

Cuidados cardiovasculares e obesidade

A saúde do coração é influenciada por muitos fatores, incluindo o peso corporal. A obesidade é uma doença crônica influenciada por fatores genéticos, ambientais e comportamentais, e o controle conjunto desses fatores pode contribuir para a saúde cardiovascular geral.



Outras condições que você pode ter e que também aumentam o risco de doenças cardiovasculares:



Diabetes
tipo 2



Pressão
alta



Colesterol
alto



Doença renal
crônica

Algumas maneiras de promover a saúde cardiovascular ao conviver com a obesidade incluem:



Otimizar o
padrão
alimentar



Aumentar a
atividade
física



Apoio ao
bem-estar
emocional



Uso de
medicamentos
para obesidade
quando
apropriado



Considerar
cirurgia
metabólica
ou bariátrica



Controlar
a glicose
no sangue



Controlar
a pressão
arterial



Controlar
o colesterol
e os
triglicerídeos

Converse com sua equipe de saúde sobre:



- Um plano personalizado que se adapte às suas necessidades, preferências e objetivos de saúde.
- As metas de saúde cardíaca que são mais importantes para você.
- Estratégias que apoiam a sua saúde e se adaptam ao seu dia a dia.
- Medicamentos ou outros tratamentos que possam ajudá-lo a atingir seus objetivos.
- Profissionais de saúde e recursos que podem te apoiar ao longo do processo.