

QUALIDADE DE VIDA

Relatório mundial elaborado pela OMS revela que 40% das mortes em 2001 ocorreram por conta de dez riscos. A subalimentação lidera as estatísticas de mortalidade. No país, esse problema afeta 9% da população e é combatido com bolsas-alimentação

SAÚDE p. 16

Dez males que ameaçam o Brasil

Ullisses Campbell
Da equipe do **Correio**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) investigou os fatores que vêm matando a população do planeta e descobriu que eles podem ser contados nos dedos das mãos. Pelas contas dos especialistas, 40% das

mortes acontecem por causa de 10 riscos: subalimentação, prática de sexo sem camisinha, hipertensão, tabagismo, álcool, má qualidade da água, colesterol, fumaça de combustíveis, carência de ferro e obesidade. Exatamente nessa ordem.

Não é difícil imaginar por que esses fatores vem dizimando a população

mundial. No Brasil, apesar de as estatísticas de mortalidade infantil terem caído em 40% em 2001, por exemplo, a população pobre ainda padece com falta de nutrientes nas refeições que faz no dia-a-dia. Esse dado aumenta o número de óbitos por subalimentação.

O relatório da OMS que aponta as principais causas de morte da popu-

lação mundial não é uma unanimidade. O governo brasileiro, pelo terceiro ano consecutivo, discorda da metodologia e dos índices usados no levantamento sobre os indicadores de esperança de vida saudável no mundo. O Brasil não está sozinho nas críticas. Países desenvolvidos, como Estados Unidos, Japão, Reino Unido e

Holanda também não concordam com os dados publicados.

O **Correio** fez um levantamento de como o Brasil se enquadra nos problemas apontados pela OMS e mostra nos quadros abaixo o que o governo vem fazendo para livrar a população dos fatores de risco e o que cada cidadão pode fazer para ficar longe deles.

1. SUBALIMENTAÇÃO

Subalimentação e subnutrição significam a mesma coisa: hábito alimentar inadequado. A pessoa subalimentada come todos os dias, mas não se nutre porque come mal. A subalimentação é mais comum entre as pessoas mais pobres, que não fazem dietas balanceadas e ficam longe dos nutrientes. Um estudo feito pela Universidade de São Paulo revela que 9% da população brasileira é obesa e subnutrida ao mesmo tempo. O governo tem o Programa Bolsa-Alimentação, que oferece R\$ 15 para crianças, mulheres grávidas e que estão amamentando melhorarem a qualidade da alimentação. A Pastoral da Criança distribui uma multimistura para suprir a deficiência de nutrientes em crianças carentes de todo o país. Para se alimentar bem diariamente, deve-se comer bastantes nutrientes, como saladas frutas e verduras. O maior problema das pessoas de baixa renda é que elas comem o trivial: feijão arroz e carne.

2. SEXO SEM PROTEÇÃO

Trata-se de um dos problemas mais crônicos enfrentados pela saúde pública. E o que mais contribui é a falta de conscientização da população. Pelos dados da Organização Mundial de Saúde, a cada ano, 200 mil pessoas são contaminadas por doenças sexualmente transmissíveis no Brasil. Esse número seria zero, se todas as pessoas usassem camisinha durante a prática sexual. A DST que mais se espalha no país é a Aids. Segundo o Ministério da Saúde, o Brasil tem hoje 600 mil portadores do vírus HIV. O governo federal distribui 18,7 milhões de preservativos por mês em todo o país. Além disso, realiza regularmente campanhas que estimulam o uso da camisinha. Ainda assim a doença avança.

3. HIPERTENSÃO

As doenças cardiovasculares são hoje a maior causa de mortes no Brasil. De acordo com os números do Ministério da Saúde, cerca de 250 mil pessoas morrem por ano em decorrência de infarto e acidente vascular cerebral. Essas duas complicações, segundo especialistas, são causadas por hipertensão e diabetes. Atualmente, estima-se que 20 milhões de brasileiros sofram de hipertensão. O Ministério da Saúde junto com a Sociedade Brasileira de Cardiologia realiza um plano de atenção à hipertensão que distribui medicamentos a 9 milhões de pacientes. O SUS passou atender pacientes hipertensos desde 2000. Para se ver livre da hipertensão e de doenças cardiovasculares, evite alimentos gordurosos e com muito sal e faça exercícios físicos diariamente.

4. TABAGISMO

O tabaco é um problema mundial. Dados da Coordenação de Controle do Câncer e do Tabagismo sustentam que 35% da população fuma. No Distrito Federal, há 700 mil fumantes. O consumo médio do fumante contumaz é de uma carteira por dia. No Brasil, 100 mil pessoas morrem anualmente em decorrência de doenças provenientes do tabaco. O cigarro é também responsável por

Jorge Cardoso



O TABAGISMO É CONSIDERADO PELA ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE COMO O QUARTO MAIOR FATOR DE RISCO MUNDIAL

95% das mortes provocadas por doenças no pulmão, como o câncer. O Instituto Nacional do Câncer estima que em 2002 cerca de 337,5 mil pessoas vão descobrir que tem algum tipo de câncer no Brasil. O governo tenta há dois anos combater o fumo com propagandas oficiais, mas não vem obtendo êxito. No ano passado, o Ministério da Saúde obrigou os fabricantes de cigarro a estamparem na embalagem fotos de pacientes com câncer. Mas a venda do produto não caiu.

