

Menopausa acumula gordura perto do coração

As mulheres que estão na menopausa ou passaram por essa fase têm um risco maior de acumular gordura na região próxima ao coração. A descoberta foi divulgada por pesquisadores da Universidade de Pittsburgh (EUA) no site da publicação especializada *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism* e descreve como as mudanças hormonais podem ser as responsáveis pelo fenômeno. Segundo os cientistas, a constatação tem chance de funcionar como um guia para ajudar médicos a atuar na prevenção de problemas

cardíacos em pacientes vulneráveis aos efeitos prejudiciais do climatério.

Doenças cardiovasculares são a maior causa de morte entre mulheres, e o índice tende a aumentar depois dos 50 anos. Essa idade, aponta o médico Samar R. El Khoundary, corresponde à época em que a maioria delas passa pelo encerramento dos ciclos menstruais e ovulatórios. "Ao mostrar que a menopausa parece estar associada à mudança nos depósitos de gordura que levam ao acúmulo dessa substância em torno do coração, nós desvendamos um novo

contribuidor em potencial para o risco aumentado de doenças cardiovasculares em mulheres", ressalta o professor de epidemiologia e também principal autor do estudo.

O ganho de peso constatado durante o climatério é muitas vezes atribuído mais ao envelhecimento do que à mudança hormonal. No entanto, pesquisas recentes identificaram mudanças na composição e na distribuição da gordura corporal devido às flutuações de hormônios relacionados à fase de perda da fertilidade. O grupo de El Khoundary analisou dados clínicos de 456 mulheres dos Estados Unidos com uma média de 51 anos, incluindo amostras de sangue e exames de imagem do coração. Nenhuma das voluntárias estava sendo tratada com terapia hormonal.

Conforme caíam as concentrações do hormônio estradiol (um tipo de estrogênio), maiores eram os volumes de gordura cardiovascular encontrados nas pacientes. Esses resultados, ressaltam os pesquisadores, são notáveis mesmo quando se desconsideram fatores tradicionalmente relacionados ao acúmulo de gordura corporal, como idade, etnia, obesidade, prática de atividades físicas, doenças crônicas, fumo e consumo de álcool.

Inflamação

O aumento de gordura em regiões próximas ao coração e aos vasos sanguíneos pode ser mais prejudicial à saúde do que a gordura abdominal, conhecida vilã dos

problemas cardíacos. Quando está localizada próxima às estruturas cardiovasculares, a substância pode causar inflamações e aumentar os acidentes coronários em até 50%.

"Estudos anteriores sugerem que reduzir a gordura do coração é possível por meio da perda de peso e do monitoramento, mas esses estudos somente analisaram números limitados de pessoas, e não há testes clínicos que atribuam resultados cardiovasculares com mudanças na gordura do coração devido a intervenções no peso. Claramente, existe a necessidade de mais estudos para determinar as melhores estratégias para ajudar mulheres que passaram pela menopausa a reduzir a gordura próxima ao coração", analisa o autor do trabalho.