

De olho na balança

A obesidade tem se tornado um problema global de difícil controle. No Brasil, de acordo com o último levantamento do IBGE (2002-2003), 10% das crianças e adolescentes têm sobrepeso e cerca de 1,5 milhão deles já são considerados obesos.

O estudo revelou que o país tem cerca de 38,6 milhões de pessoas com peso acima do recomendado, o equivalente a 40,6% da sua população adulta, sendo que deste total 10,5 milhões são obesos.

Diante desse quadro, o diretor do Vita Check-up Center, o clínico e cardiologista Antonio Carlos Till, alerta a população sobre os perigos que os quilos a mais podem trazer para qualquer pessoa, inclusive crianças.

- A má alimentação e a falta de exercícios são fatores propícios ao aumento de peso. Além disso, a obesidade, considerada uma epidemia pela Organização Mundial de Saúde (OMS), pode ainda ser causa de doenças como diabetes, problemas cardíacos, pressão alta, apnéia do sono e infarto. Portanto, é importante adotar hábitos saudáveis desde cedo, explica o cardiologista.

Till diz ainda que entre os benefícios

do exercício físico estão o aumento dos níveis de HDL (o bom colesterol), o desenvolvimento de circulação colateral no coração e o melhor aproveitamento da insulina produzida pelo organismo com a redução da resistência a sua ação.

Pesquisa da clínica, realizada no primeiro semestre deste ano, revelou que, dos 2.450 clientes que realizaram exames no Vita, 62% apresentam pelo menos um fator de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Apesar das mulheres possuírem um índice de massa corporal médio (IMC) menor que o dos homens e dentro da faixa de normalidade, que vai até 25, os homens aparecem como mais ativos (58% contra 49% das mulheres).

- É importante ressaltar o papel social das atividades físicas (futebol, tênis etc.), que é mais valorizado pelo



homem. Isto também poderia explicar porque o homem é mais ativo. Já entre as mulheres, o exercício é encarado exclusivamente como a forma de se queimar as calorias ingeridas em excesso. É o velho hábito de ir para a academia compensar os pecados do dia anterior, esquecendo-se totalmente dos demais benefícios que o exercício traz, explica Till acrescentando que apenas uma parcela dos clientes faz atividades físicas mais de três vezes por semana.

Vita conquista certificação ISO

O Vita Check-up Center conquistou neste ano o certificado ISO 9001:2000, conferido pela Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT). A certificação consagra a empresa como detentora de um sistema de gestão de qualidade, ao inspecionar se as ações para garantir a qualidade dos serviços prestados estão de acordo com as normas exigidas.

A preocupação do Vita com a qualificação e validação dos seus serviços foi o que levou a clínica à conquista desse certificado, tornando-se, assim, o único serviço de check-up no Rio de Janeiro a possuir a ISO.

Para o cardiologista Antonio Carlos Till, diretor da clínica, a certificação transmitirá às empresas interessadas em adquirir os serviços prestados pelo Vita Check-up uma segurança ainda maior, já que estarão optando por uma instituição que se importa com o completo reconhecimento da qualidade dos serviços que fornece.

- Além de ser um diferencial no mercado entre os concorrentes, a certificação ISO vai contribuir para a expansão da clínica a nível nacional, - ressalta o cardiologista.



Antonio Carlos Till

Dia Mundial do Diabetes

14 de novembro

- Quarta principal causa de morte no Brasil, o diabetes atinge cerca de 171 milhões de pessoas no mundo e deverá alcançar mais de 366 milhões em 2030. Esse aumento, que corresponde a 114%, tem prevalência de 7,6% na faixa de 30 a 69 anos no Brasil, segundo dados da Fiocruz.

- Este ano a Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) está apoiando a campanha mundial contra a doença que, de acordo com a International Diabetes Federation (IDF), acomete mais de 70 mil crianças em todo mundo.

- Portanto, procure seu médico e controle a taxa glicêmica, pois isso é fundamental para se evitar conseqüências graves no futuro.