

VISÃO DO CORREIO

Medidas simples para salvar o coração

Não é novidade para ninguém que a pressão alta é um dos males do século. Somente o Brasil concentra nada menos que 51 milhões de pessoas hipertensas (35% da população adulta), segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgados em setembro do ano passado. Hoje, Dia Mundial da Hipertensão, vale uma reflexão sobre as estatísticas.

Esse contingente de brasileiros faz parte de um número exponencialmente maior: 1,3 bilhão de pessoas sofrem de hipertensão, ou seja, condição em que a pressão arterial permanece sistematicamente igual ou maior que 140mmHg por 90mmHg (milímetros de mercúrio). Pouca gente sabe, mas o primeiro índice refere-se à pressão arterial máxima e corresponde à contração do coração, e o segundo diz respeito à pressão mínima, quando o músculo do coração relaxa.

O mais assustador disso tudo é que somente 20% dos hipertensos estão diagnosticados, tratados ou sob controle. A impressão que dá é que é difícil dar alguns passos sem encontrar um hipertenso pela frente, mas que nem faz ideia do mal que o permeia. Se for um idoso com idade mais avançada, a prevalência pode ultrapassar 60% em tratando de pessoas acima de 70 anos.

Se pensarmos que uma medida simples como o controle da pressão arterial evitaria uma série de doenças cardiovasculares e mortes prematuras por infarto do miocárdio ou acidentes vasculares cerebrais (AVCs), hoje com certeza a sobrevivência do brasileiro se prolongaria e o país não registraria

400 mil mortes por ano decorrentes de problemas no coração.

É fato que as comorbidades e os hábitos de vida contribuem — e muito — para o estado geral do brasileiro. Tabagismo, excesso de bebidas alcoólicas, estresse, sedentarismo, diabetes, colesterol alto. A lista não se esgota em poucas linhas. Obesidade, apneia do sono, alimentação inadequada, insônia, ansiedade, poluição, depressão. Interligados ou não, muitos desses fatores de risco são plenamente evitáveis. Outros, nem tanto, a exemplo do gênero (masculino e feminino), da genética e do envelhecimento natural da população. Nada mais óbvio que tentarmos estancar os fatores evitáveis para que os não evitáveis ocorram de forma, digamos, mais branda, a começar pela monitorização regular da pressão arterial. E isso não é assim tão difícil.

Recursos, como a Monitorização Ambulatorial de Pressão Arterial (Mapa), ainda estão longe de ser oferecidos em larga escala via Sistema Único de Saúde (SUS), mas há uma centena de dispositivos eletrônicos de aferição, capazes de acompanhar a saúde cardiovascular do indivíduo, o que nos obriga a voltar à questão da importância do controle da pressão arterial.

Campanhas de conscientização também são importantes, assim como eventos em locais públicos que reúnem famílias em torno de informação correta, geralmente fornecida por profissionais de saúde, combinada com a prática de atividades físicas, como ciclismo, caminhada, corrida, dança etc. Enfim, medidas simples que podem evitar sequelas. E o mais importante: salvar vidas



» Sr. Redator

» Cartas ao Sr. Redator devem ter, no máximo, 10 linhas e incluir nome e endereço completo, fotocópia de identidade e telefone para contato. E-mail: sredat.df@dabr.com.br

Moradia

Neste momento em que o governo federal fala de reconstrução de casas, o Ministério da Saúde poderia lembrar de um programa da antiga Fundação SESP, que se fundiu com a Sucam, para criar a Funasa — o Programa de Construção de Casas em Área de Doença de Chagas. A Funasa detém a tecnologia de construção de casas com moldes pré-fabricados, por menos de 3 mil dólares cada, mas que construídas em regime de mutirão e em terrenos doados pelo estado ou prefeitura ficam mais baratos ainda. Além disso, as fábricas dos pré-moldados podem gerar milhares de empregos.

» **Sylvain Levy**
Asa Norte

Tragédia gaúcha

Sugiro aos próceres do governo federal, a criação de um fundo de recursos para a reconstrução do Rio Grande do Sul, proveniente do Imposto de Renda a pagar, que seria descontado na declaração, ainda deste ano. Como existiu, no passado, o famoso Fundo 157. O problema será a administração dessa bolada, sem haver desvios, corrupção e demais mutretas, muito comuns em nosso país. E aí presidente Lula, desafio-lhe a fazer isso.

