



FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR EM MULHERES NA PÓS-MENOPAUSA

Larissa Paula da Silva de Souza¹, Maria Helena Maniezo de Sousa², Isabelle Zanquetta Carvalho³, Angela Andréia França Gravena⁴

RESUMO: A incidência de doenças cardiovasculares (DCV) aumenta dramaticamente com o envelhecimento populacional, especialmente nas mulheres. As DCV permanecem a principal causa de morbi-mortalidade entre as mulheres em vários países como os Estados Unidos da América e Brasil, especialmente naquelas acima de 50 anos de idade. Este trabalho objetivou-se caracterizar os fatores de risco cardiovasculares em mulheres na pós-menopausa. Trata-se de investigação transversal de base populacional com participação de 456 mulheres residentes na área urbana de Maringá, PR, Brasil. As variáveis estudadas foram: escolaridade; estado civil; cor; classe social; ocupação; paridade. Foram analisados como fatores de risco cardiovascular: atividade física; tabagismo; hipertensão arterial; dislipidemia; diabetes mellitus; pressão arterial elevada; estado nutricional; obesidade abdominal. A avaliação do estado nutricional mostrou que 72,6% apresentavam excesso de peso segundo níveis críticos de IMC. A magnitude da deposição central de gordura foi de 81,5%. Esses resultados são importantes, pois mostram que os fatores de risco cardíacos em mulheres na pós-menopausa é frequente nos dias atuais.

PALAVRAS-CHAVES: Climatério, doenças cardíacas, excesso de peso, sedentarismo.

1 INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares (DCV) constituíram sem dúvida, a maior de todas as endemias do século XX nos países ocidentais desenvolvidos. Esse fato vem ocorrendo também nos países emergentes nas últimas décadas (CUPPARI, 2005). De acordo com dados do Ministério da Saúde, o infarto e o AVC (Acidente Vascular Cerebral) são as principais causas de mortalidade em mulheres acima de 50 anos no Brasil (FERNANDES et al., 2008). Aproximadamente uma em cada duas mulheres vem a falecer em consequência de doenças cardiovasculares, sobrepunhando os óbitos devidos a todas as neoplasias (MUST et al., 1999), apesar do risco de câncer de mama ser a principal preocupação das mulheres (FERNANDES et al., 2008).

Pesquisadores destacam a diminuição nos níveis de estrogênio em mulheres na pós-menopausa como sendo um dos fatores associados com o desenvolvimento das

¹ Acadêmica do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR, Maringá/Paraná. larissapauladasilvadesouza@hotmail.com

² Acadêmica do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR, Maringá/Paraná. helena_maniezo@hotmail.com

³ Orientadora, Professora Especialista do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR, Maringá/Paraná. isabellezanquetta@ig.com.br

⁴ Orientadora, Professora Especialista do Curso de Nutrição do Centro Universitário de Maringá - CESUMAR, Maringá/Paraná. angelafranca_@hotmail.com

doenças cardiovasculares (IGNACIO et al., 2009), porém estudos caracterizando exclusivamente o período pós-menopausa são pouco abordados na literatura científica brasileira.

Durante o processo de envelhecimento, as mulheres sofrem alterações no perfil metabólico que resultam em modificações na composição e distribuição do tecido adiposo, o que favorece não somente o aumento ponderal, como também a progressão de eventuais processos ateroscleróticos (MUST et al., 1999).

Diante do exposto, o presente estudo teve como objetivo caracterizar os fatores de risco cardiovasculares em mulheres na pós-menopausa da cidade de Maringá-PR.

2 MATERIAL E MÉTODOS

A presente pesquisa se caracteriza como um estudo transversal, de base populacional, composta por 456 mulheres de 45 a 69 anos residentes na área urbana de Maringá, PR, Brasil. O tamanho da amostra foi estimado com o objetivo de assegurar representatividade para o evento em estudo.

As variáveis abordadas foram: idade (calculada em anos completos na data da entrevista); cor (dicotomizada em branca ou não branca); grau de instrução (de acordo com a última série estudada, categorizado em até sete anos de estudo ou oito anos ou mais anos de estudo); estado marital (com ou sem companheiro); renda e classe familiar (em classes econômicas A, B, C, D e E de acordo com o critério de classificação econômica Brasil) (ABEP, 2008); ocupação (presença ou ausência de atividade remunerada); paridade (0, 1 ou 2 partos; 3 ou mais partos).

