



DIETA, ESTILO DE VIDA E SAÚDE CARDIOVASCULAR: IMPACTOS NA POPULAÇÃO MINORIZADA DE GÊNERO E SEXUALIDADE DO BRASIL

¹Leonardo da Silva Siqueira

¹Graduando em Nutrição pelo Centro Universitário Paraíso

Área temática: Inovação em saúde e saúde coletiva

Modalidade: Comunicação Oral Online

E-mail dos autores: leonardo.silva01108@gmail.com

RESUMO

O processo de minorização de gênero e sexualidade apresenta ter possíveis impactos significativos na saúde cardiovascular da população Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transexuais/Transgêneros/Travestis, Queer, Intersexuais, Assexuais, Pansexuais (LGBTQIAP+), tornando assim essa população como um possível marcador de maior exposição a risco cardiovascular. Este estudo teve como objetivo mapear a literatura sobre o tema no Brasil e identificar lacunas de conhecimento. Foram realizadas duas buscas exploratórias, resultando em 13 artigos incluídos na pesquisa. Os resultados revelaram que a presença de estudos onde o consumo de álcool, tabaco e outras drogas era frequente entre a população MGS, assim como o uso de hormônios em comunidades específicas. A qualidade alimentar e a atividade física foram pouco abordadas. Identificaram-se revistas científicas relevantes na área da saúde, e os estudos refletem a evolução do conhecimento na última década. No entanto, foram encontradas limitações significativas nos estudos, sendo as mais presentes o baixo tamanho amostral, a utilização de amostragem por bola de neve (RDS) ou conveniência e utilização de inquéritos online. Outras limitações observadas foram a homofilia e a não estratificação de sexualidade e gênero e outras variáveis que impactam na carga minoritária em alguns estudos, como a raça, região, e condição financeira. Apesar das limitações, é importante ressaltar que muitos dos estudos foram pioneiros e tiveram como objetivo melhorar compreensão e elucidação da saúde da população SGM. Sendo necessário destacar a necessidade de estudos mais abrangentes e detalhados sobre a relação entre o estresse minoritário, a mudança no estilo de vida e os impactos que pode gerar tanto na saúde global como cardiovascular dos indivíduos.

Palavras-chave: (Minorias sexuais e de gênero);(Fatores de risco de doenças cardíacas);(Estilo de vida).

1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, tem havido um crescente interesse na compreensão dos determinantes da saúde cardiovascular em populações minorizadas de gênero e sexualidade (MGS), incluindo Lésbicas, Gays, Bissexuais, Transexuais/Transgêneros/Travestis, Queer, Intersexuais, Assexuais, Pansexuais (LGBTQIAP+).





Essa atenção se justifica pelo reconhecimento das disparidades de saúde enfrentadas por essa população, incluindo uma maior prevalência de doenças cardiovasculares (DCV) em comparação com a população em geral (Caceres et al., 2017). Estudos recentes têm explorado a associação entre estressores gerais e o aumento do risco cardiovascular em populações LGBTQIAP+

A interseccionalidade, termo criado em 1989 por Kimberlé Crenshaw, conceitua a existência de um complexo sistema de discriminações que interagem entre si, potencializando a carga discriminatória que um indivíduo minorizado sofre. O dimensionamento desta teia é importante para que se consiga estratificar o risco à saúde que um indivíduo venha a sofrer por conta de características que são socialmente minorizadas, como gênero, sexualidade, raça, status social e religião.

Compreender a saúde cardiovascular, fatores de risco para saúde, necessidades de saúde das populações MGS e o impacto da interseccionalidade é essencial para promover a saúde e reduzir as desigualdades que afetam essa população.

O Brasil é um país com uma diversidade cultural e social significativa, refletida em sua população LGBTQIAP+. No entanto, pesquisas específicas sobre a saúde cardiovascular, em especial hábitos alimentares que podem configurar um risco cardiovascular, são escassas, como mostrado por (Caceres et al., 2020), aludindo assim a necessidade de se entender mais sobre as possíveis lacunas na literatura que visam estudar os desfechos citados.

O Brasil enfrenta desafios específicos relacionados à saúde LGBTQIAP+, que incluem estigma, discriminação e falta de acesso a serviços de saúde culturalmente competentes. As questões de gênero e sexualidade enfrentam obstáculos socioculturais e constantemente são marginalizadas. Além disso, é importante reconhecer que estudos como Torres, J.L. et al. (2021) demonstram que a população MGS é frequentemente desconsiderada em estudos representativos da população brasileira, Miskolci et al. (2010) mostrou também uma tendência a escolha de poucas sexualidades ou gêneros para representar em estudos, quando se tenta avaliar aspectos da população minorizada, o que leva a um ocultamento de possíveis características que são intrínsecas a uma determinada sexualidade ou gênero e acaba-se generalizando para as demais.

