

Médicos alertam para perigo da mistura de álcool com energético

A mistura de bebidas alcoólicas com energéticos pode acarretar perigos para os usuários e atrapalhar o carnaval de muita gente, alerta o vice-presidente da Sociedade de Cardiologia do Estado do Rio de Janeiro (Socerj), Ricardo Mourilhe.

Segundo ele, os energéticos são ricos em cafeína e taurina, que são “potentes estimulantes - assim como o álcool -, e podem induzir ao aumento da pressão arterial, à arritmia”. Uma doença cardíaca pré-existente pode ser agravada, e se o usuário tem uma doença incipiente, ainda não manifestada, ela pode ser potencializada por causa do uso dessas substâncias, disse Mourilhe.

O cardiologista explicou que se o consumidor tem pressão arterial já elevada e toma estimulante misturado com álcool, a pressão sobe mais ainda, e isso pode levar a um acidente vascular cerebral (AVC).

Pessoas de qualquer idade estão sujeitas a esses perigos, mas Mourilhe explicou que, nos jovens, o risco da combinação álcool e energético é maior porque “o jovem, em geral, faz uso dessas substâncias em quantidade muito maior. Se ele tem, por exemplo, a doença não diagnosticada, não conhecida, o risco dele acaba sendo maior por esse motivo. Normalmente, a pessoa mais velha tende a se cuidar mais e se policiar”. O jovem, ao contrário, mesmo que tenha algum problema, costuma relaxar mais e ignorar os perigos, apontou.

O vice-presidente da Socerj recomenda que se a pessoa resolver beber, é importante que se mantenha hidratada, porque a hidratação oral ajuda a minimizar a questão. Um dos problemas da combinação álcool e energético, segundo ele, é a rápida desidratação, o que agrava ainda mais os riscos, e isso dá mais arritmia, mais hipertensão arterial.

Pesquisa feita em 2002 pela Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) mostra que a cafeína presente nos energéticos, quando combinada com álcool, tem impacto negativo no cérebro, podendo levar ao envelhecimento precoce e a doenças como o Mal de Parkinson e Alzheimer.



Excesso de energético e refri compromete fertilidade do casal

Estudo desenvolvido na Faculdade de Medicina da Universidade de Nevada (Estados Unidos) comprova que a cafeína presente nessas bebidas interfere tanto na fertilidade masculina quanto na feminina.

Apesar de não ser considerado conclusivo, já que há muitas pesquisas nesse campo sendo realizadas, os pesquisadores recomendam suspender o consumo de bebidas à base de cafeína – ainda mais quando ela é combinada com outras substâncias também nocivas à saúde – quando se está enfrentando dificuldade para ter um bebê.

De acordo com Edson Borges, sócio-fundador e diretor científico do Fertility Medical Group, há trabalhos científicos muito sérios comprovando que a contagem de espermatozoides é mais baixa quando o paciente ingere quatro copos ou mais (acima de um litro) de refrigerantes tipo cola por dia e/ou energéticos.

“No caso das bebidas à base de cola, tão populares desde a infância até a idade adulta, não se trata apenas da quantidade de cafeína presente em sua composição, mas da combinação com outros componentes, como açúcar (ou adoçantes artificiais), sódio, corantes, aci-

dulantes e conservantes, entre outros. Além de uma contagem menor de espermatozoides, eles terão sua qualidade comprometida”.

Borges também chama atenção para um fator comportamental bastante relevante. “Normalmente, quem é ‘viciado’ em refrigerantes à base de cola não se preocupa muito em adotar uma alimentação balanceada, ingerindo grandes por-

ções de frutas e legumes diariamente. Ao contrário, sabemos que ao lado do refrigerante quase sempre tem uma refeição altamente calórica, rica em carne vermelha, carboidratos e gordura saturada. Esse conjunto é um ‘cartão vermelho’ para quem quer ter uma gravidez saudável – não só para quem está em tratamento de fertilização assistida, como para casais de todas as idades”.

