

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024

Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"



DOENÇAS CARDIOVASCULARES NA MENOPAUSA: UMA REVISÃO NARRATIVA

Edyeuza Alixandrina Ferreira Cordeiro¹, Antonio Coelho Sidrim², Myllena Farias Gomes³ Célida Juliana de Oliveira⁴

Resumo: A menopausa marca uma fase de maior vulnerabilidade para doenças cardiovasculares em mulheres, devido à queda nos níveis de estrogênio, que exerce um papel protetor sobre o coração. O estrogênio possui efeitos protetores, como a redução da LDL e o aumento da HDL, além de melhorar a função endotelial. Esse declínio hormonal aumenta o risco de hipertensão e dislipidemias além de outros fatores. O estudo tem como objetivo analisar a relação entre a menopausa e o aumento do risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares em mulheres. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada em setembro de 2024, numa busca na Biblioteca Virtual em Saúde. Foram encontrados 10 estudos, que mostraram que as mulheres na menopausa, especialmente aquelas com risco cardiovascular, precisam de uma análise cuidadosa antes de iniciar terapia hormonal. A doença arterial coronariana é a principal causa de morte pós-menopausa, associada a fatores como envelhecimento, sedentarismo e hipertensão. A conscientização e o acompanhamento regular com profissionais de saúde, além de um estilo de vida saudável, são fundamentais para reduzir os riscos cardiovasculares.

Palavras-chave: Menopausa. Doenças Cardiovasculares. Fatores de Risco. Saúde da Mulher.

1. Introdução

1 Universidade Regional do Cariri. email: edyeuza.cordeiro@urca.br

2 Universidade Regional do Cariri. email: antonio.sidrim@urca.br

3 Universidade Regional do Cariri, email: myllena.contato04@gmail.com

4 Universidade Regional do Cariri, email: celida.oliveira@urca.br

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

As doenças cardiovasculares (DCV) são responsáveis pela morte de uma em cada três mulheres no mundo, um dado alarmante que ressalta a gravidade dessa questão de saúde pública. O risco de DCV aumenta consideravelmente após a menopausa, o que reforça a necessidade urgente de intervenções preventivas. Entre os principais fatores que influenciam o risco estão as mudanças na saúde cardiometabólica, os sintomas relacionados à menopausa, a duração da vida reprodutiva e o uso de terapia hormonal durante a menopausa (Stuenkel, 2024).

A menopausa, que faz parte do climatério, é marcada pelo fim das funções ovarianas e pela redução dos níveis de progesterona, estradiol e inibina. Além disso, ocorrem mudanças funcionais e morfológicas, como a manifestação de sintomas vasomotores e outros (Leite, 2022).

A transição para a menopausa pode ser vista como uma fase marcante, visto que não apenas sinaliza o fim da vida reprodutiva da mulher, mas também oferece uma oportunidade valiosa para refletir sobre o estilo de vida e fazer ajustes que possam promover uma saúde mais robusta no longo prazo (Stuenkel, 2024)

O envelhecimento vascular é um processo complexo, que é caracterizado pela rigidez progressiva das artérias e pela redução da capacidade de vasodilatação, o que impacta diretamente na saúde cardiovascular. Essa dinâmica de envelhecimento não é uniforme entre os sexos, pois homens e mulheres experienciam essas mudanças de maneiras distintas (Stuenkel, 2024)

No início da menopausa, observa-se uma aceleração desse processo, que contrasta com a declínio gradual da função vascular que geralmente ocorre com o avanço da idade. Durante essa fase, a queda nos níveis de estrogênio resulta em alterações significativas na função endotelial, levando à disfunção endotelial.

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

Essa disfunção, por sua vez, contribui para o desenvolvimento de hipertensão arterial sistêmica (HAS), condição que favorece o aumento da incidência de doenças cardiovasculares (DCV) em mulheres na menopausa (Acauna *et al.*, 2019)

É um momento propício para refletir tanto sobre questões de saúde atuais quanto potenciais, como o aumento do risco de doenças crônicas, incluindo as cardiovasculares. Nesse contexto, torna-se essencial adotar uma abordagem proativa para o bem-estar, com foco especial na saúde do coração, que pode ser impactada por mudanças hormonais e outros fatores associados à menopausa. Incorporar hábitos saudáveis, como uma alimentação balanceada, exercícios físicos regulares e o manejo do estresse, pode contribuir significativamente para a prevenção de problemas futuros e para a manutenção de uma vida plena e saudável (Stuenkel, 2024).

