

## O CONTROLE DOS FATORES DE RISCO NA INFÂNCIA E A PREVENÇÃO DE EVENTOS CARDIOVASCULARES NO ADULTO. ESSA ASSOCIAÇÃO EXISTE?

### CONTROL OF RISK FACTORS IN CHILDHOOD AND PREVENTION OF CARDIOVASCULAR EVENTS IN ADULT. IS THERE ASSOCIATION?

Rafael Rafaini Lloret<sup>1</sup>, Débora Yumi Murakami<sup>2</sup>

A doença cardiovascular é uma das principais causas de morbidade e mortalidade no mundo. Nos dias de hoje, está bem estabelecido que diversos fatores elevam de forma significativa o risco de ocorrência de eventos cardiovasculares. Dessa forma, podemos entender porque o pilar terapêutico baseia-se na prevenção primária e na retirada dos fatores de risco. Mas qual seria o momento ideal de intervenção?

A aterosclerose, responsável por grande parte dos casos de eventos cardiovasculares, é um processo que se inicia desde a juventude, evoluindo de forma silenciosa e apresentando sintomas apenas após anos de doença.

Nesse contexto, Laitinen *et al.* publicaram na Revista *Circulation* um estudo que teve como objetivo acompanhar desde a infância os fatores de risco envolvidos na doença cardiovascular, a fim de estabelecer se a saúde cardiovascular na infância pode prevenir eventos cardiometabólicos na vida adulta.

O estudo utilizou como base o ideal de saúde cardiovascular estabelecido pela *American Heart Association*, que consiste na presença simultânea dos seguintes comportamentos: nunca ter fumado ou ter parado há mais de 12 meses (adultos), índice de massa corpórea < 25 Kg/m<sup>2</sup> ou < que o percentil 85 em crianças, atividade física frequente e dieta equilibrada, além de três outras condições: colesterol total < 200 mg/dL em adultos e < 170 mg/dL em crianças, pressão arterial < 120 x 80 mmHg em adultos e menor que o percentil 90 em crianças, e glicose de jejum menor que 100 mg/dL.

O estudo acompanhou ao longo de 27 anos um total de 2.204 indivíduos com idade inicial entre 3 a 18 anos.

Nesse período, foram avaliadas a pressão arterial, as medidas antropométricas, o colesterol total, a glicemia, o IMC, o perfil dietético, a atividade física, o perfil socioeconômico e a presença de placa aterosclerótica nas carótidas.

A análise inicial e final concluiu que apenas 6,9% realizavam a atividade física idealmente preconizada (mais de 60 minutos diários de atividade moderada em crianças e pelo menos 150 minutos/semana de atividade nos adultos), evidenciando importante grau de sedentarismo entre os participantes. O IMC ideal estava presente em 85,6%, 24,3% tinham uma alimentação balanceada, 22,4% não fumavam ou pararam por um período

maior que 12 meses, 82,2% apresentavam a pressão arterial nos limites indicados, 97,4% tinham a glicemia normal e 33,2% tinham o controle adequado do colesterol.

Os resultados deste acompanhamento mostraram que a saúde ideal cardiovascular na infância está associada com redução nas taxas de Hipertensão Arterial Sistêmica, dislipidemias (tanto por aumento no LDL quanto por triglicerídeos) e Síndrome Metabólica. Além disso, foi relatado que a adoção de medidas saudáveis relacionadas ao sistema cardiovascular na infância está relacionada à menor incidência e ao menor risco de complicações devido à aterosclerose nas carótidas.

A conclusão do estudo foi que a presença de fatores de risco na infância implica numa maior probabilidade de eventos cardiovasculares no adulto. Com isso, fica evidente que a prevenção primária não deve ser focada apenas na vida adulta, não podemos nos esquecer dos benefícios de uma infância saudável. Lembrando que grande parte dos fatores de riscos presentes durante a infância sofre influência direta do estilo de vida moderno. Esse estilo de vida aumenta o sedentarismo devido a cada vez mais as crianças usarem a tecnologia como fonte de diversão, deixando as atividades físicas de lado e também pelo aumento da ingestão de *fast foods* e alimentos ricos em gorduras e sódio. Esses fatores associados implicam numa frequência maior de crianças com sobrepeso/obesidade, gerando maior probabilidade de síndrome metabólica, dislipidemias e hipertensão arterial.

O investimento em programas que visem a redução de fatores de risco na infância é fundamental no combate contra a doença cardiovascular.

#### BIBLIOGRAFIA

1. Laitinen T, Pahkala K, Oikonen M, Taittonen L, Juonala M, Lehtimäki T, et al. Ideal Cardiovascular health in childhood and cardiometabolic outcomes in adulthood. *Circulation*. 2012; 125:1971-8.

**Rev. Fac. Ciênc. Méd. Sorocaba, v. 14, n. 3, p. 122, 2012**

1. Residente em Clínica Médica - FCMS/PUC-SP

2. Acadêmica do curso de Medicina - FCMS/PUC-SP

Recebido em 14/5/2012. Aceito para publicação em 24/5/2012.

Contato: rrlloret@hotmail.com