

"Partículas de poluição são como vírus para o corpo" - Fantástico

Publicado em: 09/02/2009 - 10:18

Beber muita água ajuda o organismo a se recuperar

Uma pesquisa revela: quanto menos poluído é o lugar em que você mora, maior é a chance de viver mais. Mas o que acontece com quem vive numa cidade que sofre todos os dias com a poluição? Como São Paulo, a maior, e mais poluída capital do Brasil.

Um combate cara a cara com a poluição de São Paulo.

“O rosto, tem que lavar umas quatro, cinco vezes por dia, ou mais. Geralmente umas oito, nove vezes”, explicou o motoboy Luiz Carlos Costa.

“Tem que passar uma pomadazinha com detergente pra sair a sujeira, senão zoa a pele toda”, contou Leonardo Ferreira da Silva, também motoboy.

Não é só a pele que sofre com a poluição. Todo o organismo é prejudicado pelos gases tóxicos e pelas as partículas que saem dos escapamentos. Um estudo americano analisou essas micropartículas e mostrou que elas podem influir diretamente no tempo de vida de uma pessoa.

“A redução da poluição foi o principal fator isoladamente que possibilitou as pessoas viverem mais”, diz o médico pneumologista/Incor, Ubiratan de Paula Santos

A pesquisa durou 20 anos e acompanhou os níveis de poluição em 51 regiões em torno de grandes cidades dos Estados Unidos. A principal conclusão foi que quanto menos partículas de poluição no ar, mais tempo de vida as pessoas ganham.

Mas o que faz a poluição ser tão nociva?

“A poluição causa doenças agudas em quem já tem alguma coisa. Se você tem bronquite, asma, doenças coronarianas, diabetes, quando aumenta a poluição estas doenças se descompensam”, explica o médico.

As partículas poluentes entram no corpo com a respiração e ficam alojadas nos pulmões. As defesas do organismo entram em ação para combater o corpo estranho, como se fosse um vírus ou uma bactéria. Mas ele não é, e o resultado é uma inflamação. Segundo doutor Ubiratan, “por isso que as pessoas às vezes começam a ter sintomas respiratórios como tosse, como chiado”.

O coração também sofre e muito. “A inflamação libera no sangue substâncias que alteram a viscosidade, entupindo as artérias. Desenvolve hipertensão arterial,

aterosclerose. A pessoa morre mais por derrame cerebral, por infarto do miocárdio, morte súbita, por arritmia”, conta o médico.

Para medir a quantidade de poluição que uma pessoa recebe, morando na cidade de São Paulo durante um dia, o Fantástico convidou o Aderlon, que é taxista na região central, e chega a passar 15 horas por dia no trânsito. Ele deixou instalarem um filtro de poluição no carro dele. Essa máquina é capaz de absorver todos os poluentes que estiverem no carro durante o dia de trabalho.

“Eu acho que ele vai ficar pretinho de fumaça, vai ficar igual ao teto do carro, que está todo preto”, aposta o taxista.

Como comparação, o Fantástico fez o mesmo teste em um lugar bem diferente.

A secretária Ângela é uma privilegiada na cidade, ela trabalha perto de casa. Tudo isso dentro do horto florestal, uma das regiões mais verdes de São Paulo. Será que ela está livre da poluição no local?

“Imagino que não, eu imagino que ainda temos um pouquinho de poluição pelo fato de regiões próximas a nós, né? A avenida, e temos um pouquinho de poluição”, acredita Ângela Cândido.

Ângela e Aderlon passaram sete horas grudados no filtro de poluição. Com o teste encerrado, é a hora da verdade.

O resultado confirmou a expectativa: “Ele recebeu 24 vezes mais substâncias tóxicas do que a moradora do horto. Se você pegar o indivíduo que trabalha no trânsito, ao final do dia ele vai ter fumado de três a quatro cigarros”, constata Paulo Saldiva, médico do Laboratório Poluição/USP.

Mas os médicos ensinam: dá para amenizar o problema: beber água ajuda o organismo a se defender, aumentar a umidade da casa reduz os poluentes suspensos no ar, andar com o vidro do carro fechado também funciona e nos horário com mais trânsito “Evitar de se exercitar nos corredores de tráfego”, como explica Saldiva.

Mudar de cidade funciona? Segundo Saldiva, funciona. “O risco de ter infarto do miocárdio desaparece depois de dois anos”.

E o taxista, já pensou em mudar de São Paulo?

“Olha, se eu tenho idéia de voltar pro Ceará pra se livrar da poluição de São Paulo? Com certeza, no dia que der eu quero voltar pra lá sim”.