



Atero News Nº 28

Mensagem do Presidente

Caros colegas,

Agosto foi um mês muito especial para o nosso Departamento de Aterosclerose. No último dia 08 celebramos mais uma vez o Dia Nacional de Controle do Colesterol. Várias atividades foram desenvolvidas pelo Departamento no sentido de alertar a população sobre o importante risco das dislipidemias e sua relação com a doença aterosclerótica cardíaca, cerebrovascular, aórtica e vascular periférica.

Iniciamos as atividades com um webinar no dia 08/08, cuja gravação está disponível em <https://www.canaldewebinares.cardiol.online/webinar/categories/aterosclerose>. No dia 11/08 realizamos outro evento do projeto “Cuidando do Coração” em parceria com a Diretoria de Promoção a Saúde Cardiovascular – FUNCOR, levando a mais de 5500 municípios brasileiros a mensagem de como identificar e tratar as dislipidemias na atenção básica à saúde, evento disponível no canal <https://www.youtube.com/user/canalCONASEMS>.

Em continuidade ao nosso projeto de conhecer os grupos de estudos Brasil afora, desta vez recebemos a Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais, sendo palestrante o ex-Presidente de nossa SBC, Prof. Marcus Malachias. Confira a atividade gravada no nosso site <https://sbcd.com.br/videos-round-da/>.

A preparação do nosso Congresso de Aterosclerose em Campos do Jordão, que será no próximo mês de outubro, nos dias 15 e 16, encontra-se em ritmo acelerado e queremos convidá-los a visitar o site oficial do congresso www.aterosclerose2021.com.br para conhecer a programação científica e realizar sua inscrição ao evento, que será presencial e on-line.

Abraços,

Prof. Dr. Antonio Carlos Palandri Chagas
Presidente do Departamento de Aterosclerose

Destaque do Departamento:

Cessaçãõ do Tabagismo e ganho de peso. O benefício da cessaçãõ supera o efeito sobre o ganho de peso?

Dra Jaqueline Scholz – Doutora em Cardiologia pelo FMUSP, orientadora do Programa de Pós-Graduação do Depto de Cardio-Pneumologia do HCFMUSP, diretora do Programa de tratamento Tabagismo INCOR – HCFMUSP

Os benefícios da cessação do tabagismo são impactantes e, com certeza, é uma das estratégias de saúde mais eficazes para redução de morbi/mortalidade em todo mundo¹. Mesmo considerando os benefícios da cessação, dados indicam que existe incremento de peso entre aqueles que deixam de fumar. Tivemos oportunidade de avaliar mais 800 fumantes que fizeram tratamento do tabagismo em Centro especializado de cessação entre 2008 a 2011² e observamos que o ganho de peso ocorreu em 75% dos pacientes que pararam de fumar. Entre os que ganharam peso, o ganho médio foi de 6,7 kilos nas mulheres e 3,8 kilos nos homens após 1 ano de cessação. Dados indicam que o ganho de peso pode ser significativamente maior entre aqueles que param de fumar por conta própria³. Entre os pacientes que cessam o tabagismo espontaneamente o ganho de peso chega a ser de 10-15 kilos em até 5 anos de cessação. Desta forma, quando a cessação se associa a incremento de mais de 10% do peso a preocupação é que distúrbios metabólicos secundários ao ganho de peso possam reverter os ganhos obtidos com a cessação do tabagismo. O fato é que estudos que avaliam o impacto do ganho de peso na população geral⁴ correlacionam ao aumento do risco de mortalidade a cada incremento de 5 unidades no índice de massa corpórea, no entanto, no grupo de pacientes que deixam de fumar e ganham peso não se conhece o impacto nesta condição. A dúvida é qual a fator irá impactar mais na mortalidade, o benefício da cessação ou o malefício do incremento de peso?

Desta forma, Berhe ET AL⁵ analisou uma mostra representativa de 16663 australianos, maiores de 18 anos, seguidos num Estudo de Coorte no período de 2006 a 2014 e avaliou o status tabágico, dados antropométricos, risco de doença cardiovascular, diabetes tipo2, câncer, doença pulmonar obstrutiva crônica e mortalidade geral. Este estudo conclui que a cessação do tabagismo se associa ao ganho de peso, que pode variar a 1 a 10 kilos, ou 0,1 a 0,2 de incremento no índice de massa corpórea no período avaliado, mas por outro lado, os benefícios da cessação do tabagismo superaram o risco em termos de redução da mortalidade na população em geral. O risco das principais doenças crônicas estudadas não aumentou independentemente do incremento de peso e da alteração do IMC após parar de fumar. Portanto, os autores consideram que os benefícios da cessação superam os riscos associados ao ganho de peso. O tempo máximo de cessação entre aqueles que pararam foi de 6 anos.

Portanto, parar de fumar ganhando ou não peso, traz benefícios incontestáveis a sobrevivência, no entanto, sabemos que o ganho excessivo de peso pode trazer outras limitações que se traduzem por perda na qualidade de vida e pode funcionar como um fator desestimulante a cessação. Desta forma, cabe aos médicos incentivarem seus pacientes a pararem de fumar com uso de estratégias farmacológicas e com incentivo a pratica de atividades físicas que minimizem este efeito de ganho de peso impactando positivamente na expectativa e qualidade de vida.

Referências:

1. Pirie K, Peto R, Reeves GK, Green J, Beral V; Million Women Study Collaborators. The 21st century hazards of smoking and benefits of stopping: a prospective study of one million women in the UK. *Lancet*. 2013;381(9861):133-141. doi:10.1016/S0140-6736(12)61720-6
2. Issa JS, et al, Smoking cessation and weight gain in patients with cardiovascular disease or risk factor, *Int J Cardiol* (2014), <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijcard.2014.01.055>
3. Aubin H-J, Farley A, Lycett D, Lahmek P, Aveyard P. Weight gain in smokers after quitting cigarettes: meta-analysis. *BMJ*. 2012;345:e4439. doi:10.1136/bmj.e4439PubMedGoogle Scholar.
4. Di Angelantonio E, Bhupathiraju SN, Wormser D, et al; Global BMI Mortality Collaboration.

Body-mass index and all-cause mortality: individual-participant-data meta-analysis of 239 prospective studies in four continents. Lancet. 2016;388(10046):776-786. doi:10.1016/S0140-6736(16)30175-1

5. Sahle BW, Chen W, Rawal LB, Renzaho AMN. Weight Gain After Smoking Cessation and Risk of Major Chronic Diseases and Mortality. JAMA Netw Open. 2021;4(4):e217044. doi:10.1001/jamanetworkopen.2021.7044.

Eventos Sugeridos:

XVIII Congresso Brasileiro de Aterosclerose

Data: 15 e 16 de outubro de 2021

Local: Grande Hotel SENAC Campos do Jordão e On-line

Site: www.aterosclerose2021.com.br

Mantenha seu cadastro atualizado para receber nossos informes e envie suas dúvidas e sugestões para

sbc-da@cardiol.br

SBC/DA - Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia



Se você não deseja mais receber nossos e-mails, [cancele a sua inscrição aqui.](#)