

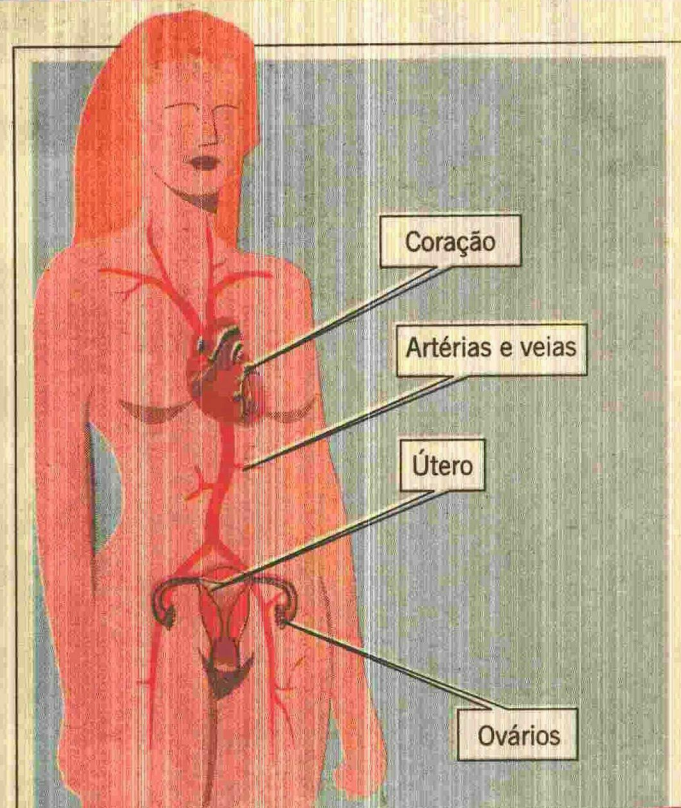
A ameaça ao coração feminino

Estudo americano revela porque os sintomas cardíacos passam despercebidos da mulher e dos próprios médicos

Villanova / Editora de Arte

COMO O HORMÔNIO FEMININO ATUA CONTRA OS DISTÚRBIOS CIRCULATÓRIOS

POR DENTRO DAS ARTÉRIAS E DAS VEIAS



- Os hormônios são substâncias químicas naturais que, lançados na circulação pelas glândulas endócrinas, chegam a todos os órgãos, controlando sua atividade. O estrogênio e a progesterona são hormônios exclusivos das mulheres.
- Pesquisas recentes mostram que o estrogênio diminui nas mulheres o risco de problemas circulatórios e coronarianos porque atua na desobstrução de veias e artérias, eliminando o excesso de LDL, o mau colesterol.
- O estrogênio é produzido nos ovários. A ordem para que os ovários fabriquem o estrogênio é dada por uma substância chamada FSH (sigla para hormônio folículo-estimulante). O FSH é um dos hormônios produzidos por uma das glândulas endócrinas, a hipófise, que, situada no cérebro, controla praticamente todas as demais glândulas do sistema endócrino.
- Os ovários possuem folículos, que funcionam como pequenos armazéns de óvulos. Durante a fase fértil da mulher, o FSH aciona esses folículos para o amadurecimento dos óvulos, que seguem para o útero, onde podem ser fecundados. Mas os folículos ovarianos também estimulam a produção do estrogênio.

