

OCORRÊNCIA DE INFARTO AGUDO DO MIOCÁRDIO EM PESSOAS SEDENTÁRIAS

Jorge Dutra Moura ¹, Willian Rodrigues Ribeiro², Anderson Cauê

Sales Amorim³, Rodrigo Henrique de Souza Xavier ⁴, Harrison Franco

Sampaio Saraiva ⁵, Gabriely Martins dos Santos ⁶

¹Universidade de Pernambuco, ² Universidade Estadual do Ceará, ³Universidade Estadual do Ceará, ⁴ Universidade de Pernambuco, ⁵ Universidade de Pernambuco, ⁶ Universidade Estadual do Ceará (jorge.dutramoura@upe.br)

Introdução: O infarto agudo do miocárdio é uma das principais causas de morte mundialmente, sendo fortemente afetado pelo sedentarismo, fator de risco que pode ser modificado e que muitas vezes não recebe a devida atenção. A falta de exercícios físicos contribui para problemas cardiovasculares, aumento da resistência dos vasos sanguíneos e desequilíbrios metabólicos, o que aumenta significativamente o risco de problemas cardíacos e a ocorrência de acidentes isquêmicos.

Objetivo: Analisar a correlação entre sedentarismo e o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, em especial o infarto agudo do miocárdio. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão da literatura com base em 5 artigos publicados na plataforma PubMed, contendo trabalhos com abrangência entre os anos de 2012 a 2023 e que abordem conteúdos associados ao sedentarismo e o infarto agudo no miocárdio. **Resultados:** A análise dos estudos revela que o sedentarismo está fortemente associado ao aumento do risco de infarto do miocárdio e de outras doenças cardiovasculares, sendo considerado um fator de risco independente em diversas populações. Evidências provenientes de grandes estudos observacionais e revisões sistemáticas indicam que o tempo prolongado em comportamento sedentário, como permanecer muitas horas sentado ou em atividades de baixo gasto energético, contribui para maior incidência de doença arterial coronariana, mesmo após o controle de variáveis como idade, sexo, tabagismo e índice de massa corporal. Além disso, baixos níveis de atividade física potencializam os efeitos deletérios do sedentarismo, favorecendo alterações metabólicas como resistência à insulina, dislipidemia, inflamação crônica e disfunção endotelial, mecanismos diretamente relacionados à fisiopatologia do infarto. Estudos também demonstram que a redução do tempo sedentário, com a substituição por atividades físicas leves ou moderadas, está associada à diminuição do risco cardiovascular, enquanto pesquisas em pacientes pós-infarto mostram pior prognóstico e maior mortalidade entre os mais sedentários. Embora análises genéticas sugiram que parte dessa relação possa ser mediada por outros fatores metabólicos e comportamentais, o conjunto das evidências disponíveis sustenta que o sedentarismo desempenha papel relevante no desenvolvimento e na evolução do infarto do miocárdio, configurando-se como um importante fator de risco modificável. **Conclusões:** Conclui-se que o sedentarismo apresenta forte correlação com a ocorrência de infarto agudo do miocárdio, atuando como fator de risco modificável e independente. A redução do comportamento sedentário e o estímulo à atividade física regular mostram-se estratégias eficazes na prevenção cardiovascular,

devendo ser priorizadas em ações clínicas e de saúde pública para reduzir a morbimortalidade.

Palavras-chave: Emergências Cardiovasculares. Doença Arterial Coronariana. Isquemia Miocárdica.

Área Temática: Emergências Cardiovasculares

PRINCIPAIS REFERÊNCIAS:

DING, Minyu et al. Physical activity, sedentary behavior and risk of coronary artery disease, myocardial infarction and ischemic stroke: a two-sample Mendelian randomization study. *European Journal of Preventive Cardiology*, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33774696/>. Acesso em: 21 jan. 2026.

LIU, Mengjie et al. Genetic liability to sedentary behavior in relation to myocardial infarction and heart failure: a Mendelian randomization study. *Clinical Research in Cardiology*, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36163216/>. Acesso em: 21 jan. 2026.