

MEDICINA PREVENTIVA

# Síndrome metabólica é o tema no quarto dia

Nos Estados Unidos a síndrome atinge cerca de 30% dos adultos, um percentual que, de acordo com especialistas impacta na saúde da população de diversas formas

DA REDAÇÃO

O endocrinologista Amélio Godoy Matos foi o palestrante do quarto dia da I Semana de Medicina Preventiva, organizada nesta semana pela Med-Rio, realizada na Barra da Tijuca, na Zona Oeste. O médico falou sobre a síndrome metabólica, um conjunto de alterações no metabolismo que pode resultar em problemas cardiovasculares, diabetes tipo 2 e hipertensão. Ele explicou que a origem da síndrome está em um fenômeno chamado resistência à insulina.

"As células de gordura que se acumulam próximas aos órgãos, a chamada gordura visceral, são mais ativas e produzem substâncias prejudiciais ao organismo, tendo uma estreita relação com o diabetes tipo 2, o infarto, o derrame, a trombose e o câncer", alerta Godoy Matos.

Nos Estados Unidos, a síndrome atinge cerca de 30% dos adultos. Um percentual que im-



Gilberto Ururahy, Amélio Godoy Matos e Galileu Assis

impacta na saúde da população de diversas maneiras. Pesquisadores da Finlândia, país com mais alta taxa de pacientes com a síndrome, mostrou por exemplo que os portadores têm risco quatro vezes maior de morrer de doenças cardiovasculares. Os especialistas elegeram aspectos fundamentais para diag-

nosticar a síndrome. Quem se encaixa no quadro deve redobrar os cuidados, como, por exemplo, um fumante com a medida da cintura larga e, pelo menos, um dos outros requisitos como, por exemplo, hipertensão, taxa de glicose em jejum igual ou superior à 100 mg e colesterol HDL (o chamado bom

colesterol) baixo. As chances dele estar à beira de um problema grave são grandes. "Não importa se o paciente engorda. O que importa é onde ele engorda", afirma Godoy Matos.

A estética não é um bom parâmetro para identificar pessoas com este problema. Isso porque pessoas aparentemente magras podem ser também afetadas. Apenas exames como a tomografia comprovam o acúmulo de gordura próximo aos órgãos. Estudos indicam que a solução pode ser a perda de peso através de uma alimentação balanceada e da prática de exercícios físicos. As células da gordura visceral são as primeiras a se reduzir com qualquer emagrecimento.

A lipoaspiração, procedimento utilizado para o rápido emagrecimento pode não adiantar. "A atividade pode ser esteira ergométrica, natação, bicicleta e spinning e deve durar cerca de 30 a 40 minutos", explicou o médico.

EDUARDO COSTA/DIVULGAÇÃO