

## ALGUMAS DOENÇAS RELACIONADAS AO CONSUMO/PRODUÇÃO DE CARNE

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>● Gripe suína</li><li>● Doença de língua azul</li><li>● E. coli</li><li>● Salmonella</li><li>● Gripe aviária</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>● Doença da vaca louca</li><li>● Doença de porcos (PMWS)</li><li>● Listeriose</li><li>● Intoxicação por ingestão de marisco</li><li>● Pré-eclâmpsia</li></ul> |
|--|---|

### ALGUNS DOS CUSTOS DE COMER CARNE

#### DOENÇA CARDÍACA

- Mais de 17 milhões de vidas perdidas mundialmente a cada ano.
- Custo da doença cardiovascular é de, ao menos, US\$ 1 trilhão por ano.

#### CÂNCER

- Mais de 1 milhão de novos pacientes com câncer de cólon diagnosticados a cada ano.
- Mais de 600.000 mortalidades relacionadas ao câncer de cólon ocorrendo anualmente.
- Só nos Estados Unidos, o custo de tratamento do câncer de cólon é cerca de US\$ 6,5 bilhões.
- Saem novos diagnósticos de outros cânceres relacionados à carne para milhões de pessoas todo ano.

#### DIABETES

- 246 milhões de pessoas são afetadas mundialmente.
- Gastam-se estimados US\$ 174 bilhões em tratamentos todo ano.

#### OBESIDADE

- No mundo, 1,6 bilhão de adultos estão acima do peso, com mais 400 milhões que estão obesos.
- Custa US\$ 93 bilhões com gastos médicos cada ano só nos Estados Unidos.
- Pelo menos, 2,6 milhões de pessoas morrem anualmente por problemas relacionados ao fato de estarem acima do peso ou obeso.

#### MEIO AMBIENTE

- Usa até 70% da água limpa.
- Polui a maioria das extensões de água.
- Desfloresta os pulmões da Terra.
- Usa até 43% dos cereais do mundo.
- Usa até 85% da soja mundial.
- Causa fome e guerras mundiais.
- 80% da causa do aquecimento global.

E MAIS...

## ALGUNS DOS CUSTOS DO CONSUMO DE LEITE

- Câncer de mama, próstata e testículo devido a hormônios presentes no leite.
- Listeria e mal de Crohn.
- Hormônios e gordura saturada causam osteoporose, obesidade, diabetes e doença cardíaca.
- Ligado a maior número de incidências de esclerose múltipla.
- Classificado como um grande alérgeno.
- Intolerância à lactose.

E MAIS...

## ALGUNS BENEFÍCIOS DE UMA DIETA VEGETARIANA

- Baixa a pressão sanguínea.
- Baixa os níveis de colesterol.
- Reduz a diabetes tipo 2.
- Previne as condições para derrame.
- Reverte a aterosclerose.
- Reduz o risco de doença cardíaca em 50%.
- Reduz o risco de cirurgia no coração em 80%.
- Previne muitas formas de câncer.
- Sistema imunológico mais forte.
- Aumenta a expectativa de vida em até 15 anos.
- QI mais elevado.
- Conserva até 70% da água limpa.
- Poupa 80% da área desmatada da Floresta Amazônica por parar o uso de pastos dos animais nela.
- Uma solução para a fome mundial:
  - Libera até 3,4 bilhões de hectares de terra.
  - Libera até 760 milhões de toneladas de grãos todo ano (metade do fornecimento de grãos do mundo).
- Consome 1/3 dos combustíveis fósseis usados para produzir carne.
- Reduz a poluição de dejetos de animais não tratados.
- Mantém o ar mais limpo.
- Poupa 4,5 toneladas de emissões por lar americano por ano.
- Pára 80% do aquecimento global.

E MAIS...