O médico chama atenção que as bebidas à base de cola têm também grandes quantidades de glicose e frutose – que pode causar danos ao metabolismo. Adoçados com esses xaropes, os refrigerantes são realmente baratos em sua produção. Ao prover pouca saciedade, o consumo dessas bebidas é um risco para os índices glicêmicos, já que a pessoa não sente que deve parar.

Quanto ao fósforo presente na formulação, ele é responsável por intervenções psicológicas bem significativas. Já com relação à cafeína – presente de forma ainda mais nociva nas bebidas energéticas ingeridas nas academias, depois da prática de esportes, e também nas baladas noturnas – ela pode resultar em problemas relacionados à menstruação e à ovulação feminina.





Abuso de álcool na meia-idade aumenta risco de AVC

Beber mais de duas doses de álcool por dia na meia-idade, entre os 40 e os 60 anos, aumenta a probabilidade de sofrer um derrame mais do que fatores de risco tradicionais, como hipertensão e diabetes. A conclusão é de um estudo publicado no periódico *Stroke*, da Associação Americana do Coração.

Pesquisadores analisaram dados de 11.644 gêmeos suecos, acompanhados por 43 anos. Eles compararam o impacto do álcool entre pessoas que bebiam pouco (menos de metade de uma dose por dia) a muito (mais de duas doses diárias).

Quase 30% dos participantes tiveram derrame. Entre gêmeos idênticos, aqueles que sofreram um AVC bebiam mais do que seus irmãos que não sofreram, sugerindo que o derrame não estava condicionado à genética e ao estilo de vida na infância e adolescência.

Os autores descobriram que os indivíduos que bebiam muito tinham 34% mais risco de sofrer um derrame do que aqueles que bebiam pouco. Para homens na meia-idade, o alto consumo de álcool também se mostrou um maior fator de risco para AVC do que hipertensão e diabetes. Por volta dos 75 anos, porém, a tendência se inverteu: o diabetes e a pressão alta passaram a ser os maiores vilões do derrame.

CONSUMO DA BEBIDA ENTRE OS 40 E OS 60 ANOS OFERECE MAIS RISCO DE AVC DO QUE FATORES COMO HIPERTENSÃO E DIABETES, DIZ ESTUDO.



Cãibra noturna é mais comum no verão, diz pesquisa

A descoberta, feita por pesquisadores das universidades de Alberta e da Columbia Britânica, no Canadá, está no periódico *Canadian Medical Association Journal*.

Pesquisadores chegaram a essa conclusão depois de contabilizar as prescrições de quinino, substância recomendada no tratamento de câibras, para canadenses com mais de 50 anos entre 2001 e 2007. Além disso, eles monitoraram a quantidade de buscas



por “cãibras nas pernas” feitas no Google nos Estados Unidos e na Austrália.

Tanto a prescrição de quinino quanto as buscas na internet foram maiores durante o verão (julho na América do Norte e janeiro na Oceania).

A descoberta pode ter implicações clínicas. “Em países onde o quinino é usado para tratar câibras noturnas, médicos podem recomendar que seus pacientes não tomem a substância durante os meses de frio”, escreveram os autores.



Ministério da Saúde tenta estimular o parto normal

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) publicou no Diário Oficial da União a Resolução Normativa nº 368, que estabelece normas para o estímulo ao parto normal e a consequente diminuição das cesarianas desnecessárias na saúde suplementar.

De acordo com o texto, as usuárias de planos de saúde poderão solicitar aos planos os percentuais de cirurgias cesarianas e de partos normais por estabelecimento de saúde e por médico obstetra. As informações deverão estar disponíveis no prazo máximo de 15 dias, contados a partir da data de solicitação.

