Pacientes em tratamento de doenças circulatórias que utilizam a terapia de compressão graduada enfrentam um desafio logo nos primeiros dias: a adaptação às meias no cotidiano. Estudos clínicos reunidos pela **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** (**SBACV**) revelam que até 46% das pessoas interrompem ou deixam de seguir a conduta recomendada por barreiras para integrar o produto à rotina diária.

A alta taxa de desistência nos primeiros dias gera preocupação quando confrontada com a extensão dos casos de doenças vasculares no país. Relatórios da **SBACV** apontam que condições como as varizes atingem 38% dos adultos, índice que ultrapassa 70% na faixa dos 70 anos. O abandono do tratamento por uma parcela expressiva desse público pode agravar o quadro clínico, elevar os riscos de complicações circulatórias severas e comprometer a qualidade de vida.

A alta taxa de desistência nos primeiros dias gera preocupação quando confrontada com a extensão dos casos de doenças vasculares no país.

Nos primeiros dias, queixas como sensação de aperto elevado, aquecimento local, coceiras temporárias em peles ressecadas e dificuldade física para vestir a peça surgem com frequência. O entendimento das orientações técnicas e o ajuste do modelo ao biotipo do paciente estão entre as iniciativas que ajudam a superar os desconfortos iniciais e evitam a descontinuidade dos cuidados.

Passos práticos para uma boa adaptação

Para lidar com os principais desafios do tratamento, a **SBACV**, por meio de um guia de orientações, e os manuais de instrução da SIGVARIS GROUP, empresa de referência no desenvolvimento de soluções que auxiliam no tratamento de doenças circulatórias, unindo suporte técnico e bem-estar, reúnem ações que podem facilitar o manuseio das meias de compressão graduada no dia a dia:

Momento ideal para vestir: o uso deve ser feito ao acordar, pois as pernas apresentam menor retenção de líquidos pela manhã. Em outras situações, a orientação é elevar os pés por alguns minutos antes de colocar a meia.

Técnica correta: a ação consiste em virar a meia do avesso até o calcanhar, posicionar o pé com precisão e desenrolar o tecido de forma suave, sem puxar pelas extremidades superiores.

Cuidados com a pele: a aplicação de hidratantes deve ocorrer preferencialmente à noite para evitar danos ao tecido.

Uso progressivo: a introdução da peça na rotina pode começar com poucas horas diárias, com ampliação gradual até atingir a indicação do especialista.

Tecnologia e conforto aliados à saúde

Entre os principais fabricantes de meias de compressão graduada está a SIGVARIS GROUP. A marca dispõe de um portfólio diversificado de modelos desenvolvidos com tecidos de alta respirabilidade, facilidade de calce e adaptação precisa aos diferentes biotipos. Essa combinação de suporte medicinal e conforto permite a incorporação do cuidado vascular à rotina com total naturalidade

Escute Suas Pernas

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

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

Sobre a SIGVARIS GROUP

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

Outras informações

Site SIGVARIS GROUP BRASIL

Programa Sig+

FACEBOOK

INSTAGRAM

LINKEDIN

YOUTUBE

Com assessoria de imprensa

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

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original





Clique aqui para abrir a imagem

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Médico explica se a deficiência de alguma vitamina pode favorecer o AVC

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Marina Ferreira

Claudia Meireles O médico Herik Oliveira ressalta que manter algumas vitaminas em níveis baixos pode prejudicar os vasos sanguíneos e contribuir para o AVC

Marina Ferreira, Claudia Meireles

21/11/2026 02:00

Halfpoint/Getty Images

Conforme dados do Ministério da Saúde, mais de 100 mil brasileiros morrem anualmente em decorrência do acidente vascular cerebral (AVC). A condição avançou no país e já mata mais que o infarto. Pelas estimativas, a cada dois minutos ocorre um novo caso e um óbito, entre seis a sete minutos.