**SALVE SUA VIDA: SEJA VEGETARIANO. VIRE ECOLÓGICO.**

Para mais informações, por favor, visite [www.SupremeMasterTV.com/pt/killers](http://www.SupremeMasterTV.com/pt/killers)

## ALGUNS DOS ÔNUS TRÁGICOS DA BEBIDA ALCOÓLICA

1,8 milhão de mortes relacionadas ao álcool por ano em todo o mundo

<b>CUSTO DE DOENÇAS LIGADAS AO ALCÓOL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● US\$ 186,4 bilhões nos Estados Unidos</li><li>● Valor global atingindo entre US\$ 210 bilhões e US\$ 665 bilhões</li></ul> <b>DOENÇA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Câncer</li><li>● Doença hepática</li><li>● Doença cardiovascular</li></ul> <b>DANO CEREBRAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Amnésia e demência</li><li>● Encolhimento do cérebro</li></ul>	<b>FALÊNCIA DE ÓRGÃO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Coração</li><li>● Fígado</li><li>● Rins</li><li>● Estômago</li><li>● Pâncreas</li><li>● Olhos</li></ul> <b>DEFEITO DE NASCENÇA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Síndrome alcoólica fetal:<ul style="list-style-type: none"><li>○ Crescimento atrofiado</li><li>○ Deformidade facial</li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>● Síndrome da morte súbita infantil</li><li>● Retardamento mental</li><li>● Aborto</li></ul> <b>VIOLÊNCIA RELACIONADA AO ALCÓOL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Abuso de criança: 50% dos casos</li><li>● Violência aos entes queridos: 30% dos casos</li><li>● Atos violentos: de 40 a 80 % dos casos</li><li>● Suicídios: de 20 a 50 % dos casos</li></ul> <b>E MAIS...</b>
---	---	---

## ALGUNS BENEFÍCIOS DA PROIBIÇÃO DA BEBIDA ALCOÓLICA

**ECONOMIA FINANCEIRA** ● Estudo canadense estima que programas de intervenção para o alcoólatra poderiam poupar 880 vidas e US\$ 1 bilhão todo ano.

### MORTALIDADE

- Queda de 10% nas vendas de vodca resultou num significativo declínio nas mortes relacionadas ao álcool na Rússia em um ano.
- Exercitar, beber menos álcool, comer frutas e verduras e não fumar estendem a expectativa de vida em 14 anos.
- A Organização Mundial da Saúde constatou que políticas de bebida alcoólica incluindo aumentar impostos, reduzir o número de dias em que o álcool fica disponível, limitar as horas em que o álcool fica disponível e elevar a idade de beber são, todos, recursos eficazes para reduzir os danos feitos pela bebida alcoólica. Especificamente:
  - Elevação de 10% nos impostos sobre o álcool na União Européia salvaria 9.000 vidas num ano.
  - Proibir as vendas de álcool por um dia a cada semana na União Européia poderia evitar 123.000 anos de deficiências e perdas devido à morte prematura.

**CÂNCER** ● Estudo do Fundo de Pesquisa Mundial do Câncer constata que reduzir o consumo de carne e álcool diminui o risco de câncer.

### OUTRAS DOENÇAS

- A regeneração e desempenho do cérebro aumentam uma vez que cessa o consumo do álcool.
- Pacientes com hepatite alcoólica podem ganhar total recuperação se o paciente desistir do álcool e tiver uma boa dieta.
- Bodybuilding.com declara que fisiculturistas que se privam do consumo de álcool experimentam benefícios em termos de ganho muscular, hidratação, recuperação, metabolismo e focalização mental.
- Após uma proibição comunitária do álcool em Barrow (Alasca), nos EUA, o consumo de álcool pré-natal diminuiu em mais de 30 por cento.
- Health.com relata que os benefícios de uma vida sem álcool inclui:
  - Melhor saúde mental
  - Melhores relacionamentos com amigos e família
  - Melhora na situação de trabalho e relações com colegas
  - Fazer amigos que estão envolvidos em atividades de caráter positivo na vida
  - Liberdade para gastar dinheiro e tempo em outras coisas
- Um grupo de antigos consumidores de álcool num fórum on-line compartilhou as seguintes observações sobre os benefícios de um estilo de vida sem álcool:
  - Melhor saúde
  - Mais tempo livre e de qualidade
  - Mais dinheiro
  - Maior tempo de diversão com as crianças
  - Aumento de confiança e auto-respeito
  - Maior apreciação pela vida

