**SÍNDROME METABÓLICA: IMPACTO E ESTRATÉGIAS DE MANEJO EM COMPLICAÇÕES CARDIOVASCULARES**

Elilson Parreira Da Silva Júnior

e\_jnr@hotmail.com

FAPAC

Carlos Roberto Nogueira dos Santos  
 dcrnsantos@gmail.com  
 Afya

Maria Fernanda Morettini Medeiros  
 mafermorettini@hotmail.com  
 UNIGRANRIO

Vitória Correia Pessôa dos Santos  
 vitpessoa34@gmail.com  
 Uninassau

José Arthur de Sousa Ferreira  
 artur.ferreira519@gmail.com  
 Faculdade de Ciências Médicas Afya Jaboatão dos Guararapes

William de Andrade Ferreira  
 andradewilliam402@gmail.com  
 São Lucas/Afya Porto Velho RO

Renan de Andrade Ferreira  
 renanandrade95884@gmail.com  
 São Lucas/Afya Porto Velho RO

Andréa Santos Dalama  
 andreadalama@hotmail.com  
 FACENE/RN Faculdade de Enfermagem Nova Esperança de Mossoró

**Introdução:** A síndrome metabólica é caracterizada pela presença de diversos fatores de risco interrelacionados, como obesidade abdominal, resistência à insulina, hipertensão e dislipidemia. Sua complexidade demanda uma abordagem integrada e multidisciplinar para seu diagnóstico e manejo eficaz. A nutrição e os hábitos de vida saudáveis desempenham um papel fundamental na prevenção e controle dessa síndrome, com destaque para a adoção de uma alimentação balanceada e a prática regular de exercícios físicos. Paralelamente, a intervenção farmacológica, cuidadosamente administrada por profissionais da saúde, visa controlar os diversos componentes da síndrome, sendo monitorada com exames regulares. **Objetivo**: Analisar o impacto da síndrome metabólica na saúde cardiovascular e em outras comorbidades associadas, além de investigar as estratégias de manejo mais eficazes para o controle e prevenção da doença. **Metodologia:** A metodologia adotada para este estudo consistiu em uma revisão integrativa da literatura, utilizando as bases de dados LILACS, PubMed, Google Acadêmico e SciELO, com o foco em publicações de 2019 a 2024. A busca foi orientada pela estratégia PICO, com a questão de pesquisa: “Quais são os impactos da síndrome metabólica e as estratégias de manejo nas complicações cardiovasculares?”. Foram selecionados artigos científicos originais, publicados em português ou inglês, excluindo-se revisões de literatura. Após a triagem e análise dos critérios de relevância, 10 artigos foram escolhidos para compor os resultados. Essa abordagem permitiu identificar as práticas recomendadas no manejo da síndrome metabólica, com ênfase nas estratégias para reduzir o risco de complicações cardiovasculares e promover a saúde cardiovascular. **Resultados**: O impacto da síndrome metabólica é significativo, contribuindo para o aumento de doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2, o que afeta diretamente a qualidade de vida e sobrecarga do sistema de saúde. A gestão eficaz dessa condição demanda uma abordagem multidisciplinar, que envolva médicos, nutricionistas, educadores físicos e psicólogos. As estratégias de manejo incluem a adoção de hábitos saudáveis, como a prática regular de exercícios, uma alimentação equilibrada e o controle do estresse. A intervenção farmacológica também é crucial, visando controlar os fatores como pressão arterial, resistência à insulina e níveis lipídicos. A personalização do tratamento é essencial, levando em consideração as características específicas de cada paciente, incluindo fatores genéticos e epigenéticos. A educação e conscientização sobre a síndrome são fundamentais para promover a adesão ao tratamento e prevenir complicações, visando a melhoria da saúde geral e a redução dos riscos associados à condição. **Considerações finais**: A revisão evidencia que a síndrome metabólica é um fator de risco significativo para complicações cardiovasculares, exigindo uma abordagem estratégica e multidisciplinar para o seu manejo. As estratégias de tratamento devem integrar mudanças no estilo de vida, como a adoção de hábitos alimentares saudáveis e a prática regular de exercícios físicos, além da monitorização contínua dos fatores de risco. A colaboração entre profissionais de saúde, incluindo médicos, nutricionistas e educadores físicos, é essencial para prevenir e controlar as complicações cardiovasculares associadas à síndrome metabólica, melhorando a qualidade de vida e o prognóstico dos pacientes.

**Palavras-Chave:** Síndrome metabólica; Saúde cardiovascular; Manejo multidisciplinar

**REFERÊNCIAS:**

LOPES, Luiz Felipe Menezes et al. A abordagem multidisciplinar da síndrome metabólica e seus desfechos cardiovasculares. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 10, n. 1, p. 491-501, 2024.

ASSIS, Gustavo Felipe Ribeiro et al. A influência da cirurgia bariátrica no controle da síndrome metabólica. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 5, p. 19472-19480, 2023.

CAMPO GIMÉNEZ, María del et al. Síndrome metabólico y otros modificadores de riesgo cardiovascular en adultos hipertensos de 65 o menos años de edad. **Revista Clínica de Medicina de Familia**, v. 13, n. 3, p. 180-189, 2020.

SILVA, Daniel Rodrigues et al. Síndrome metabólica: seus riscos e malefícios para a saúde. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 2, p. e15138-e15138, 2024.