



ATEROSCLEROSE SISTÊMICA

A aterosclerose sistêmica pode ocorrer em todos os vasos, às vezes em várias áreas do corpo simultaneamente, o que é chamado de "doença polivascular".

A influência que a medicina preventiva pode ter sobre a aterosclerose sistêmica é ilustrada por alguns dados sobre a aterosclerose dos vasos extracranianos que irrigam o cérebro ou de vasos como a aorta ou dos membros inferiores.

Cerca de 30% das pessoas entre 45 e 74 anos apresentam um espessamento patológico da parede vascular dos vasos cervicais (espessamento da íntima), um importante indicador de aterosclerose.

A partir de um grau de estenose (grau de entupimento) de 70%, as diretrizes práticas atuais de várias sociedades profissionais médicas recomendam o tratamento invasivo preventivo primário. Lembrando que o melhor tratamento médico (Best Medical Therapy) é realizar inicialmente o controle de todos os fatores de risco evitáveis e controle dos diagnósticos secundários.

Afastar Fatores de Risco:

- Fumar – Interromper o hábito do fumo.
- Obesidade – Emagrecer.
- Vida sedentária – Realizar atividade física regular.
- Alimentação – Beber água, evitar álcool e ter uma dieta alimentar balanceada.

Controle dos Diagnósticos Secundários regularmente:

- da hipertensão arterial;
- do diabetes;
- e de outros.

Realizar consultas regulares com especialista e *check-up* preventivo anualmente pode evitar a evolução da aterosclerose sistêmica de forma grave e melhorar o controle das adversidades. O tratamento precoce e adequado é fundamental para prevenir complicações vasculares e garantir uma recuperação adequada ao longo da vida.