### IMPLICAÇÃO SOCIAL

- Uma proibição de bebidas alcoólicas na Nova Zelândia resultou em 98% menos ofensas por bebidas bem como redução em outros crimes.
- Quando a Reserva Nativa Americana dos Blackfoots proibiu a venda do álcool durante o evento anual dos Dias dos Índios Norte-Americanos, descobriram as seguintes melhoras após quatro semanas:
  - Nenhum acidente de trânsito envolvendo os blackfoots
  - Nenhuma prisão por dirigir sob a influência do álcool
  - 64% menos perturbações reportadas à polícia
  - 44% menos assaltos
  - 75% menos pessoas tratadas em hospital
  - 25% menos acusações por conduta inapropriada, embriaguez pública ou posse de um recipiente aberto de bebida alcoólica.
- Pesquisa no Novo México, nos EUA, mostra que a proibição dominical de vendas de álcool resultou em menos colisões e acidentes no trânsito.
- Crimes relacionados ao álcool caíram 15% após uma proibição do álcool em Aberystwyth, no Reino Unido.
- Uma proibição do álcool se tornou permanente na área do cais em Coff's Harbour, na Austrália, devido ao seu sucesso na redução de crime.
- Uma proibição do álcool no Lago Kinkaid, nos EUA, resultou em nenhuma mortalidade na natação, menos acidentes sérios nos passeios a barco e crime reduzido.

### JUVENTUDE

- Oficiais reportaram uma diminuição no vandalismo após uma proibição do álcool no campus da Universidade de Oklahoma, nos EUA.
- No estado da Flórida, nos EUA, elevar a idade legal de beber de 18 para 21 reduziu significativamente fatalidades relacionadas a acidentes de carro.
- Uma proibição voluntária das vendas do álcool aos jovens menores dos 21 anos no povoado de Marske, no Reino Unido, tornou-se permanente, já que se reduziu o crime e comportamento anti-social.

Para mais informações, por favor, visite [www.SupremeMasterTV.com/pt/killers](http://www.SupremeMasterTV.com/pt/killers)

## ALGUNS DOS ÔNUS TRÁGICOS DE ABUSO DE DROGAS VICIADORAS

- Mais de 200.000 mortes no mundo cada ano.
- Custos anuais de US\$ 181 bilhões nos Estados Unidos e US\$ 33 bilhões no Reino Unido.
- O vício atual das pessoas por drogas durante o tempo de vida custa US\$ 575 bilhões no Reino Unido.

### EFEITOS NOCIVOS

<ul style="list-style-type: none"><li>• Dano cerebral</li><li>• Derrame</li><li>• Doença cardíaca</li><li>• Doença hepática</li><li>• Tuberculose</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enfisema</li><li>• Câncer</li><li>• Depressão</li><li>• Suicídio</li><li>• Perda permanente de memória</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Doença mental</li><li>• Maior mortalidade infantil</li><li>• Aumento de crime e violências</li><li>• Impotência</li></ul>
---	--	---

### CRIME E VIOLÊNCIA

- Drogas ilegais são um fator em **50% dos roubos** no Reino Unido todo ano.
- Nos EUA, **60% das pessoas presas** a cada ano têm consumido drogas ilegais.
- Seiscentos e cinquenta **viciados em heroína**, nos EUA, cometeram **70.000 crimes** no período de três meses.

### CUSTO SOCIAL

- Empresas dos EUA **perdem US\$ 100 bilhões por ano** devido ao abuso de droga e álcool dos empregados.
- **Australianos pagam US\$ 53 bilhões por ano**, gastos no sistema de saúde e no cumprimento da lei ou resultados da produtividade perdida devido ao **uso de droga**.

### MORTE

- **52 pessoas morrem a cada dia** devido a drogas nos EUA.
- No Canadá, **21 por cento do total de mortes e 23 por cento dos potenciais anos de vida perdidos** devido a mortalidades precoces são atribuídos ao abuso de drogas.

