

PREVENÇÃO DA SÍNDROME METABÓLICA: INTERVENÇÕES MÉDICAS QUE FAZEM A DIFERENÇA

Tainara Sena Baleeiro¹; Iago Akel De Faria²; Carmem Franscyelle Rosa Sales³; Daniela Bruna Martins Abreu⁴; Tais Malta Alquimim⁵; Karen Andressa Lima E Silva⁶; Jordanna Porto Inacio⁷.

DOI: 10.47094/IICOLUBRASC.2024/RS/40

RESUMO

Introdução: A síndrome metabólica é uma condição multifatorial que combina diversos fatores de risco, como obesidade abdominal, hipertensão arterial, dislipidemia e resistência à insulina, sendo um preditor significativo para doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2. **Objetivo:** Analisar as principais intervenções médicas que efetivamente contribuem para a prevenção da síndrome metabólica, enfatizando estratégias que incluem mudanças de estilo de vida e abordagens farmacológicas. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão narrativa da literatura nas bases de dados PubMed, MEDLINE e Scopus. Os descritores utilizados na busca incluíram “Metabolic Syndrome Prevention”, “Medical Interventions”, “Lifestyle Modification” e “Pharmacological Treatment”. Os termos foram combinados utilizando operadores booleanos como AND, OR e NOT para refinar os resultados. O operador AND foi utilizado para combinar descritores como “Metabolic Syndrome Prevention” AND “Medical Interventions”, enquanto o operador OR foi aplicado para incluir variações terminológicas, como “Lifestyle Modification” OR “Exercise”. Excluímos artigos não relevantes utilizando o operador NOT, como em “Pharmacological Treatment” NOT “Surgical Interventions”. Foram selecionados artigos publicados entre 2015 e 2023, em inglês e português, que descrevem a eficácia das intervenções na redução dos fatores de risco da síndrome metabólica. Foram excluídos estudos que discutiam apenas intervenções cirúrgicas, populações pediátricas, ou com desfechos não relacionados à síndrome metabólica. A busca inicial identificou 150 artigos. Após a leitura dos títulos e resumos, 100 artigos foram excluídos, principalmente por focarem em intervenções cirúrgicas ou não abordarem fatores de risco da síndrome metabólica. Ao final, 50 estudos foram analisados integralmente, dos quais 3 foram incluídos na revisão final por cumprirem os critérios estabelecidos. **Resultados:** As intervenções integradas, que combinam a prescrição de dietas balanceadas, prática regular de exercícios físicos e, quando necessário, o uso de medicamentos como metformina e estatinas, mostraram-se eficazes na redução dos fatores de risco. A personalização do tratamento, considerando características individuais como idade, comorbidades e predisposições genéticas, também é fundamental para o sucesso das intervenções. **Considerações Finais:** A prevenção da síndrome metabólica exige um enfoque multidisciplinar, onde intervenções médicas associadas a mudanças no estilo de vida oferecem uma redução significativa no risco de progressão para condições mais graves.

PALAVRAS-CHAVE: Intervenções. Tratamento. Prevenção.