Evitar o quadro requer adotar um estilo de vida saudável, não fumar, fazer atividade física, reduzir o consumo de álcool e controlar a pressão arterial e a diabetes. De acordo com o cirurgião vascular Herik Oliveira, a deficiência de determinadas vitaminas pode aumentar o risco de AVC.

Fechar modal.

1 de 5

O acidente vascular cerebral é decorrente da interrupção do fluxo sanguíneo em uma área do cérebro

KATERYNA KON/SCIENCE PHOTO LIBRARY/Getty Images

2 de 5

Prevenir o AVC, requer mudar hábitos de vida e seguir alguns pilares

Halfpoint Images/Getty Images

3 de 5

A hipertensão arterial mal controlada é um fator de risco para o AVC

Halfpoint/Getty Images

4 de 5

O AVC afeta as células cerebrais

Chinnapong/Getty Images

5 de 5

O AVC é uma condição silenciosa, conforme esclarece o médico

Halfpoint Images/Getty Images

Complexo B

Segundo o membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), a lista integra as vitaminas do complexo B, sendo a B6, B9 e B12. “A deficiência dessas substâncias tende a elevar os níveis de homocisteína, que é um aminoácido altamente tóxico, e pode causar lesão na parede dos vasos sanguíneos, em especial das artérias, mais na parede interna”, explica o especialista.

Herik argumenta que, ao afetar a parede das artérias, esse vaso sanguíneo está mais suscetível ao acúmulo de placa de gordura, condição conhecida como aterosclerose. Outro quadro resultante é a formação de trombo ou coágulo. “Isso pode interromper o fluxo sanguíneo para o cérebro”, frisa o cirurgião vascular.

Entre no canal de WhatsApp do Metrópoles

Getty Images A deficiência de vitaminas do complexo B pode desencadear lesões na parede dos vasos sanguíneos Vitaminas C e D

O médico alerta quanto ao baixo índice da vitamina D, responsável pelo sistema renina-angiotensina-aldosterona (SRAA). Ele salienta que esse conjunto de hormônios e enzimas controla a contração e o relaxamento dos vasos sanguíneos.

“Níveis baixos de vitamina D estão associados a um maior risco de hipertensão arterial, principal fator de risco para o AVC. Além disso, podem contribuir para o aumento da rigidez arterial e da inflamação do sistema cardiovascular”, reitera o especialista.

Getty Images O AVC é a principal causa de morte no Brasil conforme registros de cartórios

O cirurgião vascular cita que a vitamina C é a base para a produção de colágeno, proteína que mantém a elasticidade e a resistência dos vasos sanguíneos, em especial das artérias.

“A deficiência desse nutriente tende a deixar a parede dos vasos sanguíneos mais frágil e suscetível a danos provocados pela hipertensão arterial. Também pode aumentar o risco de rupturas favorecendo o AVC hemorrágico”, atesta o membro da **SBACV**.

Grupos de risco

Herik Oliveira menciona os grupos de risco que costumam apresentar deficiência de alguma dessas vitaminas. Entre eles, estão idosos, pessoas adeptas de dietas veganas e vegetarianas, pacientes com doenças gastrointestinais e indivíduos com condições crônicas que fazem uso de medicamentos.

Conforme o especialista, esses grupos podem precisar de suplementação devido à interferência na absorção dos nutrientes. Ele exemplifica: “Os idosos têm menor capacidade de ativar a vitamina B12 no estômago e de produzir a D na pele”. Por isso, é importante procurar um médico para avaliar os níveis dessas substâncias por meio de exames de sangue.

PeopleImages/Getty Images Algumas pessoas precisam fazer suplementação das substâncias

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

Já leu todas as notas e reportagens da coluna hoje? Acesse a coluna do Metrópoles.

avc,médico,vitaminas

Ver Comentários

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgiã vascular Dra. Letícia Costa explica

como o calor afeta a circulação, agrava os sintomas das varizes e quais sinais

podem indicar problemas mais graves, como a trombose.