5. ÁLCOOL

Segundo o primeiro levantamento domiciliar sobre uso de drogas no país, feito pela Secretaria Nacional Antidrogas (Senad), o álcool é a principal droga consumida pelos brasileiros. O estudo mostra que 11,2% da po-

pulação é dependente do álcool. O problema atinge também os jovens. Uma pesquisa do Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas (Cebid) mostra que 51% das crianças entre 10 e 12 anos já tiveram contato com o álcool. Quinze por cento delas fazem uso freqüente da substância. No início desse semestre, o Ministério da Saúde lançou um programa para a recuperação de dependentes do álcool. Campanhas semelhantes feitas em outros países fizeram o consumo de álcool cair 16%. As mortes no trânsito reduziram 23%. Por enquanto, a propaganda continua sendo veiculada no Brasil. Para a prevenção entre os jovens, a sociedade civil organizou projetos locais. Um deles é o "Conhecer", da Universidade de São Paulo, que capacita educadores para multiplicarem as informações sobre os males do álcool. Só na capital do estado, 10 mil alunos são favorecidos.

6. ÁGUA MAL TRATADA

De cada 100 famílias brasileiras, 42 não recebem água potável em casa. E nem no sistema de abastecimento pode-se confiar totalmente, pois 40% dele é precário. Os dados são do Ministério do Meio Ambiente. A água mal tratada acarreta doenças como diarreia e cólera. A falta de água encanada e de tratamento de esgoto é uma das principais causas de mortalidade infantil no Brasil. Esse problema torna-se mais grave nas regiões menos desenvolvidas, como Norte e Nordeste. O ideal é só beber água filtrada ou fervida. Desde 2000, uma lei obriga às companhias de saneamento a seguirem um regulamento bastante exigente no que diz respeito à qualidade da água. Também existem programas federais que pretendem levar água encanada à população.

7. COLESTEROL

O problema do colesterol afeta o brasileiro por conta do excesso de gordura que predomina na alimentação e do sedentarismo. De um universo de 82 mil pessoas pesquisadas em todo país pela Sociedade Brasileira de Cardiologia, 40% delas estavam com colesterol alto. A maioria era mulher. Há uma portaria do Ministério da Saúde (1.318/2002) que obriga todos os postos de saúde do país a distribuírem remédios contra colesterol gratuitamente. Mas a maioria da população desconhece esse direito. Para se proteger do colesterol alto, evite alimentos com excesso de gordura e faça o exame para medir o índice de colesterol periodicamente. Faça exercícios físicos regularmente.

8. POLUIÇÃO

O Brasil contribui com cerca de 5% das emissões de gases poluentes em todo o mundo. A fumaça dos combustíveis resulta em dois gases: o dióxido de carbono, responsável pelo efeito estufa e pelo aquecimento global, e o monóxido de carbono, que prejudica a oxigenação do organismo. O principal emissor do gás são os veículos automotores. Existem ações individuais que podem contribuir para a redução da emissão de gases. Utilize o carro racionalmente, evite andar em engarrafamentos e mantenha seu veículo regulado. O Conselho Nacional de Meio Ambiente tem um programa de controle da poluição dos veículos que obriga as fábricas a limitarem a emissão de gases poluentes já na construção dos carros.

9. CARÊNCIA DE FERRO

A última pesquisa feita para medir a carência de ferro nas crianças brasileiras mostra que 46% delas sofrem desse problema. O levantamento foi feito pela Universidade de São Paulo e atingiu 1.256 crianças de zero a cinco anos. A principal consequência dessa carência é uma anemia profunda que afeta a criança silenciosamente que afeta o Coeficiente de Inteligência (QI). O Ministério da Saúde obriga os fabricantes de farinha de trigo e de milho a adicionarem ferro a seus produtos. A norma já foi aprovada. Agora, os fabricantes têm seis meses para adaptarem-se às novas regras.

10. OBESIDADE

O Brasil é um país de gente pesada. Segundo o Ministério da Saúde, 10% da população é obesa e 34% tem excesso de peso. Um estudo feito pela Universidade de São Paulo revela que o brasileiro sofre com gordura por conta da alimentação irregular e principalmente por causa dos fast-food e dos alimentos industrializados. As comidas prontas contêm mais gordura e calorias e a população come cada vez mais esse tipo de refeição. Uma norma da Agência Nacional de Vigilância Sanitária obriga todos os alimentos industrializados a mostrarem seus componentes no rótulo, inclusive a quantidade de calorias. Além disso, a Associação Brasileira de Estudos sobre a Obesidade e o Ministério da Saúde realizam o Programa Agita Brasil, que incentiva as pessoas a fazerem 30 minutos de exercícios físicos todos os dias. Todas as cidades com mais de cem mil habitantes participam do programa.