04/12/2014 - Poluição atmosférica compromete todo o organismo

Dados da pesquisa realizada pelo Instituto Saúde e Sustentabilidade, ligado à USP, mostram que a poluição mata mais do que acidentes de trânsito em São Paulo e no Rio de Janeiro. Em 2011, no Rio, os números chegaram a 4.566 óbitos – 50% a mais do que as ocorrências ao volante, que marcaram 3.044. Já no estado paulista, o resultado é ainda mais alarmante. Houve 15.700 vítimas da atmosfera poluída, contra 7.867 do tráfego; ou seja, o dobro.
Quem mais sofre com os efeitos nocivos da má qualidade do ar são as crianças, os idosos e os portadores de doenças respiratórias, como asma, rinite alérgica e bronquite. As mucosas ressecam facilmente, sem falar nos prejuízos à defesa do corpo e à resistência do pulmão. Dessa forma, o organismo está mais propenso a desenvolver infecções virais e bacterianas.
Segundo o pneumologista Oliver Nascimento, presidente da Sociedade Paulista de Pneumologia e Tisiologia (SPPT), todos ficamos muito vulneráveis às substâncias presentes na atmosfera, uma vez que, devido à respiração, os pulmões recebem diretamente os inúmeros poluentes.
A pesquisa do Instituto revelou, ainda, que mesmo se a emissão de poluentes reduzisse em 5% ao ano, em 2030 a má qualidade do ar chegará a matar 256 mil paulistanos. Sem projeção para o Rio, estima-se que entre 2006 e 2012, 14 pessoas morreram diariamente.
“No ar estão, predominantemente, os elementos derivados da queima dos combustíveis fósseis, liberados pelos automóveis, como o monóxido de carbono, o dióxido de enxofre e o dióxido de hidrogênio”, explica o Oliver. Em São Paulo, estes fatores são responsáveis por 90% da poluição; no Rio de Janeiro, 77%.
Além de afetar o sistema respiratório, estes gases podem passar pelos alvéolos e alcançar a corrente sanguínea – espalhando-se e afetando todo o organismo. Em longo prazo, além de piorar os quadros já existentes de síndrome pulmonar obstrutiva crônica (DPOC), por exemplo, pode propiciar alterações cardiovasculares.
Segundo as informações da Organização Mundial da Saúde estes distúrbios respondem por 80% das mortes provenientes da poluição. A exposição contínua e prolongada também aumenta as chances de câncer – principalmente de pulmão, assim como é fator desencadeante de doenças neurológicas como Parkinson, Mal de Alzheimer e ansiedade, devido a inalação de metais pesados.
Apesar da inexistência de prevenção completa destes fatores, algumas medidas simples podem colaborar para boa qualidade de vida. Entre eles, dr. Oliver indica evitar atividade física ao ar livre entre as 10h e 17h em dias de tempo muito seco. Beber bastante água, hidratar a pele e manter os ambientes umidificados também ajudam a amenizar os sintomas.

Diminuir as emissões

Conforme o Ministério do Meio Ambiente, desde 1990 a emissão de poluentes na atmosfera caiu drasticamente. Entre 1991 e 1992, os automóveis liberavam 13 mil partículas; atualmente são 10 mil. Entretanto, o nível de gás carbônico continua a subir. Por isso, em 2013 o Governo Federal lançou o programa Inovar Auto, condicionando a redução do Imposto sobre Produto Industrializado (IPI) à redução de ejeção da substância.
“O poder público deve se preocupar em melhorar o transporte público. Com isso, teremos diminuição na quantidade de carros particulares circulantes. Claro que o coletivo também deve

ser limpo, utilizando biocombustível ou energia elétrica”, conclui dr. Oliver.

Acontece Comunicação e Notícias