

panorama

Exame clínico do brasileiro

Cerca de 59 milhões de pessoas apresentam ao menos uma doença crônica, mas boa parte da população acredita que a saúde vai bem. Esse é o perfil típico de seus funcionários?

A quantas anda a saúde do brasileiro? Para uma boa parte de nossa população, ela vai bem, obrigado – no que

pessoas apresentam ao menos um problema de saúde crônica. Em termos percentuais, isso equivale a 31,3% da população brasileira

Não por acaso, os programas voltados para a prevenção dessas doenças e promoção de saúde vêm ganhando destaque no mundo



panorama

e à aposentadoria por invalidez. "Como é uma doença grave, progressiva e incapacitante, para requerer o benefício por incapacidade é preciso marcar uma perícia médica no INSS", explica Bontempi. Hoje, tramita no Senado Federal o Projeto de Lei nº467/03 que pretende estender aos servidores portadores de lúpus, epilepsia ou artrite o direito à aposentadoria com proventos integrais. Na justificativa da proposta estão as características das três doenças, suas consequências para o ser humano, o fato de serem incuráveis e como esses males acabam por incapacitar o trabalhador para as suas tarefas diárias. Um dos problemas dos quadros de artrite reumatoide é que os pacientes se acostumam com alguns dos sintomas e deixam de procurar o médico quando eles aparecem. "Os que procuram um médico especialista no estágio inicial de uma doença têm um melhor

mais buscam parcerias com médicos, nutricionistas e professores de educação física, a fim de desenvolver programas que conscientizem seus colaboradores a respeito da necessidade de ter uma vida mais saudável. Pesquisas e levantamentos reforçam essa constatação: resultados da Global Workplace Survey, estudo realizado pela Pfizer em 2008, demonstram que 87% dos empregadores brasileiros estão dispostos a ajudar seus funcionários a parar de fumar; a campanha Coração saudável, também da farmacêutica, avaliou 6.089 funcionários de nove empresas de diferentes setores da indústria e constatou que 66% deles apresentaram alterações nos exames realizados, sendo que o colesterol total de 26% dos participantes estava elevado. De acordo com Jaqueline Issa, diretora do Programa de Tratamento do Tabagismo do Instituto do Coração do Hospital das Clínicas (Hospital de São Paulo

colesterol, triglicérides, pressão arterial e glicose para diminuir o risco de sofrer algum tipo de doença cardiovascular. Muitas empresas promovem semanas temáticas de saúde e a prevenção aos fatores de risco cardiovascular é assunto primordial. Em algumas companhias, além da conscientização com palestras e material didático, há realização de exames. "Essa iniciativa é primordial para o funcionário conhecer 'seus' números, fator importante para manter o coração saudável. Pois, sabendo qual é a meta, é mais fácil modificar hábitos para alcançá-la", afirma a médica. Um dos fatores mais preocupantes para a saúde do coração é o controle do colesterol, já que cerca de 40% dos brasileiros têm colesterol elevado, mas menos da metade trata o problema. O colesterol é obtido de duas fontes: do corpo e da comida. O fígado produz 70% do colesterol a se

sintoma, é comum deixar de lado seu controle. Constatado o descontrole, o primeiro passo é procurar um médico, que poderá prescrever o tratamento mais adequado”, alerta.

No caso do tabagismo, para obter êxito no abandono do vício, o fumante precisa da orientação do médico para que, por meio de um programa de apoio completo, possa superar ambas as dependências – física e psicológica –, além da força de vontade. Para ajudar médico e paciente nessa batalha, a médica criou o software PAF (Programa de Assistência ao Fumante), que auxilia o médico a propor estratégias personalizadas para o tratamento do fumante. “Há cerca de 1.000 pacientes já cadastrados no PAF, que está em uso há mais de um ano pelos médicos residentes e assistentes que prestam atendimento aos fumantes no Programa Ambulatorial de Tratamento do Tabagismo do Instituto do Coração do Hospital das

Clínicas. O tabagismo é uma doença crônica de alta reincidência, sendo a principal causa de morte evitável no mundo. Os fumantes têm dificuldade em largar o cigarro por causa da dependência provocada pela nicotina, que é uma condição física e psicológica”, complementa Jaqueline.

Deixar os cuidados para depois

Estudo realizado pela Unilever, em parceria com a agência COR, feito com homens e mulheres de 35 a 55 anos, também revela a necessidade de cuidar mais do coração. Para esse estudo, foram consultados especialistas da área da saúde, como psicanalistas, antropólogos, nutricionistas, cardiologistas e personal trainers. A primeira constatação foi que existem dois tipos de “coração”: o funcional (que provoca medo quanto a doenças e, por consequência, rejeição) e o emocional (que é capaz de mobilizar). “O inconsciente faz com que as pessoas neguem o ‘pior’: no caso do coração, trata-se

panorama

preventiva”, relata a psicanalista Madalena Becker de Lima. Além disso, pensar no coração para a maioria da população é algo muito distante, ainda mais na adolescência. Assim, o cuidado com esse órgão passa a ser uma atividade sempre protelada ao seu máximo – o que é claramente refletido na expressão de uma das entrevistadas na pesquisa: “Pensar no coração é imaginar que ele pode parar, e se ele parar eu morri! Não quero pensar nisso agora, sou muito nova!”. Diante dessa constatação, fica claro que o cuidado com o coração normalmente surge a partir de um motivador externo como, por exemplo, problemas de saúde na família. O levantamento feito pela Unilever revelou, também, que a maior parte dos entrevistados pensa na saúde de forma compensatória. “A população tende a pensar na saúde como uma conta corrente: se hoje faz exercício, amanhã acredita que tem créditos excedentes e por isso se permite comer um chocolate, por exemplo”, completa Marcela Mariano, diretora de marketing da marca Beceel.

estatísticas”, afirma Madalena. Essa percepção parece coincidir com os dados da pesquisa da Pnad.

Mais saudáveis, porém estressados?

Ter um estilo de vida saudável pressupõe, também, saber lidar com o estresse. No entanto, alguns dados parecem mostrar que, nesse quesito, ainda temos muito a melhorar. Vejamos alguns números de uma pesquisa feita, em 2009, pela SulAmérica Saúde junto a mais de 66 mil pessoas, de 160 empresas clientes, espalhadas por 12 estados. O levantamento mostra que 30,6% dos homens relataram maior estresse (contra 25% no estudo do ano anterior). Entre as mulheres, o índice ficou em 52,8% (ante 50,6% em 2008). Embora o vilão do estresse esteja rondando mais e mais as pessoas, a pesquisa da SulAmérica traz outros dados mais animadores, como lembra o diretor de prestadores e serviços médicos da operadora, Roberto Galfi: “Até mesmo o índice de fumantes registrou queda. Nunca foi tão baixo nos últimos



Pilulas

Quanto maior o rendimento mensal domiciliar *per capita*, maiores os percentuais dos que avaliavam seu estado de saúde como “muito bom ou bom”: 87,9% para rendimentos superiores a 5 salários mínimos e 76,2% para rendimentos de até ¼ do salário mínimo.

Quanto maior o rendimento, maior foi o percentual de pessoas que afirmaram ter ao menos uma doença crônica. Entre aqueles com rendimento de até ¼ do salário mínimo, 20,8% tinham ao