

SAÚDE

Envelhecimento pode ser retardado em até 20 anos

A medicina ortomolecular, uma especialidade que há uma década estuda a evolução das moléculas do organismo humano, desenvolveu tratamentos que previnem o desgaste das células

GLÁUCIA LEAL

Ganhar até 20 anos na corrida do tempo contra o envelhecimento já é possível. As dietas ricas em verduras, exercícios físicos e vitaminas aliados à técnicas de desobstrução de artérias podem retardar o envelhecimento. Mas é preciso começar a prevenir-se cedo. A partir dos 26 anos, as células do organismo, em constante processo de renovação, passam a ser repostas com menos rapidez, tornando mais intenso o processo de degeneração física do ser humano.

A medicina ortomolecular, uma especialidade que há uma década estuda a evolução das moléculas do organismo humano, desenvolveu tratamentos que previnem o desgaste. Um desses métodos, a vitaminoterapia, consiste no uso regular de vitaminas combinadas. "Ministradas em doses exatas, elas são capazes de inibir a ação dos radicais livres existentes nos átomos do corpo humano", diz o cirurgião vascular brasileiro Rober-

to Tullii, professor da Universidade de Siena, na Itália.

Segundo ele, quando elétrons positivos ou negativos existentes nas células não se compõem com outros elétrons, correm o risco de unir-se a partículas estranhas ao organismo, alterando a cadeia protéica da célula. Isso provoca a oxidação e determina o envelhecimento. "Em uma tragada de cigarro, por exemplo, uma pessoa ingere um bilhão de radicais livres, existentes na nicotina", afirma Tullii, especializado em medicina ortomolecular e estética.

Desorganização — "Com isso, aumentam as chances de envelhecimento e desorganização celular." A poluição ambiental, drogas, metais pesados como mercúrio, ferro e cobre também interagem com os radicais livres, acelerando o envelhecimento.

"Hoje sabemos que vitaminas, sais minerais e outras substâncias agem em conjunto e uma pode neutralizar ou intensificar o efeito da outra, daí a importância da

prescrição médica", ressalta Tullii. Frequentemente receitado durante o tratamento preventivo, o cálcio só é absorvido pelos ossos quando acompanhado de magnésio. O selênio diminui os riscos de arteriosclerose, enfartes, mantém a sustentação da pele e reforça a formação de vitamina C. A vitamina C, por sua vez, tem capacidade antioxidante. Os neurotransmissores sintetizados garantem a preservação de funções neurológicas.

Arma — A terapia ortomolecular é outra arma da medicina contra os efeitos do tempo sobre o corpo humano. Recomendadas a partir dos 45 anos, as aplicações periódicas de ácido tetracético etileno-diamina (EDTA) — também conhecidas como quelação — diminuem a adesão das placas de gordura, que, com o passar do tempo tendem a tornar-se mais aderentes, impedindo a livre circulação do sangue. O aminoácido é injetado na corrente sanguínea do pa-

ciente, em média, uma vez por semana durante uma hora.

Esse procedimento impede que o colesterol, que costuma se fixar nas paredes das artérias, dificulte a passagem do sangue. O desentupimento garante uma melhora da microcirculação, tornando mais eficaz o processo de reposição celular, as funções neurológicas e ca-

pacidade tátil. O procedimento, entretanto, não é coberto por nenhum plano de saúde e cada aplicação custa em torno de US\$ 90. "Os resultados são muito bons", garante o dentista José Agostinho Carvalho, de 80 anos. Há dez anos, ele foi um dos primeiros a iniciar o tratamento no País.

Casado há 40 anos, Carvalho trabalha cerca de nove horas por dia no consultório, caminha três quilômetros diariamente e evita carnes vermelhas. "Não sinto dores, cansaço ou sinais de doenças", garante. "E ainda tenho muita disposição para namorar minha mulher."

As pessoas que se submetem ao tratamento precisam ingerir um reforço vitamínico, uma vez que o EDTA também retira do organismo alguns metais, como zinco e manganês.

Impotência — O medo da impotência tende a tornar-se mais presente com o passar dos anos. Os médicos garantem, porém, que sempre é possível prevenir ou reverter esse processo. Estima-se que metade dos casos atendidos sejam físicos, podendo ser agravados por fatores psicológicos. Com a terapia ortomolecular e o uso de substâncias como a prostaglandina (comercializada apenas em forma de injeção), que aumentam a capacidade circulatória, as próteses podem ser usadas só em casos extremos.

"Apesar de não haver um marco no envelhecimento do homem, como ocorre com a menopausa feminina, algumas características orgânicas são alteradas", explica Tullii. "É importante que o paciente tenha consciência de que, após os 45 anos, o esperma diminui, a excitação requer estímulo de contato direto e a disposição para o ato sexual torna-se menos frequente", diz o cirurgião. "Mas isso é absolutamente normal."

**A PARTIR DOS
26 ANOS AS
CÉLULAS DO
ORGANISMO
PASSAM A SER
REPOSTAS COM
MENOS RAPIDEZ**