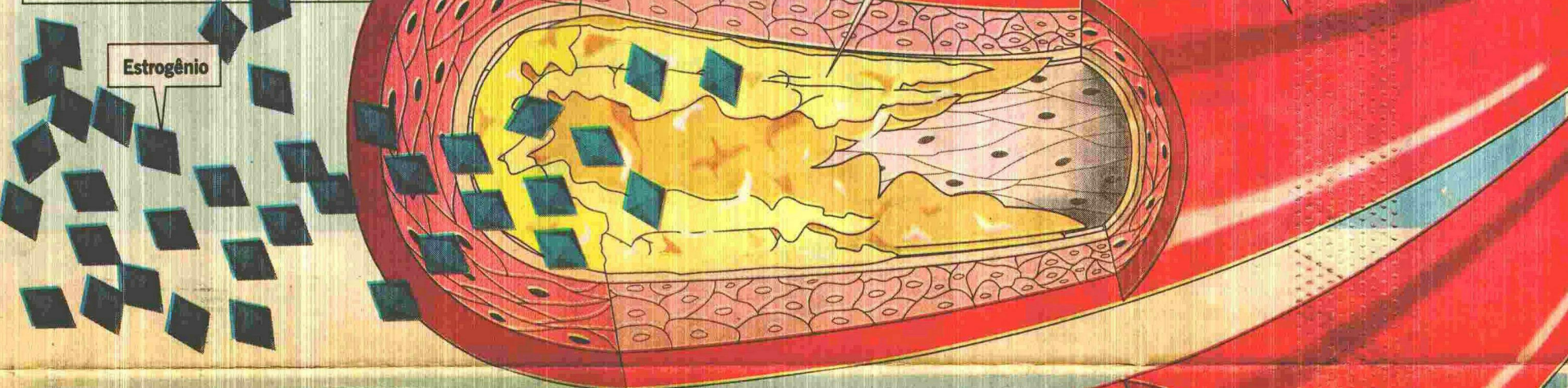
Uma das hipóteses dos cientistas é que o estrogênio seja capaz de impedir a formação de placas de gordura dentro das paredes das artérias, evitando a obstrução que leva às doenças coronarianas e ao infarto. Ele também parece estimular a síntese das partículas do HDL, o bom colesterol, além de reduzir a quantidade de LDL em circulação nas artérias. O fluxo de sangue pelas artérias diminui quando diminui o nível de estrogênio após a menopausa ou quando há retirada cirúrgica dos ovários.

Um estudo mostrou que doses de estrogênio sintético retardaram a obstrução das artérias em macacas e coelhas alimentadas com dietas ricas em gordura saturada. Em mulheres, o tratamento com estrogênio depois da menopausa (com ou sem acompanhamento de outro hormônio, a progesterona) também abaixa o teor de fibrinogênio, um fator de coagulação do sangue que indica o risco de ataque cardíaco e derrame.