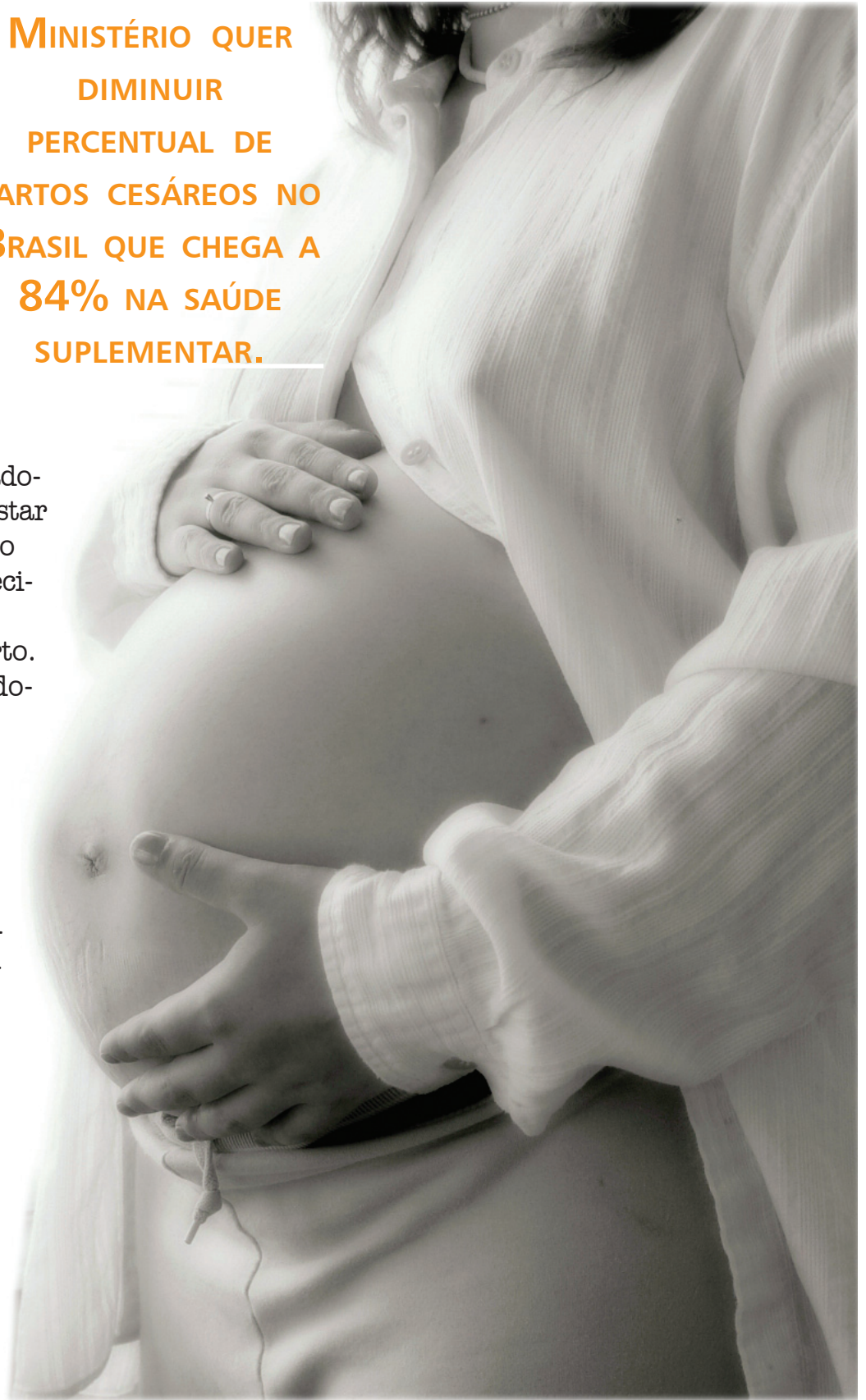
Outra mudança prevê a obrigatoriedade de as operadoras fornecerem o cartão da gestante, no qual deve constar o registro de todo o pré-natal. Dessa forma, de posse do documento, qualquer profissional de saúde terá conhecimento de como se deu a gestação, facilitando o atendimento à mulher quando ela entrar em trabalho de parto.

Ainda de acordo com a resolução, caberá às operadoras orientar os obstetras para que usem o partograma, documento gráfico em que são feitos registros de tudo o que ocorre durante o trabalho de parto. De acordo com as novas regras, o partograma passa a ser considerado parte integrante do processo para pagamento do procedimento.