Nesse contexto, compreender sobre estudos que avaliam os fatores de risco cardiovascular e as necessidades de saúde das populações MGS no Brasil é fundamental para o desenvolvimento de intervenções eficazes e políticas públicas inclusivas. A falta de estudos específicos sobre a saúde





cardiovascular dessa população no contexto brasileiro dificulta a identificação precisa dessas necessidades e a implementação de estratégias de prevenção e promoção da saúde adequadas.

Embora a presença de fatores de risco tradicionais para DCV, como tabagismo, consumo de álcool, obesidade e hipertensão arterial, tenha sido identificada nessa população (Jackson et al., 2016), poucas informações estão disponíveis sobre a qualidade da dieta, estilos de vida saudáveis e riscos cardiovasculares enfrentados pelos adultos MGS no Brasil. A dieta é reconhecida como um importante fator de risco modificável para DCV, com estudos mostrando que uma alimentação saudável e equilibrada pode reduzir significativamente o risco de doenças cardíacas (Yusuf et al., 2004). No entanto, há uma escassez de estudos que abordem especificamente a qualidade da dieta em adultos MGS e seus hábitos de vida saudáveis no contexto brasileiro.

Além da dieta, outros fatores de estilo de vida desempenham um papel crucial no desenvolvimento de doenças cardiovasculares, como o uso de álcool, tabaco, sedentarismo e o uso de drogas (Faludi et al., 2017). Embora a falta de estilos de vida saudáveis não seja exclusiva da população minorizada em sexualidade e gênero, pesquisas têm apontado que a estigmatização enfrentada por essa população pode resultar em uma maior prevalência de hábitos não saudáveis (Caceres et al., 2022).

Portanto, o objetivo deste estudo é realizar uma revisão de escopo sobre a produção científica que aborda questões relacionadas à qualidade alimentar e estilos de vida que podem impactar o risco cardiovascular, a fim de mapear o estado atual da literatura sobre o assunto e identificar lacunas de conhecimento significativas. Ao realizar essa revisão no contexto brasileiro, espera-se fornecer subsídios para profissionais de saúde, formuladores de políticas e pesquisadores para enfrentar as lacunas existentes e promover a saúde cardiovascular dos adultos MGS. A compreensão desses fatores de risco e desafios específicos pode levar a intervenções direcionadas e sensíveis à cultura, que abordem as necessidades dessa população de forma efetiva e equitativa.

2 MÉTODO

A revisão de escopo desempenha um papel fundamental na pesquisa científica, proporcionando uma abordagem sistemática e abrangente para mapear e explorar a literatura existente sobre um determinado tema.

No contexto da presente investigação, a revisão de escopo adotada seguiu o referencial metodológico proposto pelo Joanna Briggs Institute, visando investigar a relação entre a





minorização de gênero, qualidade alimentar, estilo de vida e risco cardiovascular em minorizados de gênero e sexualidade no Brasil.

Por meio da estratégia População, Conceito e Contexto (PCC), foram definidos os elementos essenciais: população - minorizados de gênero e sexualidade no Brasil; conceito - estresse minoritário, qualidade alimentar, estilo de vida e risco cardiovascular; e contexto - minorizados de gênero e sexualidade no Brasil que guiaram no desenvolvimento de estratégias de inclusão dos artigos na revisão. Foram selecionadas 4 bases de dados para realizar as buscas, sendo elas, Pubmed, Scielo, BVS e Epistemonikos.

3 RESULTADOS

Foram realizadas duas buscas exploratórias para a pesquisa. A primeira busca resultou em um total de 281 artigos, sendo que 135 foram encontrados na PubMed, 8 na Scielo, 131 na BVS e outros 7 foram obtidos por meio de buscas manuais. Foram identificados 87 artigos duplicados, o que resultou em uma seleção de 194 artigos. Após a leitura dos artigos e a exclusão daqueles que não atendiam à pergunta da pesquisa, restaram apenas 10 artigos.

A segunda busca resultou em um total de 509 artigos, sendo 245 encontrados na PubMed, 55 no Epistemonikos e 209 na BVS. Foram identificados 51 artigos duplicados, que resultaram em uma seleção de 458 artigos. Após a leitura dos artigos e a exclusão daqueles que não atendiam à pergunta da pesquisa, restaram 6 artigos.

Após a separação dos artigos obtidos na segunda busca, eles foram somados aos artigos já filtrados da primeira busca, totalizando 16 artigos. Destes, 3 eram duplicados, e foram removidos, deixando um total de 13 artigos para serem incluídos na pesquisa.

4 DISCUSSÃO

O presente estudo investigou a literatura brasileira que aborda os hábitos de risco cardiovascular e a qualidade alimentar na população MGS. Os resultados revelaram que o consumo de álcool e o uso de cigarro ou tabaco foram os hábitos mais frequentes, seguidos pelo uso de outras drogas e hormônios. A qualidade alimentar e a atividade física foram mencionadas de forma limitada. Embora os estudos não tenham abordado diretamente esses hábitos como risco cardiovascular, é importante preencher essa lacuna na literatura, considerando a possível relação entre o estresse minoritário enfrentado pela população SGM e o risco cardiovascular.





