



Impacto da obesidade na doença venosa

A obesidade constitui uma das principais doenças do mundo moderno, com elevada prevalência em países desenvolvidos e industrializados. Segundo o Ministério da Saúde, a taxa de obesidade no Brasil passou de 11,8% para 19,8% nos últimos cinco anos, atingindo aproximadamente 20% da população brasileira.

A epidemia da obesidade representa um problema de saúde pública e está presente desde a infância até a velhice. Vida sedentária, hábitos alimentares inadequados, sobrecarga no trabalho, má qualidade do sono e estresse diário contribuem para o aumento de peso populacional e mantêm ativo o círculo vicioso entre a obesidade e os seus fatores de risco.

Como já comprovado por estudos populacionais brasileiros e no exterior, o excesso de peso está intimamente associado ao desenvolvimento de doenças cardiovasculares, aumentando as chances de um indivíduo apresentar infarto do miocárdio, acidente vascular cerebral e má circulação nos membros inferiores.

A obesidade representa uma doença de tamanha complexidade, que não deve ser encarada como um pro-

blema isolado, mas sim, como um importante componente da síndrome metabólica, cujas características principais são: aumento nos índices glicêmicos e pressóricos, redução nas taxas de HDL-colesterol ('colesterol bom'), hipertrigliceridemia e obesidade abdominal e visceral.

Além de prejudicar o sistema arterial, acelerando o depósito de placas de ateroma na parede das artérias, o sobrepeso e a obesidade também demonstram relevantes efeitos sobre o sistema venoso, com comprometimento da função valvular das veias superficiais e profundas.

A insuficiência venosa em pacientes obesos é consequência da mobilidade limitada e do prejuízo funcional da musculatura da panturrilha, responsável pelo retorno do sangue venoso em direção ao coração.

A doença venosa avançada, exteriorizada por eczemas, úlceras, exsudações e hiperpigmentações cutâneas são mais frequentes em obesos. Além disso, os fenômenos tromboembólicos, tais como trombose venosa profunda e embolia pulmonar apresentam maior incidência na população obesa.

A mudança no estilo de vida, com adoção de dietas

ALÉM DE PREJUDICAR O SISTEMA ARTERIAL, ACELERANDO O DEPÓSITO DE PLACAS DE ATEROMA NA PAREDE DAS ARTÉRIAS, O SOBREPESO E A OBESIDADE TAMBÉM DEMONSTRAM RELEVANTES EFEITOS SOBRE O SISTEMA VENOSO, COM COMPROMETIMENTO DA FUNÇÃO VALVULAR DAS VEIAS SUPERFICIAIS E PROFUNDAS

equilibradas e pobres em açúcares e gorduras, associado a queima dos estoques de gordura visceral com exercícios físicos aeróbicos é de extrema importância na prevenção e no combate à obesidade. O check-up vascular com ultrassom Doppler arterial e venoso é fundamental para diagnóstico precoce das alterações provocadas pela obesidade no sistema circulatório. Procure seu cirurgião vascular!

Prof. Dr. Sthefano Atique Gabriel - Doutor em Pesquisa em Cirurgia pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, especialista nas áreas de Cirurgia Vascular, Angiorradiologia e Cirurgia Endovascular e coordenador do curso de Medicina da União das Faculdades dos Grandes Lagos (Unilago).



ARTIGO

Dormir mal afeta rendimento escolar

Lidiane LEITE*

Criança que respira mal, dorme mal e por essa razão vai mal na escola. Essa informação quem explica é a Neuropsicopedagoga Lidiane Leite.

De acordo com Lidiane Leite, para a criança prestar atenção na aula e memorizar o que foi ensinado, ela precisa ter uma boa noite de sono.

"O cérebro durante a noite se organiza. Ele faz uma varredura, guardando tudo aquilo que considera importante e descartando o que considera desnecessário. Por esse motivo é tão importante que a criança passe por todas as fases de sono e consolide as suas memórias".

Segundo a neuropsicopedagoga Lidiane Leite, uma das interferências que mais prejudica o sono das crianças é a respiração bucal. "A criança que respira pela boca e não pelo nariz, não dorme direito e o seu cérebro recebe

menor quantidade de oxigênio, o que prejudica a sua capacidade de atenção e consequentemente o rendimento escolar. Ou seja, essa respiração inadequada afeta o sono impedindo que o cérebro grave o que aprendeu no decorrer do dia".

A especialista enfatiza que nem toda criança desatenta tem TDAH. "Crianças com respiração bucal apresentam problemas de comportamento tais como: hiperatividade, distúrbios de atenção, comportamento anti-social e agressividade. Por essa razão, aqui na minha clínica eu solicito no primeiro atendimento que a mãe leve a criança no otorrino e faça uma polissonografia para verificar se a falta de atenção e a dificuldade de memorizar não é gerada pela noites mal-dormidas provocada pela respiração bucal".

Diante dessa realidade, Lidiane Leite separou alguns sinais e caso seja identificado alguns deles, procure um otorrino o mais rápido possível para obter um diag-

nóstico e um tratamento específico.

- 01 - Dormir de boca aberta
- 02 - Gengiva Inflamada e boca ressecada
- 03 - Ronco, engasgo e sono agitado
- 04 - Baba durante o sono
- 05 - Olheiras e aspecto cansado
- 06 - Arcada dentária superior projetada pra frente
- 07 - Respirar pela boca e não pelo nariz
- 08 - Falta de atenção e concentração
- 09 - Dificuldade de memorizar
- 10 - Respiração barulhenta
- 11 - Sempre está com sono querendo dormir.

***Jornalista, pedagoga e neuropsicopedagoga. Atualmente está cursando sua pós-graduação em psicomotricidade e sempre escreve artigos e ministra palestras e oficinas sobre o desenvolvimento infantil e o comportamento das crianças.**



DHOJE

Fundado em 16 de fevereiro de 2004

A serviço da democracia

Editora DHOJE Rio Preto Ltda
Redação, Administração, Publicidade e Oficina
Rua Fritz Jacobs, 1448 - Cep 15025-500
São José do Rio Preto - São Paulo
Fone:(17)33532447

Cidades da região e Distrito onde circulam o DHOJE:
São José do Rio Preto, Bady Bassitt, Cedral, Mendonça, Mirassol, Mirassolândia, Nova Granada, Guapiaçu, Potirendaba, Tanabi, Ubarana, Uchôa, Monte Aprazível

Diretor-Presidente: Edson Paz
Diretora-Geral: Edicleia Batista

Preço da assinatura impresso

Anual:
R\$ 245,00 ou 3 x R\$ 86,00
Semestral:
R\$ 135,00 ou 6 x R\$ 24,00
Trimestral:
R\$ 75,00 ou 3 x R\$ 27,00
Vendas avulsas:
R\$ 1,50

Telefones:
Recepção: (17) 3353.2447
Redação: (17) 3011.6360

E-mails

Comercial: comercial@dhojeinterior.com.br
Circulação: circulacao@dhoje.com.br
Editais: diario.oficial@dhoje.com.br

Dhoje web
www.dhojeinterior.com.br