



ACONTECE

SAÚDE

AVC, COVID E CUIDADOS

Já há certo tempo, médicos e cientistas identificaram que a infecção pelo SARS-CoV-2 pode causar diversos problemas neurológicos, além dos respiratórios e outros.



Aliás, as disciplinas de Neurologia da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e a Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) têm pesquisas recentes sobre sequelas no pós-Covid-19.

Estudo de um dos principais centros de Medicina mundial, o Hospital Mount Sinai, de Nova York, Estados Unidos, relata aumento definitivo na incidência de AVC entre os pacientes mais jovens, entre 30 e 40 anos, ao comparar com uma faixa etária semelhante antes da pandemia do coronavírus.

Mortes evitáveis

O AVC pode causar sérios danos ao cérebro, devido à interrupção do fornecimento de sangue. É mais prevalente em idosos acima dos 60 anos, sendo que os sintomas incluem dificuldade para andar, falar, dormências no rosto, braços ou pernas.

De forma geral, o AVC é a segunda causa de morte e a primeira de incapacidade no Brasil. No entanto, 90% dos casos decorrem de fatores que podem ser prevenidos.

“Tanto a quantidade de episódios quanto os problemas decorrentes podem ser menores se adotadas medidas preventivas”, afirma o presidente da Associação Paulista de Neurologia - professor titular da Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, Rubens Gagliardi. “É doença grave, inflamatória e incapacitante, mas, vale frisar novamente, para a qual há grande possibilidade de prevenção”.

Fique de olho

Além dos fatores hereditários, há uma série de questões controláveis que podem redundar em AVC: hipertensão arterial, tabagismo, vida sedentária, dieta desregulada, obesidade, diabetes, alcoolismo, estresse emocional, alterações de fundo cardíaco (como arritmias com fibrilação arterial) e LDL (colesterol ruim e muito alto).

A modificação desses hábitos e cuidados básicos com a saúde possibilitam melhor qualidade de vida, sendo fundamentais ao processo de prevenção.

A prática do exercício físico, por exemplo, já é um ótimo aliado para começar. Vale lembrar que quase 25% de todos os AVCs estão relacionados à má alimentação. Portanto, é indispensável manter dieta rica em frutas e vegetais frescos, e evitar consumo de alimentos processados (industrializados).

Outubro, que agora se encerra, é mês de destacar o AVC, pelo calendário da saúde. Especificamente, o Dia Mundial do AVC, 29 serve de alerta à população para ações conjugadas, em todo o planeta. Então, façamos todos a nossa parte.

COLUNA SAÚDE ACONTECE

Perguntas e sugestões podem ser enviadas para acontece@acontecenoticias.com.br ou para a Avenida Pompeia, 634, conj. 401 - São Paulo, SP - CEP 05022-000