



## PLACAS ARTERIAIS PODEM SER NOCIVAS

A aterosclerose é considerada uma das principais causas de doenças cardiovasculares. São placas que se depositam nas paredes das artérias do corpo. A ruptura imprevisível dessas placas ateroscleróticas vulneráveis desencadeiam eventos cardiovasculares adversos e em diferentes áreas anatômicas, pois a doença é difusa, como, por exemplo, oclusão aguda de uma artéria femoral (nutre a perna) ou carótida (nutre o cérebro), podendo levar até mesmo ao óbito. Portanto, avaliar a vulnerabilidade das placas ateroscleróticas e intervir precocemente são importantes na redução da mortalidade e na prevenção de adversidades. É importante lembrar e destacar a prevenção:

**A aterosclerose pode ser prevenida pela adoção de hábitos de vida saudáveis, como:**

- Ter uma alimentação equilibrada, com baixo teor de gorduras e sal.
- Praticar exercícios físicos regularmente.
- Controlar a pressão arterial.
- Controlar o diabetes.
- Manter o peso adequado.
- Não fumar.
- Evitar o consumo de bebida alcoólica.
- Procurar e se informar com um especialista.

**Dr. Paulo Eduardo Ocke Reis**  
Cirurgia Vascular & Endovascular