» **Humberto Pellizzaro**
Asa Norte

Autismo

Não conheço bem a condição, mas, li muito sobre ela. Antigamente, ninguém falava sobre isso. Quando cresciam e eram agressivos, eram enviados para os locais de tratamento especializados, organizado e mantido pelo governo estadual. Os pacientes eram chamados de loucos. Posteriormente, esses locais foram desativados e os doentes foram entregues aos familiares, que passaram a tomar conta com ajuda financeira do governo federal, via Sistema Único de Saúde (SUS) E é assim, até hoje!

» **Eurípedes Mendonça de Abreu**
Brasília

Legislativo

Quando conceberam Brasília, Lucio Costa e Oscar Niemeyer sonhavam com a proeminência do Congresso perante os outros Poderes. Daí o desenho da Esplanada dos Ministérios desembocar nos imponentes prédios da Câmara e do Senado, e não no Palácio do Planalto. Na visão do urbanista e do arquiteto, o Poder Legislativo, "o poder do povo", deveria ser o mais relevante, o de maior destaque. Contudo, pela falta de qualidade dos eleitos, com interesses obtusos, e também pelas características do nosso presidencialismo, poucas vezes saíram daquelas casas políticas públicas decisões que pudessem, de fato, mudar o destino da nação. A exceção foi talvez a Constituição de 1988. Pode-se discordar de diversas tomadas de decisão da Carta promulgada pelo então presidente da Câmara, Ulysses Guimarães, mas não é possível ignorar seus efeitos na vida brasileira. Houve, evidentemente, outros momentos importantes em que o

Desabafos

» Pode até não mudar a situação, mas altera sua disposição

SOS: em vez de "doa a quem doer", doe "para quem doar"!

Vital Ramos de V. Júnior — Jardim Botânico

Cheira a golpe o pedido de depósito de dinheiro, em conta bancária privada, para ajudar os gaúchos vítimas das enchentes.

Giovanna Gouveia — Águas Claras

Além de Apolinho, outros dois gigantes nos deixaram: Antero Greco e Silvio Luiz. Ficam a saudade, os sorrisos e o legado dos três.

José Ribamar Pinheiro Filho — Asa Norte

GDF paga, todos os anos, valores milionários a aposentados da polícia, enquanto isso os hospitais públicos sofrem com a falta de recursos. O certo, era dividir por igual o valor destinado ao DF pela União por meio do Fundo Constitucional.

Washington L. S. Costa — Samambaia

Erramos

Diferentemente do publicado na reportagem "R\$ 51 bi em crédito e benefícios para o RS" (10/5, pág. 2), o pacote anunciado pelo governo de R\$ 4,5 bilhões não foi para o Fundo Garantidor de Crédito (FGC), mas, sim, para o Fundo Garantidor de Operações (FGO).

parlamento desempenhou papel decisivo na história recente do Brasil, a exemplo dos dois impeachments contra dois presidentes eleitos, ecoando assim a vontade da maioria da sociedade. Foram atuações cruciais, mas não certamente com o intuito de construir, e, sim, de interromper práticas comprovadamente ilegais ou que estavam levando o país ao caos. Em um país polarizado, é fundamental que o parlamento, na figura dos presidentes da Câmara e do Senado, seja espaço de construção de consensos. Será que não está na hora de elaborarmos uma nova Constituição?

» **Renato Mendes Prestes**

Águas Claras



PALOMA OLIVETO
palomaoliveito.df@cbnet.com.br

Longevidade: o que fazemos com ela?

Depois de uma queda impulsionada pela pandemia de covid-19, a expectativa de vida global volta a crescer, mostra o **Correio** hoje, na página 12. Publicado na prestigiada revista *The Lancet*, o chamado Estudo do Fardo Global de Doenças 2021 prevê que, entre 2022 e 2050, mulheres viverão 4,2 anos a mais, enquanto homens deverão contar com um acréscimo de 4,9 anos.

Essas estimativas são construídas a partir de uma quantidade inimaginável de informações sobre saúde de 204 países, trabalhadas por 11 mil colaboradores. Nada menos que 607 bilhões de dados sobre 371 doenças e 88 fatores de risco são levados em conta pela pesquisa, coordenada pelo Instituto de Métricas em Saúde e Avaliação, da Universidade de Washington, nos Estados Unidos.

Além da maior longevidade, uma boa notícia do estudo é que a disparidade geográfica na expectativa de vida diminuirá. Habitantes de países ricos continuarão vivendo mais do que aqueles de nações em desenvolvimento. Porém, apesar da desigualdade no acesso aos serviços de saúde, a distância se reduzirá. A estimativa é de que os maiores aumentos em anos de vida sejam na África Subsaariana, composta por 47 nações que, até hoje, tentam se recuperar de uma brutal colonização europeia.

