



ADIPOSIDADE CENTRAL E VISCERAL NO CLIMATÉRIO E O RISCO CARDIOVASCULAR: REVISÃO SISTEMÁTICA CONTEMPORÂNEA

Maria Clara Fernandes de Almeida Hellebrandt¹, Fabio Mario Mariotti¹,
Fernanda Laranjeira Mendonça², Joyce Rodrigues Façanha², Diogo Toledo¹,
Guilherme Giorelli²

1-Einstein Hospital Israelita – São Paulo/SP, 2- Nutrology Academy – Rio de Janeiro/RJ

INTRODUÇÃO

A menopausa e o envelhecimento aceleram mudanças na composição corporal, com maior acúmulo de gordura visceral e redução de massa magra. A adiposidade central é associada a inflamação de baixo grau, resistência à insulina, dislipidemia e disfunção endotelial, o que pode explicar parte do aumento de risco cardiovascular após a menopausa.

OBJETIVOS: sintetizar evidências contemporâneas sobre associação entre adiposidade central/visceral e risco cardiovascular em mulheres na peri e pós-menopausa.

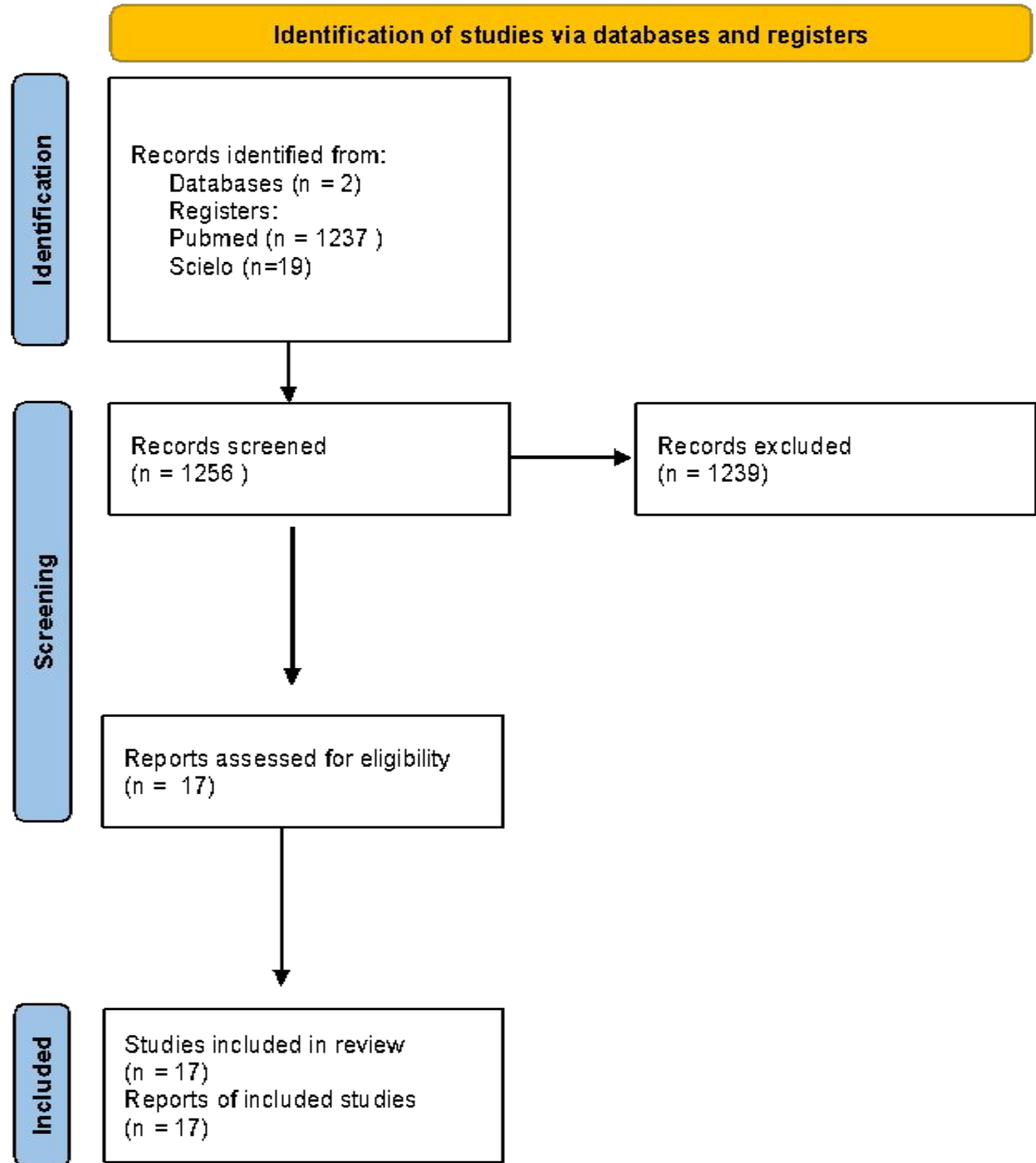
METODOLOGIA

Revisão sistemática contemporânea (PRISMA)

Bases: PubMed + SciELO | Período: 2013–2026

Estratégia: MeSH/termos livres para peri/pós-menopausa + adiposidade central/visceral + risco CV

Registros: PubMed n=1.237 | SciELO n=19 | Incluídos: n=17



RESULTADOS E DISCUSSÃO

Síntese dos achados (2013–2026 | n=17):

- Adiposidade central/visceral → sinal consistente de maior risco CV (eventos/mortalidade/aterosclerose subclínica).
- Risco pode persistir mesmo com IMC normal (obesidade central).
- Índices combinados (TyG-WHtR, TyG-WC, VAI) mantêm associação após ajustes (discriminação moderada).
- Intervenções reduzem cintura e melhoram marcadores intermediários, porém faltam estudos com desfecho de eventos.

