



Pílulas
de
Saúde



Mútua

VOCÊ SABE O QUE É SÍNDROME METABÓLICA E QUAIS OS SEUS RISCOS?

A **síndrome metabólica** é uma condição que envolve a presença de vários **fatores de risco para doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2**. Esses fatores incluem obesidade abdominal, pressão arterial elevada, níveis elevados de açúcar no sangue, níveis elevados de triglicerídeos e baixos níveis de colesterol HDL (o bom colesterol). Ela aumenta significativamente o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, como doença arterial coronariana, infarto do miocárdio (ataque cardíaco) e acidente vascular cerebral (AVC).

Isso ocorre porque os **fatores de risco associados à síndrome metabólica podem danificar os vasos sanguíneos e levar ao acúmulo de placas de gordura nas artérias (aterosclerose)**, restringindo o fluxo sanguíneo para o coração e para o cérebro.

É importante ressaltar que a presença da síndrome metabólica aumenta o risco de doenças cardiovasculares de forma independente, ou seja, mesmo na ausência de outros fatores de risco, como tabagismo ou histórico familiar de doenças cardíacas. Portanto, é fundamental adotar medidas de prevenção e tratamento da síndrome metabólica para reduzir o risco de complicações cardiovasculares.

Isso inclui a adoção de um estilo de vida saudável, como alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, controles do peso, da pressão arterial, do açúcar no sangue e dos níveis de lipídios, além de acompanhamento médico regular.

Dra. Karine Simões Azevedo

Cardiologista