

Mulheres jovens são as vítimas inusitadas das doenças cardíacas

**Ieda Jatene e Salete Nacif*

Se a maioria de nós tivesse que escolher uma imagem para retratar um ataque cardíaco, intuitivamente optaria por uma foto de um homem acima dos 60 anos. Porque ainda convivemos com a impressão de que as doenças do coração são prerrogativas deste público. Mas trata-se de uma falsa impressão: estudos e pesquisas desmistificam esta ideia e colocam mulheres jovens no protagonismo das doenças cardiovasculares (DCVs). Sim: as vítimas de infarto podem ter 40, 30, 20 ou até menos.

Entre os trabalhos sobre o tema, a Associação Americana de Cardiologia aponta a síndrome coronariana aguda (SCA) como responsável por 35% dos infartos em mulheres com menos de 50 anos sem fatores de risco. Já a Pesquisa Internacional de Síndromes Coronarianas Agudas em Países em Transição – nações como Rússia que estão implementando economia de mercado – concluiu que o infarto foi a mais comum manifestação clínica em jovens (68% versus 59,6% em pacientes mais velhos) e as mulheres aqui representaram as maiores taxas de mortalidade em 30 dias após a ocorrência, considerando o mesmo tipo de tratamento dispensado aos homens.

Entre os problemas cardíacos que acometem as jovens temos a MINOCA (Myocardial Infarction and Nonobstrutive Coronary Arteries ou Infarto do Miocárdio na Ausência de Obstrução Arterial Coronariana), que compromete a microcirculação coronariana e atinge 10,5% das mulheres e apenas 3,4% dos homens. Também citamos a dissecação espontânea de artéria coronária, uma laceração que retarda ou bloqueia o fluxo sanguíneo para o coração, causando ataque cardíaco e até morte súbita.

Estresse é uma das causas

O estresse é apontado como uma das causas de ataques cardíacos nas jovens. O fato de as mulheres assumirem responsabilidades cada vez mais cedo, enfrentando rotinas puxadas e jornadas duplas ou triplas, que incluem estudo, trabalho e cuidados domésticos pode explicar esta mudança de cenário, que as coloca como alvo. E as mais novas acabam negligenciando os sintomas por não acreditarem pertencer ao grupo de risco.

E existem outras doenças associadas que contribuem para um infarto mesmo com pouca idade. É o caso do ovário policístico, disfunções de hipertensão na gravidez,

diabetes gestacional e parto prematuro, além da menopausa precoce. Fatores convencionais de risco cardíaco – como obesidade, tabagismo, colesterol alto – também justificam o acometimento das mulheres mais novas, uma vez que

a alimentação desregrada (que pode promover a obesidade, colesterol e hipertensão) e o cigarro estão presentes na realidade destas moças.

Desmistificar a ideia de que devido à pouca idade uma doença cardíaca não faz parte da realidade feminina é um dos objetivos da SOCESP – Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo para a campanha, que será realizada ao longo do mês de março, pela passagem do Dia Internacional da Mulher. Estamos empenhados em esclarecer a população por meio de nossas redes sociais, sites e entrevistas com especialistas como forma de alerta uma vez que as patologias que afetam o coração são democráticas e não escolhem vítimas. Mas a boa notícia é que o “remédio” também é democrático e não precisa de receita: conscientização sobre a necessidade de uma vida saudável e controle constante da pressão arterial, do colesterol elevado e do risco de diabetes.

**Ieda Jatene é cardiologista, especialista em Cardiopatias Congênitas e Cardiologia Pediátrica. É a presidente da SOCESP (Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo) para o biênio 2022/2023 e Salete Aparecida da Ponte Nacif é diretora da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo – SOCESP e integrante da equipe do SOCESP Mulher.*