

## Síndrome metabólica eleva risco de demência precoce, aponta estudo

---

*Alterações ligadas ao risco cardiovascular — como hipertensão, altas taxas de colesterol, glicemia e gordura — prejudicam saúde do cérebro*

Agência Einstein

Pessoas que apresentam síndrome metabólica, um conjunto de fatores que elevam o risco cardiovascular, têm maior probabilidade de desenvolver demência precocemente, aquela que ocorre antes dos 65 anos, sugere um estudo publicado em abril no periódico científico *Neurology*.

A síndrome metabólica é caracterizada pela presença de pelo menos três das seguintes alterações: excesso de gordura abdominal, pressão arterial elevada, glicemia alterada ou diagnóstico de diabetes, altos níveis de triglicérides e baixos níveis de colesterol HDL, considerado o colesterol “bom”.

Os pesquisadores chegaram a essa conclusão após avaliar dados do serviço de seguridade nacional coreano, incluindo todos os indivíduos entre 40 e 60 anos que fizeram check-ups em 2009, totalizando quase 2 milhões de pessoas. Eles foram acompanhados até completarem 65 anos. Do total, um em cada quatro atendia aos requisitos para diagnóstico da síndrome.

Ao final do acompanhamento, aqueles que eram portadores da síndrome metabólica quando tinham cerca de 40 anos tiveram um risco 24% maior de desenvolver qualquer tipo de demência. O risco foi mais elevado especialmente para a demência vascular, aquela relacionada a problemas nos vasos sanguíneos do cérebro, mas também houve aumento no risco de Alzheimer.

De acordo com a pesquisa, quanto mais componentes da síndrome metabólica a pessoa acumula, maior é o risco de desenvolver demência. “Esse resultado reforça a importância de cuidar da saúde metabólica ao longo da vida, não apenas para evitar doenças cardiovasculares, mas também para proteger o cérebro”, ressalta a neurologista Gisele Sampaio Silva, do Hospital Israelita Albert Einstein.

A pesquisa sugere que ações como manter uma alimentação saudável, praticar exercícios, controlar o peso e monitorar a pressão e a glicemia podem reduzir o risco de perda cognitiva, especialmente entre os mais jovens. “Embora o estudo

não comprove que a síndrome metabólica cause demência diretamente, ele indica uma ligação importante que merece mais atenção da sociedade, de médicos e de autoridades de saúde”, avalia.

Fonte: Agência Einstein

<https://www.metropoles.com/saude/sindrome-metabolica-risco-demencia-precoce>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Metrópolis - Brasília/DF