Atualmente, 23,7 milhões de mulheres são beneficiárias de planos de assistência médica com atendimento obstétrico no país, público-alvo das medidas. Dados do governo federal mostram também que, no Brasil, o índice de cesarianas chega a 84% na saúde suplementar.

O Ministério da Saúde alertou que a cesariana, quando não há indicação médica, causa riscos desnecessários à saúde da mulher e do bebê: aumenta em 120 vezes a probabilidade de problemas respiratórios para o recém-nascido e triplica o risco de morte da mãe. Cerca de 25% dos óbitos neonatais e 16% dos óbitos infantis no Brasil estão relacionados à prematuridade.

**MINISTÉRIO QUER
DIMINUIR
PERCENTUAL DE
PARTOS CESÁREOS NO
BRASIL QUE CHEGA A
84% NA SAÚDE
SUPLEMENTAR.**



Veja a
DIFERENÇA
que sua Doação faz

Conheça nosso trabalho no site
www.operacaosorriso.org.br



Tatuagens constituem risco de saúde incalculável

ENTRE QUÍMICA E IMPUREZAS, DESENHOS CORPORAIS INJETAM NO ORGANISMO UM SEM-NÚMERO DE SUBSTÂNCIAS TÓXICAS, MUITAS VEZES NEM TESTADAS.

DW-WORLD.DE DEUTSCHE WELLE

Quem gostaria de injetar alguns gramas de verniz de carro sob a pele? Ou um pouco de fuligem resultante da combustão de petróleo ou alcatrão?

Provavelmente ninguém. Mas isso é o que recebem todos os que se deixam tatuar. “Os pigmentos para tatuagens contrastantes e de longa duração foram desenvolvidas para cartuchos de impressora e tintas de automóveis”, revela Wolfgang Bäuml, professor do Departamento de Dermatologia da Universidade de Regensburg, em entrevista à DW.

Acima de tudo, as tintas de tatuagem não foram desenvolvidas para estar sob a pele. Grandes empresas químicas fabricam toneladas de pigmentos coloridos, principalmente para fins industriais; empresas pequenas os compram e transformam em produtos para tatuagem.

“As substâncias nunca foram testadas para aplicação subcutânea”, diz à DW Peter Laux, do Instituto Federal Alemão de Avaliação de Riscos (BfR) em Berlim. “A própria grande indústria diz que, na verdade, os pigmentos não são feitos para isso.”

DA PELE PARA O ORGANISMO INTEIRO

Wolfgang Bäuml acrescenta que as tintas de tatuagem precisam ser “brutalmente insolúveis em água”. Isso já torna a prática perigosa, pois o corpo não tem como se livrar facilmente delas. De acordo com um recente estudo americano, apenas dois terços dos produtos utilizados nas tatuagens permanecem sob a pele: o restante se espalha pelo corpo.

“As substâncias vão para o sangue, para os nódulos linfáticos, os órgãos, e vão parar em algum lugar. Onde, exatamente, não se tem ideia”, relata o dermatologista.

ARCO-ÍRIS DE PRODUTOS QUÍMICOS

Os produtos químicos para as cores vermelho, laranja e amarelos são compostos azóxicos – substâncias orgânicas com uma má reputação, que costumam desencadear alergias. Algumas delas, como o Pigment Red 22, podem se decompor, se a tatuagem for exposta à luz solar, diz Bäuml. Os compostos resultantes são tóxicos e cancerígenos.

Compostos chamados ftalocianinas, que resultam em azul e verde brilhante, geralmente contêm cobre e níquel. Também nos pigmentos marrons com óxidos de ferro, muitas vezes há presença de níquel. O metal provoca alergias de contato em muitas pessoas e é proibido em cosméticos. Nos produtos para tatuagens, contudo, ele continua sendo frequente.

Tatuagens pretas, por sua vez, são feitas com derivados de um material chamado Carbon Black. Ele nada mais é do que fuligem industrial, produzida quando a indústria química queima petróleo, alcatrão ou borracha.

