

Rio + 20 – natureza e saúde – respeito à vida

» GILBERTO URURAHY
DIRETOR MÉDICO DA MED-RIO CHECK-UP

Em 1992, na conferência do Meio Ambiente promovida pelas Nações Unidas, no Rio de Janeiro, se evidenciava a preocupação do homem com as consequências para a atmosfera e para o clima em função da queima de combustíveis fósseis, estabelecendo-se entre os países participantes a compromisso com a redução da emissão de gases oriundos dessas queimas. Os países desenvolvidos são os grandes consumidores desse tipo de combustível, portanto os mais poluidores.

O tempo passou e verificou-se que poucos países teriam cumprido o que tinha sido estabelecido. Um novo encontro, aconteceu, em Kyoto, no Japão, e os americanos se negaram a assinar o protocolo sobre a emissão de gases poluentes. Mais recentemente, outros encontros se sucederam, em Copenhagem e Cancún, cujos resultados foram poucos generosos com nosso meio ambiente.

Transcorridos 20 anos do primeiro encontro, em nossa cidade, mais uma vez, autoridades mundiais têm nova oportunidade de oferecer mais vida ao habitat do homem.

Desmatamentos, queimadas e aumento do efeito estufa, poluição dos mares, dos rios e do ar, buracos na camada de ozônio, ensaios nucleares, emissão excessiva de CO₂, outros gases poluentes,...

A natureza agredida responde com secas, maremotos, fura-

cões, deslizamentos de terra, mudanças climáticas, extinção de espécies, doenças, surgimento de novas doenças, miséria, mortes, ...

Nós, cariocas, temos na memória a recente mortandade de toneladas de peixes que se abateu, em um dos cartões postais de nossa Cidade Maravilhosa. Esgoto in natura, os mais diversos poluentes eram despejados, irresponsavelmente, em nossa Lagoa Rodrigo de Freitas. Bastou-se controlar os derramamentos de dejetos, oxigenar seu ecossistema e, hoje, pescadores sobrevivem em função dos frutos colhidos no cotidiano.

Assim é a natureza: agressiva, violenta, indomável quando maltratada. Por outro lado, quando bem cuidada. É generosa e parceira.

Assim, também é o nosso corpo, quando o maltratamos com um estilo de vida inadequado, quando desconhecemos os fatores de risco para a

saúde, quando o poluímos de várias formas: stress intenso no cotidiano, nicotina, açúcares, frituras, auto-medicação, excesso de sal, uso de álcool rotineiro, energéticos, sedentarismo, ... a sustentabilidade de sua saúde se fragiliza: arritmias cardíacas, úlceras, depressão, insônia, obesidade, diabetes, hipertensão arterial, enfarte do miocárdio, AVCs, câncer, ...

Corpo e alma bem cuidados são fontes de longevidade com autonomia.

Natureza e saúde são os nossos maiores patrimônios. Merem respeito e carinho.

Transcorridos 20 anos do primeiro encontro, em nossa cidade, mais uma vez, autoridades mundiais têm nova oportunidade de oferecer mais vida ao habitat do homem