



ADRIANA COM O FILHO Felipe, que descobriu ter colesterol alto: toda a família mudou os seus hábitos alimentares

# Pesquisa revela <sup>Saúde</sup> colesterol alto em crianças e adolescentes

Dos testes, 28% acusam problema, maior na classe média

Daniela Matta

colesterol é alto. O índice, segundo Scherr, é semelhante ao dos adultos. No mês passado, o Hospital de Laranjeiras iniciou a segunda parte da pesquisa, que incluiu mais 103 exames e um questionário sobre a saúde e os hábitos dos pais. O resultado confirmou os primeiros testes e preocupou ainda mais os médicos. Os colégios de classe média analisados apresentaram índices entre 29,7% a 62% de alunos com colesterol alto. Enquanto isso, os orfanatos e a escola pública tiveram entre 4,6% e 14%.

## Uma das crianças entrevistadas disse só comer sanduíches

As causas para os índices altos são muitas. Vida sedentária, alimentação irregular com muita gordura animal e até estresse. A maioria das crianças de classe média examinadas não tinha uma rotina de exercícios físicos. Elas passavam grande parte do tempo diante da TV ou de videogames, comendo biscoitos gordurosos enquanto esperavam pelo almoço ou pelo jantar, que muitas vezes podia ser descrito com uma só palavra: hambúrguer.

— Uma das crianças só comia sanduíches — lembra Scherr.

Já os internos dos dois orfanatos pesquisados — o Lar Frei Luiz e o Educandário Romão de Mattos Duarte — apresentaram os

melhores índices. A explicação está no dia-a-dia das crianças. Todo o cardápio do Romão Duarte, por exemplo, é elaborado semanalmente por uma nutricionista. Carne branca, legumes e frutas fazem parte da alimentação. Além disso, meninos e meninas dispõem de piscina, campo de futebol e um grande terreno onde podem fazer exercícios e brincar.

Com 9 anos, Felipe Freitas já abandonou os sanduíches. Morador da Zona Sul, filho de um casal da classe média, o menino descobriu há dois meses que está com o colesterol alto. Depois do susto levado pela família, começou uma dieta. A carne vermelha foi substituída pela branca, o leite comum pelo desnatado e a batata frita pelos legumes.

— A gente comia errado. Com o resultado do exame do Felipe, estamos mudando os hábitos alimentares de toda a família — diz Adriana Palma Freitas, de 32 anos, mãe do menino.

A preocupação dos pais de Felipe tem fundamento. Segundo o Ministério da Saúde, as doenças do aparelho circulatório são a principal causa de morte de brasileiros. Dados de 1994 revelam que, dos 887.594 mortos no país, 244.975 foram vítimas de complicações no aparelho circulatório (27,5% do total). O índice sobe para 30,5% no Rio de Janeiro. ■

• Quem se alimenta melhor: um menino de classe média da Zona Sul do Rio ou os 120 internos de um orfanato? Uma pesquisa realizada pelo Hospital de Cardiologia de Laranjeiras tem a resposta para essa questão. Quase 300 crianças e adolescentes, com idades entre 6 e 16 anos, de seis instituições — três colégios particulares, um público e dois orfanatos — passaram por exames de saúde feitos pelo hospital, entre eles o de sangue. O índice de reprovação foi alto. Na média, 28% estavam com o colesterol alto. Este índice chama ainda mais a atenção quando é apresentado por instituição. No Educandário Romão de Mattos Duarte, no Flamengo, 43 crianças fizeram o exame. Apenas 4,6% delas estavam com colesterol alto. Já na Escola Israelita Brasileira Eliezer Steinbarg, freqüentada pela classe média, 62% dos alunos examinados tinham o problema.

— Para que uma doença não surja daqui a 30 ou 40 anos, o ideal é que o tratamento comece agora — afirma Carlos Scherr, diretor do Hospital de Laranjeiras.

A pesquisa foi realizada em duas etapas. A primeira, em 1996, revelou o que muitos pais nem suspeitam: o número de crianças e adolescentes com problema de