

Vitamina B não reduz risco de ataque cardíaco

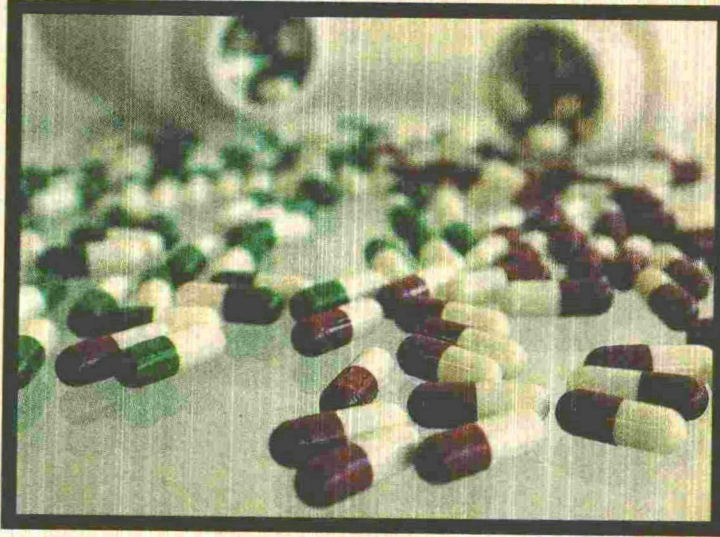
DA REDAÇÃO

As vitaminas B não reduzem a possibilidade de problemas cardíacos, ao contrário do que se acreditava. Foi o que sugeriram estudos publicados pelo *New England Journal of Medicine* e apresentados na 55ª conferência do American College of Cardiology (ACC), em Atlanta, nos EUA, por profissionais do Hospital Brigham (de Boston) e da Universidade McMaster (de Ontário, Canadá). Os cientistas aproveitam a reunião para discutir a eficiência dos medicamentos na prevenção de ataques cardíacos, como a aspirina. No fim de semana, australianos afirmaram que a troca do sal por um substituto com menos sódio e mais potássio é um tratamento simples para baixar a pressão sanguínea.

Até ontem, era consenso entre os especialistas que as vitaminas B (B12, B6 e ácido fólico) preveniam problemas circulatórios ao evitar acúmulo da homocisteína, um aminoácido considerado por muitos tão perigoso para o coração quanto o colesterol. Isso porque quanto maior o nível de homocisteína no sangue, maior é o risco de ataques cardíacos e derrames cerebrais. Segundo os estudos, essas vitaminas diminuem os níveis do aminoácido. Entretanto, essa redução não seria suficiente para prevenir nada.

“Não há dúvida de que as vitaminas B12 e B6, assim como o ácido fólico, não reduzem o risco cardiovascular”, resumiu Joseph Loscalzo, do Hospital Brigham de Boston. O trabalho dos dois grupos consistiu em administrar quantidades de vitaminas B em parte de um grupo de risco. Metade de voluntários não recebeu as vitaminas, mas placebos. Ao final do teste, os pacientes que ingeriram as vita-

Ricardo B. Labastier/CB/18.5.05



VITAMINAS ERAM CONSIDERADAS ÚTEIS CONTRA PROBLEMAS CIRCULATÓRIOS

AMOSTRAGEM

5.522

pessoas de 13 países da América do Sul, da América do Norte e da Europa participaram dos testes relacionados à vitamina B

minas tiveram quase o mesmo número de doenças que os pacientes que tomaram placebos.

Sal

Cientistas australianos afirmaram ontem que trocar o sal por um substituto com menos sódio é um tratamento simples para reduzir a pressão sanguínea. A equipe trabalhou com 608 voluntários. Alguns deles continuaram a ingerir sal normalmente, enquanto outros passaram a utilizar um substituto com menos sódio. Depois de um período de um ano, descobriu-se que a pressão sanguínea dos que usaram o substituto era menor que a dos que não

mudaram de dieta. O sal com teor reduzido de sódio é comercializado no Brasil, mas só deve ser usado sob orientação médica ou nutricional.

Os pesquisadores também confirmaram a eficiência da aspirina na prevenção de doenças cardíacas, mas alertaram para o risco de sua utilização junto com o medicamento Plavix. O Plavix é utilizado para impedir que os vasos sanguíneos se obstruam. Segundo o estudo, a combinação das drogas pode dobrar o risco de morte por ataque cardíaco. “O Plavix não deve ser usado para prevenção”, disse Elizabeth Nabel, diretora do Instituto Nacional de Coração, Pulmão e Sangue dos EUA. “A aspirina sozinha é suficiente.”

Em outra pesquisa, participantes tomaram alta dose de medicamentos para o colesterol e conseguiram baixar seus níveis de “colesterol ruim” aos índices mais baixos já vistos. Também diminuíram o entupimento de seus vasos sanguíneos. No entanto, ainda é muito cedo para dizer se essa redução resultará em menos ataques cardíacos.