

ATEROSCLEROSE PRECOCE: O IMPACTO DO ESTILO DE VIDA NA SAÚDE ARTERIAL DOS JOVENS

SCHERER, Karine ¹

SANT'ANA, Daniel R. ²

SCHNEIDER, Taiane ³

¹ Acadêmica do curso de biomedicina, UCEFF, Itapiranga/SC.

² Docente do Curso de Biomedicina da Unidade Central de Educação FAI
Faculdades - UCEFF, Frederico Westphalen, RS, Brasil.

³ Doutora em Biomedicina, Professora do curso de Biomedicina, UCEFF.

Email para correspondência: karinescherer123@gmail.com

Grande área do conhecimento: Ciências da Saúde.

Introdução: Doenças cardiovasculares são uma das principais causadoras de morte no mundo, dentre as principais doenças cardiovasculares estão o infarto do miocárdio e o acidente vascular cerebral, que podem ter início por um processo aterosclerótico¹. Aterosclerose é uma patologia caracterizada pela formação de placas de gordura na parede das artérias, podendo acometer inúmeras regiões do corpo, incluindo coração, cérebro e membros inferiores². Processos ateroscleróticos podem ter início na infância e evoluir silenciosamente durante anos e inúmeros fatores de risco modificáveis estão associados ao seu desenvolvimento, incluindo má alimentação, obesidade, sedentarismo, dislipidemia e hipertensão³. **Objetivo:** Realizar uma revisão bibliográfica referente ao impacto que o estilo de vida e a alimentação tem no desenvolvimento da aterosclerose precoce e na saúde arterial dos jovens. **Método:** Foram realizadas pesquisas na plataforma *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e no site do ministério da saúde, utilizando os descritores: aterosclerose em jovens, aterosclerose e doenças cardiovasculares, abrangendo publicações do período de 2004 a 2022.

Resultados e Discussão: A aterosclerose é uma doença inflamatória crônica, que atinge principalmente artérias de médio e grande calibre. Lesões iniciais, atingem o endotélio e podem ocorrer na infância, são conhecidas como estrias gordurosas, caracterizadas pelo acúmulo de colesterol⁴. A progressão do processo aterosclerótico ocorre devido a lesões endoteliais, acúmulo de lipídios, aumento das células de adesão e recrutamento de células inflamatórias, gerando células espumosas que posteriormente originam as placas calcificadas³. As placas podem causar uma obstrução das artérias, comprometendo o fluxo sanguíneo e resultando em infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral, também afeta membros inferiores causando palidez e dor ao caminhar⁵. Nos últimos anos, estudos apontam que a aterosclerose deixou de ser uma patologia exclusiva de pacientes de meia idade e atualmente observa-se que o processo tem início na infância e placas fibrosas já podem ser vistas em adolescentes¹. Os primeiros anos de vida de uma criança são de extrema relevância para programação da saúde e da doença, a inserção de hábitos alimentares e atividades físicas podem se perpetuar durante a vida toda⁶. Porém a preocupação com jovens sedentários e obesos está cada vez maior, em um estudo realizado com jovens, observa-se que 72,5 % não praticam atividade física, 57,1% apresentam valores alterados de lipídios e um terço apresenta excesso de peso⁷. A obesidade e sedentarismo na infância, são a porta de entrada para doenças cardiovasculares, e estão diretamente associadas ao ambiente que o jovem está inserido, principalmente pela inatividade física e o consumo de alimentos ultraprocessados⁸. Esses fatores de risco são considerados modificáveis pela mudança no estilo de vida, evitando alimentos ricos em gordura saturada e açúcares e buscando introduzir alimentos saudáveis associados à atividade física³. **Conclusão:** A aterosclerose, uma doença que tem início na infância, considerando o aumento da obesidade e do sedentarismo entre os jovens, se torna de suma importância promover um estilo de vida que inclua uma alimentação saudável e a prática regular de atividades físicas desde os primeiros anos de vida, como forma de prevenir o avanço da aterosclerose e suas consequências no desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

Palavras-chave: Aterosclerose, doenças cardiovasculares, jovens, obesidade.

REFERÊNCIAS

1. Santos MG dos, Pegoraro M, Sandrini F, Macuco EC. Fatores de risco no desenvolvimento da aterosclerose na infância e adolescência. **Arq Bras Cardiol**, 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2008000400012>
2. Santos VP dos, Pozzan G, Castelli Júnior V, Caffaro RA. Arteriosclerose, aterosclerose, arteriosclerose e esclerose calcificante da média de Monckeberg: qual a diferença?2021. **Jornal vascular brasileiro**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1677-5449.200211>.
3. Portal VL. Aterosclerose, uma doença complexa. **Revista da Sociedade de Cardiologia do Rio Grande do Sul**,2004. Disponível em: <http://sociedades.cardiol.br/sbc-rs/revista/2004/03/artigo06.pdf>.
4. Faludi AA, Izar MC de O, Saraiva JFK, Chacra APM, Bianco HT, Afiune A, et al. Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose, 2017. **Arq Bras Cardiol**. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/abc.20170121>.
5. Ministério da Saúde. Aterosclerose: Doença inflamatória cursa com obstrução das artérias do corpo humano, 2022. **Ministério da Saúde**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/glossario/aterosclerose>.
6. I Diretriz de Prevenção da Aterosclerose na Infância e na Adolescência. **Arq Bras Cardiol**. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2005002500001>.
7. Romaldini CC, Issler H, Cardoso AL, Diament J, Forti N. Fatores de risco para aterosclerose em crianças e adolescentes com história familiar de doença arterial coronariana prematura, 2004. **Jornal de pediatria**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0021-75572004000200011>.
Ministério da saúde. Obesidade infantil é fator de risco para doenças respiratórias, colesterol alto, diabetes e hipertensão, 2022. **Ministério da**

saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/junho/obesidade-infantil-e-fator-de-risco-para-doencas-respiratorias-colesterol-alto-diabetes-e-hipertensao#:~:text=Considerada%20um%20problema%20de%20sa%C3%BAde>