

Falta atividade, diz ortopedista

O ortopedista João Gilberto Carazzato critica a escassez de movimentos na população brasileira. "A frequência a clubes e academias é privilégio de poucos." Para o ortopedista, o governo deveria fornecer espaços adequados à prática esportiva mais abrangente. "O brasileiro tem pouco acesso à atividade física". Mesmo a educação física curricular nas escolas, diz o médico, padece de locais impróprios e carga horária inadequada.

Um grupo privilegiado no que diz respeito à ativação óssea e muscular é o dos trabalhadores braçais em geral. "Embora trabalhando muito, eles sempre parecem contentes", constata o médico Horst Wever. Colocar o corpo em movimento desencadeia no cérebro a liberação de endorfina, substância que atua como "anestésico natural".