Foram analisados como fatores de risco cardiovascular os que merecem especial atenção na prevenção de doença arterial coronariana nas mulheres após a menopausa segundo a I Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas (2008), sendo tais variáveis: nível de atividade física: sedentária toda mulher sem atividade física regular, ou seja, com frequência mínima de três vezes por semana e duração não inferior a 30 minutos, independente da modalidade de exercício realizado; tabagismo (hábito diário de fumar e frequência do número de cigarros); hipertensão arterial, dislipidemia e diabetes mellitus (presença de tais fatores referidos por médicos); aferição e classificação da pressão arterial; peso; estatura; índice de massa corpórea (IMC) e circunferência da cintura (CC).

As informações (peso e estatura) foram registradas em duplicata e posteriormente calculado o IMC, através da fórmula desenvolvida por Quetelet (1842): $\text{peso(kg)/estatura(m)}^2$, para então detectarmos o estado nutricional atual através da classificação da World Health Organization (1997) em baixo peso; adequado; excesso de peso (pré-obesidade; obesidade classe I, II, ou III). Para análise dos dados o IMC foi padronizado em adequado e excesso de peso. Para avaliação da CC, considerou-se $\text{CC} \geq 80$ cm como risco aumentado e presença de obesidade abdominal (WHO, 2000).

Para análise estatística, utilizou-se de análise descritiva através da aplicação de frequência, média e desvio padrão. As análises foram realizadas utilizando o "software" Statistic 7.1. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Maringá número 387/2010.

3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

Foram avaliadas 456 mulheres no período da menopausa, com média de idade de 58,7 anos (dp 5,7). A idade média do início da menopausa foi de 48,0 anos (dp 5,0). Os dados socioeconômicos e demográficos demonstraram que a maioria correspondendo a 56,6%, possuiu até 7 anos de estudo, 63,2% apresentavam companheiro e 60,7%

pertenciam a classe familiar C e D. A atividade remunerada é realizada por 53,1% das mulheres (tabela 1).

Tabela 1: Características socioeconômicas e demográficas das mulheres menopausadas. Maringá, PR, 2011.

Variáveis	n	%
Escolaridade (anos)		
Até 7	258	56,6
8 ou mais	198	43,4
Estado Civil		
Com companheiro	288	63,2
Sem companheiro	168	36,8
Cor		
Branca	388	85,1
Não branca	68	14,9
Classe Social		
A e B	179	39,3
C e D	277	60,7
Ocupação		
Remunerada	242	53,1
Não remunerada	214	46,9
Paridade		
0	36	7,9
1	31	6,8
2	119	26,1
3	149	32,7
4 ou mais	121	26,5

A análise dos fatores de risco para doenças cardiovasculares demonstram a presença destes nas mulheres estudadas. Como pode ser observado na tabela 2, 71,7% são sedentárias e 49,6% relataram diagnóstico de hipertensão arterial. A aferição da pressão arterial mostrou-se elevada em 46,9% das mulheres. O excesso de peso esteve presente em 72,6% e a deposição central de gordura em 81,5% das mulheres.

Os fatores de risco relacionados ao hábito de fumar, dislipidemia e diabetes apresentaram menor prevalência, com 12,1%, 20,2% e 13,2%, respectivamente (tabela 2).

Tabela 2: Prevalência dos fatores de risco para doenças cardiovasculares em mulheres menopausadas. Maringá, PR, 2011.

Variáveis	n	%
Atividade Física		
Sedentária	327	71,7
Ativa	129	28,3
Tabagista		
Sim	55	12,1
Não	401	87,9
Hipertensão Arterial		
Sim	226	49,6
Não	230	50,4
Dislipidemia		
Sim	92	20,2
Não	364	79,8
Diabetes Mellitus		
Sim	60	13,2
Não	396	86,8
Pressão Arterial Elevada		
Sim	214	46,9
Não	242	53,1
Estado Nutricional		
Adequado	125	27,4
Excesso de peso	331	72,6
Obesidade Abdominal		
Ausente	85	18,6
Presente	371	81,5

O estado nutricional das mulheres na pós-menopausa indicou que 72,6% estavam com excesso de peso. Índice inferior em relação ao excesso de peso foi identificado em estudo realizado com 611 mulheres, de idade entre 45 a 60 anos, perfazendo 63,7% da amostra. A explicação para tal fato esta relacionada às mulheres poder ter um aumento de 20% da gordura corporal total após a menopausa, não somente devido à deficiência estrogênica, mas pela redução do metabolismo basal e pela maior tendência ao sedentarismo decorrentes do próprio processo de envelhecimento (LORENZI et al., 2005).