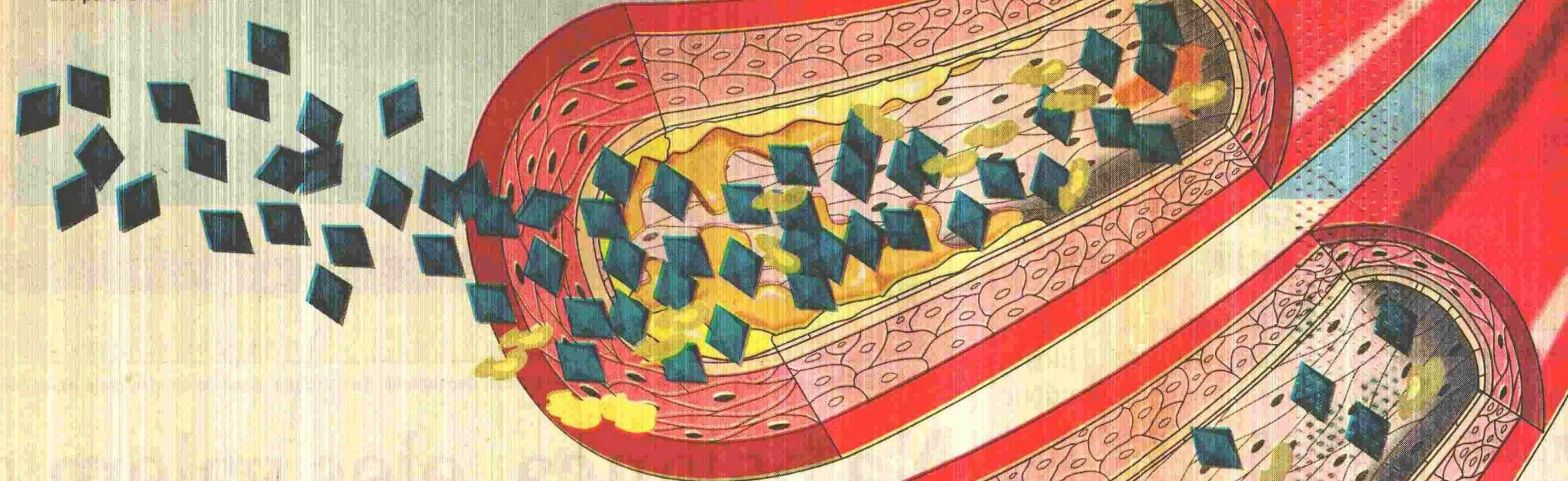
FATORES DE RISCO CARDIOVASCULAR

- Tabagismo
- Obesidade
- Hipertensão
- Sedentarismo

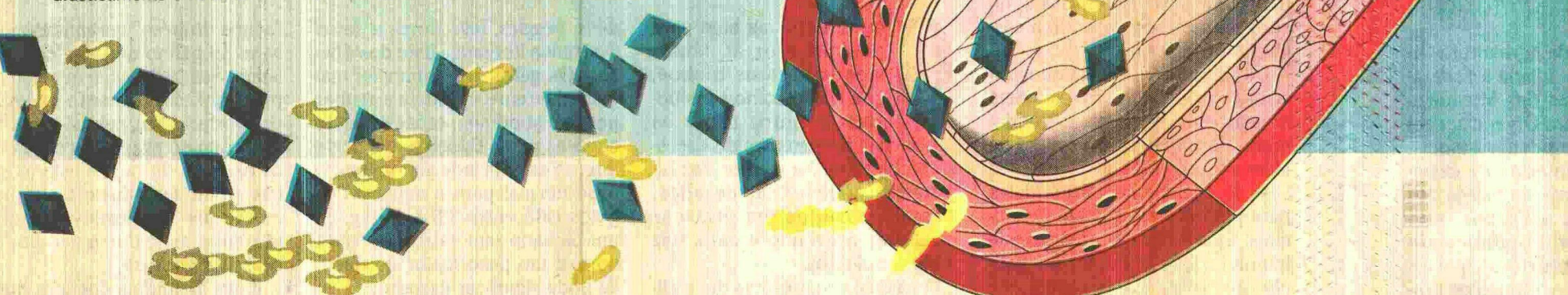
1 O estrogênio, fabricado nos ovários, chega à corrente sanguínea e circula por veias e artérias, onde se acumula o mau colesterol (LDL).



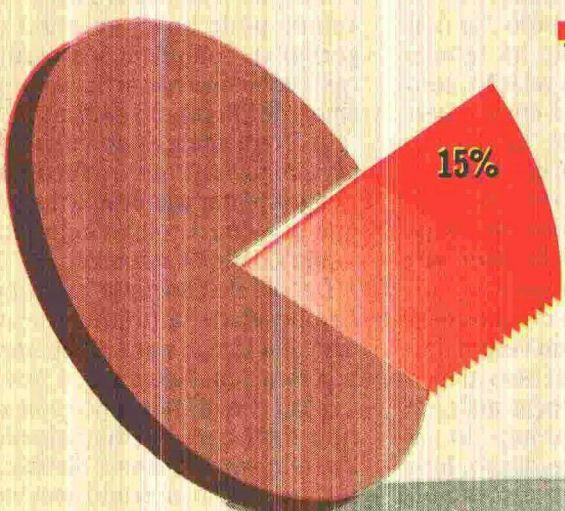
2 Moléculas de estrogênio reagem com as de LDL, atraindo-as e descolando-as das paredes das veias e artérias.



