

## O que é um Aneurisma? E como prevenir?

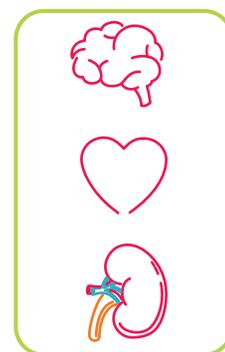
Aneurisma é a dilatação anormal de uma artéria (vasos sanguíneos responsáveis pelo transporte do sangue arterial com oxigênio e nutrientes do coração para todos os tecidos do corpo). Um aneurisma pode se romper e causar uma hemorragia ou permanecer sem estourar durante toda a vida. Os aneurismas podem ocorrer em qualquer artéria do corpo, como as do cérebro, do coração, do rim ou do abdômen. Os do tipo cerebral e da aorta torácica e abdominal apresentam altas taxas de mortalidade.

### Causas

O aneurisma surge pelo enfraquecimento ou defeito da parede arterial. A pessoa pode nascer com o problema ou adquiri-lo, a partir de fatores como hipertensão (não controlada com medicamentos), tabagismo ou traumatismo (golpes ou ferimentos penetrantes).

### Sinais e Sintomas

Aneurismas pequenos costumam ser assintomáticos. Dependem única e exclusivamente da localização. Se ele ocorrer perto da superfície do corpo, o paciente pode apresentar dor e inchaço na região, que poderá ficar, ainda, com uma espécie de caroço visível também. Aneurismas dentro do corpo, principalmente os cerebrais, muitas vezes não causam sintomas – somente quando se rompem.



### Fatores de risco

A pressão arterial elevada, o colesterol alto e o tabagismo podem aumentar o risco de uma pessoa desenvolver certos tipos de aneurismas. Doenças que aumentam o risco de fragilidade das artérias cerebrais, como as do colágeno (síndromes de Marfan e de Ehler Danlos) e a renal policística, também influenciam.

### Prevenção

- Mantenha bons níveis de pressão arterial;
- Mantenha índices adequados de glicose, colesterol e triglicérides;
- Tenha uma alimentação saudável, à base de vegetais, frutas, fibras e carnes magras;
- Pratique exercícios físicos regularmente;
- Não fume;
- Não ingira bebidas alcoólicas em excesso;
- Reduza e gerencie o estresse.

*Se houver casos de aneurisma na família deve-se visitar o neurologista periodicamente para rastrear o risco de surgimento de eventuais dilatações.*

### PROGRAMA

## Viva Mais

A Unimed Costa Oeste disponibiliza o Programa Viva Mais para os beneficiários que desejam cessar o Tabaco, através de acompanhamento de uma equipe multiprofissional que auxiliará o participante para o alcance deste objetivo.

**Telefone:** (45) 3277-8025 ou (45) 9 9138-9349 e fale com o **departamento de Atenção à Saúde**.



Referências bibliográficas: <http://bvsmms.saude.gov.br/dicas-em-saude/2795-aneurisma>

Departamento de Atenção à Saúde

## Comunicados

### Desligamentos

Conforme solicitação encaminhada pelo médico **DR. HÉLIO HIDETOSHI SAKURAGUI**, comunicamos que o mesmo foi desligado da Unimed no dia 07/02/2020.

Conforme solicitação encaminhada pelo médico **DR. EDGAR NUÑEZ DEL PRADO AYOROA**, comunicamos que o mesmo foi desligado da Unimed no dia 11/02/2020.

Conforme solicitação encaminhada pelo médico **DR. BRUNO GLEIZER DA SILVA RIGON**, comunicamos que o mesmo foi desligado da Unimed no dia 17/02/2020.

Conforme solicitação encaminhada pelo médico **DR. TIAGO ANDRE RIBEIRO**, comunicamos que o mesmo foi desligado da Unimed no dia 18/02/2020.

### Retorno das Atividades

Informamos que o médico cooperado Dr. Sérgio Sória Vieira e a Clínica **SÓRIA OFTALMOLOGIA LTDA** retomaram os atendimentos aos beneficiários Unimed no mês de fevereiro de 2020, no endereço: Rua Almirante Barroso, 2788, Centro, Toledo. Telefone (45)3055-2501.

A Unimed Costa Oeste agora tem  
**Facebook e Instagram**



Curta a página no Facebook  
[@unimedcostaoeste](https://www.facebook.com/unimedcostaoeste)



Siga no Instagram  
[@unimedcostaoeste](https://www.instagram.com/unimedcostaoeste)

**MUDE HÁBITO**  
.COM.BR

**Seja mais forte que o sofá**

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed** 