

## VISÃO DO CORREIO

# Colesterol em alta, uma tendência que exige alerta

Quase nunca ele é lembrado. Somente quando causa algum estrago no organismo. Hoje, Dia Nacional do Colesterol, os brasileiros não têm muito do que se orgulhar, já que os níveis dessa substância em excesso são porta de entrada para quadros graves e irreversíveis, a exemplo de angina (dor no peito), infarto do miocárdio, acidente vascular cerebral (AVC), entre outras complicações cardiovasculares.

No Brasil, pelo menos 40% da população adulta tem colesterol alto. São, portanto, cerca de 56 milhões de pessoas acima de 18 anos em uma condição de saúde mais vulnerável, além de 20% de crianças e adolescentes. O quadro é ainda mais grave quando olhamos para os óbitos: a cada ano, 400 mil mortes são provocadas por doenças cardiovasculares, segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), muitas das quais decorrentes da hipercolesterolemia.

A maior vulnerabilidade a doenças neurodegenerativas, mais comuns durante a velhice, também tem sido observada por cientistas. Pesquisa britânica publicada, em abril, na revista científica *Journal of Neurology Neurosurgery & Psychiatry* mostra que manter as taxas de colesterol baixas reduz em 26% o risco de demência por todas as causas e em 28% a possibilidade de ser acometido pelo Alzheimer.

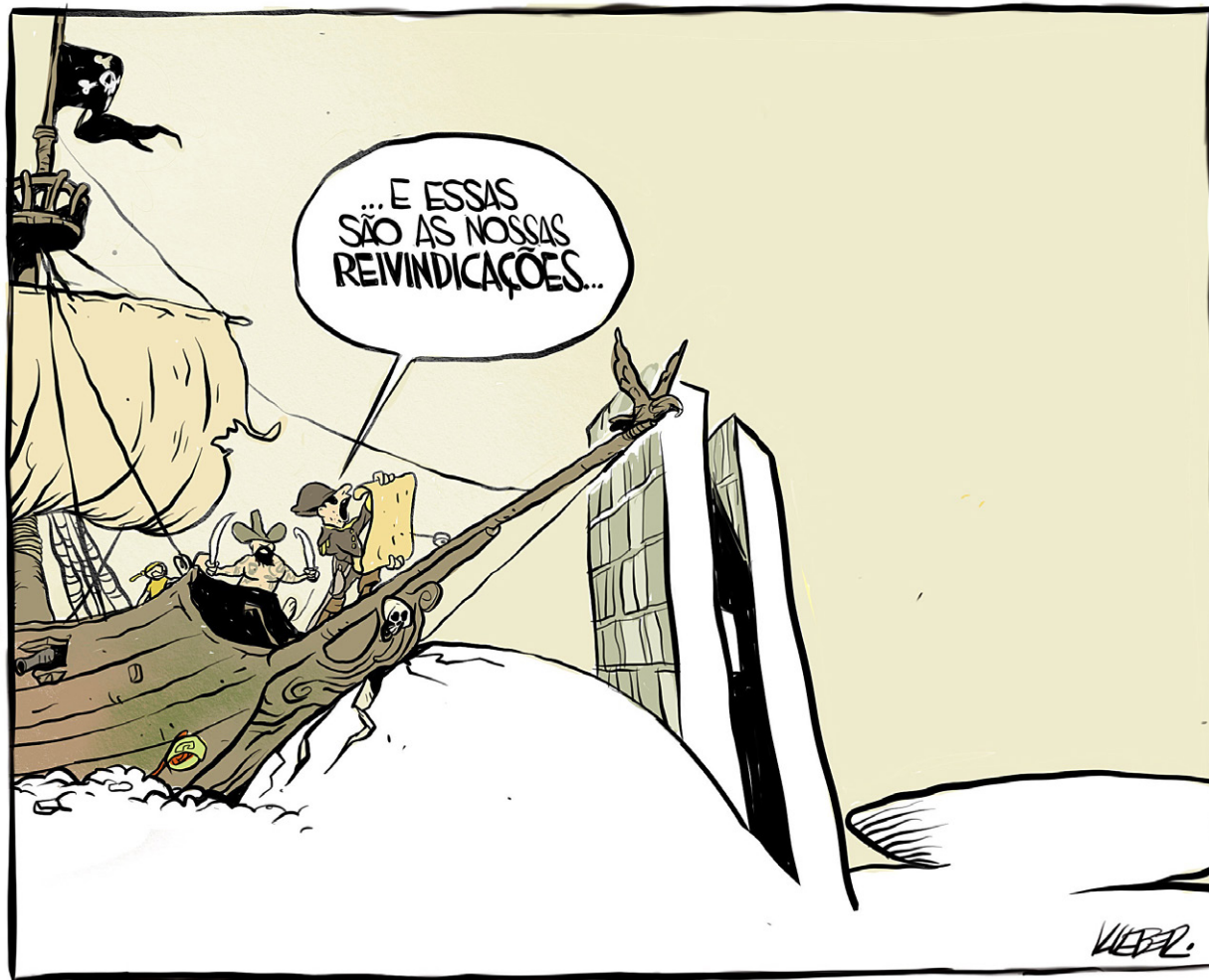
Tão danoso quanto a glicose alta, o colesterol alto é totalmente silencioso, o que faz com que a maioria das pessoas não se preocupe em medi-lo nem em consultar o médico. Vale lembrar dos índices de referência, que ficaram mais rígidos a partir de 2017: abaixo de 190mg/dl para o colesterol

total, acima de 40mg/dl (desejável) e acima de 60mg/dl (ótimo) para o bom colesterol (HDL); e abaixo de 100mg/dl (ótimo) e de 100 a 129mg/dl (bom) para o colesterol ruim (LDL). No caso do estudo britânico, os benefícios foram constatados com taxa de LDL abaixo de 70.

