

Colesterol alto

Educação Física

Enviado por: _marcelocosta@seed.pr.gov.br

Postado em:02/03/2015

Matéria publicada pelo site Zero Hora Colesterol alto entre 35 e 55 anos pode elevar risco de doenças cardíacas Cientistas do Duke Translational Medicine Institute descobriram que mesmo níveis ligeiramente elevados de colesterol em pessoas com idades entre 35 e 55 anos podem ter impactos de longo prazo sobre a saúde cardíaca. Segundo o estudo, a cada década de colesterol alto, a chances de doenças cardíacas aumentam 39%. Cientistas do Duke Translational Medicine Institute descobriram que mesmo níveis ligeiramente elevados de colesterol em pessoas com idades entre 35 e 55 anos podem ter impactos de longo prazo sobre a saúde cardíaca. Segundo o estudo, a cada década de colesterol alto, a chances de doenças cardíacas aumentam 39%. Os resultados foram publicados na revista American Heart Association Circulation. A forma como cuidamos de nossos vasos sanguíneos aos 20, 30 e 40 anos é a base para uma doença se apresentar mais tarde em nossas vidas. Se esperarmos até os 50 ou 60 anos para pensar sobre a prevenção da doença cardiovascular, pode ser tarde demais — explica a autora principal do estudo, Ann Marie Navar-Boggan. No estudo, foram examinados dados de 1.478 adultos que estavam livres de doença cardíaca aos 55 anos. Eles foram acompanhados por até 20 anos para ver como os níveis de colesterol afetavam o risco de doença cardíaca. Aos 55 anos, cerca de 40% dos participantes tinham, há pelo menos 10 anos, níveis elevados de colesterol. Ao longo dos 15 anos seguintes, o risco de doença cardíaca foi de 16,5% — uma chance quase quatro vezes maior do que a de 4,4% constatada entre aqueles que não tinham colesterol alto. Nunca é cedo demais para jovens adultos falarem com seus médicos sobre maneiras de cuidar da saúde do coração, com foco na dieta e exercício — disse Navar-Boggan. Este conteúdo foi acessado em 02/03/2015 - site Zero Hora. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.