

## Transtornos mentais fragilizam o coração

Estudo realizado na Coreia do Sul, a partir de dados de 6 milhões de pessoas com idade entre 20 anos e 39 anos, mostra uma maior probabilidade de infarto e derrame entre os diagnosticados com problemas psiquiátricos, inclusive ansiedade e depressão

» ISABELLA ALMEIDA

A correria do dia a dia e as preocupações com trabalho, estudos, filhos, contas a pagar marcam a vida adulta. Particularmente para os mais jovens, dar início a essa caminhada, em meio aos obstáculos que se impõem, é difícil. Ansiedade, depressão e outras questões psicológicas podem surgir e refletir também na saúde física. Uma pesquisa publicada na revista *European Journal of Preventive Cardiology* destaca que pessoas com idade entre 20 e 30 anos com transtornos mentais têm uma probabilidade até três vezes maior de sofrer um ataque cardíaco ou derrame.

O estudo liderado por Eue-Keun Choi, professor do departamento de cardiologia da Universidade Nacional de Medicina de Seul, na Coreia do Sul, analisou a relação entre transtornos psicológicos em adultos de 20 a 39 anos e os riscos de infarto e acidente vascular cerebral isquêmico, quando há obstrução de uma artéria. A partir dos resultados, Choi destaca a importância de acompanhamento médico efetivo a pacientes jovens com transtornos mentais. "Isso inclui exames regulares, modificações adequadas no estilo de vida e tratamento para prevenir infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral isquêmico."

No trabalho, a equipe de Choi recorreu a um banco de dados do Serviço Nacional de Seguro de Saúde da Coreia (NHIS), que reúne informações de toda a população do país. No total foram analisados mais de seis milhões de habitantes entre 20 e 39 anos que haviam realizado exames de saúde entre 2009 e 2012 e não apresentavam histórico de ataque cardíaco ou acidente vascular cerebral (AVC).

Do total de pacientes, 13,1% tinham pelo menos um transtorno mental. O mais comum foi a ansiedade, diagnosticada em 47,9% dessa parcela. Em seguida, estava a depressão, que acometia 21,2% dessas pessoas, pouco acima da insônia, que chegou a 20% de prevalência. Outras questões, como transtornos bipolar, alimentar e pós-traumático ou causados por uso de substâncias também foram verificadas, mas em menor porcentagem.

Os pesquisadores constataram

**Pesquisa constatou que os pacientes com qualquer tipo de doença psíquica apresentaram uma chance 58% maior de sofrer ataque cardíaco**



Towfiq Barbhuiya/Unsplash

que durante o acompanhamento houve 16.133 infartos e 10.509 acidentes vasculares cerebrais. Verificou-se que os pacientes com qualquer tipo de transtorno psiquiátrico apresentaram uma chance 58% maior de sofrer ataque do coração e 42% superior de ter um AVC, quando comparados a pessoas sem as patologias.

A probabilidade de desenvolver um problema cardíaco foi 3,1 vezes maior naqueles com estresse pós-traumático. Quem tinha diagnóstico de esquizofrenia apresentou 2,6 vezes mais propensão, e quem convivia com transtorno bipolar ou de uso de substâncias mostrou 2,4 vezes mais possibilidade de enfatar.

Conforme aponta o artigo, a ameaça de AVC também aumentou diante de quase todos os problemas de saúde mental, exceto estresse pós-traumático e distúrbios alimentares. As chances triplicaram para pacientes com transtorno de personalidade. Foi ampliada em 2,9 vezes para pessoas com esquizofrenia, 2,6 vezes para pacientes com transtorno bipolar, 2,4 vezes para aqueles diagnosticados com transtorno por uso de substâncias, e 1,6 para quem tem depressão.

### Palavra de especialista

#### Questão ampla

"O estudo é relevante porque mostra como é importante cuidar da saúde mental, normalmente as pessoas pensam que depressão, ansiedade e outras doenças como esquizofrenia e transtorno bipolar dizem respeito somente às partes comportamentais, sociais e laborais da vida, mas o que percebemos nesse estudo é que a saúde mental também interfere em doenças físicas. Existe uma preocupação muito grande em fazer prevenção de doença cardiovascular evitando comida gordurosa, fumar e fazendo atividade física, mas a gente percebe que isso não basta, uma vez que

Seoul National University College of Medicine



**Eue-Keun Choi, líder do trabalho: acompanhamento médico**

transtornos mentais podem levar a doenças físicas."

**Fábio Aurélio Leite, médico psiquiatra do Hospital Santa Lúcia Norte, de Brasília**

#### Alerta

Márcia Neiva, neurologista do hospital DF Star, reforça que o estudo, como outros que seguem a mesma linha, advertem sobre

"A pesquisa serve de alerta para que o cuidado com a saúde mental, desde muito cedo, deve estar entre as medidas preventivas para evitar o infarto e AVC. O cuidado com a saúde mental deve ser priorizado como política de saúde pública", recomenda.