### E MAIS...

## ALGUNS BENEFÍCIOS DE ABSTINÊNCIA E TRATAMENTO DE DROGA

- Nos EUA, tem-se demonstrado que o tratamento para vício de droga salva vidas, reduz o crime e reconstrói famílias, contribuindo também para:
  - *69% daqueles que são tratados ficam livres das drogas após um ano de tratamento;*
  - *64% da redução em prisões após um ano de tratamento.*
- Um estudo de Califórnia, nos EUA, descobriu que, para cada US\$1 investido em tratamento de droga, US\$7 foram poupados através do crime reduzido, custos de saúde e bem-estar e aumento na estabilidade de renda.
- Vinte anos de pesquisas dos EUA têm demonstrado que programas de tratamento de droga são eficazes na redução de crime, bem como na melhora da saúde e função social dos participantes.
- O Instituto pela Pesquisa de Políticas Públicas do estado de Washington, nos EUA, descobriu que programas de tratamento para os jovens usuários de droga são eficazes e podem poupar ao estado entre US\$ 1.900 à US\$ 31.200 por criança.
- Constatou-se que programas para livrar locais de trabalho das drogas resultam em:
  - *Menor absentismo (hábito de faltar ao trabalho)*
  - *Menos acidentes*
  - *Maior produtividade*
  - *Moral melhorada*
  - *Melhor saúde de empregado*
  - *Uso e gastos de auxílio-saúde reduzidos*
  - *Menores custos do prêmio de seguro empresarial*
- A seguinte descrição foi classificada como a melhor resposta a uma pergunta realizada em “Yahoo Respostas” a respeito dos benefícios de viver sem drogas:
  - *Sem medo da polícia*
  - *Sem medo de local infectado por agulha no corpo*
  - *Sem medo de ‘fritar’ o cérebro*
  - *Sem medo de direção ‘debilitada’ e, portanto, acidentes*
  - *Prazer de estar livre para observar o mundo (visão, tato, paladar, fala ou audição) sem sentidos comprometidos*
  - *Alegria de estar completamente funcional numa crise ou emergência*
  - *Capacidade de contar aos outros sobre alegrias de uma vida sem drogas*

Para mais informações, por favor, visite [www.SupremeMasterTV.com/pt/killers](http://www.SupremeMasterTV.com/pt/killers)

## ALGUNS DOS ÔNUS TRÁGICOS DO TABACO

- 5,4 milhões de mortes relacionadas ao fumo por ano no mundo inteiro.
- Custo das doenças relacionadas ao fumo: US\$ 96 bilhões só nos Estados Unidos.

<b>DOENÇA CARDÍACA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Trombose coronária</li><li>● Trombose cerebral</li><li>● Insuficiência renal</li></ul> <b>DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Enfisema</li><li>● Bronquite</li></ul>	<b>CÂNCER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Câncer de pulmão</li><li>● Câncer de esôfago</li><li>● Câncer renal</li><li>● Câncer de bexiga</li></ul> <b>DERRAME</b> <b>IMPOTÊNCIA</b>	<b>DANOS ADICIONAIS PARA FUMO PASSIVO</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Síndrome da morte súbita infantil</li><li>● Partos prematuros</li><li>● Fissura labial ou palatina</li><li>● Asma infantil</li><li>● Bronquite</li><li>● Otite</li></ul> <b>E MAIS...</b>
--	--	---

## AS PROIBIÇÕES DO FUMO SALVAM VIDAS

- Um estudo feito pelo PIRE (Instituto de Pesquisa de Serviços Públicos) afirma que as atuais e rigorosas leis antifumo da Califórnia terão salvo mais de 50.000 vidas até 2010.
- A proibição do fumo no Reino Unido em lugares públicos reduz efeitos do fumo passivo, que estão ligados à perda da vida para mais de 11.000 pessoas todo ano.
- Graças à proibição do fumo do país, o País de Gales espera evitar estimadas 400 mortes prematuras de não-fumantes anualmente.
- Até pessoas de 65 anos e maior idade desfrutam benefícios na saúde quando elas param de fumar, com o risco de mortalidade geral diminuído em quase 20% e o de câncer de pulmão em 42%.
- O prefeito de Nova Iorque, nos EUA, Michael Bloomberg, anunciou que as taxas de fumo entre adolescentes diminuíram 50% nos últimos seis anos, conseqüentemente prevenindo 8.000 mortes prematuras.