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas

passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim

do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o

sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que

exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**

(**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que

dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

“O calor faz com que haja uma

vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais

lento. É o que a gente chama de estase sanguínea”, explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos

tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando

não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para

dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam

intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa

facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de

peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele

e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos

períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do

clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem

acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer

acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna,

associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa

profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A

região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e

endurecimento da panturrilha.

“Se isso acontecer, a pessoa precisa

procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave

se não tratada”, alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia

pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela

circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã

vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar

exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de

trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob

prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual

também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações

circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas

repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por

pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da Sociedade Brasileira de Angiologia e

Cirurgia Vascular (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças

venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Revista Kdea 360** Estado: **Rio de Janeiro**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: SALATIEL ARAúJO

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

MAGNIFIC

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Sala da Notícia** Estado: **São Paulo**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Imagem Ilustrativa

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Vida e Ação** Estado: **Rio de Janeiro**
Data: **23/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Doença falciforme eleva em até 18 vezes o risco de morte materna

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

A saúde da população negra ainda é marcada por desigualdades que se refletem no acesso ao diagnóstico, ao tratamento e à assistência médica. Entre os exemplos está a anemia falciforme, uma doença hematológica hereditária que atinge, principalmente, pessoas de ancestralidade negra. Trata-se de uma alteração genética que afeta a hemoglobina presente nos glóbulos vermelhos, causando a sua deformação e dificultando a circulação sanguínea.

Com a redução da oxigenação dos tecidos e órgãos, podem ocorrer uma série de sintomas, como crises intensas de dor, anemia crônica e maior suscetibilidade a infecções, especialmente durante a infância. De acordo com dados do Ministério da Saúde, o Estado do Rio de Janeiro tem a segunda maior incidência da doença no país: um em cada 1,2 mil nascidos vivos. A Bahia lidera com um caso a cada 650 nascidos vivos.

O tema ganha ainda mais relevância no dia 20 de novembro, Dia da Consciência Negra, diante dos riscos que a doença pode trazer à saúde materna. A condição genética mais frequente nessa população exige atenção especial quando a mulher deseja engravidar.

Dados levantados pela Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo) mostram a dimensão dessa desigualdade. O último estudo nacional publicado sobre o tema revelou que cerca de 78,6% das mortes por doença falciforme no Brasil ocorrem em pessoas pretas ou pardas, em comparação com 44,9% na população geral.

A mortalidade durante a gestação pode ser de quatro a 18 vezes maior do que entre mulheres sem a condição. Além disso, a idade mediana de óbito de mulheres com a doença é de apenas 34 anos, frente a 74 anos na população geral de mulheres.

Na gestação, os riscos também são elevados. Entre as principais complicações estão crises de dor, infecções, tromboses, pré-eclâmpsia, parto prematuro e comprometimento do desenvolvimento fetal. “Cerca de um terço das gestantes com doença falciforme enfrenta eventos de quase-morte durante a gravidez ou no pós-parto”, alerta a médica Maria Laura Costa do Nascimento, membro da Comissão Nacional Especializada em Hipertensão na Gestação da Febrasgo.

Doença não impede engravidar: entenda os riscos

Apesar dos riscos, a doença não impede a maternidade. O planejamento antes da concepção é fundamental para avaliar as condições clínicas da mulher, bem como ajustar tratamentos e organizar o acompanhamento com uma equipe multiprofissional. Entre os cuidados estão a revisão dos medicamentos, a realização de exames, a atualização vacinal e a suplementação com ácido fólico. “Medicamentos como hidroxiureia e quelantes de ferro precisam ser avaliados e, quando indicado, suspensos antes da gravidez, sempre sob orientação médica”, enfatiza a ginecologista.

Outro ponto importante é investigar a condição genética do parceiro. Como a doença falciforme é hereditária, a

combinação dos genes dos pais determina a possibilidade de transmissão ao bebê. A eletroforese de hemoglobina é o exame indicado para identificar alterações genéticas relacionadas à essa condição.