Além disso, foram identificadas 10 revistas científicas relevantes na área da saúde, com destaque para o Caderno de Saúde Pública e a Ciência & Saúde Coletiva.

A maioria dos estudos incluídos nesta pesquisa foi publicada nos últimos 10 anos, refletindo a evolução do conhecimento na área. No entanto, foram encontradas limitações nos estudos, como a exclusão de indivíduos sem acesso à internet e amostras restritas a certas regiões ou populações com acesso ao ensino superior, o que pode influenciar os resultados. A amostragem por bola de neve Respondent Driven Sampling (RDS) foi utilizada em alguns estudos, mas enfrentou desafios em gerar uma amostra representativa. Apesar das limitações, esses estudos pioneiros contribuíram para uma melhor compreensão da saúde da população SGM e destacaram a necessidade de estudos mais abrangentes e detalhados sobre a relação entre qualidade alimentar, hábitos de risco cardiovascular e saúde dessa população.

5 CONCLUSÃO

Foram incluídos no estudo 13 artigos produzidos entre os anos de 2015 e 2023 que responderam à pergunta da nossa pesquisa, Por meio da análise feita no estudo em questão, pontuamos a extrema carência de produções que objetivam entender comportamentos alimentares e risco cardiovascular na população minorizada de gênero e sexualidade.

Apenas um artigo buscou entender sobre desfechos alimentares, porém não tinha como objetivo entender o risco cardiovascular, tal comportamento também foi observado para os estudos que analisaram uso de drogas que alteram o risco cardiovascular, apesar de terem um maior número de estudos não foram feitas associações diretas com aumento nos riscos cardiovasculares, o que reforça os levantamentos feitos por (CACERES et al., 2020).

Além disso, foi notado uma tendência nos estudos inseridos na pesquisa a ter resultados que não são representativos para a população estudada. Ademais, uma carência na variedade metodológica dos estudos também foi notada, tendo uma predominância de estudos transversais.

Apesar de ser uma população muitas vezes de difícil acesso, quando olhamos as publicações feitas com populações que não são a brasileira, encontramos uma maior variedade metodológica e de publicações. De todo modo, apesar das limitações citadas, é possível perceber um aumento na quantidade de publicações com o passar dos anos. É importante deixar claro que, o presente estudo está sendo desenvolvido em maio de 2023, e mesmo assim, os números de publicações inseridas na atual pesquisa referentes a 2023 já se equiparam com o ano completo de 2019. Com essa possível





tendência no aumento das publicações, o presente estudo pode ser de muita utilidade para aludir às carências presentes nessa nesse campo da literatura e servir de subsídio para a produção de novos estudos mais robustos

REFERÊNCIAS

CACERES, Billy A.; BRODY, Abraham; LUSCOMBE, Rachel E.; *et al.* A Systematic Review of Cardiovascular Disease in Sexual Minorities. **American Journal of Public Health**, v. 107, n. 4, p. e13–e21, 2017

CACERES, Billy A.; BYNON, Melissa; DOAN, Danny; *et al.* Diet, Food Insecurity, and CVD Risk in Sexual and Gender Minority Adults. **Current Atherosclerosis Reports**, v. 24, n. 1, p. 41–50, 2022.

FALUDI, André Arpad; IZAR, Maria Cristina de Oliveira; SARAIVA, José Francisco Kerr; *et al.* Atualização da Diretriz Brasileira de Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose – 2017. **Arquivos Brasileiros De Cardiologia**, v. 109, n. 2 Supl 1, p. 1–76, 2017.

MISKOLCI, Richard *et al.* Desafios da saúde da população LGBTI+ no Brasil: uma análise do cenário por triangulação de métodos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, p. 3815-3824, 2022.

JACKSON, Chandra L.; AGÉNOR, Madina; JOHNSON, Dayna A.; *et al.* Sexual orientation identity disparities in health behaviors, outcomes, and services use among men and women in the United States: a cross-sectional study. **BMC Public Health**, v. 16, n. 1, p. 807, 2016

Pereira, B. C. J. (2021). Sobre usos e possibilidades da interseccionalidade. Civitas: **Revista De Ciências Sociais**, 21(3), 445–454. <https://doi.org/10.15448/1984-7289.2021.3.40551>

TORRES, Juliana Lustosa; GONÇALVES, Gabriela Persio; PINHO, Adriana de Araújo; *et al.* The *Brazilian LGBT+ Health Survey*: methodology and descriptive results. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, p. e00069521, 2021

YUSUF, Salim *et al.* Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries (the INTERHEART study): case-control study. **The lancet**, v. 364, n. 9438, p. 937-952, 2004.

