

Herança genética

É comum as pessoas ligarem colesterol alto à obesidade, mas a associação nem sempre é sinônimo de problema e os "magrinhos" não estão imunes às gorduras indesejáveis. A herança genética está entre os fatores de riscos responsáveis pela elevação na taxa de colesterol. Os médicos também estão preocupados com o estresse urbano e os hábitos alimentares como fatores que influenciam no aumento das cardiopatias.

A mineira Maria Helena Arraes, 58 anos, ficou surpresa quando fez um *check-up* há seis anos e descobriu que estava com colesterol alto. "Nunca imaginei que eu, com esse corpo, pudesse ter colesterol alto", lamentou. Pesando apenas 52Kg, ela diz ser a mais gorda de seis irmãos. Todos com excesso de gordura no sangue.

Parâmetros

As metas para as taxas de colesterol variam de um país para outro e dependem também do número dos fatores de risco como os hábitos de fumar e beber. Apesar de cada país ter sua própria diretriz, os parâmetros americanos são os mais utilizados para definir o percentual considerado saudável. De acordo com especialistas e organizações médicas, pacientes com baixo risco de doenças do coração devem ter colesterol total abaixo de 200mg/dl, enquanto os pacientes com alto risco — que já tiveram problemas cardíacos ou são diabéticos — têm a tolerância reduzida para 175mg/dl.

O nível atual de gordura no sangue de Helena é de 272mg/dl. Ela precisa atingir pelo menos 175mg/dl. No seu caso, o tratamento exige atividade física, dieta e medicamento redutor de colesterol, tais como estatinas e monoterapia. "Meu marido é mais forte e nem tem colesterol elevado", lamenta. Helena descobriu que o seu problema é hereditário. O pai faleceu de derrame cerebral e ela suspeita que a família herdou o problema. "Eu, mineira, fui obrigada a trocar os pães de queijo pelos remédios", brinca.

O bom humor ajuda Helena a manter a dieta alimentar, que ainda faz caminhadas e toma medicação cuidadosamente. Mas só recentemente. Há três anos, tentou parar de tomar o remédio e chegou a quase 400 mg/dl de taxa de gordura no sangue. Voltou ao médico há poucos dias para fazer o acompanhamento e soube que não pode mais parar de tomar o remédio sob qualquer hipótese. (HB)