

Níveis alterados de colesterol e triglicérides estão intimamente ligados a doenças cardiovasculares, principal causa de morte no mundo. Falta de informação e de continuidade no tratamento são desafios

GIOVANNA FISCHBORN

Muito se fala sobre colesterol no dia a dia, principalmente a partir de certa idade ou porque o de alguém que conhecemos está elevado. Mas a relativa popularidade da taxa pode não ser o suficiente para fazer as pessoas se cuidarem. Uma pesquisa realizada pela farmacêutica Novartis, em parceria com a Minds4Health, indica baixa adesão ao tratamento entre quem tem colesterol alto. O estudo mostrou que menos da metade das pessoas diagnosticadas e que deveriam tomar remédio — que geralmente é a estatina — seguem o tratamento para controle do problema.

A diretora médica da área cardiovascular da Novartis Brasil, Fabiana Roveda, alerta: “O colesterol alto não dói. Por não terem sintomas no dia a dia, mesmo as pessoas informadas acabam negligenciando os cuidados”. Isso até o problema aparecer de surpresa na forma de infarto ou acidente vascular cerebral. Esse cenário levanta, também, discussões sobre acesso à informação e orientação médica adequada. O nome colesterol aparece nos resultados do exame de sangue, mas o que representa, de fato? E quais as implicações?

O colesterol é uma gordura produzida pelo fígado, dividida em dois tipos: LDL e HDL. O LDL, considerado o mau colesterol, em excesso pode acumular placas de gordura nas artérias, doença que se chama aterosclerose e que impede a passagem do sangue.

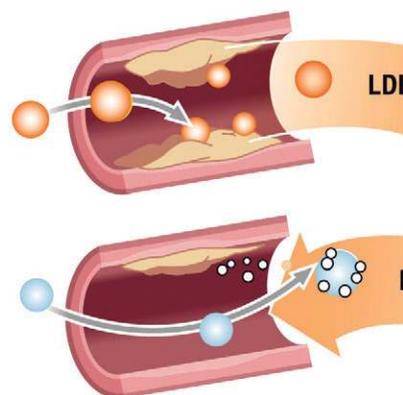
Não dá para esperar a dor. É preciso monitorar como anda essa taxa. Para tal, basta realizar um exame de sangue de rotina. Érika Fernanda, endocrinologista do Hospital Santa Lúcia Norte e Gama, explica que taxas acima do limite no sangue são sinais de que algo precisa ser feito. “O excesso de açúcar no sangue caracteriza o diabetes. O LDL, quando em excesso, pode obstruir o fluxo de sangue. O triglicérido pode se depositar no fígado e causar a conhecida esteatose hepática (gordura no fígado)”, diz. A associação de algumas dessas taxas e o quão altos estão os valores são fatores levados em consideração para a interpretação do médico e cálculo do risco cardiovascular.

Taxas

Colesterol

Gordura produzida pelo fígado, dividida em dois tipos:

- **LDL** (“colesterol ruim”): carrega partículas de colesterol para as artérias; é importante para a produção de hormônios e não faz mal se estiver dentro do valor limite.



- **HDL** (“colesterol bom”): tem ação contrária a do LDL; remove o colesterol das artérias.

- O restante (que representa 15% do colesterol sanguíneo) é obtido pela ingestão de alimentos de origem animal, como carnes, leite e derivados.

- **Atenção:** estar com elevadas taxas de colesterol LDL, conhecido como o colesterol ruim, nem sempre significa que se está doente. Outros fatores de risco devem ser levados em consideração, como os níveis de colesterol HDL (bom) e triglicérides.

