RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Sexta-Feira, 20 de Novembro de 2026

Diabetes e saúde vascular: um olhar integrado

MARIANA RAMOS

Mariana Ramos

A relação entre a diabetes e a saúde vascular é profunda e multifacetada. Mais do que uma simples doença metabólica, a diabetes tem um impacto sistêmico, afetando diretamente a integridade dos vasos sanguíneos e aumentando significativamente o risco de complicações cardiovasculares.

A hiperglicemia, quando persistente, provoca alterações no revestimento interno dos vasos, comprometendo a sua função e facilitando o desenvolvimento de lesões. Estas alterações tornam o ambiente vascular mais propenso à inflamação e à formação de placas, levando a fenómenos como a aterosclerose, que surge mais cedo e com maior gravidade nas pessoas com diabetes.

Mas os efeitos não se limitam aos grandes vasos. Também a microcirculação sofre, o que pode resultar em complicações oculares, renais e neurológicas. Assim, o sistema vascular, em toda a sua extensão, é um dos principais alvos das complicações da diabetes.

Além da glicemia elevada, outros fatores frequentemente presentes nos doentes diabéticos – como a hipertensão, a dislipidemia e o excesso de peso – contribuem para agravar este risco. Por isso, a abordagem à saúde vascular nesta população não pode ser centrada apenas no controle do açúcar no sangue. É necessário um plano abrangente que inclua também a pressão arterial, os lipídios, os hábitos de vida e a cessação tabágica.

Nos últimos anos, a medicina tem vindo a evoluir com terapêuticas que, além de controlar a glicemia, oferecem benefícios cardiovasculares adicionais. Este avanço reforça a importância de uma escolha consciente dos tratamentos, adaptando-os ao perfil de risco de cada doente.

Mais do que nunca, é essencial adotar uma visão integrada e multidisciplinar no seguimento dos doentes com diabetes. A promoção da saúde vascular deve ser parte central da nossa prática clínica, não apenas para prevenir complicações, mas para melhorar a qualidade de vida e a longevidade dos nossos doentes.

Mariana Ramos é *médica endocrinologista na Fetal Care.*