

# I Diretriz

## BRASILEIRA SOBRE PREVENÇÃO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES EM MULHERES CLIMATÉRICAS E A INFLUÊNCIA DA TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL (TRH) DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA (SBC) E DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DO CLIMATÉRIO (SOBRAC)

### **Coordenadores**

*César Eduardo Fernandes, João Sabino de Lima Pinho Neto, Otavio Celso Eluf Gebara*

### **Coordenador de Normatizações e Diretrizes da SBC**

*Jadelson Pinheiro de Andrade*

### **Participantes**

*Aarão Mendes Pinto Neto (SOBRAC); Alberto Soares Pereira Filho - (SOBRAC); Amanda Valéria Luna de Athayde - (SBEM); Andrei C. Sposito - (SBC); Antônio Eugênio Motta Ferrari (SOBRAC); Ben-Hur Albergaria - (SOBRAC); Célia Regina da Silva - (SOBRAC); César Eduardo Fernandes - (SOBRAC); Claudiane Garcia de*

*Arruda - (SOBRAC); Cristina Stephan- (SOBRAC); Eliana Petri Nahás (SOBRAC); Eliano Arnaldo José Pellini - (SOBRAC); Elizabeth Regina Giunco Alexandre - (SBC); Elsimar Metzker Coutinho - (SOBRAC); Everaldo Porto - (SOBRAC); Geraldo Rodrigues de Lima - (SOBRAC); Ivis Alberto L. Bezerra de Andrade - (SOBRAC); João Sabino de Lima Pinho Neto - (SOBRAC); José Arnaldo de S. Ferreira - (SOBRAC); José Carlos de Lima (SOBRAC); José Mendes Aldrighi (FEBRASGO); Lucas Viana Machado (SOBRAC); Lucia Helena de Azevedo - (FEBRASGO); Luciano de Melo Pompei - (SOBRAC); Marcelo Bertolami (SBC); Marcelo Luis Steiner - (SOBRAC); Marco Aurélio Albernaz - (SOBRAC); Marcos Felipe Silva de Sá - Associação Brasileira de Climatério (SOBRAC); Maria Celeste Osório Wender (SOBRAC); Nilson Roberto de Melo (FEBRASGO); Otavio Celso Eluf Gebara - (SBC); Poli Mara Spritzer (SBEM); Raul Dias dos Santos Filho (SBC); Rodolfo Strufaldi - (SOBRAC); Rogério Bonassi Machado - (SOBRAC); Ronald Perret Bossemeyer - (SOBRAC); Rosaly Rullis Costa (FEBRASGO); Sérgio Peixoto (SOBRAC); Valéria Bezerra de Carvalho (SBC)*

## **Grau de recomendação e nível de evidência**

### **Graus de recomendação**

I: existem consenso e evidência em favor da indicação.

IIa: existe divergência, mas a maioria aprova.

IIb: existe divergência e divisão de opiniões.

III: não se recomenda.

### **Níveis de evidência**

A: múltiplos ensaios clínicos controlados, aleatorizados.

B: um único estudo clínico controlado aleatorizado, estudos clínicos não aleatorizados ou estudos observacionais bem desenhados.

C: série ou relatos de casos.

D: consenso de especialistas.

## Fatores de risco cardiovascular

### Intervenções no estilo de vida

#### Tabagismo

- Abandonar o tabaco e, se necessário, utilizar fármacos ou terapia de reposição de nicotina (Classe I, Nível B)

#### Atividade física

- Realizar  $\geq 30$  minutos de atividade moderada 3 a 6 dias/semana (Classe I, Nível B)
- Quando o objetivo for perder peso, atingir 60 a 90 minutos/dia (Classe I, Nível C)

#### Reabilitação

- Para todas que apresentaram um evento cardiovascular (Classe I, Nível C)

#### Ácidos graxos ômega 3

- Podem ser adjuvantes na hipertrigliceridemia ou substituir fibratos, niacina ou estatinas em pacientes intolerantes (Classe IIb, Nível B)