2. Objetivos

- Identificar os fatores de risco cardiovascular em mulheres no período de menopausa.
- Destacar a importância de medidas preventivas para essa população.

3. Metodologia

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, realizada em outubro de 2024. Feita através de busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), utilizando as bases de dados Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). Foram utilizados os descritores "menopausa", "doenças cardiovasculares", "fatores de risco" e "saúde da mulher", com o operador *booleano* AND. Foram encontrados 290 estudos e após a aplicação dos filtros de critérios de inclusão: Artigos publicados nos últimos cinco anos, linguagens em inglês e português foram encontrados 40

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA

XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

estudos, dos quais apenas 10 atendiam ao objetivo do estudo. Após análise, os dados foram sintetizados e os resultados apresentados, seguidos de uma interpretação e discussão crítica.

4. Resultados

Mulheres na menopausa, são na maioria das vezes orientadas sobre a terapia hormonal da menopausa. Todavia, é indispensável que mulheres que possuem fatores de risco para a doença cardiovascular tenham uma análise detalhada antes de iniciar a terapia hormonal (Oliveira *et al.*, 2024). Para mulheres com risco cardiovascular intermediário, são preferíveis as terapias transdérmicas com estradiol, associadas à progesterona micronizada, se necessário, para proteção do útero (Stuenkel, 2024).

A doença arterial coronariana (DAC) é a principal causa de morte entre mulheres da pós-menopausa, superando os casos de câncer de mama e outros tipos de câncer ginecológico. Os fatores de risco mais comumente associados à DAC incluem o envelhecimento, o tabagismo, o sedentarismo, a dieta inadequada, o índice de massa corporal elevado, a hipertensão arterial sistêmica, a diabetes mellitus, a dislipidemia e o histórico familiar de DAC (Oliveira *et al.*, 2024).

É necessário promover uma conscientização e a percepção sobre os fatores de risco associados à menopausa e a importância de um acompanhamento com profissionais de saúde de maneira regular, além de adotar um estilo de vida saudável. Medidas como a prática regular de exercícios físicos, uma dieta equilibrada e o controle de condições como hipertensão e diabetes são essenciais para minimizar os riscos associados ao envelhecimento vascular, onde o mesmo está diretamente ligado com as doenças cardiovasculares (Rel *et al.*, 2019).

5. Conclusão

IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024



Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"

É evidente que há uma quantidade significativa de fatores de risco que estão associados a menopausa, sendo essencial uma abordagem preventiva e direcionada para mitigar o impacto das doenças cardiovasculares nesse novo ciclo e fornecer uma melhor qualidade de vida. Considerando que conforme a mulher envelhece, a mesma apresenta um risco crescente de morbimortalidade cardiovascular.

Agradecimentos

À Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (FUNCAP), pela concessão de bolsa de estudos; Ao Grupo de Pesquisa e Extensão em Saúde Cardiovascular e Cerebrovascular.

Referências

ACUNA, M. *et al.* Terapia Estrogênica e Prevenção Cardiovascular Primária. **Rev. Chil. Obstet. Ginecol.** v. 84, n. 6, pág. 514-524, dez. 2019.

LEITE, L. K. **Fatores associados à idade da menopausa natural na coorte elsa-brasil.** 2022. 78f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) - Universidade Federal de Minas Gerais, 2022.

OLIVEIRA, G.M.M. *et al.* Diretriz Brasileira sobre a Saúde Cardiovascular no Climatério e na Menopausa 2024. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia.** v.121, n. 7, jan. 2024.

REL, B. A. R *et al.*, Fatores de risco para doenças cardiovasculares e ingestão dietética em mulheres climatéricas não usuárias de Terapia de Reposição Hormonal (TRH). **Rev Inst Adolfo Lutz.** São Paulo, 2019; 78:e1781.

STUENKEL, C. A. Reproductive milestones across the lifespan and cardiovascular disease risk in women. **Climacteric: The Journal of the International Menopause Society.** v. 27, n. 1, p. 5–15, 1 fev. 2024.