

HÁBITOS DE HOJE, SAÚDE DE AMANHÃ

Luisane Vieira

Diretora técnica do laboratório Geraldo Lustosa

Uma das características mais marcantes da juventude é o imediatismo. O que importa é o que se vive agora. É muito difícil pensar em prevenção e qualidade de vida quando se está na flor da idade, esbanjando energia. Normalmente a preocupação com a saúde vem junto com os primeiros sinais do envelhecimento.

Contudo, nessa fase, se iniciam atitudes que podem gerar consequências importantes para o futuro. É papel dos pais orientar sobre a alimentação saudável, o uso de preservativos nas relações sexuais e os riscos dos anabolizantes, entre outras coisas.

No dia 13 de abril, comemoramos o Dia do Jovem. Segundo a Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas, essa fase da vida vai dos 15 aos 24 anos de idade. É nessa fase que o jovem curte suas primeiras experiências afetivas, seu primeiro voto, a saída de casa.

E é justamente na faixa etária que vai 25 a 49 anos que a Aids é mais incidente, em ambos os sexos. Como a Aids leva alguns anos para se manifestar após a infecção, muitas pessoas adquirem o vírus HIV ainda jovens. Em algumas estatísticas governamentais, os jovens de 13 a 24 anos representam 11% dos casos, sendo que cerca de 70% destes adquiriram a infecção pela via sexual.

Chama muito a atenção a razão da doença entre homens e mulheres na faixa etária de 13 a 19 anos, pois é a única na qual existem mais casos entre mulheres. Essa inversão é observada desde 1998. Os dados apontam que, embora os jovens tenham elevado conhecimento sobre prevenção de Aids e de outras doenças transmissíveis, continua a tendência de crescimento da infecção por HIV em jovens.

Por tudo isso, é muito importante que os jovens sejam ensinados a se cuidarem desde bem cedo. E não só por meio de campanhas governamentais. A família e a escola também tem um papel importante. Os pais devem manter um diálogo constante com seus filhos dentro de casa. E não só os comportamentos devem ser analisados. É importante incentivá-los a relatar qualquer indício de algum problema de saúde que pode se manifestar nessa faixa etária. Não é porque eles deixam de ser crianças que devem se descuidar com o seu bem-estar.

Os jovens representam um terço da população mundial e mais ainda, são a esperança da construção de uma mundo melhor, mais saudável e sustentável. Que comecem cuidando bem de si mesmos.