Se o parceiro apresentar o traço falciforme ou outra alteração na hemoglobina, como HbC ou beta-talassemia, existe uma probabilidade de 50% a cada gravidez de o bebê herdar duas cópias alteradas e nascer com a doença. Por isso, a avaliação genética e o aconselhamento do casal são fundamentais antes da concepção", orienta a Dra. Maria Laura.

Cuidado rigoroso vai da contracepção ao parto

A escolha do método contraceptivo também merece atenção. Como a doença falciforme aumenta o risco de trombose, métodos que contêm apenas progestagênio, como implantes subdérmicos e dispositivos intrauterinos hormonais (DIU), estão entre as opções recomendadas. A escolha deve ser discutida com o ginecologista, considerando as condições clínicas e os planos reprodutivos da mulher.

Além dos desafios clínicos, o acesso à assistência especializada ainda é uma barreira para muitas mulheres negras. "O racismo estrutural e institucional, o estigma associado à doença, a falta de capacitação das equipes de saúde e a escassez de centros de referência e especialistas dificultam o planejamento reprodutivo dessas mulheres", diz a médica.

Durante a gravidez, o acompanhamento deve envolver obstetra especializado em gestação de alto risco, hematologista e outros profissionais, conforme a necessidade da paciente. O monitoramento inclui atenção às complicações maternas e exames periódicos para avaliar o crescimento do bebê. O cuidado também deve continuar após o parto, período em que há maior risco de crises de dor, infecções e tromboses.

Para a especialista, o medo dos riscos não deve significar a desistência da maternidade para as mulheres que convivem com a doença falciforme. "A orientação essencial é reconhecer que o medo é legítimo diante das complicações que a doença pode trazer, mas reforçar que a maternidade é um objetivo possível, quando acompanhada adequadamente", conclui Dra. Maria Laura.

Além do sangue: feridas nas pernas, dor e AVC podem estar ligados à circulação

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

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

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

De acordo com Márcio Steinbruch, especialista em cirurgia vascular formado pelo Hospital das Clínicas da FMUSP e membro da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular**, a doença falciforme precisa ser compreendida como uma condição sistêmica.

A doença falciforme não afeta apenas o sangue de forma isolada. Ela pode comprometer a circulação em pequenos vasos, dificultar a oxigenação dos tecidos e contribuir para crises dolorosas e complicações vasculares, como úlceras nas pernas e outros quadros

que exigem acompanhamento cuidadoso", explica.

Atenção especial às feridas e úlceras

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

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

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

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

Hemorio abre novos leitos da emergência para pacientes em tratamento

Com expansão, de sete para 13 vagas de internação, unidade deve passar a realizar mil atendimentos por mês, com atenção especial aos casos de anemia falciforme

O Hemorio (Instituto Estadual de Hematologia) é uma das principais instituições brasileiras na assistência, pesquisa e desenvolvimento de estratégias voltadas para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com doençafalciforme.

O maior hemocentro público do Estado do Rio atende, em média, mais de 70 pacientes por dia em seu pronto atendimento. O espaço conta com 13 leitos e poltronas de medicação. Atualmente, é a unidade hospitalar que concentra o maior número de pacientes hemofílicos e com anemia falciforme no país.

Recentemente, a unidade ampliou a oferta de leitos para adultos em tratamento, permitindo que o público receba um atendimento mais ágil e qualificado. As vagas para internação passaram de sete para 13, com prioridade para o atendimento de pacientes com anemia falciforme.

A expansão vai permitir que o Hemorio realize cerca de mil atendimentos por mês. Os leitos dedicados à emergência vão agilizar o atendimento, especialmente, ao paciente de doença falciforme em crises de dor, reduzindo o tempo de espera para início do tratamento.

Hoje, o Hemorio atende a aproximadamente 4 mil pacientes, entre adultos e crianças, com esse tipo de anemia. A unidade também recebe pessoas com leucemia, linfoma e hemofilia. O encaminhamento é feito por meio do Sistema Estadual de Regulação (SER), de acordo com critérios clínicos e assistenciais.

