



Doenças Crônicas Não Transmissíveis

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são aquelas que se desenvolvem ao longo da vida, muitas vezes de forma lenta, silenciosa e sem apresentar sintomas, mas que comprometem a qualidade de vida e oferecem grave risco a vida das pessoas. São exemplos: doenças do coração, rins, respiratórias, cânceres e diabetes mellitus.

Essas doenças são causados por vários fatores ao mesmo tempo, em sua maioria relacionadas às condições de vida das pessoas, como condições de emprego, renda, moradia, experiências de discriminação, acesso a serviços de saúde e educação e possibilidade de fazer escolhas favoráveis a sua saúde, como no que diz respeito à alimentação, prática de atividade física e uso de cigarros, bebidas alcoólicas e outras drogas.

O rompimento da barragem pode influenciar no surgimento de doenças crônicas não transmissíveis ao longo do tempo ou no agravamento da doença naquele que já estava doente antes do rompimento. Isso pode ocorrer por diversos caminhos, tanto pela exposição aos metais oriundos da lama de rejeitos, como pelas mudanças no modo de vida das pessoas, que podem ter dificultado ainda mais as condições de vida das pessoas atingidas.

O que o Guaicuy levantou até o momento junto às pessoas atingidas nas regiões 4 e 5 sobre doenças crônicas não transmissíveis após o rompimento da barragem em Brumadinho?

As pessoas atingidas relataram durante o trabalho cotidiano do Guaicuy nas comunidades assessoradas, o surgimento ou agravamento de doenças crônicas não transmissíveis depois do rompimento. Na Pesquisa Saúde, as pessoas atingidas entrevistadas relataram surgimento ou agravamento de doenças crônicas como:



hipertensão arterial (pressão alta), diabetes (açúcar no sangue) e doenças renais (rins). Profissionais de saúde de Felixlândia e Três Marias também identificaram aumento na procura de serviços de saúde devido à hipertensão arterial e diabetes após o rompimento.

Na pesquisa domiciliar na região 4, entre as pessoas que relataram algum problema de saúde após o rompimento, 40,2% relataram hipertensão arterial. Já na região 5, 16,4% das casas visitadas durante a pesquisa, teve alguém que iniciou ou aumentou a dose de algum medicamento de uso contínuo (aquele que é necessário usar por longo tempo) após o rompimento da barragem.

Nos acolhimentos psicossociais registrados até 10 de março de 2023, do total de 908 pessoas acolhidas, 56 pessoas relataram agravamento da hipertensão, 24 da diabetes e 09 de doenças nos rins após o rompimento da barragem. O surgimento de hipertensão foi relatado por 39 pessoas e de diabetes ou doenças nos rins por 10 pessoas. E 198 pessoas relataram o início do consumo ou aumento da dose de medicamentos de uso contínuo após o rompimento.

Destacamos que, não podemos afirmar com base nos levantamentos feitos pelo Guaicuy que o surgimento ou agravamento dessas doenças foi provocado pelo rompimento da barragem, mas somado a outros tipos de estudos, esses dados podem ser usados para fortalecer essa hipótese e o processo de luta por reparação integral.

O que posso fazer para diminuir o risco do surgimento ou evitar o agravamento de doenças crônicas não transmissíveis?

A prevenção dessas doenças depende de medidas coletivas implantadas pelos governos como oportunidades para melhoria das condições de moradia e renda das famílias e do acesso aos serviços de saúde, combate ao racismo, sexismo e outras discriminações, distribuição gratuita de medicamentos, incentivo a manutenção de feiras livres que



vendam alimentos in natura e de redução do preço desses alimentos, construção ou manutenção de espaços para lazer e prática de atividade física, regulamentação da indústria de alimentos, políticas de regulamentação da venda de cigarros, bebidas alcoólicas e alimentos não saudáveis para incentivar a redução do consumo , entre outras.

Mas você e sua família podem tomar alguns cuidados para reduzir a chance de adoecer ou piorar quando já estiver doente.

- Procure ter uma alimentação saudável. Prefira os alimentos naturais e feitos na sua casa ou na vizinhança. Reduza o consumo de alimentos ultraprocessados, que são aqueles alimentos que passaram por maior processamento industrial, como refrigerantes, salgadinhos, salsicha, etc;
- Pratique atividade física pelo menos três vezes por semana;
- Evite o consumo de bebidas alcoólicas e cigarros;
- Sempre que tiver oportunidade, faça exames de rotina para avaliar sua saúde. Converse com seu médica/o ou enfermeira/o do postinho de saúde. Lembre-se que essas doenças são silenciosas.

Se perceber qualquer alteração na sua saúde, procure a unidade de saúde (postinhos) mais próxima de sua casa.

Procure também o acolhimento psicossocial do Instituto Guaicuy, iremos dialogar com você, registrar seu caso, que pode servir de informações para o processo de reparação, especialmente para a Matriz de Danos e Reconhecimento. Além disso, o acolhimento pode auxiliar nos encaminhamentos necessários para os serviços públicos de saúde.