O artigo também relacionou a incidência dos problemas de acordo com idade e gênero. Depressão, ansiedade, esquizofrenia e transtorno de personalidade foram ligados a maiores riscos de ataque cardíaco em participantes na faixa dos 20 anos na comparação com aqueles com 30 anos ou mais. Além disso, mulheres com depressão e insônia foram mais associadas a chances de infarto e derrame quando contrapostas a homens com o mesmo quadro.

Segundo o líder da pesquisa, não foi possível explorar completamente o motivo das diferentes associações entre transtorno pós-traumático e distúrbios alimentares e ataque cardíaco e AVC. "Esperamos profundamente ver estudos futuros que expliquem os diferentes impactos prognósticos desses dois transtornos mentais para

infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral isquêmico", assinala Eue-Keun Choi.

Psiquiatra do Hospital Anchieta, Pedro Leopoldo de Araújo Ortiz explica que, comprovadamente, ansiedade e estresse geram um processo inflamatório crônico que possibilita o desencadeamento de doenças para as quais os pacientes já têm propensão. Ele destaca também que quadros de agitação levam ao desenvolvimento de hipertensão, um fator de risco para infarto e AVC.

"Os hábitos modernos estão muito atrelados a isso, nós estamos virando robôs, cada vez mais temos coisas para resolver e não damos atenção em nós mesmos. Apesar de termos mais informação, pioramos nossos hábitos de vida, de alimentação, de sono e também hábitos relacionais", observa o psiquiatra.

#### Aprofundamento

O médico Amauri Araújo Godinho, membro titular da Sociedade Brasileira de Neurologia, acredita que a relação entre problemas de saúde mental e probabilidade aumentada de sofrer AVC ou infarto se dá pelas condições que as doenças psiquiátricas causam aos pacientes. "Uma pessoa deprimida acaba sendo mais retraída, tem menos disponibilidade para fazer atividades físicas. O esquizofrênico, dependendo do seu status, tem uma vida social mais restrita. Isso pode fazer com que desenvolvam, por exemplo, obesidade, fora os medicamentos que são utilizados, que podem elevar o risco de patologias cardiovasculares."

O neurologista aponta para a necessidade de mais investigações que confirmem as descobertas. "O estudo é de observação, esse tipo de pesquisa tem um nível de evidência baixo, porque estabelece uma relação aleatória, que pode ter significância. Não é um estudo experimental, que testa fatores que possam influenciar naquele comportamento", justificou.

Por meio de um comunicado, o professor Eue-Keun Choi enfatizou que pesquisas futuras poderão examinar "os benefícios cardiovasculares de gerenciar problemas psicológicos e monitorar a saúde do coração nesse grupo vulnerável."

### ANTROPOLOGIA

## DNA humano em peça de 20 mil anos

Vestígios de suor em um pingente esculpido a partir de um dente de alce há milhares de anos permitiram datar a peça e conhecer um pouco mais sobre a dona do adorno, graças a uma nova técnica de extração de DNA. Segundo os pesquisadores, o "berloque" pertencia a uma mulher que viveu há cerca de 20 mil anos.

"Os objetos feitos de pedras, ossos e dentes são essenciais para compreender as estratégias humanas de subsistência, comportamento e cultivo no Pleistoceno", destaca o estudo, realizado por cientistas do instituto alemão Max Planck de Antropologia

Evolutiva e publicado na última edição da revista *Nature*.

De acordo com os pesquisadores, há uma grande quantidade de peças do tipo, mas é difícil relacioná-las com um indivíduo em particular. A exceção é quando são encontradas em uma sepultura, o que é bastante raro. No caso específico, essa dificuldade de identificação foi contornada com o uso de uma técnica de extração de DNA não invasiva e, acima de tudo, não destrutiva.

Descoberto na caverna siberiana Denisova, famosa por abrigar várias espécies humanas por quase 300 mil anos, o

dente de alce logo chamou a atenção dos especialistas. Dotado de um orifício que permite ser usado como pingente, trata-se de uma espécie de pequeno disco achatado de 2,5 cm de comprimento.

Naturalmente poroso, um osso ou dente pode reter o DNA do mamífero de onde veio, mas também o da "colonização microbiana ou manipulação humana", graças a vestígios de suor, sangue ou saliva. Os pesquisadores testaram várias soluções químicas para extrair DNA de amostras de ossos e dentes de animais encontrados em sítios arqueológicos, antes

de excluir soluções que alterassem a superfície dos espécimes.

Os cientistas pegaram uma solução de fosfato de sódio para banhar o pingente e o incubaram em diferentes temperaturas. Para evitar qualquer tipo de contaminação, o pingente foi retirado do solo com luvas e imediatamente colocado em um saco lacrado. As sequências de DNA do ser humano e do alce permitiram datar o objeto entre 19 mil e 25 mil anos. Eles também afirmam que uma mulher fez ou manuseou o pingente e que pertencia a um grupo humano do norte da Eurásia, anteriormente identificado mais a leste da Sibéria.



Pingente feito de osso de alce encontrado na Caverna Denisova, na Sibéria, tinha vestígios de suor