

## **Categoria**

Pôster (UniEVANGÉLICA-Anápolis)

# **OS BENEFÍCIOS DO TRATAMENTO NÃO FARMACOLÓGICO NA SÍNDROME METABÓLICA**

Luis Mario Mendes de Medeiros; Maria Carolina Marinho; Raquel Freitas Carneiro;  
Terumy da Silva Batista

Introdução: A Síndrome Metabólica (SM) é desencadeada pela união de fatores de risco, com destaque ao excesso de peso, de origem metabólica que confluem para o desenvolvimento de doença cardiovascular e/ou diabetes do tipo 2. Objetivos: aplicar à prática a mudança de estilo de vida em detrimento do uso de medicamentos, tendo em vista o impacto do tratamento não medicamentoso na resolução desta comorbidade. Método: as informações foram colhidas por meio de prontuários do paciente, diretrizes e revisão de literatura. Relato de caso: Encaminhado ao endocrinologista para apresentação de exames laboratoriais e queixando compulsão alimentar e ganho de peso. Paciente de 45 anos, sexo masculino, sedentário, nega tabagismo e etilismo, e sem doenças patológicas pregressas. Ao exame físico, apresentou PA 140/92 mmHg, altura 1,68m, peso 89Kg, IMC 31,53Kg/m<sup>2</sup> e circunferência abdominal 106 cm. Outros exames físicos sem alterações. Exames Laboratoriais apresentavam triglicerídeos 240, HDL 32mg/dL, LDL 83 mg/dL, colesterol total 160 mg/dL e glicemia de jejum 102mg/dL. Foi realizado encaminhamento para nutricionista para um plano alimentar mais adequado e indicada a realização de atividades físicas diárias com duração mínima de 30 minutos. Após seis meses retornou com redução de peso, apresentando diminuição da circunferência abdominal, dos níveis plasmáticos de glicose, da PA e dos níveis de triglicérides e aumento do HDL. Conclusão: Mediante tratamento não medicamentoso, paciente obteve melhora significativa do quadro, inclusive saindo da zona de risco para

SM. Assim, preconiza-se essa via terapêutica pensando-se nos inúmeros benefícios para o paciente.

**Palavras Chave:** Síndrome Metabólica; Dieta; Exercícios