

DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM MULHERES: FATORES DE RISCO, INFLUÊNCIA DA MENOPAUSA E ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

MCLARACHAR@GMAIL.COM

MARIA CLARA CHÁR GOMES - Licenciatura em Ciências Biológicas, UFPE¹, **RENAN GABRIEL DA SILVA FERREIRA** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE², **CARLOS EDUARDO DA SILVA** - Licenciatura em Ciências Biológicas, UFPE¹, **SARA VITÓRIA DE OLIVEIRA COSTA** - Bacharelado em Fisioterapia, UFPE³, **JADYEL SHERDELLE GUEDES DO NASCIMENTO** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE⁷, **MARIA EDUARDA CARNEIRO DE LIMA** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE², **MARIA MANUELA DOS SANTOS RODRIGUES** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE⁷, **THAYNARA CASELI DOS SANTOS** - Programa de pós-graduação em Morfotecnologia, UFPE⁷, **ISAQUE BERTOLDO SANTOS DA SILVA** - Programa de pós-Graduação em Bioquímica e Fisiologia, UFPE⁸, **FERNANDA DAS CHAGAS ANGELO MENDES TENÓRIO** - Professora associada I do departamento de Histologia e embriologia, UFPE⁹.

Palavras-Chave: Fatores metabólicos; Saúde cardiovascular; Saúde feminina.

ÁREA TEMÁTICA: Temas livres

INTRODUÇÃO

As doenças cardiovasculares (DCV) constituem uma das principais causas de morbidade e mortalidade entre as mulheres, representando importante problema de saúde pública mundial. Apesar de historicamente serem associadas com maior frequência ao sexo masculino, atualmente reconhece-se que as DCV apresentam elevada ocorrência e impacto sobre a população feminina. Estima-se que milhões de mulheres sejam afetadas anualmente por doenças cardiovasculares, incluindo doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral (AVC) e insuficiência cardíaca. Esse cenário representa importante sobrecarga para os sistemas de saúde e está relacionado a fatores de risco metabólicos, comportamentais e sociais (Vogel et al., 2021).

Além disso, os fatores de risco tradicionais, como hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade, dislipidemia, sedentarismo e tabagismo, apresentam importante associação com o desenvolvimento das DCV. Entretanto, as mulheres possuem particularidades relacionadas ao ciclo de vida que podem modificar o risco cardiovascular, incluindo condições durante a gestação, alterações hormonais, menopausa precoce e transição menopausal. Essas características reforçam a necessidade de uma abordagem específica para a avaliação e prevenção cardiovascular feminina (Vogel et al., 2021).

Nesse contexto, as alterações hormonais observadas ao longo da vida podem exercer influência significativa sobre o sistema cardiovascular. Durante a transição menopausal, a redução dos níveis de estrogênio está associada a alterações no metabolismo lipídico, aumento da adiposidade central, resistência à

insulina, elevação da pressão arterial e modificações na função endotelial. Esses fatores podem contribuir para o aumento progressivo do risco de doença cardiovascular após a menopausa (Theodorou et al., 2024; Parikh et al., 2021).

O objetivo deste estudo foi revisar as evidências disponíveis acerca da doença cardiovascular em mulheres, com ênfase nos principais fatores de risco, nas particularidades relacionadas ao ciclo reprodutivo e à menopausa e nas estratégias de prevenção e promoção da saúde cardiovascular.

METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão narrativa da literatura acerca da ocorrência de doenças cardiovasculares em mulheres e dos principais fatores associados ao desenvolvimento dessas condições. O levantamento bibliográfico foi conduzido em bases de dados científicas, principalmente PubMed, utilizando combinações dos termos “women”, “cardiovascular disease”, “cardiovascular risk”, “menopause”, “cardiovascular health”, “female cardiovascular disease” e “cardiovascular prevention”, associados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram considerados prioritariamente artigos científicos publicados em inglês e português entre 2019 e 2026, além de diretrizes e documentos institucionais relevantes para a compreensão da saúde cardiovascular feminina. Foram selecionadas pesquisas que contemplassem fatores de risco cardiovasculares, alterações relacionadas à menopausa e condições cardiovasculares no período gestacional e medidas voltadas à prevenção em mulheres. Ocorreu a análise qualitativa desses estudos, considerando os principais fatores associados ao desenvolvimento das DCV, as particularidades fisiológicas e hormonais femininas e os mecanismos relacionados ao aumento do risco cardiovascular. Também foram avaliadas recomendações estabelecidas por diretrizes nacionais e internacionais referentes à prevenção e ao acompanhamento da saúde cardiovascular das mulheres. Ao término da análise, os estudos considerados pertinentes foram reunidos para compor a síntese narrativa apresentada neste trabalho.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A ocorrência de doenças cardiovasculares em mulheres está relacionada à interação entre fatores genéticos, metabólicos, hormonais, comportamentais e ambientais. Entre os principais fatores de risco modificáveis destacam-se hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade, dislipidemia, tabagismo, sedentarismo e alimentação inadequada. A presença simultânea desses fatores pode potencializar o risco de eventos cardiovasculares, tornando a identificação precoce fundamental para a prevenção (Vogel et al., 2021).

