

Com ajuda dos cardiologistas, Papai Noel vence os fatores de risco

O bom velhinho emagreceu, adotou a dieta mediterrânea e está pronto para distribuir presentes por mais 100 ou 200 anos

Fernando Lucchese e Nabil Ghorayeb que, como representantes da Sociedade Brasileira de Cardiologia estiveram na Lapônia, visitando Papai Noel, comprovaram que ele está bem mais magro. O índice de massa corporal baixou de 40 para 30, não há mais hipertensão nem sinal de diabetes, a dieta mudou e em vez de servir carne de foca e leão-marinho, muito gordurosa, Mamãe Noel prepara agora pratos a base de salmão e bacalhau, ricos em ômega 3, que faz bem à saúde.

Mais importante, porém, Papai Noel se mostrou um paciente disciplinado e, em vez de precisar de ajuda para subir no trenó, como anteriormente, ele agora faz caminhadas a pé, ao lado das renas, chega a ensaiar uma corridinha, mas só quando elas não estão voando.

A mudança para hábitos de vida saudável de Papai Noel começou no ano passado, quando as crianças externaram preocupação com o fato



Sociedade Brasileira
de Cardiologia



Sociedade Brasileira
de Cardiologia

de ele estar gordo, ser sedentário. “Ele pode ter um infarto como meu avô, que também era gordo, sedentário e gosta de uns torresminhos cheios de colesterol”, escreveu um garoto para a Diretoria da SBC.

Os cardiologistas acharam as ponderações oportunas, procuraram Papai Noel e comprovaram que ele tinha pressão alta, estava obeso, ficava ofegante cada vez que descia por uma chaminé e exagerava nas bebidas destiladas, quando em muitas casas aceitava a dose de vodka ou de brandy que lhe ofereciam para brindar.

Mudança radical

Tudo mudou, entretanto, quando Nabil Ghorayeb explicou que em virtude da avançada idade (consta que há mais de 200 anos Papai Noel distribui presentes), ele precisava tomar algum cuidado. Fernando Lucchese, que é estudioso dos efeitos das viagens sobre o coração, ofereceu o livro de sua autoria *Viajando com saúde*. Papai Noel aprendeu a lição, ganhou de uma fábrica de automóveis um para-brisas e a climatização para o trenó, pois, puxado nos céus pelas renas, o velhinho poderia ter espasmos coronários por causa do frio.

“A mudança deve ser atribuída também a Mamãe Noel”, conta Lucchese, que foi arrastado por ela para conhecer a hortinha que plantou no quintal e que, nos meses do breve verão da Lapônia, produz couves, repolhos, tomates, cenouras e muita alface.

Dieta mediterrânea

Nabil Ghorayeb lembra, por sua vez, que as crianças da França e da Grécia também ajudaram.

Elas ensinaram a Papai Noel que em seus países a população é mais saudável porque come muitas frutas e verduras, faz caminhadas diárias e, principalmente, usa azeite de oliva que baixa o colesterol e toma uma taça de vinho tinto a cada refeição, o que é ótimo para as artérias.

“A mudança causou alguns problemas na alfândega da Lapônia para Papai Noel”, revela Nabil, pois foi difícil explicar por que o trenó estava voltando com azeite extravirgem e várias caixas de Borgonha, Chablis e até uma de Chateneuf de Pape. Os fiscais da aduana hesitaram muito em aceitar que o vinho era remédio.

O que importa é que hoje Papai Noel está muito saudável, não precisa mais tomar medicamentos, a não ser para manter o colesterol num nível aceitável. Na Noite de Natal promete que vai visitar as casas das crianças boazinhas caminhando ao lado do trenó para se exercitar e não mais voando. Assim, ninguém deve se impressionar se o bom velhinho chegar a pé e, em vez da chaminé, optar pela campainha. É pela saúde e para que, ao longo dos próximos séculos, ele possa continuar fazendo que todos tenham um Feliz Natal. ■

