

Novo sistema de classificação por estrelas publicado na revista *Nature Medicine* ajuda as pessoas a tomarem decisões informadas sobre alimentação e hábitos saudáveis

Análise do IHME lança nova luz sobre o que sabemos e o que não sabemos sobre o que é bom e o que é ruim para a nossa saúde

Os resultados indicam que, em muitas áreas, a ligação entre fatores de risco e saúde são surpreendentemente fracos

O inovador sistema de classificação estreia quando o estudo de Carga Global de Doença do IHME completa 30 anos de quantificação da perda de saúde decorrente de centenas de doenças, lesões e fatores de risco em 204 países e territórios

SEATTLE, Wash., 10 de outubro de 2022 — [Um novo conjunto de meta-análises](#) esclarece a orientação de saúde, muitas vezes complexa e contraditória, que liga determinados tipos de alimentação, comportamentos e condições a doenças. As análises realizadas por pesquisadores do [Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde \(IHME\) da Faculdade de Medicina da Universidade de Washington](#) foram publicadas hoje na revista *Nature Medicine*. O IHME analisou a força das evidências de aproximadamente 180 pares de fatores de risco e desfechos de saúde, como tabagismo e câncer de pulmão, alimentação com baixo teor de legumes e verduras e diabetes tipo 2 e hipertensão sistólica e cardiopatia isquêmica. Os resultados são apresentados em um sistema de classificação por estrelas de fácil compreensão que mostra a força das evidências de cada ligação. O objetivo do novo sistema de classificação por estrelas é ajudar as pessoas a tomarem decisões sobre saúde pessoal, informar políticas de saúde e orientar futuras pesquisas.

“Tem havido uma extensa pesquisa sobre as ligações entre vários riscos e desfechos de saúde, mas as conclusões dos estudos costumam ser muito discrepantes”, explicou o Dr. Christopher Murray, diretor do Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde e um dos principais autores do estudo. “Um dos objetivos deste novo sistema de classificação por estrelas é eliminar a confusão e ajudar os consumidores a tomar decisões sobre alimentação, exercícios e outras atividades que podem afetar sua saúde no longo prazo.”

Em muitas áreas, o IHME descobriu que a ligação entre um fator de risco e um desfecho de saúde era mais fraca do que alguns acreditavam. Aproximadamente dois terços dos pares risco-desfecho investigados, 112 de 180, receberam classificação de apenas uma ou duas estrelas. Esses dados incluíram pares amplamente divulgados, como dieta com alto teor de carne vermelha não processada e acidente vascular cerebral isquêmico (uma estrela). Em outros casos, a análise do IHME confirmou o consenso amplamente defendido. Oito pares de risco-desfecho receberam a classificação de cinco estrelas, inclusive tabagismo e câncer de pulmão e hipertensão sistólica e cardiopatia isquêmica. Uma lista das classificações por estrelas, incluindo

uma ferramenta de visualização de dados, pode ser encontrada no [site do IHME](#). Outras classificações por estrelas serão acrescentadas no futuro próximo.

A análise leva em conta a magnitude do risco mostrada por estudos até o momento, bem como a coerência dos achados entre esses estudos. As classificações por estrelas se baseiam na interpretação mais conservadora das evidências disponíveis, visando limitar o impacto de erro ou o viés nos dados subjacentes. A classificação de uma estrela indica que existe a possibilidade de não haver nenhuma associação verdadeira entre o comportamento ou a condição e o desfecho de saúde. Duas estrelas indicam que o comportamento ou a condição está no mínimo associada com uma alteração de 0 a 15% na probabilidade de um desfecho de saúde, enquanto três estrelas indicam uma alteração de no mínimo 15 a 50%, quatro estrelas indicam uma alteração de no mínimo 50 a 85% e cinco estrelas indicam uma alteração superior a 85%.

Por exemplo, a classificação de cinco estrelas para tabagismo e câncer de pulmão significa que o tabagismo aumenta a probabilidade de desenvolver ou morrer de câncer de pulmão em mais de 85%. Na outra extremidade da escala, a classificação de uma estrela para carne vermelha e acidente vascular cerebral isquêmico significa que existe a possibilidade de não haver uma associação nesse caso, pois os estudos dessa ligação produziram resultados incoerentes.

Algumas classificações importantes do estudo:

Par risco-desfecho	Classificação por estrelas	Força das evidências	Alteração média na probabilidade de desfecho de saúde
Tabagismo e câncer de pulmão	★★★★★	Coerente, forte associação em muitos estudos	106%
Hipertensão sistólica e cardiopatia isquêmica	★★★★★	Coerente, forte associação em muitos estudos	108%
Baixo consumo de legumes e verduras e cardiopatia isquêmica	★★	Coerente, associação moderada em estudos	20,3%
Consumo de carne vermelha não processada e acidente vascular cerebral isquêmico	★	Grandes incoerências juntamente com um efeito médio moderado	Potencialmente sem alteração

“Além de ajudar os consumidores, nossa análise pode orientar os elaboradores de políticas no desenvolvimento de programas educativos sobre saúde e bem-estar, para

que se concentrem nos fatores de risco com maior impacto sobre a saúde”, afirmou a dra. Emmanuela Gakidou, Professora de Ciências de Métricas de Saúde no Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde e uma das principais autoras do estudo.

“Pesquisadores de saúde também podem usar essa análise para identificar áreas em que as atuais evidências são fracas e que necessitam de estudos mais definitivos.” Os pesquisadores do IHME também observam que, embora a abordagem de meta-análise empregada por este estudo não deva substituir a deliberação de especialistas, ela pode fornecer dados úteis para comitês de especialistas e grupos de consultoria que fazem recomendações formais de política de saúde.

A análise do IHME baseada no estudo de referência [Global Burden of Disease \(Carga Global de Doença\)](#), que este ano comemora 30 anos, será atualizada regularmente. Como resultado da pesquisa em constante evolução, as classificações por estrelas podem ser alteradas à medida que mais dados se tornem disponíveis. Este é principalmente o caso de pares com baixa classificação por estrelas devido a pesquisas limitadas ou contraditórias. Por outro lado, é improvável que altas classificações por estrelas sofram alterações significativas porque as evidências já são fortes.

###

As publicações estão disponíveis online:

[The Burden of Proof studies: assessing the evidence of risk](#)

[Health effects associated with consumption of unprocessed red meat: a Burden of Proof study](#)

[Health effects associated with vegetable consumption: a Burden of Proof study](#)

[Health effects associated with smoking: a Burden of Proof study](#)

[Effects of elevated systolic blood pressure on ischemic heart disease: a Burden of Proof study](#)

[The Global Burden of Disease Study at 30 years](#)

Para entrevistas aos meios de comunicação, contate: media@healthdata.org

Membros dos meios de comunicação também podem [ver e baixar comunicado em vídeo](#) que contém entrevistas sob embargo com alguns dos autores.

Sobre o Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde

O [Instituto de Métricas e Avaliação em Saúde \(IHME\)](#) é uma organização independente de pesquisa sobre saúde global da Faculdade de Medicina da Universidade de Washington que fornece medidas rigorosas e comparáveis dos problemas de saúde

mais importantes do mundo e avalia as estratégias usadas para abordá-los. O IHME está comprometido com a transparência e disponibiliza amplamente essas informações para que elaboradores de políticas tenham as evidências necessárias para tomar decisões informadas sobre alocação de recursos para a melhoria da saúde da população.