3 Descoladas das paredes, as moléculas de LDL voltam a circular pela corrente sanguínea, sendo em seguida eliminadas do organismo pelo processo de filtração do sangue realizado no fígado. Veias e artérias se tornam, então, limpas e desobstruídas, por conta da ação do estrogênio, reduzindo drasticamente o risco de distúrbios circulatórios e cardíacos nas mulheres.



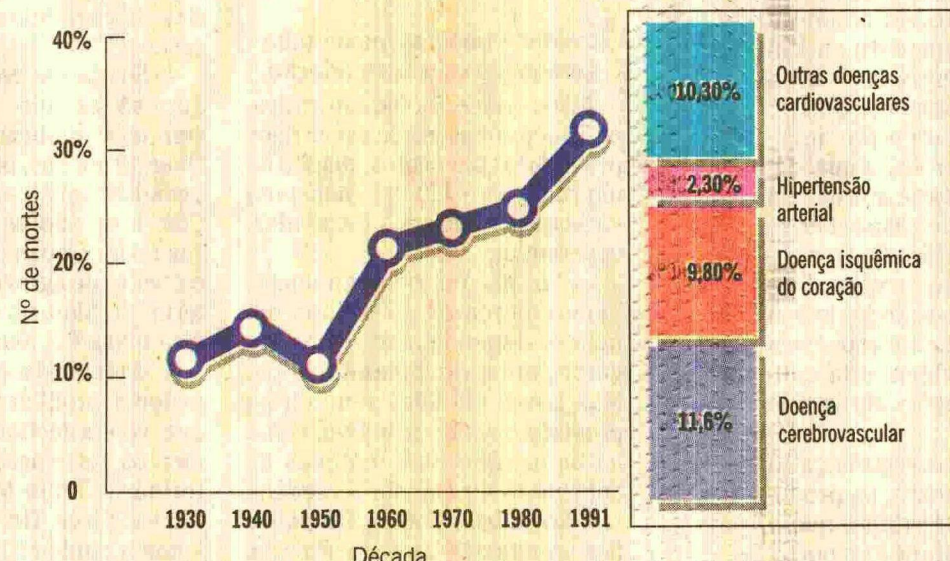
HIPERTENSÃO ARTERIAL NA POPULAÇÃO ADULTA



No Brasil, a estimativa é de que 15% das pessoas acima de 20 anos têm hipertensão arterial. Isto significa cerca de 12 milhões de pessoas, de um total aproximado de 80 milhões.

A hipertensão, juntamente com o estresse, o fumo, a obesidade e a vida sedentária, é responsável por dois terços das mortes por doenças do aparelho circulatório.

MORTALIDADE POR DOENÇAS DO APARELHO CIRCULATÓRIO



Heliete Vaitsman

Para massacrar o coração de uma mulher, não é preciso recorrer às sapatilhas de aço da canção popular. Muito mais perigosos são os distúrbios cardiovasculares que, não raro, passam despercebidos ou têm prognóstico pessimista: até 35% dos infartos do miocárdio feminino deixam de ser diagnosticados nos Estados Unidos e mais de 40% das mulheres sofrem um segundo infarto nos doze meses seguintes ao primeiro (a reincidência nos homens é de 13%).

É bem verdade que os homens começam a sofrer de distúrbios cardiovasculares mais cedo. Mas a partir dos 47 anos, idade em que o hormônio estrogênio deixa de exercer seu papel protetor do organismo das mulheres, a mortalidade feminina é muito maior. Elas morrem, em cerca de 39% dos casos, de doenças cardiovasculares, contra 31% dos homens, como alerta o cardiologista Denilson Albuquerque, professor da Uerj e presidente da Sociedade de Cardiologia/RJ.

— Na fase mais produtiva da sua vida, muitas mulheres morrem por desconhecem que podem sofrer do coração. Nem elas nem suas famílias dão importância àquela “dor no peito”. Os profissionais de saúde também deixam de valorizar os sintomas cardíacos femininos.