Para reforçar a assistência no Serviço de Pronto Atendimento (SPA) do Hemorio, a Fundação Saúde contratou 133 profissionais de saúde, entre médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem e farmacêuticos.

Equipe ampliada e poltronas para acompanhantes

Os novos leitos são equipados com camas elétricas, monitores cardíacos e desfibriladores, garantindo suporte médico de alta complexidade aos pacientes em tratamento. Para maior conforto dos pacientes, a

unidade conta com poltronas para acompanhantes, que poderão permanecer no local durante todo o período de internação; além de chuveiros, televisão, farmácia e sala de infusão para administração de medicamentos.

O setor conta, ainda, com três consultórios médicos, uma Sala Vermelha, destinada aos casos de maior gravidade, uma Sala Amarela, para pacientes com risco intermediário, além de um Posto de Enfermagem, responsável pela coordenação das atividades assistenciais e pelo apoio à equipe multiprofissional.

Emergência pediátrica também será reformada

A emergência pediátrica, em funcionamento há cinco anos no 5º andar do prédio do Hemorio, será transferida para o 1º andar, após a reforma. O espaço atenderá crianças e adolescentes de seis meses a 16 anos de idade, oferecendo assistência integral e especializada.

Referência estadual em hematologia e hemoterapia, o Hemorio abastece com hemocomponentes (como hemácias, plaquetas e plasma) as principais unidades de urgência e emergência do estado. Além do banco de sangue, a instituição mantém um hospital com 90 leitos no geral, centro de pesquisa, programa de residência médica e laboratório de referência.

O Hemorio é responsável por 75% das internações hematológicas do estado, além de ter fundamental importância na coleta e distribuição de sangue. A unidade funciona como um centro distribuidor, garantindo o suporte transfusional a toda a rede estadual', declarou o secretário de Saúde, Ronaldo Damião.

Para o diretor-geral do Hemorio, Luiz Amorim, a grande importância dessa nova emergência é a ampliação da capacidade de atendimento do Hemorio, com um acolhimento humanizado e de mais qualidade. “O que muda, essencialmente, é a velocidade em atender o paciente com conforto e toda a infraestrutura necessária. A Sala de Medicação, por exemplo, permite agilizarmos a assistência às pessoas que chegam à unidade sentindo dor”, pontuou.

Com Assessorias

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Visão de Mulher** Estado: **Distrito Federal**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

11/24/2026 02:37:00 PM 0 Comentários

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as

principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira.

facebook twitter whatsapp pinterest linkedin

Notícias Relacionadas

Talvez você goste destas postagens

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Viva Basilia** Estado: **Distrito Federal**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Voz do Bairro** Estado: **São Paulo**
Data: **25/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Pernas inchadas no verão: quando é motivo de preocupação?

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Imagem Ilustrativa

Com o aumento das temperaturas no verão, muitas pessoas passam a sentir as pernas mais pesadas, cansadas e inchadas, sobretudo no fim do dia. Embora esse desconforto seja comum nos períodos de calor intenso, o sintoma merece atenção, pois também pode apontar problemas circulatórios que exigem avaliação médica.

De acordo com a cirurgiã vascular Dra. Letícia Soares Costa, membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), as altas temperaturas provocam a dilatação dos vasos sanguíneos, o que dificulta o retorno do sangue das pernas em direção ao coração.

'O calor faz com que haja uma vasodilatação, ou seja, as veias se dilatam e o sangue vai ter um fluxo mais lento. É o que a gente chama de estase sanguínea', explica a médica.

Essa lentidão no fluxo favorece o acúmulo de líquidos nos tecidos, gerando o inchaço. Somada a isso, a perda de água pelo suor, quando não compensada pela ingestão adequada de líquidos, também contribui para dificuldades circulatórias.

Calor pode agravar os sintomas das varizes

Para quem já possui varizes, os dias quentes costumam intensificar os incômodos. Segundo Dra. Letícia Costa, a dilatação venosa facilita o acúmulo de sangue nos membros inferiores, elevando a sensação de peso, o cansaço, a dor e o edema.

