

SÍNDROME METABÓLICA: UMA REVISÃO DA LITERATURA SOBRE ASPECTOS CLÍNICOS, FISIOPATOLÓGICOS E TERAPÊUTICOS.

ODS 3

Saúde e bem-estar Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todas e todos, em todas as idades.

Amanda Pinheiro Serpa (Universidade de Taubaté)
Ana Paula Ferraz Toledo (Universidade de Taubaté)
Daniel Galdino da Rocha Almeida (Universidade de Taubaté)
Gabriel Purgato (Universidade de Taubaté)
Rafaela Bello Roveri (Universidade de Taubaté)
Letícia Alessandra Santiago (Universidade de Taubaté)

Síndrome Metabólica (SM) é um conjunto de alterações metabólicas que quando presentes simultaneamente, elevam significativamente o risco para doenças cardiovasculares e diabetes tipo 2. Os principais componentes dessa síndrome incluem obesidade abdominal, dislipidemia, hipertensão arterial e resistência à insulina. Estima-se que aproximadamente 25% da população adulta mundial seja afetada pela SM, segundo dados da Federação Internacional de Diabetes (IDF). O aumento da prevalência está associado ao crescimento da obesidade e ao estilo de vida sedentário, característicos do contexto urbano moderno. O entendimento dos mecanismos envolvidos na SM é essencial para a prevenção e manejo de suas complicações. Este trabalho objetivou analisar a literatura científica sobre a Síndrome Metabólica, destacando sua definição, etiologia, diagnóstico e principais estratégias terapêuticas. Realizada revisão integrativa da literatura por meio de buscas nas bases de dados *PubMed*, *SciELO*, *LILACS* e *Google Scholar*, abrangendo publicações entre 2015 e 2024. Os descritores utilizados de forma individual foram: “síndrome metabólica”, “resistência à insulina”, “obesidade abdominal”, “doenças cardiovasculares” e “tratamento da síndrome metabólica”. Foram incluídos artigos em português, inglês e espanhol, que abordassem aspectos clínicos e terapêuticos da SM em adultos e que estivessem disponíveis gratuitamente na íntegra. Excluíram-se estudos com foco exclusivo em populações pediátricas, gestantes, artigos duplicados e editoriais. A literatura aponta que a obesidade abdominal e a resistência à insulina são centrais na fisiopatologia da SM. Essas condições promovem estado inflamatório crônico de baixo grau e alterações hormonais que comprometem o metabolismo da glicose e lipídios. Outros fatores contribuintes incluem dieta hipercalórica, sedentarismo, estresse crônico e predisposição genética. O diagnóstico é baseado na presença de, no mínimo, três dos cinco critérios estabelecidos por entidades como a IDF e o NCEP-ATP III: circunferência abdominal aumentada, triglicérides elevados,

HDL reduzido, hipertensão arterial e glicemia alterada. Em relação ao tratamento, há consenso de que mudanças no estilo de vida são a principal estratégia terapêutica. Intervenções como reeducação alimentar, prática regular de atividade física e cessação do tabagismo têm impacto positivo comprovado. Em casos moderados a graves, medicamentos antihipertensivos, hipoglicemiantes orais e estatinas podem ser indicados, conforme avaliação clínica individualizada. A SM representa desafio significativo à saúde pública devido à sua alta prevalência e potencial causador de complicações graves. O controle efetivo da SM exige intervenções precoces e integradas, com foco na mudança do estilo de vida e, quando necessário, suporte farmacológico. A literatura destaca ainda a necessidade de políticas públicas de prevenção e promoção da saúde, especialmente em populações de maior risco. Estudos futuros devem explorar novas abordagens terapêuticas e biomarcadores para detecção precoce da síndrome.

Palavras-chave: Síndrome metabólica; Resistência à insulina; Obesidade abdominal; Doenças cardiovasculares; Saúde Pública.