Quanto mais baixo o colesterol total, melhor para a mulher

Que o diga Ana Celina Rocha, 53 anos, professora aposentada que há oito meses sofreu um infarto. Moradora de Botafogo, ela procurou um posto de saúde com uma forte dor no peito, mas foi despachada com um calmante. Quando a dor piorou, dois dias mais tarde, nova ida ao mesmo posto resultou em diagnóstico diferente:

— Era infarto do miocárdio. O resultado é que hoje cuido da dieta e aboli o cigarro. Mas ainda sou muito sedentária e também não sigo a recomendação de tomar um remédio para baixar o colesterol, porque é caro e incômodo.

O incômodo de que fala Ana Celina preocupa os cardiologistas, já que a falta de adesão aos tratamentos — quaisquer que sejam eles — diminui as chances de sobrevivência.

De acordo com pesquisas apresentadas há 15 dias no Congresso da Associação Americana do Coração, em Nova Orleans, a redução do colesterol total para níveis abaixo de 200 mg/dl, com drogas da família das estatinas, diminui em cerca de 30% o risco de um segundo ataque cardíaco ou de derrame cerebral em mulheres com doença coronariana. As pesquisas feitas anteriormente tinham mostrado as vantagens da redução do colesterol — um dos maiores fatores de risco para doenças cardiovasculares — apenas em pacientes do se-

xo masculino. Um dos estudos comparou 407 mulheres tratadas com sinvastatina a 420 mulheres que tomaram placebo (substância inócua usada em pesquisa). As que fizeram o tratamento precisaram de menos cirurgias para desobstruir coronárias, além de terem o colesterol total diminuído e o colesterol HDL, ou “bom” colesterol, aumentado.

As estatinas também protegem o endotélio, camada celular que reveste as estruturas do aparelho circulatório, inclusive o coração.

— Quanto mais baixo o colesterol, melhor. A mulher deve aumentar ainda mais seus cuidados quando tiver história familiar de cardiopatia precoce, como pai infartado antes dos 45 ou mãe antes dos 55 anos — adverte o cardiologista Otávio Coelho, da Unicamp.

Triglicerídeos, peso alto, álcool e tensão aumentam o risco

Segundo Coelho, as drogas não devem substituir as mudanças no estilo de vida. Dieta, controle da obesidade e da hipertensão e o abandono do hábito de fumar são medidas essenciais, diz ele, sobretudo porque as mulheres perdem, por ocasião da menopausa, a proteção natural do estrogênio.

As mulheres costumam apresentar, por volta dos 30 anos, níveis de colesterol menores que os dos homens (média de 199 mg/dl). A situação muda por volta dos 55 anos, quando sua média sobe para 237 mg/dl. Estudos feitos com homens mostram que cada 1% de redução do colesterol diminui em 2% o risco de ataque cardíaco.

Outro risco a que as mulheres também não estão imunes é a morte súbita, como a que vitimou Elma, mulher de Paulo César Farias, há dois anos. Um inquérito que está acompanhando a evolução da saúde de milhares de americanos, o Estudo Framingham do Coração, verificou que foi quase igual o número de mulheres (37%) e homens (40%) de 65 a 94 anos que tiveram morte súbita. Mas o perigo também ronda pessoas mais jovens, segundo o cardiologista Fernando Cruz, do Pró-Cardíaco.

— A morte súbita é uma parada cardiorrespiratória que surge sem aviso ou sintoma. As causas podem estar ligadas ao tabagismo, sedentarismo, hipercolesterolemia e uso de pílulas anticoncepcionais por mulheres maiores de 35 anos.

Mas, além do corpo, a mente também é um fator de risco. O Estudo Framingham mostrou que, entre mulheres que trabalham, um fator psicossocial é o maior indicador das que terão ataques cardíacos: são as que percebem seu status financeiro como inferior ao do grupo a que pertencem.

As novidades sobre coração na Internet
GLOBO ON <http://www.oglobo.com.br>