

Casamento faz bem ao coração, afirmam cardiologistas americanos



Estar casado ajuda a manter um coração saudável, enquanto ser divorciado ou viúvo está associado a níveis mais altos de doenças cardiovasculares, segundo um estudo realizado com 3,5 milhões de pessoas nos Estados Unidos.

Este é o **maior estudo** que mostra como a saúde cardíaca está ligada ao estado civil, e foi apresentado na conferência anual do American College of Cardiology, realizada em Washington neste fim de semana.

"Esses resultados certamente não devem levar as pessoas a se casar, mas é importante saber que as decisões sobre com quem você está, por que e por que não, podem ter implicações importantes para a saúde vascular", explica o autor do estudo Carlos Alviar, cardiologista do Langone Medical Center da Universidade de Nova Iorque.

De acordo com o estudo, para os casados, o **risco** de desenvolver qualquer doença cardiovascular é **5% menor** em comparação com os solteiros. O risco de doenças cardíacas também é menor entre casados, em relação aos viúvos ou divorciados.

Os divorciados apresentaram uma maior probabilidade de desenvolver qualquer **doença vascular, aneurisma da aorta abdominal, doença arterial coronariana e acidente vascular cerebral em comparação com solteiros e casados**.

Os viúvos mostraram probabilidades ligeiramente mais elevadas de sofrer qualquer doença vascular e doença arterial coronariana em comparação com os outros grupos.

"O estudo mostra que outros fatores de risco, como tabagismo, obesidade, hipertensão, diabetes e sedentarismo, também aumentam (o risco) junto ao fato de ser divorciado ou viúvo", indica Suzanne Steinbaum, diretora do departamento de mulheres e de doenças do coração do hospital Lenox Hill de Nova York.

SOLIDARIEDADE CONJUGAL

"Como os casados tendem a ajudar uns aos outros a ser mais saudáveis, assegurando que seu cônjuge se alimente bem, faça exercícios, tome seus medicamentos e ajude a ir a compromissos, as pessoas casadas tendem a ter menos risco de doenças do coração", acrescenta Steinbaum, que não participou do estudo.

Os pesquisadores ficaram surpresos ao ver que a relação era maior em pessoas com menos de 50 anos de idade. "A parceria entre casados e uma menor probabilidade de doença vascular é maior entre os jovens, o que não esperávamos", garante Alviar.

PESQUISA

Postado em 31/03/2014

Neste grupo, o casamento esteve relacionado a 12% menos de probabilidade de apresentar doenças cardíacas ou arterial.

Entre aqueles que se casaram com idades compreendidas entre 51 e 60 anos, houve 7% menos de probabilidade de desenvolver doenças do coração e de 4% entre os 61 anos ou mais.

Os dados, coletados entre 2003 e 2008, foram obtidos a partir de 3,5 milhões de pessoas em 50 estados, com idades entre 21 e 102 anos que participaram de um programa pago para estudar doenças cardiovasculares.

Os autores observam que o estudo incluiu uma proporção relativamente pequena de participantes de minorias raciais e étnicas, o que pode limitar o significado dos resultados.

Fonte: AFP