

Saúde

Solução para os 'tampinhas'

■ Medicina ortomolecular tem remédio que ajuda criança com crescimento irregular

Fernando Rabelo

RAQUEL AFFONSO

Os *tampinhas* da turma não precisam mais sofrer com as gozações dos colegas. As crianças que têm problemas de crescimento podem crescer até seis centímetros por ano com a ajuda de remédios da medicina ortomolecular e exercícios físicos e dieta adequados. "Atualmente as crianças estão mais altas do que há 20 anos. Existe uma preocupação social em ser alto, e quem é baixinho pode se sentir inferior", afirma o pediatra Luiz Carlos Nigri, diretor da Clínica Kinder.

Para evitar futuros traumas, o mais indicado é começar o tratamento no momento em que for diagnosticado que a criança está com dificuldades de crescimento. O acompanhamento com o pediatra é essencial. "Se for verificado que a criança não está crescendo cerca de seis centímetros por ano, é hora de dar uma ajuda", explica o presidente da Associação Médica Brasileira de Oxidologia, o clínico geral Marcos André Malta Dantas. Dados como a altura dos pais e doença antigas são fundamentais para o diagnóstico final, já que em alguns casos, a baixa estatura é hereditária.

Os tratamentos naturais são mais indicados. O hormônio sintético do crescimento, a somatotrofina, medicamento que *Ferrugem*, o garoto-prodígio que fez vários programas de televisão nas décadas de 70 e 80, usou para crescer 30 centímetros, pode causar efeitos colaterais nas crianças, como o hipertireoidismo (diminuição do hormônio da tireóide) reação alérgica, e interferências na puberdade, além do custo elevado, cerca de R\$ 25 mil por ano.

"Existe uma carga genética que determina a altura da pessoa, mas se existir algum problema de crescimento, os aminoácidos arginina, ortinina e lisina podem ser usados para estimular o organismo", diz Marcos André.

Hormônio — Estes três aminoácidos fazem parte do hormônio do crescimento, que é naturalmente produzido pelo organismo. Mas em certas crianças a produção é prejudicada, por causa de alguma infecção, problemas da glândula tireóide ou em razão de carência alimentar. "Esses dois aminoácidos usados juntos estimulam a hipófise, a glândula responsável pela produção do hormônio do crescimento, além de desempenhar uma ação sobre a síntese de proteína nos músculos", afirma a farmacêutica Carina do Amaral Gurgel, da Farmácia de Manipulação Naturativa.

Outros benefícios dos aminoácidos são a regulação do sistema imunológico e a proteção do fígado. As duas substâncias estão presentes em alimentos, como cereais, nozes, ovos, queijo e frango mas em quantidades pequenas para quem não está se desenvolvendo adequadamente. "Uma dose maior destes hormônios podem acelerar o crescimento", conta Carina.



Daniela Lopes, 5 anos, cresceu 6,5 cm depois de se tratar com medicina ortomolecular e agora mede 1,05 m

A advogada Laura Andrade Lopes, 35 anos, percebeu que sua filha, Daniela, 5 anos, estava com problemas de crescimento porque não ganhou nenhum centímetro durante vários meses. "A Dani era a mais baixa da turma e não crescia. Ela nunca tinha fome e era uma luta na hora do almoço. Só comia arroz e carne", lembra Laura.

Depois de consultar o pediatra, Daniela começou a tomar arginina e ornitina, além de entrar na nata-

ção. "O apetite aumentou e ela cresceu 6,5 centímetros em um ano", diz a advogada. Agora, Daniela não é a mais a nanica da turma. "Fica no grupo das intermediárias", conta Laura.

Os exercícios físicos são fundamentais para que o tratamento seja eficaz. "Caminhadas em jejum são ótimas para queimar açúcar do organismo e estimular a produção do hormônio do crescimento", aconselha o médico Marcos

André. Mas esportes como natação, futebol, vôlei e ciclismo também são indicados.

Outras providências que devem ser tomadas para aumentar o crescimento são uma dieta adequada, com pouco açúcar, frituras e refrigerantes, e muita verdura, legumes e carnes. "Além de engordar, o açúcar atrapalha o crescimento", revela Luiz Carlos. Dormir cedo e diminuir o estresse, evitando sobrecarga de atividades, são também sugestões úteis.