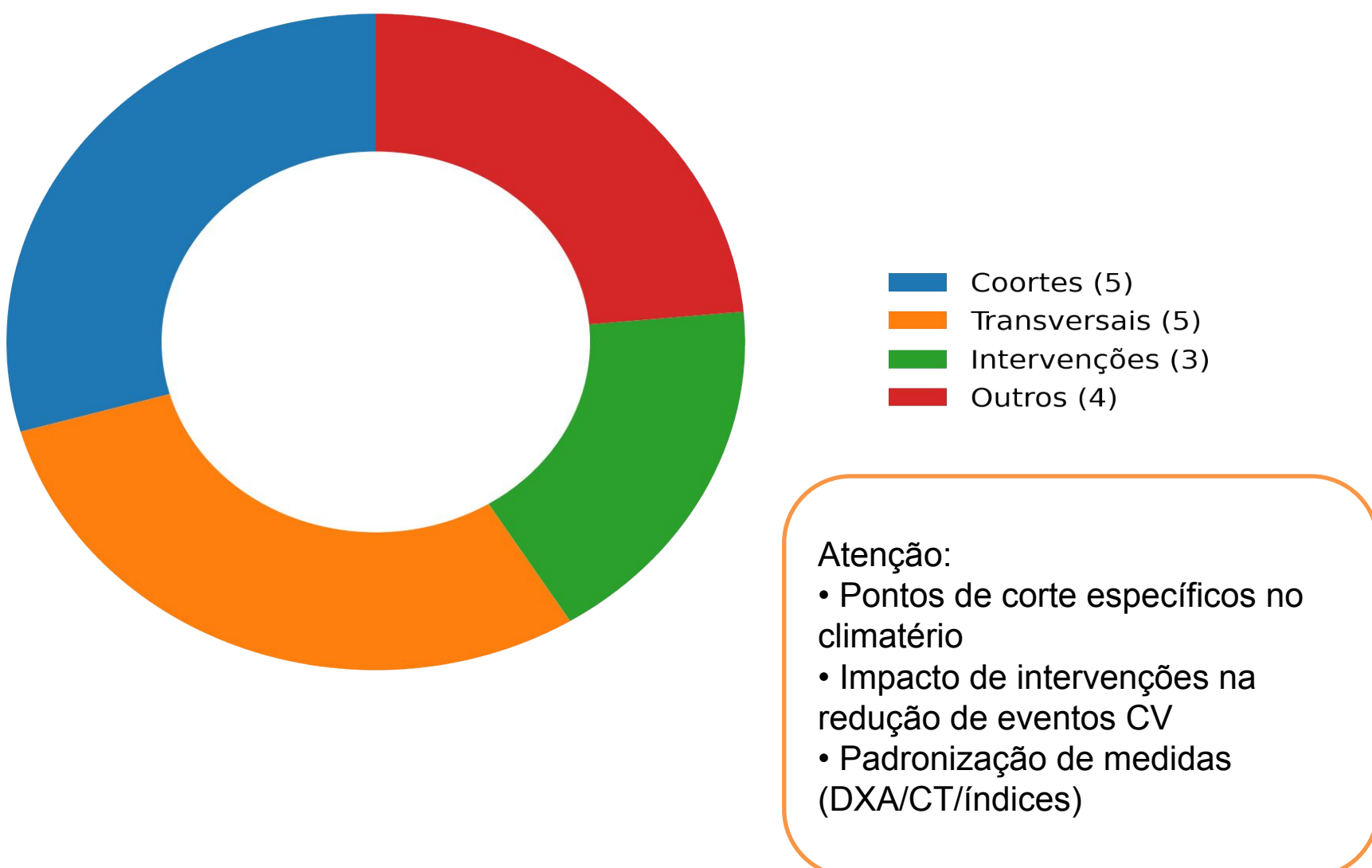
Sinal de risco consistente da adiposidade central/visceral

Eventos CV	Mortalidade	Aterosclerose subclínica
↑ risco em múltiplas coortes	↑ risco (inclui 'IMC normal' com obesidade central)	↑ CAC / carótidas / rigidez arterial (dependendo do estudo)

Índices compostos: adiposidade + dismetabolismo

TyG-WHtR	TyG-WC	VAI
Proxy IR + adiposidade central	TyG + cintura	Visceral Adiposity Index
Associação independente (discriminação moderada)	Associação independente (discriminação moderada)	Associação independente (discriminação moderada)

Desenho dos estudos incluídos (n=17)



CONCLUSÃO

A adiposidade central/visceral é um determinante relevante de risco cardiovascular no climatério.

Há lacunas para definir pontos de corte específicos e para confirmar se intervenções direcionadas à gordura visceral reduzem eventos cardiovasculares.

Apoio:



REFERÊNCIAS

- MUSEEDI, Abdulrahman S.; SAMSON, Rohan; LE JEMTEL, Thierry H. Menopause, epicardial adiposity and preserved ejection fraction heart failure. *International Journal of Cardiology*, v. 415, p. 132478, 2024. DOI: 10.1016/j.ijcard.2024.132478.
- LEWECHI-UKE, Omolara T.; AJAYI, Isaac O.; AKINYEMI, Joshua O. Abdominal obesity, serum estradiol and cardiovascular risk among Nigerian postmenopausal women: a cross-sectional study. *African Health Sciences*, v. 23, n. 3, p. 90-98, 2023. DOI: 10.4314/ahs.v23i3.12.
- HENDRYX, Michael et al. Intentional weight loss, waist circumference reduction, and mortality risk among postmenopausal women. *JAMA Network Open*, v. 8, n. 3, e250609, 2025. DOI: 10.1001/jamanetworkopen.2025.0609.
- LIU, Li et al. The Chinese visceral adiposity index: a novel indicator more closely related to cardiovascular disease than other abdominal obesity indices among postmenopausal women. *Journal of Translational Medicine*, v. 22, n. 1, p. 855, 2024. DOI: 10.1186/s12967-024-05665-y.
- NISTOR, Irina Manuela et al. DXA android-to-gynoid ratio and cardiovascular risk assessment in age and BMI propensity-matched early postmenopausal women. *Medicina*, v. 60, n. 7, p. 1096, 2024. DOI: 10.3390/medicina60071096.
- GULBAHAR, Ayfer; CAGLAR, Gazi S.; ARSLANCA, Tugba. Evaluation of visceral adiposity index with cardiovascular risk factors, biomarkers in postmenopausal women to predict cardiovascular disease: a 10 year study. *Experimental Gerontology*, v. 170, p. 111986, 2022. DOI: 10.1016/j.exger.2022.111986.
- SAMARGANDY, Sarah et al. Abdominal visceral adipose tissue over the menopause transition and carotid atherosclerosis: the SWAN heart study. *Menopause*, v. 28, n. 6, p. 634-641, 2021. DOI: 10.1097/GME.0000000000001755.
- SUN, Yiqing et al. Association of normal-weight central obesity with all-cause and cause-specific mortality among postmenopausal women. *JAMA Network Open*, v. 2, n. 7, e197337, 2019. DOI informado na lista original com inconsistência e requer conferência.
- TANAKA, Kenichi I. et al. Reduced muscle mass and accumulation of visceral fat are independently associated with increased arterial stiffness in postmenopausal women with type 2 diabetes mellitus. *Diabetes Research and Clinical Practice*, v. 122, p. 141-147, 2016. DOI: 10.1016/j.diabres.2016.10.014.
- THOMSON, Cynthia A. et al. Body shape, adiposity index, and mortality in postmenopausal women: findings from the Women's Health Initiative. *Obesity*, v. 24, n. 5, p. 1061-1069, 2016. DOI: 10.1002/oby.21461.
- NUNES, Paulo Roberto P. et al. Effect of resistance training on muscular strength and indicators of abdominal adiposity, metabolic risk, and inflammation in postmenopausal women: controlled and randomized clinical trial of efficacy of training volume. *Aging Clinical and Experimental Research*, v. 28, n. 4, p. 727-738, 2016. DOI: 10.1007/s11357-016-9901-6.
- TONGDEE, Piyanit et al. Lipid accumulation product and index of central lipid distributions for subclinical atherosclerosis in perimenopausal/postmenopausal women. *Journal of the Medical Association of Thailand*, v. 99, suppl. 7, p. S42-S48, 2016. PMID: 29901904.
- LESSER, Iris A. et al. Association between exercise-induced change in body composition and change in cardiometabolic risk factors in postmenopausal South Asian women. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, v. 41, n. 9, p. 931-937, 2016. DOI: 10.1139/apnm-2016-0082.
- POLESEL, Daniel Ninello et al. Waist-to-height ratio and waist circumference as the main measures to evaluate obstructive sleep apnea in the woman's reproductive life stages. *Women & Health*, v. 61, n. 3, p. 277-288, 2021. DOI: 10.1080/03630242.2020.1862386.
- OPPERMANN, Karen; COLPANI, Viviane; SPRITZER, Poli Mara. Risk factors associated with coronary artery calcification in middle women: a population-based study. DOI informado na lista original com inconsistência e requer conferência.
- NASR, Alexis et al. Associations of abdominal and cardiovascular adipose tissue depots with HDL metrics in midlife women: the SWAN study. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, v. 107, n. 6, p. e2245-e2257, 2022. DOI: 10.1210/clinem/dgac148.
- BLANCO, Jorge; BIRIBIRI, ONIL; Maria del Mar; TUD, Jorge A. Alteraciones del peso, composición corporal y prevalencia del