Entre os fatores de risco, a hipertensão arterial apresenta papel de destaque na saúde cardiovascular feminina. A elevação persistente da pressão arterial promove alterações estruturais e funcionais nos vasos sanguíneos e está associada ao desenvolvimento de doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca e

acidente vascular cerebral. Além disso, a prevalência da hipertensão tende a aumentar com o avanço da idade, especialmente durante e após a transição menopausal (Uddenberg et al., 2024).

As alterações metabólicas também apresentam importante participação na progressão do risco cardiovascular. Durante a menopausa, podem ocorrer aumento do colesterol LDL, elevação dos triglicerídeos e alterações na distribuição da gordura corporal, com maior deposição de tecido adiposo na região abdominal. Essas modificações podem estar associadas à resistência à insulina e ao desenvolvimento de síndrome metabólica, contribuindo para a progressão da aterosclerose e para o aumento da ocorrência de doenças cardiovasculares (Uddenberg et al., 2024; Oliveira et al., 2024).

De maneira complementar, a redução dos níveis de estrogênio durante a menopausa pode contribuir para alterações na função endotelial e na regulação vascular. O estrogênio apresenta efeitos relacionados à manutenção da função endotelial e à biodisponibilidade de óxido nítrico, além de exercer influência sobre o metabolismo lipídico. Com a redução hormonal característica da menopausa, podem ocorrer alterações que favorecem a disfunção vascular e o aumento do risco cardiovascular (Oliveira et al., 2024). As condições relacionadas à gestação também devem ser consideradas na avaliação da saúde cardiovascular feminina. Complicações como hipertensão gestacional e pré-eclâmpsia estão associadas a maior risco cardiovascular ao longo da vida. Dessa forma, a história reprodutiva pode fornecer informações relevantes para a identificação de mulheres que necessitam de acompanhamento cardiovascular mais cuidadoso após a gestação (Giorgione et al., 2023).

Além dos fatores biológicos, aspectos comportamentais e sociais exercem influência sobre a saúde cardiovascular. De acordo com Organização Mundial da Saúde (2025) o tabagismo, a inatividade física, a alimentação inadequada, o estresse e as condições socioeconômicas podem contribuir para o desenvolvimento ou agravamento dos fatores de risco. A Organização Mundial da Saúde destaca que mudanças relacionadas ao estilo de vida, associadas ao controle dos fatores metabólicos, podem contribuir significativamente para a prevenção das doenças cardiovasculares.

A prevenção cardiovascular feminina deve, portanto, considerar as diferentes etapas do curso de vida. A identificação precoce de fatores de risco, a prática regular de atividade física, alimentação adequada, controle da pressão arterial, acompanhamento dos níveis glicêmicos e lipídicos e abandono do tabagismo constituem medidas fundamentais. Além disso, o acompanhamento durante a transição menopausal pode possibilitar a identificação de alterações metabólicas e cardiovasculares em fases iniciais (Uddenberg et al., 2024).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As evidências indicam que as doenças cardiovasculares representam importante causa de morbimortalidade entre as mulheres, sendo influenciadas por fatores como hipertensão, diabetes, obesidade, dislipidemia, sedentarismo e tabagismo, além de condições relacionadas à gestação, ao climatério e à

menopausa. As alterações hormonais da menopausa podem contribuir para mudanças metabólicas e vasculares que elevam o risco cardiovascular. Assim, a prevenção deve ocorrer de forma contínua, considerando as particularidades biológicas, reprodutivas e sociais das mulheres. A identificação precoce dos fatores de risco, o acompanhamento clínico e a adoção de hábitos saudáveis são fundamentais para reduzir a morbimortalidade cardiovascular e promover a saúde feminina.

REFERÊNCIAS

GIORGIONE, Veronica; CAULDWELL, Matthew; THILAGANATHAN, Basky. Pre-eclampsia and cardiovascular disease: from pregnancy to postpartum. *European Cardiology Review*, v. 18, e42, 2023. DOI: 10.15420/ecr.2022.56.

OLIVEIRA, Gláucia Maria Moraes de et al. Diretriz Brasileira sobre a Saúde Cardiovascular no Climatério e na Menopausa – 2024. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, v. 121, n. 7, e20240478, 2024. DOI: 10.36660/abc.20240478.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Cardiovascular diseases (CVDs). Geneva: World Health Organization, 2025.

PARIKH, Nisha I. et al. Adverse pregnancy outcomes and cardiovascular disease risk: unique opportunities for cardiovascular disease prevention in women: a scientific statement from the American Heart Association. *Circulation*, v. 143, n. 18, p. e902-e916, 2021. DOI: 10.1161/CIR.0000000000000961.

THEODOROU, Angeliki et al. Female-specific risk factors for cardiovascular disease: an update. *Hormones*, v. 23, n. 4, p. 637-653, 2024. DOI: 10.1007/s42000-024-00576-5.

UDDENBERG, Erin R. et al. Menopause transition and cardiovascular disease risk. *Maturitas*, v. 185, p. 107974, 2024. DOI: 10.1016/j.maturitas.2024.107974.

VOGEL, Birgit et al. The Lancet women and cardiovascular disease Commission: reducing the global burden by 2030. *The Lancet*, v. 397, n. 10292, p. 2385-2438, 2021. DOI: 10.1016/S0140-6736(21)00684-X.