### As PROIBIÇÕES DO FUMO significam Diminuição de Síndrome Coronária Aguda

- Um estudo relatado pela Associação do Coração Americana mostra que taxas de ataque cardíaco em Pueblo (Colorado), nos EUA, declinou 27% após uma proibição de fumo em lugares públicos ser decretada, enquanto o condado vizinho, sem proibição, não experimentou nenhuma mudança nas taxas de ataque cardíaco.
- Só um ano após a proibição do fumo em público passar a vigorar na Irlanda, a incidência da síndrome coronária aguda caiu 11%.
- Cientistas na Universidade de Glasgow reportaram que ataques cardíacos caíram 17% na Escócia desde que o fumo foi proibido dos lugares públicos no ano passado.
- O Instituto de Saneamento Nacional da França anunciou uma significativa queda nas taxas de ataque cardíaco após a proibição do fumo do país, com benefícios também notados na diminuição dos efeitos de inalação do fumo passivo.
- Após uma ampla proibição do fumo, Nova Iorque, nos EUA, experimentou um declínio de 8% de admissões hospitalares por infarto agudo do miocárdio, que se converteu em uma economia de US\$ 56 milhões em serviços médicos num ano.
- Admissões hospitalares por ataque cardíaco agudo em pessoas abaixo de 60 anos caíram 11% na região de Piedmont da Itália após a introdução de uma proibição de fumo em locais públicos fechados.

### As PROIBIÇÕES DO FUMO significam Melhor Saúde

- Dados da Análise Nacional da Saúde da População mostram que aqueles que fumam têm taxas mais altas de condições crônicas tais como bronquite, asma e alta pressão sanguínea.
- Em um estudo realizado pelo Instituto Europeu de Oncologia em Milão, na Itália, é duas vezes mais provável que fumantes desenvolvam pólipos no cólon, especialmente os do tipo mais propenso a progredir para câncer.
- Fumantes e aqueles expostos ao fumo passivo desenvolvem câncer de cólon cerca de 7 anos mais cedo que não-fumantes.
- Mulheres que fumam e que têm um específico conjunto genético estão em significativo risco para o desenvolvimento de câncer de mama de acordo com um estudo publicado pelo periódico Epidemiologia, Biomarcadores e Prevenção de Câncer.
- Não-fumantes têm uma chance mais elevada de manter seus dentes na velhice do que aqueles que fumam.

### As PROIBIÇÕES DO FUMO significam Crianças Mais Saudáveis

- Um consagrado estudo, publicado pelo Instituto da Vida e Saúde da Criança da Universidade de Bristol, afirma que é 4 vezes mais provável que os bebês das mulheres que fumam durante a gravidez sofram a síndrome da morte súbita infantil.
- Fumo e álcool podem danificar o esperma, transmitindo genes alterados aos bebês.
- Dra. Shakira Franco Suglia, da Faculdade de Saúde Pública de Harvard, reportou que as crianças vivendo em vizinhanças com elevados níveis de poluição de ar ou as que foram afetadas pelo fumo dos pais pontuam menos em testes de memória e inteligência do que as crianças vivendo em lugares com ar limpo.
- Crianças regularmente expostas ao fumo passivo têm mais que o triplo de risco em ter câncer de pulmão bem como riscos mais altos de outros problemas respiratórios na fase posterior da vida.

### As PROIBIÇÕES DO FUMO significam Melhores Ambientes de Trabalho

- Em só 2 meses da proibição do fumo na Escócia, trabalhadores de bar reportaram quase 33% menos doenças respiratórias e outras doenças.
- Não-fumantes expostos ao fumo passivo têm um risco 20% maior de câncer de pulmão.
- Uma proibição do fumo em lugares públicos na Irlanda garantiu uma redução de 83% na poluição do ar em bares.

### As PROIBIÇÕES DO FUMO são Boas para os Negócios

- Nos 5 anos desde que a empresa aérea Aeroflot proibiu o fumo, seu fluxo de passageiros aumentou em 15% (25% nos vôos aos EUA).
- Em seu relatório anual, o oficial médico-chefe do Reino Unido, Liam Donaldson, afirmou que uma proibição pública do fumo pouparia estimadas £ 2,7 bilhões: £ 680 milhões economizadas por uma mão-de-obra mais saudável e mais eficiente; £ 140 milhões economizadas por menos dias de doença; £ 430 milhões economizadas de perda da produtividade de fumo no trabalho; £ 100 milhões economizadas de custos de limpeza relacionada ao fumo de cigarro.

Para mais informações, por favor, visite [www.SupremeMasterTV.com/pt/killers](http://www.SupremeMasterTV.com/pt/killers)