

2014-07-09 18:11:42

<http://justnews.pt/noticias/novas-geracoes-poderao-ter-esperanca-media-de-vida-mais-curta>

65
ANOS
1949 - 2014

Novas gerações poderão ter esperança média de vida mais curta

A Sociedade Portuguesa de Cardiologia (SPC) completa hoje o seu 65º aniversário, numa história que fica marcada pelo combate permanente aos fatores de risco cardiovascular e pelas inovações tecnológicas que, nos anos mais recentes, levaram ao aumento exponencial da esperança média de vida e a uma progressiva diminuição da mortalidade por doença cardiovascular.

Os especialistas sublinham, porém, que há ainda muito por fazer e que os números mais recentes deixam a descoberto uma realidade preocupante: pela primeira vez na história da humanidade, as novas gerações poderão ter uma esperança média de vida inferior à dos seus progenitores.



A mensagem é de José Silva Cardoso, presidente da Sociedade Portuguesa de Cardiologia, que reitera que os portugueses têm de voltar a readquirir hábitos perdidos e adoptar um estilo de vida mais saudável: "Apesar do decréscimo progressivo da mortalidade cardiovascular, sobretudo pelo melhor controlo da hipertensão arterial, da dislipidemia e do tabagismo, a verdade é que a doença cardiovascular ainda se mantém como primeira causa de morte em Portugal e no resto do mundo. Nos anos mais recentes temos vindo a adoptar um estilo de vida mais sedentário, com menos actividade física e isso terá, necessariamente, efeitos muito negativos no diagnóstico da saúde cardiovascular".

Assumindo que a aposta terá de passar pela adopção de comportamentos preventivos, o presidente da SPC reconhece que há cada vez mais pessoas a praticar exercício nas ruas, mas que ainda assim continuam a ser em maior número aquelas que não praticam qualquer tipo de actividade física. Além disso, relembra, "abandonámos a dieta mediterrânica, uma das nossas grandes riquezas, um caminho que é urgente inverter, sob risco de comprometermos seriamente o futuro".

Os números são alarmantes:

- Quase metade da população portuguesa tem excesso de peso e hipertensão arterial
- Um terço dos portugueses tem colesterol elevado
- Três milhões de portugueses têm diabetes e/ou perturbações da glicose
- A diabetes é um dos principais fatores de risco para desenvolvimento de doenças cardiovasculares (Enfarte Agudo do Miocárdio; AVC, Doença Vasculiar Periférica)
- Portugal é o país da Europa com maior crescimento da obesidade
- Portugal é o segundo país da Europa com maior taxa de obesidade infanto-juvenil.



Sociedade Portuguesa de
CARDIOLOGIA

Dados que levam o cardiologista a deixar um alerta neste dia em que se assinalam ao serviço do Coração: "Se não alterarmos este cenário, a próxima geração poderá ser a primeira em muitos anos a ter uma esperança média de vida menor do que a dos seus pais."

Para combater estes números, Silva Cardoso defende um "trabalho de equipa" em que todos deverão colaborar: "É uma missão que precisa do contributo de todos: médicos e especialistas, sociedade civil, meios de comunicação social e decisores políticos".

Como medidas prioritárias, o presidente da SPC aponta as ações junto do público mais jovem como prioritárias, sublinhando que o trabalho nas escolas deve intensificar-se e materializar-se em medidas concretas, como a proibição de máquinas de venda automática nas instituições de ensino e a adoção de ementas nutricionalmente mais equilibradas.