Ainda que o Brasil apresente um crescimento ano a ano do número de pessoas com hipercolesterolemia, o Sistema Único de Saúde (SUS) geralmente entra em cena para o manejo das doenças cardiovasculares ligadas a ele. O tratamento para esses pacientes é gratuito, normalmente por meio das farmácias populares, e inclui medicamentos e acompanhamento médico. O ideal, porém, seria o fortalecimento de um trabalho preventivo, voltado para comportamentos capazes de evitar que as taxas de colesterol saiam do controle.

A combinação de dieta saudável e prática regular de exercícios físicos segue sendo a principal recomendação dos médicos. E também um desafio para boa parte dos brasileiros. Insegurança pública, preços elevados de alimentos naturais e tempo excessivo de deslocamento entre casa e trabalho são algumas das barreiras que dificultam homens e mulheres na adoção de novos hábitos.

Não à toa, o país também registra um aumento vertiginoso no número de obesos — doença bastante relacionada ao colesterol alto. Pensar o bem-estar da população em toda a sua integralidade é o único caminho para uma gestão dos gastos públicos em saúde que não tenha que priorizar prontos-socorros e as unidades de terapia intensiva. A urgência é cara. E a prevenção salva 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](mailto:sredat.df@dabr.com.br)

### Quebra-molas

Brasília deve ter milhares de quebra-molas em suas vias para evitar que motoristas afoitos matem pedestres todos os dias, como nos mostram as mídias locais. Por isso, as autoridades responsáveis pelo trânsito implantaram um dos melhores meios que freiam a matança. Todavia, em um trecho da QI 9 do Lago Sul, foram colocados cinco quebra-molas em cerca de um quilômetro — entre o Centro Educacional do Lago Sul e a via que leva à Estrada Dom Bosco —, um exagero, pois, em 18 anos trafegando por essa via, nunca presenciei acidentes nesse trecho de grande movimento de veículos. Nesse caso, os quebra-molas mais atrapalham a circulação e o movimento dos que usam a via para ir ao trabalho, fazer compras ou outros motivos. Pode-se corrigir esse equívoco?

» Aldo Paviani  
Lago Sul

### Crise existencial

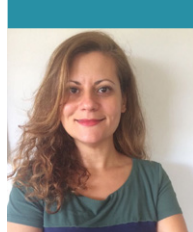
Seria motivo de grande perplexidade e crise existencial se a humanidade se desse conta, verdadeiramente, de como está vivendo, usando o tempo que lhe foi concedido pelo Criador, neste mundo. Embora tenhamos recebido um planeta maravilhoso para celebrarmos a vida, sermos felizes com saúde e paz, gastamos o tempo destruindo a natureza, com cobiça e questões que podem evoluir para grandes problemas e conflitos, envolvendo a família, a comunidade, países e continentes, resultando em guerras, fome e muito sofrimento. Nada levaremos para o outro lado, ao falecermos. Somente as experiências e as energias do amor e do ódio. Sendo assim, qual o sentido de vivermos da forma que levamos? Passado o tempo de vida, não há como voltar atrás, se arrepender e consertar os erros cometidos na origem, pois a vida não anda para trás e não se demora com os dias passados. Essa consciência do viver de verdade não se adquire, senão pela experiência, pelos erros e pelo sofrimento que eles acarretam. Como diz o budismo, viver é sofrer.

» Humberto Pellizzaro  
Asa Norte

### Saúde

É preciso acabar com a norma de que os planos de saúde têm 21 dias úteis (quase um mês) para responderem a um pedido para certas ações dos médicos, em benefício dos sofredores pacientes. Os planos são regimento pagos pelos seus assinantes para terem direito a um tratamento de saúde apropriado, e não para ocasionarem mais dores aos já torturados pagantes. Os idosos, então, que possuem uma fragilidade maior, pois são pessoas “da melhor idade” (não sei para quem?) e têm uma probabilidade adicional de serem mais vulneráveis a adoecimentos, pelo seu desgaste natural durante a vida. O artigo 3, do Estatuto do Idoso (Lei nº 1.0471, de 1º/10/2003), que deveria prever uma prioridade maior para os acima de 60 anos, ainda não se pronunciou adequadamente sobre esta extrema necessidade. Os pacientes que pagam esses planos ficam sofrendo, aguardando a boa vontade dos seus administradores. Fica o registro!