Outros sinais frequentes incluem queimação, coceira na pele e veias mais dilatadas e aparentes. O desconforto tende a piorar após longos períodos em pé ou sentado, aliviando com o repouso e a elevação das pernas.

Quando o inchaço pode indicar trombose?

Nem todo edema deve ser encarado como efeito natural do clima quente. Quando o inchaço atinge as duas pernas de forma simétrica e vem acompanhado de varizes, pode sinalizar uma doença venosa crônica que requer acompanhamento vascular.

Por outro lado, o inchaço súbito em apenas uma perna, associado a dor intensa, funciona como sinal de alerta para trombose venosa profunda, quadro marcado pela formação de coágulos no interior das veias. A região afetada também pode apresentar aumento de temperatura local e endurecimento da panturrilha.

'Se isso acontecer, a pessoa precisa procurar atendimento médico de urgência, porque trombose é uma condição grave se não tratada', alerta a Dra. Letícia.

Uma das complicações mais perigosas da trombose é a embolia pulmonar, que acontece quando um fragmento do coágulo se desprende, viaja pela circulação e bloqueia vasos nos pulmões, oferecendo risco de morte.

Como evitar o inchaço nas pernas no verão?

Para amenizar os sintomas nos dias quentes, a cirurgiã vascular recomenda manter uma boa hidratação ao longo do dia, praticar exercícios físicos regularmente e elevar as pernas após jornadas prolongadas de trabalho ou longos períodos na mesma posição.

O uso de meias de compressão elástica, sempre sob prescrição médica, auxilia no controle do edema. A drenagem linfática manual também pode ajudar no alívio dos desconfortos em casos selecionados. Alterações circulatórias persistentes devem ser investigadas em consulta, e sintomas repentinos, sobretudo em apenas um membro, demandam busca imediata por pronto-socorro.

Fonte:

Dra. Letícia Soares Costa - Cirurgiã Vascular

CRM-PR 40.564 | RQE 24.203

Membro titular da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), com atuação no diagnóstico e tratamento de doenças venosas e linfáticas por métodos minimamente invasivos.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Voz do Bairro** Estado: **São Paulo**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

MAGNIFIC

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira.

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV

Veículo: **Blog A Crítica** Estado: **Rio Grande do Norte**
Data: **26/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Doença venosa crônica: critérios para a avaliação e a escolha do tratamento

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Autor: Blog A CRÍTICA

Nem sempre a aparência revela a gravidade

*Por Dra. Dafne Leiderman

A doença venosa crônica apresenta diferentes manifestações, desde pequenos vasinhos superficiais até varizes de maior calibre, inchaço, alterações na pele e úlceras. A aparência das pernas, entretanto, nem sempre revela a extensão do problema. Há pacientes com muitos microvasos e comprometimento superficial, enquanto outros apresentam poucas alterações visíveis, mas possuem refluxo na veia safena ou em estruturas internas.

Por isso, o diagnóstico não deve considerar apenas o aspecto estético. A avaliação clínica é fundamental para identificar a origem das alterações, compreender a extensão do comprometimento circulatório e definir a abordagem terapêutica mais adequada.

Nem sempre a aparência revela a gravidade

Os pequenos vasos sanguíneos superficiais de coloração avermelhada ou arroxeada, chamados de telangiectasias, são frequentemente associados a questões estéticas. Entretanto, podem coexistir com alterações em veias de maior calibre. Por esse motivo, a avaliação vascular deve preceder qualquer procedimento.

As varizes de maior calibre, por sua vez, apresentam maior associação com sintomas como dor, sensação de peso, cansaço e edema. Mesmo sem veias dilatadas aparentes, a insuficiência da safena pode provocar alterações circulatórias relevantes.

A classificação CEAP organiza os estágios clínicos da doença venosa de C1 a C6. O C1 corresponde às telangiectasias e veias reticulares; o C2, às varizes; o C3, ao edema; e o C4, às alterações cutâneas. O C5 representa a úlcera venosa cicatrizada, enquanto o C6 indica a presença de úlcera ativa.

