

Tratamento de radicais livres previne doenças

MARCELO BERNARDES

O termo radicais livres nada tem de conotação política. Ele está longe de designar militantes extremistas, mas esses radicais podem ser tão destrutivos quanto qualquer organização terrorista. O campo de batalha dos radicais, no entanto, é o corpo humano. As brigadas moleculares, que compõem cada célula do organismo, são diariamente abastecidas pelo oxigênio que respiramos. Cinco por cento desse oxigênio, metabolizado, se transforma em substâncias tóxicas — os radicais livres —, que agredem as moléculas e provocam sérios danos às células.

O câncer, problemas coronários e o envelhecimento precoce é uma das principais desordens que esses agentes podem provocar. "Os radicais livres chegam ao extremo de matar uma célula", explica William Rondó Jr., um dos maiores especialistas do País no tratamento dos radicais. "Cada célula morta acelera o processo de envelhecimento."

Mas de onde vêm esses "terroristas"? Da poluição, radiação, cigarro, álcool, exercícios em excesso, falta de uma alimentação balanceada e até em viagens muito longas de avião. Essas agressões aumentam a produção dos radicais, estressando as células a um nível extremo.

Exame básico — Para tentar reverter o quadro de ação dos radicais livres, ou pelo menos impedir o avanço deles, Rondó especializou-se no Bradford Research Institute, em San Diego, nos Estados Unidos, e na Clinique de Mail, em La Rochelle, na França, dois dos maiores centros da bioquímica mundial. O médico, especialista em medicina ortomolecular, se utiliza dos mais avançados aparelhos em sua clínica Kyron Advanced Medical Center, em São Paulo.

O exame básico é o teste sanguíneo HLB-Bradford. Desenvolvido pelo médico americano W.A. Pryor, papa da medicina oxidativa. O exame detecta os danos provocados pelos radicais. Com uma simples gota de sangue, ampliado em um microscópio de fibra ótica — que aumenta 12 mil vezes as células do sangue coletado — é possível identificar o grau do stress oxidativo e até prevenir o aparecimento de certas doenças.

O primeiro processo do tratamento é feito por meio de vitaminas e antioxidantes. Continua com dicas de balanceamento nutricional e aplicações de um soro antioxidante. Entre os adeptos do tratamento estão a atriz Fernanda Montenegro, a cantora Rosa Maria, empresários e até jovens esportistas.

"Procurei o tratamento depois de período muito estressante de apresentações que fiz", diz a cantora Rosa Maria. "Me sentia cansada e sem muita motivação." Para ela

*Rosa Maria:
melhora à
base de
vitaminas
e soro
antioxidante*

**COM UMA
SIMPLES GOTA
DE SANGUE É
POSSÍVEL
IDENTIFICAR O
GRAU DO
STRESS**

foi indicado um regime alimentar e sessões de soro antioxidante. "As transformações são incríveis."

Bactérias — Mas engana-se quem acha que os radicais livres só provocam estragos pelo corpo humano. Eles são essenciais às reações metabólicas do organismo e combatem as bactérias. "Se não tivéssemos os radicais no corpo estaríamos mortos", diz Rondó.

Os radicais livres se tornaram uma preocupação para os médicos. Há congressos mensais que discutem o tema — os últimos foram em Valencia e Roma. A partir de década de 70, especialistas da Universidade de Berkeley, na Califórnia, es-

tudam os possíveis danos desses agentes e a eficiência que as vitaminas antioxidantes têm sobre o envelhecimento, os ataques cardíacos e o câncer. É recomendável, segundo os especialistas, que a nutrição básica seja composta por vegetais verdes, cenouras, melões e frutas cítricas.

Vida saudável

Algumas providências ajudam a retardar o envelhecimento

- Mantenha dieta rica em verduras e legumes
- Caminhe pelo menos quatro quilômetros por dia
- Não fume
- Evite bebidas alcoólicas
- Faça um check-up por ano
- Mantenha a atividade sexual constante
- Não se automedique
- Use protetor solar e hidratantes para a pele

Fonte: Cirurgião vascular Roberto Tulli e dermatologista Denise Steiner

