



A Palavra do Presidente

A população da cidade do Rio de Janeiro vem presenciando um dos mais rigorosos invernos dos últimos tempos. Estamos expostos a baixas temperaturas durante períodos muito prolongados. Os termômetros, durante a madrugada, têm ficado, muitas vezes, abaixo dos 10º Celsius em determinados bairros da cidade (7,3ºC, no Alto da Boa Vista). Talvez, a expressão "sazonalidade" nunca esteve tão presente, isto é, verão escaldante seguido de inverno rigoroso. Nesse período de frio intenso, as doenças ditas de "inverno" nunca estiveram tão presentes, sendo a gripe a principal delas.

A prevenção da gripe pela vacina antiinfluenza vírus diminuiu a incidência dessa temível doença para o idoso e indivíduos portadores de doenças pulmonares crônicas. As baixas temperaturas fazem com que as pessoas fiquem confinadas em seus domicílios, de janelas fechadas, com pouca renovação do ar, expondo-se a poeiras domiciliares, cujos componentes são os responsáveis principais pelo desencadeamento da asma e rinite alérgica.

A transmissão de doenças, principalmente das vias aéreas, causadas por vírus, e as infecções pelo *Mycoplasma pneumoniae* se tornam mais freqüentes nessa situação e são responsáveis pela descompensação da doença pulmo-

nar obstrutiva crônica e pela maior incidência de pneumonias.

Os agasalhos de lã, cobertores, colchas e outras roupas usadas nessa época do ano estão dentro dos armários desde o inverno passado e, de repente, na necessidade de usá-los, ficamos expostos aos habitantes desse microsistema que são, principalmente, os ácaros e fungos, o que desencadeia espirros, tosse, corrimento nasal e sibilância, culminando com uma crise de asma brônquica.

O inverno, porém, não traz consigo somente coisas ruins. Muitas coisas boas acontecem, como, por exemplo, sentarmos em volta da mesa com amigos para degustar um autêntico *fondue* de carne, queijo ou chocolate, saboreando um delicioso vinho, em casa ou em restaurantes típicos, na cidade ou na região serrana. Outras opções são as diversas casas que oferecem chocolates quentes, chás, cafés, *Irish coffee* e o sambuca romano. Os mais ousados partem para Itatiaia ou Visconde de Mauá em busca de baixíssimas temperaturas (algo em torno de 5ºC negativos), no aconchego dos chalés, com lareiras e chocolate quente.

Miguel Abdon Aidé
Presidente da SOPTERJ