

Brasileiro não leva vida saudável

BRASÍLIA — Apenas quatro por cento dos brasileiros têm um estilo de vida inteiramente saudável; a grande maioria da população é avessa à prática de exercícios físicos, fuma e consome bebidas alcóolicas — principalmente cachaca e cerveja. Esse é o perfil dos hábitos do brasileiro médio, traçado por pesquisa do Ministério da Saúde feita em 12 capitais.

O trabalho mostra que 39 por cento da população fumam, 65 por cento bebem, 43 por cento estão insatisfeito com seu peso e 67 por cento não praticam esporte. E aponta que nas Regiões Norte, Nordeste e Centro-Oeste entre 50 a 57 por cento da população se automedicam, percentuais que caem para 38 por cento no Sudeste e 36 por cento no Sul.

Segundo a pesquisa, o brasilei-

ro é tímido, tem dificuldades na interação social, e, assim, "o copo e o cigarro são um equipamento para lidar melhor com a tensão inerente ao convívio, tornando-se muletas adequadas na medida em que são valorizadas socialmente".

O estudo do Ministério da Saúde informa também que apenas 33 por cento dos brasileiros praticam regularmente alguma modalidade esportiva. Os outros 67 por cento atribuem a não realização de exercícios a uma série de razões, como "falta de tempo", "exercitar-se no trabalho", "falta de dinheiro" ou simplesmente "não gostar". Somente três por cento confessaram que não se exercitam por preguiça.

O tabagismo é praticado por 39 por cento dos brasileiros, sendo que a maioria fuma entre sete a 20 cigarros por dia. Os homens

fumam mais do que as mulheres e o vício predomina nas classes sociais mais baixas. Em geral, o hábito é adquirido na adolescência.

Ao contrário do tabagismo, o consumo de bebidas predomina entre os mais ricos, sendo esse hábito mais freqüente no Nordeste. Dos 65 por cento que bebem, a maioria são homens com idade entre 18 e 34 anos.

A insatisfação com o peso foi manifestada por 43 dos entrevistados, sendo que sete por cento desejam engordar e 36 por cento emagrecer. A automedicação é prática comum entre a população. Quarenta e dois por cento dos brasileiros não buscam orientação médica antes de adquirir remédios. Os analgésicos e antitérmicos são os medicamentos mais usados sem prescrição médica.