O Estudo do Fardo Global de Doenças 2021 também traz uma informação alarmante. Por um lado, a humanidade está conseguindo reduzir a mortalidade por doenças infecciosas, graças, especialmente, às vacinas e aos programas de saneamento. Ao mesmo tempo, contudo, fatores de risco associados a hábitos nocivos roubam os anos de vida saudável. O estudo

mostra que condições relacionadas ao metabolismo, como hipertensão, hiperglicemia, índice de massa corporal, alto colesterol LDL e disfunção renal devem aumentar em 49,4% os anos perdidos para doenças e mortalidade precoce.

É natural que, com o envelhecimento populacional, cresça, também, a prevalência de doenças crônicas. Porém, como afirmou Michael Brauer, professor do instituto que coordena o estudo, a maioria desses fatores de risco poderiam ser evitados com a adoção de hábitos mais saudáveis, especialmente pela população mais jovem. Contudo, o sobrepeso e a obesidade já configuram uma epidemia, conforme levantamentos recentes da Organização Mundial da Saúde que apontam justamente os mais jovens como o grupo etário em que o excesso de gordura corporal mais avança.

Até recentemente, os principais ladrões de anos de vida eram saneamento deficitário, falta de acompanhamento médico para gestantes e poluição doméstica, produzida por lenha e carvão, entre outros. Agora, refrigerantes e bebidas açucaradas; fast food e produtos alimentícios ultraprocessados, além de sedentarismo, tomaram esse lugar. Exposição ao material particulado — resíduo extremamente tóxico da queima de combustível fóssil — e ao tabaco também são citados com preocupação no Estudo do Fardo Global de Doenças 2021.

Viver mais foi sempre um objetivo perseguido pela humanidade, e a ciência tem garantido que nossa passagem pela Terra seja mais longa. Porém, estudos como o divulgado na *The Lancet* deixam um questionamento: o que estamos fazendo com os anos a mais que ganhamos?

CORREIO BRAZILIENSE

"Na quarta parte nova os campos ara E se mais mundo houvera, lá chegara"
Camões, e, VII e 14

GUILHERME AUGUSTO MACHADO
Presidente

Leonardo Guilherme Lourenço Moisés
Vice-Presidente executivo

Ana Dubeux
Diretora de Redação

Valda César
Superintendente de Negócios e Marketing

VENDA AVULSA			ASSINATURAS*
Localidade	SEG/SÁB	DOM	SEG a DOM
			R\$ 899,88
DF/GO	R\$ 4,00	R\$ 6,00	360 EDIÇÕES (promocional)
Assine (61) 3342.1000 - Opção 01 ou (61) 99966.6772 Whatsapp			
* Preços válidos para o Distrito Federal e entorno.			
Consulte a Central de Relacionamento (3342-1000) ou (61) 991.58.8945 Whatsapp, para mais informações sobre preços e entregas em outras localidades, assim como outras modalidades e formas de pagamento. Assinaturas com forma de pagamento em empenho terão valores diferenciados. Aquisição de assinaturas para atendimento de demanda de licitação é sob consulta. Preços válidos para até 10 (dez) assinaturas por CPF ou CNPJ.			
Anuncie Publicidade: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 Whatsapp Publicidade legal: (61) 3214.1245 ou (61) 98169.9999 Whatsapp Classificados: (61) 3342.1000 ou (61) 98169.9999 Whatsapp			

S.A. CORREIO BRAZILIENSE - Administração, Redação e Oficinas Edifício Edilson Varela, Setor de Indústrias Gráficas - Quadra 2, nº 340 - CEP 70610-901. Rede Interna: 3214.1078 - Redação: (61) 3214.1100; Comercial: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 Whatsapp.



Endereço na Internet: <http://www.correioweb.com.br>
Os serviços noticiosos e fotográficos são fornecidos pela AFE Agência Estado e DA Press. Tel: (61) 3214-1131



DA Press Multimídia
Atendimento pessoal para pesquisa em jornais e cópias:
SIG Quadra 2, nº 340, bloco I, Subsolo - CEP: 70610-901 - Brasília - DF; de segunda a sexta, das 9h às 18h.

Atendimento para venda de conteúdo:
Por e-mail, telefone ou pessoalmente: de segunda a sexta, das 9h às 22h/
sábados, das 14h às 21h/ domingos e feriados, das 15h às 22h.
Telefones: (61) 3214.1575 / 1582 / 1568.
E-mail: dapress@dabr.com.br Site: www.dapress.com.br