» João Coelho Vítola  
Asa Norte



**PALOMA OLIVETO**  
[paloma.oliveto@cbpress.com.br](mailto:paloma.oliveto@cbpress.com.br)

## Plástico na veia

A ciência não é infalível — e é por isso mesmo que devemos confiar nela. Para confirmar uma hipótese, é preciso testá-la várias vezes, reproduzir os resultados, submetê-los à avaliação de colegas. Na ciência, é preciso ver para crer.

Desde a década de 1980, cientistas climáticos alertam que a queima excessiva de combustível fóssil está associada a mudanças nos padrões de temperatura e precipitação. Esse material — depósito orgânico milenar, ou a “sobra” de dinossauros e de outros seres vivos que habitaram a Terra — é usado na forma de carvão, petróleo e gás natural. Com a intensificação da atividade industrial e o crescimento da frota automobilística, houve um acúmulo dos gases que se formam na queima dos produtos. Eles ficam presos na atmosfera, criando uma capa retentora de calor.

A hipótese foi testada e comprovada. Aliás, é um experimento relativamente simples de fazer: dois copos, papel alumínio, plástico filme, uma lâmpada e um termômetro simulam com eficácia o efeito estufa. Porém, 40 décadas de pesquisas científicas — mais elaboradas do que essa — ainda não conseguiram convencer quem tem poder de decisão de que a Terra não aguenta mais a queima de combustíveis fósseis.

Da mesma forma, porém mais recentemente, diversos estudos demonstram que a poluição por plásticos — produto cuja base é o petróleo e o gás natural — está destruindo não só o planeta, mas a saúde humana. Assim como o aquecimento global tem associação com número maior de mortes (não só por calor diretamente, mas por doenças cardiovasculares, pulmonares e infecciosas, entre outras), os resíduos desses polímeros têm potencial de causar de infertilidade a distúrbios neurológicos.

Na segunda-feira, a revista *The Lancet* publicou um artigo resumindo as evidências científicas obtidas até agora por pesquisas com micro e nanoplásticos — partículas extremamente finas resultantes da produção do polímero artificial. Recentemente, com o aprimoramento dos exames de imagem, cientistas conseguiram identificá-las em órgãos como cérebro e pulmões, no sangue, no esperma e até na placenta humana.

Os estudos sobre as consequências da presença de substâncias químicas oriundas do petróleo e do gás natural no organismo humano ainda são precoces para estabelecer relações de causa e efeito. Porém, já existem pistas de que as partículas plásticas provoquem uma variedade de condições médicas: de infertilidade a doenças neurodegenerativas.

O alerta foi publicado na *The Lancet* na véspera da última rodada de negociações globais para um tratado sobre a redução da produção e do uso de plástico, que reúne mais de 180 membros da Organização das Nações Unidas (ONU) em Genebra, na Suíça. A tentativa anterior, na Coreia do Sul, terminou sem avanços. A atual, prevista para acabar em 14 de agosto, mal começou e já está emperrada. Jogam contra os mesmos que travam a pauta das mudanças climáticas: a indústria petroleira.

Com a ascensão de grupos de extrema-direita, emergiu também um discurso anticiência do qual os “donos do mundo” se valem para que a população acredite que assuntos como a destruição da Terra e da humanidade são teoria conspiratória. Assim, continuam a emporcalhar, sem resistência, nosso único habitat e, agora sabemos, os nossos próprios corpos.

## CORREIO BRAZILIENSE

“Na quarta parte nova os campos ara  
E se mais mundo houera, lá chegará”  
Camões, e, VII e 14

**GUILHERME AUGUSTO MACHADO**  
Presidente

**Leonardo Guilherme Lourenço Moisés**  
Vice-Presidente executivo

**Ana Dubeux**  
Diretora de Redação

| Localidade   | SEG/SÁB  | DOM      | SEMIANOS®<br>SEG a DOM<br>R\$ 1.187,88 |
|--|----------|----------|--|
| DF/GO  | R\$ 5,00 | R\$ 7,00 | 360 EDIÇÕES<br>(promocional)           |
| <b>Assine</b><br>(61) 3342.1000 - Opção 01 ou (61) 99966.6772 Whatsapp   |          |          |  |
| *Preços válidos para o Distrito Federal e entorno.<br>Consulte a Central de Relacionamento (3342-1000) ou (61) 991.58.8045 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 empreito 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. |          |          |  |
| <b>Anuncie</b><br>Publicidade: (61) 3214.1339 ou (61) 99555.2585 Whatsapp<br>Publicidade legal: (61) 3214.1245 ou (61) 98169.9999 Whatsapp<br>Classificados: (61) 3342.1000 ou (61) 98169.9999 Whatsapp  |          |          |  |

**S.A. CORREIO BRAZILIENSE** – Administração, Redação e Oficinas Edifício Edison 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) 99555.2586 Whatsapp.



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



**D.A. Press Multimídia**  
Atendimento pessoalmente para pesquisa em jornais e cópias:  
SIG Quadra 2, nº 340, bloco 1, 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](mailto:dapress@dabr.com.br) Site: [www.dapress.com.br](http://www.dapress.com.br)