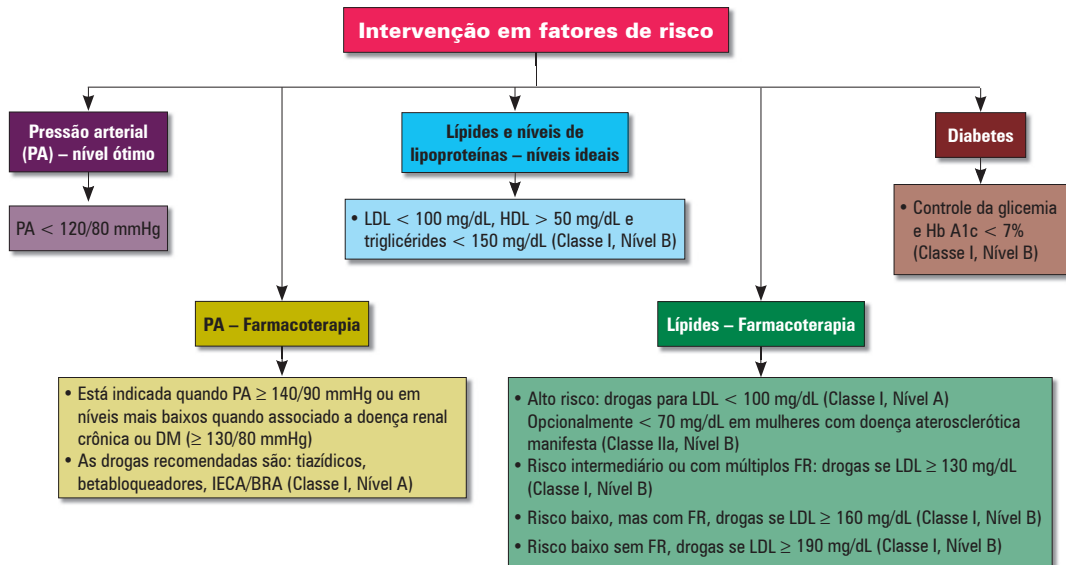
#### Dieta

- Rica em frutas, fibras e vegetais; o consumo de peixe  $\geq 2$  vezes/semana (Classe I, Nível B)
- Gorduras saturadas  $\leq 10\%$  da energia total diária e evitar gorduras *trans* (Classe I, Nível B)
- O consumo de álcool deve ser  $\leq 1$  *drink* por dia (Classe I, Nível B)
- Proteína da soja (25 gramas /dia) pode reduzir o colesterol, auxiliando no tratamento (Classe IIa, Nível B)

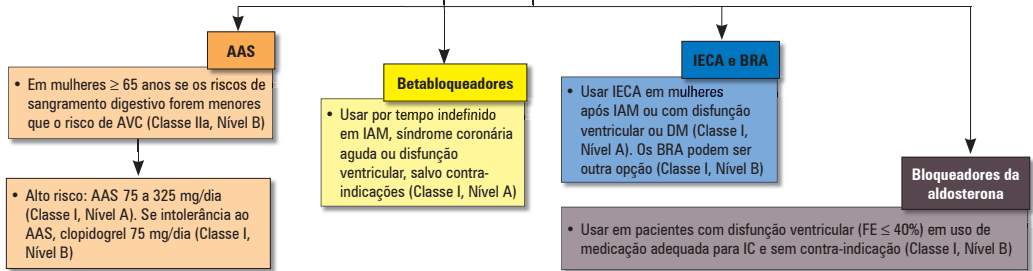
#### Depressão

- Considere o diagnóstico e referência para tratamento dos casos (Classe IIa, Nível B)

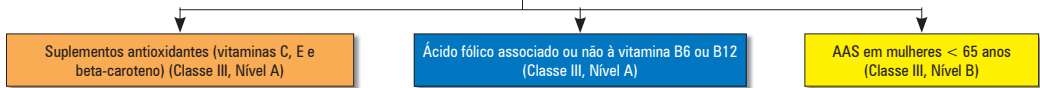
**I Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas e a Influência da Terapia de Reposição Hormonal (TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Associação Brasileira do Climatério (SOBRAC)**



