

Coração em debate no Rio de Janeiro

Saúde

Keneth Cooper abre XIII Congresso Mundial de Cardiologia liderando 4 mil pessoas em caminhada de 3 km na Avenida Atlântica

Rio — Caminhar por 30 minutos, três vezes por semana, e não fumar é o segredo para uma vida saudável. Seguindo esse lema, e seu criador, o norte-americano Keneth Cooper, quatro mil pessoas participaram da caminhada que abriu oficialmente o XIII Congresso Mundial de Cardiologia, ontem, na zona sul do Rio de Janeiro.

O evento reúne mais de 12 mil cardiologistas do mundo inteiro no Riocentro até a próxima quinta-feira. Novas drogas e procedimentos cirúrgicos serão apresentados em 2.000 trabalhos inéditos relacionados ao tratamento de problemas do coração e à prevenção dos mesmos.

“Evitem o sedentarismo”, alertou o criador do método cooper de condicionamento físico. A caminhada começou em frente ao hotel Copacabana Palace e reuniu adeptos da atividade, corredores, banhistas e curiosos. Mas muitos não conseguiram terminar o percurso, até a altura do Posto 6 da praia de Copacabana, e retornar ao local da partida.

“Ele tem um ritmo muito acelerado e não consigo acompanhar”, desculpou-se a comerciante Hermelinda Costa, de 37 anos, que desistiu no meio do caminho.

Muitos curiosos preferiram não fazer feio. Limitaram-se a assistir à passagem dos participantes. “Fico com as pernas bambas só em pensar na distância”, alegou a estudante de administração Helena Dias, 25 anos.

A poucos metros, a produtora Teresa Caldas, 44 anos, enxugava o suor, depois de completar todo o percurso. Ela tinha uma vida sedentária até sofrer um infarto há dois anos. “Larguei o cigarro, a preguiça e ando diariamente”, ressaltou Teresa.

DISPOSIÇÃO

Mas não só a disposição física do doutor Cooper, de 67 anos, que se exercita de cinco a seis vezes por semana durante 30 minutos, chamou a atenção na caminhada. A ecologista Felicitate Faunlivre, de 89 anos, causou admiração entre os participantes. Com passada bem marcada e mostrando muito vigor, ela completou o percurso, mesmo sendo uma das últimas a cruzar a chegada. “Corpo são, mente sã”, ensinou Felicitate.

Antes de caminhar, Cooper destacou que os exercícios são essenciais para evitar problemas de depressão, hipertensão, além de contribuir para a redução do colesterol, o controle do estresse e interromper o hábito do tabagismo.

E citou a morte do deputado Luís Eduardo Magalhães — vítima de infarto aos 43 anos, quando caminhava pela Asa Sul, em Brasília, na última terça-feira — como exemplo de conduta errada. “Ser jovem não livra ninguém de ter problemas cardíacos, principalmente se a pessoa

se alimentar mal, não fizer exercícios e fumar muito”, disse.

GASTOS

Uma das grandes ênfases do Congresso é na prevenção das doenças cardíacas, que passa por mudanças no estilo de vida. Essas mudanças são essenciais para reduzir os gastos mundiais com tratamentos e as mortes provocadas por doenças do coração.

Hoje, mais de 16% dos recursos do Sistema Único de Saúde (SUS) são gastos em tratamentos para doentes cardíacos. Estima-se, também, que entre 250 e 300 mil pessoas morrem por ano, no Brasil, em consequência de problemas cardiovasculares.

Além da ênfase na prevenção, novas drogas e técnicas cirúrgicas serão divulgadas ao longo das 500 palestras previstas.

Entre as novidades científicas está a possibilidade de se interferir geneticamente no desenvolvimento do coração e dos vasos antes de sua formação. Ou mesmo a correção intrauterina de defeitos congênitos nos fetos.

Novas drogas para o combate do colesterol e da hipertensão, que vêm ganhando cada vez mais espaço em tratamentos médicos, serão debatidas. Entre elas, a atorvastatina, que reduz o mau colesterol, LDL e aumenta o bom, HDL, e o Reopro, um tipo de superaspirina, que aumenta a capacidade do organismo de impedir a formação de coágulos.

Além de Cooper, outros nomes conhecidos não só em meios científicos, mas pelo grande público, estão no evento. Como o cardiologista do presidente Bill Clinton, o norte-americano Dean Ornish, 44 anos.

O programa de Ornish, que promete reverter doenças cardíacas, tem quatro ingredientes básicos: dieta estritamente vegetariana, exercícios leves, meditação e bons relacionamentos na vida social e íntima. Ornish prega que as pessoas podem fazer mais por elas mesmas do que qualquer médico, mudando o estilo de vida e os hábitos alimentares. Esse programa será implantado, em no máximo seis meses, no Instituto do Coração de São Paulo (Incor).

O médico brasileiro Leonardo Lima, que atendeu a princesa Diana no dia do acidente que provocou sua morte, no hospital La Pitie, em Paris, também apresentará um novo método de cirurgia cardíaca, que agride menos o paciente porque reduz o tamanho do corte.

A cirurgia consiste em utilizar uma microcâmera para a intervenção, diminuindo, assim, o tamanho do corte feito no paciente e, consequentemente, causando menos trauma e facilitando o pós-operatório. Um dos únicos hospitais no Brasil a utilizar a técnica é o Santa Lúcia, em Brasília.