Nos estágios mais avançados, podem surgir manchas amarronzadas, descamação e endurecimento da pele, principalmente próximo aos tornozelos. Também pode ocorrer atrofia branca, caracterizada por áreas esbranquiçadas semelhantes a cicatrizes, nas quais pequenos traumas podem evoluir para feridas de difícil cicatrização.

O Doppler orienta a escolha terapêutica

O ultrassom Doppler permite mapear as veias comprometidas e estabelecer a relação entre os sintomas e as alterações anatômicas. Uma safena doente, por exemplo, exige uma abordagem diferente daquela indicada para microvasos ou veias reticulares.

O exame também identifica varizes internas e

alterações nas veias perfurantes, responsáveis pela comunicação entre os sistemas superficial e profundo. Essas informações orientam a escolha do procedimento e ajudam a reduzir o risco de recorrência.

Entre as técnicas disponíveis estão o endolaser, o laser transdérmico, a escleroterapia com espuma e os procedimentos cirúrgicos, como a flebectomia e a safenectomia.

O endolaser utiliza uma fibra óptica introduzida no interior da veia. A energia térmica promove seu fechamento e a técnica é considerada padrão-ouro para o tratamento da safena comprometida.

O laser transdérmico atua por meio da pele e tem indicação para vasos superficiais, como veias esverdeadas, varizes finas e microvasos arroxeados. Já a escleroterapia com espuma utiliza uma substância que provoca o fechamento do vaso. A concentração varia conforme o calibre e a localização da veia.

A flebectomia consiste na retirada de varizes grossas por pequenas incisões. A safenectomia, por sua vez, corresponde à retirada da safena. A cirurgia convencional continua a ter espaço na prática clínica, e a escolha entre as técnicas depende da anatomia venosa, da extensão do refluxo e das condições de cada paciente. Em algumas situações, a associação de procedimentos proporciona resultados mais completos.

Resultados e cuidados após o tratamento

A evolução tecnológica ampliou as possibilidades de tratamentos minimamente invasivos, com menor necessidade de internação hospitalar e anestesia geral em situações selecionadas. Os resultados dependem do tipo de alteração e da técnica empregada.

Varizes grossas e safenas comprometidas geralmente podem ser tratadas em um único procedimento. Os microvasos, por outro lado, costumam exigir diferentes sessões. Nos maiores estudos, o clareamento dos microvasos na primeira etapa varia de 40% a 80%, conforme a quantidade e as características dos vasos, a técnica empregada e a resposta individual.

Quando há indicação médica, a retirada ou o fechamento de uma safena doente melhora a circulação, sem comprometer o retorno do sangue ao coração. Mesmo quando há refluxo nesse sistema, o tratamento da safena pode ser indicado, conforme a avaliação individual de cada paciente.

Após os procedimentos, podem surgir hematomas e equimoses, que desaparecem gradualmente. A exposição solar deve ser evitada enquanto houver marcas arroxeadas, para reduzir o risco de manchas na pele. O uso de protetor solar também é importante durante a recuperação.

A atividade física regular contribui para a circulação e não agrava as varizes. Os exercícios ajudam a melhorar os sintomas, enquanto o controle do peso reduz a sobrecarga sobre o sistema venoso.

É fundamental, ainda, reconhecer os sinais de alerta, como dor, inchaço e vermelhidão intensos, especialmente quando surgem repentinamente em apenas uma perna, pois exigem investigação imediata. Uma variz endurecida, avermelhada e dolorosa, com aspecto de cordão sob a pele, também pode indicar tromboflebite e necessita de avaliação médica.

O tratamento da doença venosa crônica deve ser individualizado. A avaliação clínica associada ao Doppler permite identificar a origem das alterações, selecionar a técnica mais adequada e preservar as estruturas saudáveis. O objetivo vai além da melhora estética: envolve o alívio dos sintomas, o cuidado com a circulação e a prevenção de complicações.