Com relação à deposição central de gordura (81,5%), verificou-se um achado semelhante ao encontrado em pesquisa realizada com 518 prontuários de mulheres assistidas em um ambulatório de climatério, no qual demonstrou que 82,6% possuíam adiposidade visceral abdominal (RASKIN et al.,2000). Assim a alta dimensão de deposição central de gordura verificada vai ao encontro do que foi apontado no estudo de Raskin et al. (2000).

4 CONCLUSÃO

Caracterizar os fatores de risco cardiovascular em mulheres na pós-menopausa é um desafio e deve ser abordado em estudos que se aprimorem cada vez mais na procura de respostas. O excesso de peso e a deposição de gordura central observados nesta pesquisa foram evidentes estando diretamente associados com os fatores de risco

cardiovascular, o que se torna preocupante em relação à saúde das mulheres na pós-menopausa.

Estes achados ressaltam a prioridade de ações multidisciplinares nestas mulheres, que já apresentam a diminuição nos níveis de estrogênio como fator de risco. Apesar dos fatores de risco cardiovascular em mulheres na pós-menopausa serem pouco estudados, é de extrema importância pesquisas desta natureza para prevenção das doenças cardíacas neste grupo da população.

REFERÊNCIAS

ABEP - Associação Brasileira de Empresas de Pesquisa - 2008. Dados com base no Levantamento Sócio Econômico - 2005 - IBOPE. - www.abep.org - abep@abep.org

CUPPARI, L. *Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto*. 2 ed. Barueri, SP: Manole, 2005.

FERNANDES, C. E.; PINHO-NETO, J. S. L.; GEBARA, O. C. E.; SANTOS FILHO, R. D.; PINTO NETO, A. M.; PEREIRA FILHO, A. S. et al. I diretriz brasileira sobre prevenção de doenças cardiovasculares em mulheres climatéricas e a influência da terapia de reposição hormonal (TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Associação Brasileira do Climatério (SOBRAC). *Arq Bras Cardiol.*, v. 91, supl. 1, p. 1-23, 2008.

IGNACIO, D. I.; FRANKENFELD, T. G. P.; FORTUNATO, R. S.; VAISMAN, M.; WERNECK-DE-CASTRO, J. P. S.; CARVALHO, D. P. Regulação da massa corpórea pelo estrogênio e pela atividade física. *Arq Bras Endocrinol Metab.*, v. 53, n. 3, p. 310-317, 2009.

LORENZI, D. R. S.; BASSO, E.; FAGUNDES, P. O.; SACIOTO, B. Prevalência de sobrepeso e obesidade no climatério. *Rev Bras Ginecol Obstet.*, v. 27, n. 8, p. 479-484, 2005.

MUST, A.; SPADANO, J.; COAKLEY, E. H.; FIELD, A. E.; COLDITZ, G.; DIETZ, W. H. The disease burden associated with overweight and obesity. *JAMA.*, v. 282, n. 16, p. 1523-1529, 1999.

QUETELET, L. A. J. A treatise on man and the development of his faculties. *Obes Res.*, v. 2, p. 78 -85, 1842.

RASKIN, D. B. F.; PINTO-NETO, A. M.; PAIVA, L. H. S. C.; RASKIN, A.; MARTINEZ, E. Z. Fatores associados à obesidade e ao padrão andróide de distribuição da gordura corporal em mulheres climatéricas. *Rev Bras Ginecol Obstet.*, v. 22, n. 7, p. 435-441, ago. 2000.

World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. Geneva: WHO, 1997.

World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation on obesity. WHO Technical Report Series nº894. Geneva: WHO, 2000.