IMPUREZAS CANCERÍGENAS

No entanto os especialistas salientam que não só as cores são perigosas. “Além dos elementos corantes, produtos para tatuagem podem também conter outras substâncias, como solventes, espessantes, conservantes e diversas impurezas”, adverte o BfR.



De acordo com Peter Laux, impurezas são a regra, não a exceção. “Os departamentos regionais de diagnóstico se queixam regularmente sobre a qualidade química das substâncias para tatuagem que eles controlam.”

Entre essas impurezas, os hidrocarbonetos aromáticos policíclicos são particularmente perigosos. Formados durante as combustões incompletas, também na produção de fuligem, muitos são comprovadamente cancerígenos. Nas tintas pretas para tatuagem, estão muitas vezes presentes em concentrações acima do limite recomendado.

“Consta que os hidrocarbonetos aromáticos policíclicos se desprendem continuamente durante o processo de tatuagem e se espalham pelo corpo. Os níveis medidos são um risco sério à saúde e segurança dos consumidores”, adverte o BfR.

Laux acrescenta que “também há no mercado substâncias para tatuagens que cumprem os requisitos”. No entanto, é difícil para o consumidor definir qual substância é boa e qual não.

REGULAMENTAÇÃO INSUFICIENTE

Na Alemanha e em muitos outros países, as substâncias para tatuagens não são consideradas nem medicamentos nem cosméticos – e aí reside o problema. Porque esses produtos precisam atender determinados requisitos antes de poder sequer entrar no mercado.

No caso dos medicamentos, análises de segu-

rança mostram o que acontece exatamente com uma substância no corpo, como ela é metabolizada, e quais outras substâncias podem se formar a partir dela. Para as tatuagens, não há tais regulamentações.

Em 2008, o Conselho Europeu expediu uma resolução determinando o controle mais rigoroso dos produtos para tatuagens, e muitos países implementaram leis e regulamentações concernentes. Mas, de acordo com Peter Laux, todas são insuficientes.

Uma portaria relativa a substâncias de tatuagem de 2009 proíbe na Alemanha o uso de

certas substâncias, e uma lista específica exatamente o que é proibido. “Todas as demais substâncias são permitidas, mesmo produtos químicos que acabam de ser desenvolvidos por um fabricante e nunca foram previamente testados.”

“Precisamos criar listas positivas”, reivindica Laux. Isso significa, que ao invés de substâncias proibidas, a portaria deveria conter as permitidas que tiveram a sua segurança comprovada.

INCERTEZA É ÚNICA CERTEZA

Até mesmo tatuadores profissionais concordam que a situação não é satisfatória. “Em nossa opinião, no momento as tintas de tatuagem não são realmente seguras”, admitiu Andreas Schmidt, vice-presidente da associação Tatuadores Ale-

mães Organizados, num simpósio em Berlim sobre a segurança dos produtos empregados.

Ele exige testes toxicológicos para os componentes, mas acrescenta: “Estamos otimistas de que há apenas alguns problemas com as tintas, caso contrário haveria mais reclamações de clientes e mais matérias em jornais e revistas”.

No entanto, os especialistas lembram que o câncer muitas vezes precisa de décadas para se desenvolver, e a conexão não é tão fácil de provar.

Até agora, as substâncias para tatuagens não são testadas quanto a seus riscos. Faltam estudos em seres humanos, de curto quanto e de longo prazo. Experimentos em animais são proibidos.

O dermatologista Bäuml foi judicialmente impedido de efetuar um teste de produtos de tatuagem em porcos. “A justificativa foi que as pessoas que se deixam tatuar o fazem voluntariamente”, conta.

Portanto, ninguém ainda pode afirmar ainda se tatuagens são prejudiciais à saúde ou não. Talvez provoquem câncer – talvez não.

Peter Laux arremata que cada um deve decidir por si se quer fazer uma tatuagem ou não – o BfR não faz nenhuma recomendação. “Até agora só sabemos que não há qualquer garantia de que as substâncias para tatuagens sejam seguras para a saúde.”