

## COMENTÁRIO EDITORIAL

# Influência do estilo de vida na doença cardiovascular prematura e na mortalidade em pacientes com diabetes melito

José Francisco Kerr Saraiva

Pacientes com diabetes mellitus tipo 2 (DM2) apresentam um risco significativamente aumentado para o desenvolvimento de doença cardiovascular nas suas várias formas quando comparados a indivíduos não diabéticos. A doença arterial coronariana a principal causa de morte na população diabética que juntamente ao acidente vascular encefálico são responsáveis por 75 % das mortes nessa população<sup>1</sup>. Dessa forma os indivíduos diabéticos via de regra são caracterizados como uma população de prevenção secundária quanto a abordagem de estratégias terapêuticas. Dados da Organização Mundial da Saúde apontam que o diabetes mellitus encontra-se entre as quatro principais causas de morte no mundo<sup>2</sup>. No Brasil dados do estudo ELSA realizado com mais de 15000 trabalhadores de serviços públicos universitários brasileiros mostra números alarmantes para as taxas de diabetes mellitus cuja incidência ultrapassou a 20%. Além disso apontou-se para 63,1% de excesso de peso, morbidade que guarda íntima relação com o DM2<sup>3</sup>. Nesse contexto são universais as recomendações quanto a mudanças de estilo de vida (MEV) particularmente no tocante à prática de exercícios físicos, orientações nutricionais adequadas, redução do peso, combate ao tabagismo entre outras medidas. Mudanças de estilo de vida alteram o perfil lipídico, reduzem níveis pressóricos, além do melhor controle glicêmico no DM2<sup>4</sup>.

No presente artigo Liu e colaboradores avaliaram a Influência do estilo de vida na doença cardiovascular

prematura e na mortalidade em pacientes com diabetes mellitus. Esta análise prospectiva incluiu 11.527 (8.970 mulheres do Nurses' Health Study e 2.557 homens do Health Professionals Follow-Up Study) participantes com DM2 diagnosticados durante o seguimento estudo de prevenção primária. Os resultados apontaram para uma redução significativa de eventos cardiovasculares (ECV) nos indivíduos onde ocorreu maior adesão a um estilo de vida saudável. Observou-se um redução de risco 14% na incidência de ECV, além de redução de 12% e 21% de doença coronariana e Acidente Vascular Cerebral além de redução de 27% na mortalidade por doença cardiovascular.

Em que pesem as recomendações universais de diretrizes e órgãos governamentais da importância da MEV suportada por estudos de intervenção e observacionais, o estudo LookAhead, que comparou de maneira controlada o impacto da intervenção Intensiva ao Estilo de Vida em pacientes com diabetes tipo 2 não demonstrou efeito sobre os desfechos cardiovasculares<sup>4,5,6</sup>. Ressalte-se que houve uma taxa muito baixa de ECV em ambos os grupos. Entretanto, observou-se uma maior redução nos lipídios plasmáticos e outros biomarcadores, além de redução de casos de esteatose hepática e menor necessidade de medicamentos anti-hiperglicemiantes no grupo que sofreu intervenção intensiva<sup>6</sup>.

Em conclusão, os achados do presente estudo suportam os dados da literatura acerca dos benefícios da adoção de um estilo de vida saudável para a redução de EVC na população diabética.

---

## REFERÊNCIAS

1. ADA Standards of Medical Care in Diabetes—2018. January 01 2018; volume 41 issue Supplement 1.
2. Federation ID. IDF DIABETES ATLAS. 8th ed. <http://www.diabetesatlas.org/2017>; <http://www.diabetesatlas.org/>. Accessed September 2018.
3. Schmidt, M e cols High prevalence of diabetes and intermediate hyperglycemia -The Brazilian Longitudinal Study of Adult Health (ELSA-Brasil): International Journal of Epidemiology. <http://www.dmsjournal.com/content/pdf/1758-5996-6-123.pdf>
4. Buse JB, Ginsberg HN, Bakris GL, et al. Primary prevention of cardiovascular diseases in people with diabetes mellitus: a scientific statement from the American Heart Association and the American Diabetes Association. *Circulation* 2007;115:114- 26.
5. Diabetes Prevention Program Research Group Long-term effects of lifestyle intervention or metformin on diabetes development and microvascular complications over 15-year follow-up: the Diabetes Prevention Program Outcomes Study. *Lancet Diabetes Endocrinol*, 3 (2015), pp. 866-875
6. The LookAHEAD Research Group. Cardiovascular effects of intensive lifestyle intervention in type 2 diabetes. *NEJM*. 2013;369:145-154.