Dra. Dafne Leiderman é Cirurgiã vascular e diretora de Publicações da **Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular** - Regional São Paulo (**SBACV**-SP)

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV,

SBACV - Sociedade Brasileira de Angiologia e de Cirurgia Vascular

Veículo: **Blog do Paulo Melo** Estado: **Goiás**
Data: **24/11/2026 00:00** Editoria: **Noticias** Página:

Tabagismo compromete a circulação e aumenta o risco de trombose

Link original



Clique aqui para abrir a imagem

Cirurgião vascular Herik Oliveira alerta que as substâncias tóxicas do cigarro favorecem a obstrução das artérias e podem provocar isquemias, necroses e complicações graves; riscos também envolvem cigarros eletrônicos e narguilé

Além dos danos conhecidos ao sistema respiratório, o hábito de fumar compromete diretamente a circulação sanguínea, favorecendo o desenvolvimento de doenças vasculares como trombose.

De acordo com dados da **Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular** (**SBACV**), o tabagismo está entre os fatores de risco importantes para a trombose e a obstrução arterial. A nicotina e outras substâncias tóxicas inaladas provocam alterações nos vasos sanguíneos e favorecem a formação de coágulos e o estreitamento das artérias.

O cirurgião vascular Herik Oliveira, da clínica Angioven, explica que os efeitos do cigarro sobre a circulação podem evoluir para complicações graves, exigindo acompanhamento médico e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

“O cigarro aumenta a viscosidade do sangue, favorecendo tromboses, além de causar obstruções arteriais, isquemias e necroses. Essas alterações podem levar à internação, necessidade de cirurgias, revascularização arterial ou cirurgia endovascular - como o cateterismo com angioplastia e colocação de stent para restauração do fluxo sanguíneo -, podendo evoluir para o risco de amputações em casos mais graves”, alerta Dr. Herik.

Sinais de alerta no corpo

O comprometimento da circulação pode apresentar sintomas que não devem ser ignorados. Entre os principais sinais de alerta estão:

* Dores nas pernas durante caminhadas (claudicação intermitente);

* Mudanças na coloração da pele e dos pés (palidez);

* Perda da sensibilidade e formigamento nas pernas (parestesia);

* Mudança de temperatura no membro (frialdade);

* Fraqueza ou dificuldade para movimentar as pernas;

* Surgimento de feridas, úlceras e áreas de necrose.

“Esses sintomas indicam problemas vasculares graves e estão relacionados a qualquer tipo de tabaco, seja o cigarro tradicional, os dispositivos eletrônicos (vapes) ou o narguilé”, reforça o cirurgião.

Como o tabagismo compromete os vasos sanguíneos

O consumo de tabaco provoca alterações que afetam diferentes estruturas do sistema circulatório. Entre as principais consequências estão:

Aterosclerose: o fumo acelera o acúmulo de gorduras e placas nas artérias, aumentando as chances de infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Doença Arterial Periférica (DAP): fumantes apresentam risco até quatro vezes maior de obstrução nas artérias das extremidades do corpo.

Aneurisma da Aorta Abdominal (AAA): o tabagismo aumenta significativamente o risco de dilatação da principal artéria do organismo.

Disfunção endotelial: as substâncias tóxicas danificam o endotélio, camada interna dos vasos sanguíneos, favorecendo alterações circulatórias e tromboses.

Hipertensão arterial: a nicotina eleva a pressão arterial e a frequência cardíaca, sobrecarregando o sistema cardiovascular.

A interrupção do tabagismo é uma das principais medidas para reduzir os danos à circulação e prevenir complicações futuras. “Ao cessar o tabagismo, a pressão arterial e a frequência cardíaca começam a se normalizar gradativamente, melhorando o fluxo circulatório. A longo prazo, a interrupção da nicotina diminui de forma expressiva os riscos de aterosclerose, tromboses e amputações”, conclui o Dr. Herik Oliveira

Assuntos e Palavras-Chave: SBACV - SBACV