

Compreendendo a Ligação entre a Gordura Visceral e a Saúde do Coração

Understanding the Link between Visceral Fat and Heart Health

Nuno Bettencourt¹ 

Universidade do Porto Faculdade de Medicina - Unidade de Investigação Cardiovascular,¹ Porto – Portugal

Minieditorial referente ao artigo: A Variabilidade da Frequência Cardíaca em Repouso está Independentemente Associada aos Escores de Classificação de Gordura Visceral em Homens Adultos Sauditas

As doenças cardiovasculares (DCV) continuam a ser um problema de saúde global significativo, com a obesidade e as suas anomalias metabólicas associadas contribuindo substancialmente para o risco de DCV. Nos últimos anos, a investigação tem-se centrado cada vez mais no papel do tecido adiposo visceral (TAV) na saúde cardiovascular, reconhecendo a sua contribuição única para a disfunção metabólica e o risco cardiovascular.^{1,2}

A variabilidade da frequência cardíaca (VFC) é uma medida da variação nos intervalos de tempo entre batimentos cardíacos consecutivos, refletindo o equilíbrio entre os sistemas nervosos simpático e parassimpático – e, portanto, servindo como um valioso indicador da função autonômica e da saúde cardiovascular. A redução da VFC está associada ao aumento do risco cardiovascular, tornando-se uma ferramenta potencialmente útil para avaliação e monitoramento de risco em diferentes cenários clínicos.³⁻⁵

Neste número da revista, Habib SS et al., estudaram a associação entre TAV, medida pela avaliação da gordura visceral (AGV), e VFC em uma coorte de 99 homens sauditas saudáveis.⁶ O objetivo da investigação foi testar a hipótese de que a VFC difere entre os participantes em função da categorização do TAV, e que os índices de TAV estão mais fortemente associados à VFC do que a massa gorda relativa em homens adultos saudáveis.

Apesar de algumas limitações importantes, nomeadamente o desenho transversal (limitando a capacidade de estabelecer causalidade) e a composição da amostra de homens saudáveis (limitando a generalização para outras populações), este interessante estudo oferece informações valiosas sobre a complexa interação entre a adiposidade e a função do sistema nervoso autónomo e talvez de relevância clínica para avaliação de risco e orientação de prevenção primária.

Uma das descobertas mais marcantes do estudo foi a associação significativa entre os parâmetros AGV e VFC, particularmente “raiz quadrada média das diferenças sucessivas” (RQMDS) e

“desvio padrão dos intervalos RR normais” (DPIN), que são indicativos de modulação parassimpática e variabilidade global, respectivamente. Curiosamente, indivíduos com níveis mais elevados de gordura visceral apresentaram redução da VFC, sugerindo comprometimento da função autonômica. É importante ressaltar que essas associações permaneceram significativas mesmo após ajustes para possíveis fatores de confusão, como idade, IMC e pressão arterial, ressaltando a robustez dos resultados.

Além disso, o estudo destaca a sensibilidade dos parâmetros da VFC às alterações na gordura visceral, superando medidas tradicionais como percentual de gordura corporal e relação massa muscular/gordura visceral (MMGV). Isto ressalta a utilidade potencial das métricas de VFC como marcadores sensíveis para monitorar o estado autonômico cardíaco em resposta a intervenções que visam a redução da gordura visceral.

Este estudo representa um avanço significativo na nossa compreensão da relação entre a gordura visceral e a saúde do coração. Ao identificar a gordura visceral como um fator de risco modificável para a função autonômica prejudicada, os resultados sublinham a importância de intervenções específicas destinadas a reduzir a acumulação de gordura visceral para melhorar a saúde cardiovascular. Modificações no estilo de vida destinadas a reduzir a gordura visceral, tais como mudanças na dieta e aumento da atividade física, poderiam potencialmente melhorar a função autonômica e mitigar o risco cardiovascular.

Além disso, este estudo sublinha a importância da investigação em curso nesta área para elucidar os mecanismos subjacentes que ligam a acumulação de gordura visceral à disfunção autonômica. À medida que novas perspectivas para a avaliação do risco cardiovascular e intervenções personalizadas estão claramente abertas com estas linhas de investigação, estudos futuros podem explorar a eficácia de intervenções que visam a redução da gordura visceral na melhoria da VFC e dos resultados cardiovasculares.

Palavras-chave

Variabilidade do Batimento Cardíaco; Tecido Adiposo Visceral

Correspondência: Nuno Bettencourt •

Universidade do Porto Faculdade de Medicina - Unidade de Investigação Cardiovascular - Alameda Professor Hernâni Monteiro, 4200-319 Porto - Portugal
E-mail: bettencourt.n@gmail.com

Artigo recebido em 29/04/2024, revisado em 08/05/2024, aceito em 08/05/2024

DOI: <https://doi.org/10.36660/abc.20240288>

Referências

1. Guimarães GC Filho, Silva LT, Silva RMCE. Correlation Among Waist Circumference and Central Measures of Blood Pressure. *Arq Bras Cardiol.* 2022;119(2):257-64. doi: 10.36660/abc.20210432.
2. Santos CPC, Lagares LS, Santos SRM, Silva MSP, Macedo RC, Almeida LAB, et al. Association Between Arterial Hypertension and Laboratory Markers, Body Composition, Obstructive Sleep Apnea and Autonomic Parameters in Obese Patients. *Arq Bras Cardiol.* 2023;120(7):e20220728. doi: 10.36660/abc.20220728.
3. Mota GAF, Gatto M, Pagan LU, Tanni SE, Okoshi MP. Diabetes Mellitus, Physical Exercise and Heart Rate Variability. *Arq Bras Cardiol.* 2023;120(1):e20220902. doi: 10.36660/abc.20220902.
4. Gomes BFO, Benchimol-Barbosa PR, Nadal J. Predictive Model of All-Cause Death in Patients with Heart Failure using Heart Rate Variability. *Arq Bras Cardiol.* 2023;120(11):e20220379. doi: 10.36660/abc.20220379.
5. Souza EG Neto, Peixoto JVC, Rank Filho C, Petterle RR, Fogaça RTH, Wolska BM, et al. Effects of High-Intensity Interval Training and Continuous Training on Exercise Capacity, Heart Rate Variability and Isolated Hearts in Diabetic Rats. *Arq Bras Cardiol.* 2023;120(1):e20220396. doi: 10.36660/abc.20220396.
6. Habib SS, Alkahtani S, Aljawini N, Habib SM, Flatt AA. A Variabilidade da Frequência Cardíaca em Repouso está Independentemente Associada aos Escores de Classificação de Gordura Visceral em Homens Adultos Sauditas. *Arq Bras Cardiol.* 2024;121(5):e20220780. doi: 10.36660/abc.20220780.

