

Brasilienses buscam o caminho da saúde

A cada dia cinco pessoas morrem em Brasília, vítimas de problemas cardíacos. Os dados são da Sociedade de Cardiologia de Brasília e foram levantados em todos os prontos-socorros e hospitais da cidade. O número é preocupante e, para o presidente da Sociedade de Cardiologia, Lázaro Fernandes, a mudança de hábitos é a única forma de reverter este quadro. O cardiologista elogiou o projeto "Caminhando com Saúde", lançado no último domingo pelo governador Roriz, que percorreu todas as cidades-satélites numa maratona que mobilizou três mil pessoas. "Trabalhos como este reduzem em até 30 por cento a incidência deste tipo de doença", disse.

Segundo Lázaro Fernandes, o coração é o responsável por 28 por cento das mortes em Brasília. "Esse índice é igual aos dos grandes centros urbanos como São Paulo e Rio de Janeiro", observa, acrescentando que, com a campanha, a expectativa é que esse número caia para 19 a 20 por cento dos casos. Numa ação conjunta entre o Rotary, o GDF e Detran, a Sociedade de Cardiologia está orientando a população a praticar diariamente exercícios físicos, como caminhada, cooper e natação, na busca de uma vida mais saudável e melhores condições cardíacas.

A prática de exercícios físicos, bem dosada e feita continuamente, aumenta a auto-estima da pessoa e diminui o stress, reduzindo, ainda, os níveis de tabagismo e de problemas cardiovasculares, na avaliação de Lázaro Fernandes.

Alvo — A campanha "Caminhando com Saúde" será a ponte que os profissionais da área de saúde irão utilizar para modificar os hábitos do brasiliense, pois segundo o cardiologista Lázaro Fernandes, a simples orientação nos consultórios não tem surtido os efeitos desejados. "A maioria dos integrantes do grupo de risco não vai aos hospitais. Atuando apenas nos consultórios iríamos atingir somente dez por cento da população-alvo", complementa o médico.

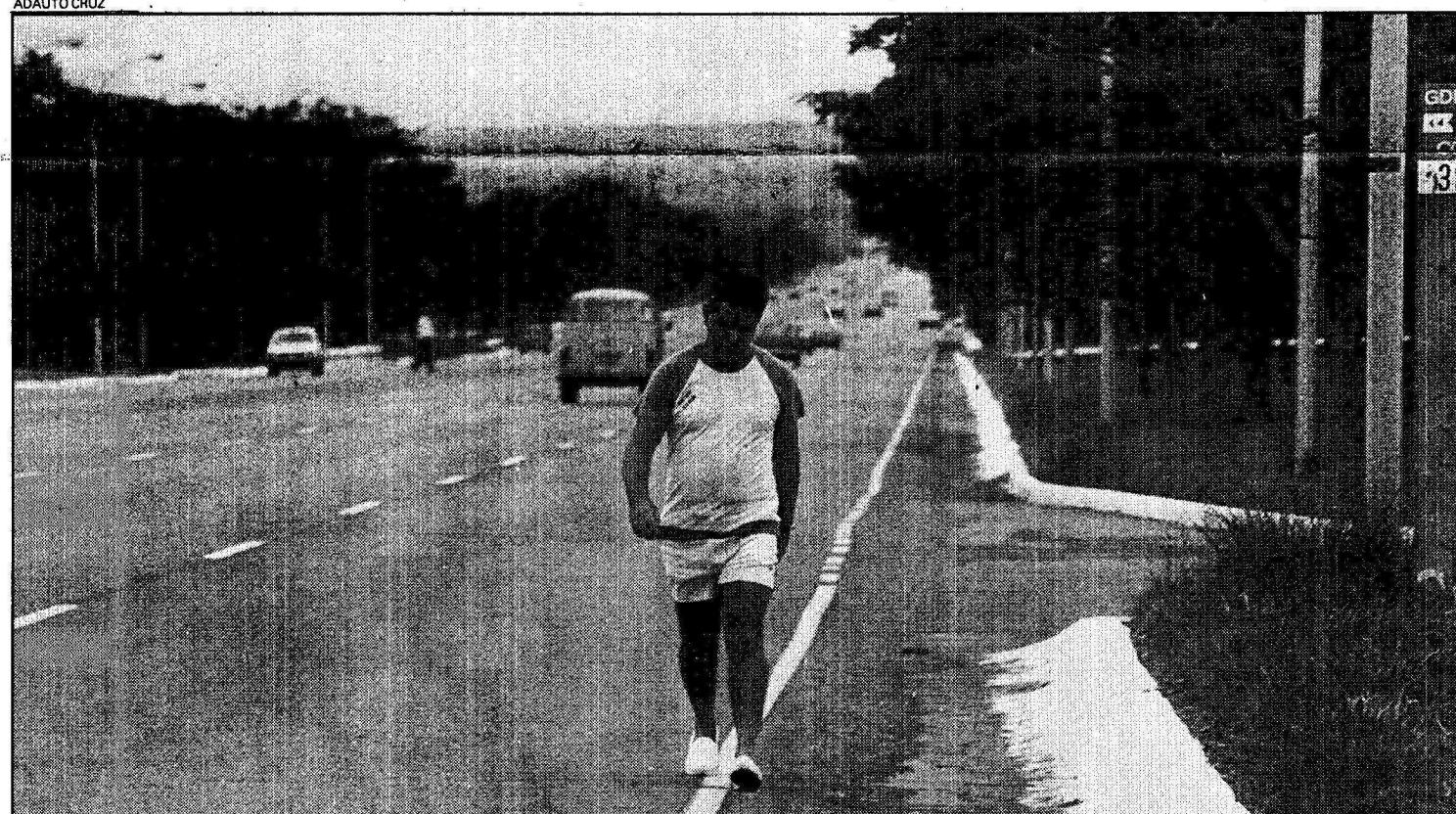
Os membros da Sociedade de Cardiologia vão se utilizar da infraestrutura montada pelo Defer para acompanhar de perto toda a campanha. A partir do dia 30 de setembro, vários cardiologistas estarão na Feira das Nações, no Pavilhão de Feiras e Eventos do Parque da Cidade, orientando a população sobre os riscos de uma vida sedentária e de uma alimentação desregrada. Nos meses de novembro e dezembro, a equipe irá se deslocar às satélites para atender à população praticante de esportes.

JORGE CARDOSO



Roriz fez uma maratona no Parque da Cidade e satélites para lançar Caminhando com Saúde, que estimulará a prática de caminhadas e cooper sob orientação de profissionais

ADAUTO CRUZ



Mesmo não sendo um local apropriado para caminhadas, devido ao fluxo de veículos o Eixão terá monitores no final de semana