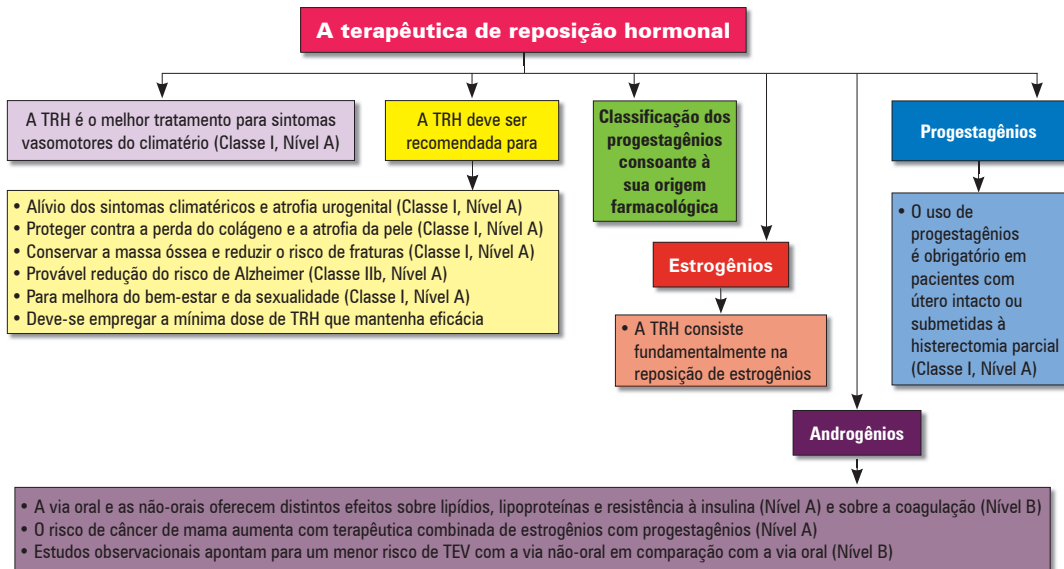
## Medicações preventivas



## Intervenções Classe III na prevenção/tratamento de doenças cardiovasculares em mulheres

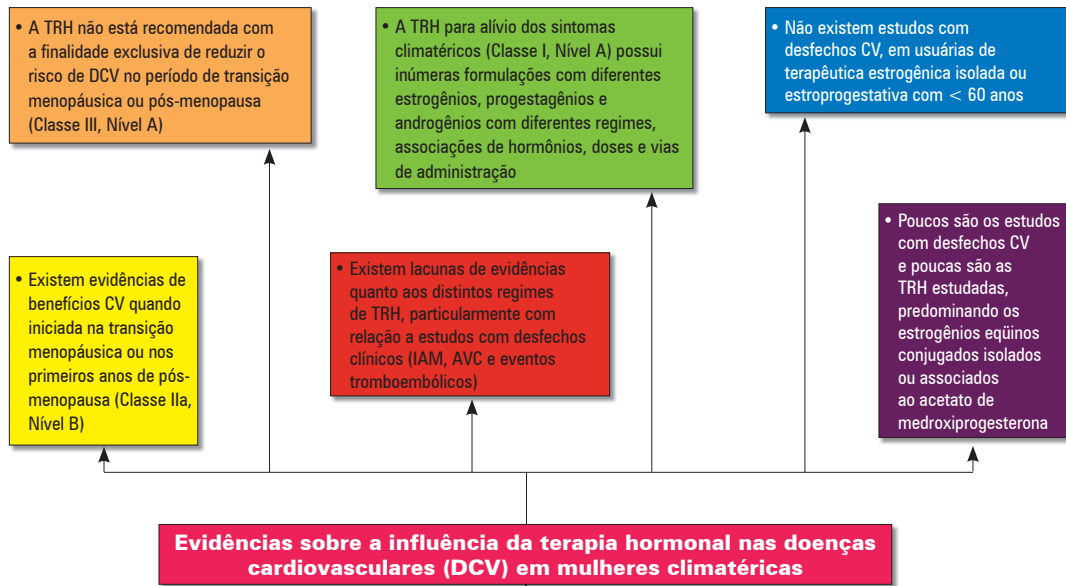


# I Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas e a Influência da Terapia de Reposição Hormonal (TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Associação Brasileira do Climatério (SOBRAC)

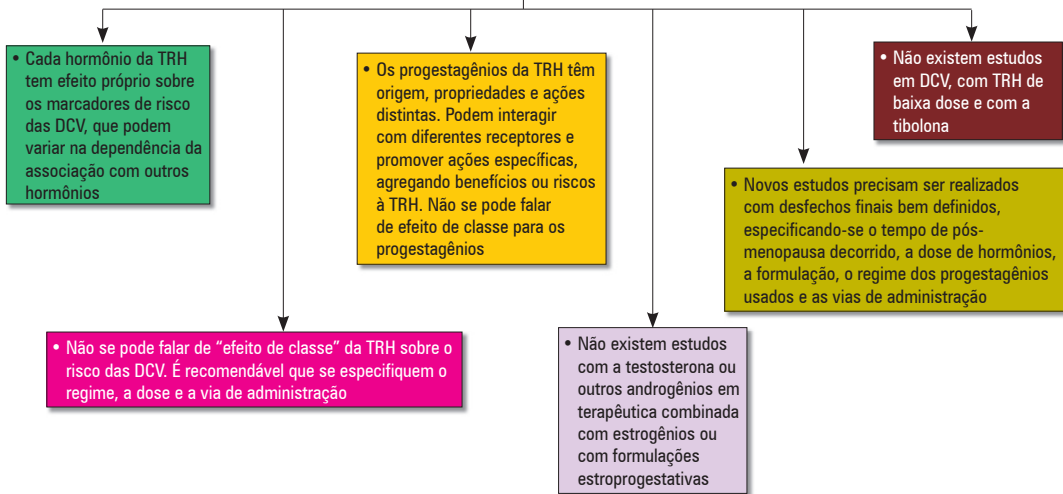




## I Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas e a Influência da Terapia de Reposição Hormonal (TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Associação Brasileira do Climatério (SOBRAC)







**Referências bibliográficas:** Consultar o texto original da diretriz – I Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas e a Influência da Terapia de Reposição Hormonal (TRH) da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e da Associação Brasileira do Climatério (SOBRAC) – 2008 <http://publicacoes.cardiol.br>