

# Pacientes com Hipercolesterolemia Familiar já têm uma Associação para conseguir apoio

Já está funcionando e recebendo adesões a primeira entidade brasileira que reúne e dá apoio a pacientes com Hipercolesterolemia Familiar (HF). O problema genético leva vários membros de uma família a terem altos índices de colesterol, que podem ser elevados mesmo na infância.

Por enquanto pouco mais de uma centena entre os 400 mil brasileiros que têm a doença se filiaram à Associação de Pacientes com Hipercolesterolemia Familiar. O presidente André Luiz Batista Pereira acredita que rapidamente conseguirá novas adesões, que podem ser feitas pelo e-mail: [ahfcolesterol@gmail.com](mailto:ahfcolesterol@gmail.com)

O objetivo da entidade é ajudar os pacientes e despertar o interesse do governo federal, inclusive com a disponibilização de medicamentos para tratar a doença. No site que está sendo criado, os pacientes terão informações sobre os médicos capacitados a atender os pacientes dessa doença. Os pediatras saberão como fazer o rastreamento genético e terão informação sobre as opções não medicamentosas para controlar a HF.

Para quem tem Hipercolesterolemia Familiar é importante fazer exercícios físicos, ter alimentação balanceada segundo suas necessidades, acompanhar o nível de colesterol e evitar fatores de risco como obesidade, hipertensão e fumo, por exemplo. O trabalho da Associação é feito com o apoio do Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia, cujo presidente, José Rocha Faria Neto, lembra que "o filho de um portador de HF tem 50% de possibilidade de apresentar a doença", por isso os cuidados necessários.



Sociedade Brasileira  
de Cardiologia



Sociedade Brasileira  
de Cardiologia

# A prevenção do diabetes pode evitar o surgimento de problemas cardiovasculares

Falta de atividade física, obesidade e histórico familiar da doença são motivos que levam à suspeita de propensão a diabetes

Foi superada a previsão da Organização Mundial da Saúde de que a incidência do diabetes atinja 346 milhões de pessoas no mundo até 2030. A razão, segundo o cardiologista Mauro Pontes, da Universidade Federal de Porto Alegre, que estuda os efeitos do diabetes no coração, é a verdadeira epidemia de obesidade, a dieta inadequada, muito comum no Brasil, bem como a inatividade física.

A crescente preocupação dos cardiologistas com o diabetes é porque o paciente é mais propenso a ter infarto, AVC, doença arterial periférica, insuficiência cardíaca e arritmias. "A consequência é que 70% dos diabéticos morrem do coração", diz o médico

A oportunidade do alerta sobre os riscos da doença é o Dia Mundial do Diabetes, comemorado em 14 de novembro. O envelhecimento da população brasileira também colabora. O diabetes tipo 2 é mais frequente a partir dos 40/50 anos e tem maior incidência na faixa dos 60/70 anos.

A recomendação é que pacientes com fatores de risco façam o exame de glicemia (medição do nível de açúcar no sangue) em qualquer idade.

São fatores de risco: a hereditariedade (ter mãe, irmão ou pai diabético), a mulher ter histórico de gestação com hiperglicemia ou feto acima de 4 kg, ser muito sedentário ou obeso, a presença de hipertensão arterial ou doença cardíaca já estabelecida.

Há sintomas também muito marcantes que podem indicar diabetes, como a perda repentina de peso, sede excessiva, necessidade de urinar frequentemente, principalmente à noite, e apetite aumentado.

A boa notícia, diz Mauro Pontes, é que o teste para rastrear o diabetes é muito simples. "Pode ser feito até na rua durante campanhas educativas, embora precise ser confirmado com exames laboratoriais apresentados ao médico para as orientações necessárias", explica.

As armas da medicina para manter a doença sob controle são extremamente eficientes. E como o diabetes pode afetar o coração e o rim, tanto o endocrinologista como o cardiologista, o clínico geral e o nefrologista estão capacitados a tratar do problema. "É tão mais fácil de controlar o diabetes quanto mais precoce for o diagnóstico", alerta.



Sociedade Brasileira  
de Cardiologia



Sociedade Brasileira  
de Cardiologia