

# Suplementação de ácidos graxos ômega-3 não reduz eventos cardiovasculares nem mortalidade

Autores da tradução:

Pablo Gonzáles Blasco<sup>I</sup>, Marcelo Rozenfeld Levites<sup>II</sup>, Cauê Monaco<sup>III</sup>

Sociedade Brasileira de Medicina de Família

## QUESTÃO CLÍNICA

A suplementação dietética com ácidos graxos ômega-3 reduz o risco de doença cardiovascular grave e mortalidade prematura?

## RESUMO

Essa revisão sistemática<sup>1</sup> não encontrou nenhuma evidência que apoie recomendação clínica para a suplementação alimentar com ácidos graxos ômega-3 para redução do risco de doença cardiovascular ou de morte.

## DESENHO DO ESTUDO

Revisão sistemática com metanálise (ensaios clínicos randomizados).

**Nível de evidência:** 1a.<sup>2</sup>

## CASUÍSTICA

Adultos portadores ou não de doença cardiovascular conhecida.

## DISCUSSÃO

Os investigadores pesquisaram de maneira minuciosa o Medline, o Embase, o registro Cochrane e as referências relevantes de citações pertinentes em busca de ensaios clínicos randomizados que avaliaram a suplementação de ácidos graxos ômega-3 em adultos portadores ou não de doença cardiovascular conhecida. Não houve restrições especificadas de idioma. Dois pesquisadores avaliaram de maneira independente os estudos individuais quanto à elegibilidade e qualidade metodológica usando o padrão de critérios validados pela colaboração Cochrane para avaliar o risco de viés. As discrepâncias foram resolvidas por consenso após discussão com um terceiro

revisor. Um total de 20 estudos (n = 68.680) preencheu os critérios de inclusão, com duração média do tratamento de dois anos. Eles reportaram 7.044 mortes, 3.993 mortes por causa cardíaca, 1.150 mortes súbitas, 1.837 infartos do miocárdio e 1.490 acidentes vasculares encefálicos. A maioria dos estudos era de alta qualidade metodológica, com baixo risco de viés. Nenhuma associação estatisticamente significativa ocorreu com a suplementação de ácidos graxos ômega-3 em comparação com o controle para redução de mortalidade por qualquer causa (risco relativo, RR = 0.96, intervalo de confiança, IC, de 95%: 0.91-1.02), morte cardíaca, morte súbita, infarto do miocárdio ou acidente vascular cerebral. Análises formais não encontraram nenhuma evidência de heterogeneidade significativa ou viés de publicação.

## COMENTÁRIO

A duração média dos ensaios avaliados nessa revisão foi de apenas dois anos, mas ela corrobora os resultados de uma revisão Cochrane de 2009,<sup>3</sup> que analisou ensaios de até seis anos de duração e também não encontrou evidência de benefícios para mortalidade ou eventos cardiovasculares.

## REFERÊNCIAS

1. Rizos EC, Ntzani EE, Bika E, Kostapanos MS, Elisaf MS. Association between omega-3 fatty acid supplementation and risk of major cardiovascular disease events: a systematic review and meta-analysis. *JAMA*. 2012;308(10):1024-33.
2. Centre for Evidence Based Medicine. Oxford Centre for Evidence-based Medicine - Levels of Evidence (March 2009). Disponível em: <http://www.cebm.net/index.aspx?o=1025>. Acessado em 2012 (3 dez).
3. Hooper L, Harrison RA, Summerbell CD, et al. Omega 3 fatty acids for prevention and treatment of cardiovascular disease. *The Cochrane Library*. 2009;1. Disponível em: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD003177.pub2/abstract>. Acessado em 2012 (3 dez).

<sup>I</sup>Médico de família, doutor em Medicina, diretor científico e membro-fundador da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

<sup>II</sup>Médico de família e diretor da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

<sup>III</sup>Médico de família, professor do curso de Medicina do Centro Universitário São Camilo, membro ativo da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

## EDITORES RESPONSÁVEIS POR ESTA SEÇÃO

**Pablo Gonzáles Blasco.** Médico de família, doutor em Medicina, diretor científico e membro-fundador da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

**Marcelo Rozenfeld Levites.** Médico de família e diretor da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

**Cauê Mônaco.** Médico de família, membro ativo da Sociedade Brasileira de Medicina de Família (Sobramfa).

## INFORMAÇÕES

Tradução e adaptação:

Sobramfa (Sociedade Brasileira de Medicina de Família)

Rua Sílvia, 56

Bela Vista – São Paulo (SP)

CEP 01331-000

Tel. (11) 3253-7251/3285-3126

E-mail: [sobramfa@sobramfa.com.br](mailto:sobramfa@sobramfa.com.br)

<http://www.sobramfa.com.br>

Data de entrada: 26 de novembro de 2012

Data da última modificação: 26 de novembro de 2012

Data de aceitação: 10 de dezembro de 2012

Responsável pela edição desta seção: Sobramfa

