

Dia Mundial da Diabetes assinalado amanhã

Açores regista mais de 20 mil diabéticos dos quais 55,6% são mulheres

POR OLIVÉRIA SANTOS

Todos os anos o Dia Mundial da Diabetes é comemorado a 14 de Novembro, uma efeméride que coincide com o aniversário de Frederick Banting, que juntamente com Charles Best, foram responsáveis pela descoberta da insulina em 1921.

O dia foi criado em 1991 pela International Diabetes Federation (IDF) e pela Organização Mundial da Saúde (OMS), tendo como objectivo dar resposta ao aumento alarmante de casos de diabetes no mundo. Como deu conta, Rui César, Director do Serviço de Endocrinologia e Nutrição, “os dados da 9ª edição do Atlas de Diabetes da IDF mostram que existem 463 milhões de adultos com diabetes em todo o mundo”, sendo que a “prevalência global de diabetes atingiu 9,3%, com mais da metade (50,1%) dos adultos não diagnosticados, com o diabetes tipo 2, sendo responsável por cerca de 90% de todas as pessoas com diabetes”.

Para o médico endocrinologista, “estes resultados são importantes para mostrar que muita coisa precisa ser feita para reduzir o impacto da doença. As evidências sugerem que a diabetes tipo 2, muitas vezes pode ser prevenida, enquanto o diagnóstico precoce e o acesso a cuidados adequados para todos os tipos de diabetes podem evitar ou retardar complicações em pessoas que vivem com esta patologia”.

A diabetes é actualmente a 8ª causa de morte no mundo (há 30 anos era a 20ª), com quase metade ocorrendo em pessoas com menos de 60 anos. Portugal em 2018 tinha uma prevalência estimada, na população com idades compreendidas entre os 20 e os 79 anos (7,7 milhões de indivíduos) de 13,6%, isto é, mais de 1 milhão de portugueses neste grupo etário tem esta patologia. Nos Açores, em Outubro de 2019, dados da Direcção Regional de Saúde, mostravam a existência de 20 548 doentes registados, no Serviço Regional de Saúde, dos quais 55,6%, eram mulheres. Como explica Rui César, “tendo em conta que em cada 2 diabéticos, um está por diagnosticar, não erraremos estimando que a prevalência, rondará os 18%”.

Para o Director do Serviço de Endocrinologia e Nutrição tratam-se de “números bem preocupantes e quanto

A diabetes é actualmente a 8ª causa de morte no mundo



mais tarde for diagnosticada, mais complicações acarreta! A esperança média de vida diminui cerca de 8 anos e os casos de cegueira, amputações e doença renal crónica continuam a ser muito elevados assim como a responsabilidade nos AVC e enfartes de miocárdio/insuficiência cardíaca”. Rui César recorda que “múltiplos são os factores de risco que levam à morte precoce do doente diabético”, indicando que segundo o estudo Global Burden of Disease, publicado no mês passado, “a Hipertensão Arterial, será o primeiro factor, seguido dos erros alimentares e da hiperglicemia persistente, entre outros, que passam pelo índice de massa corporal elevado, pelo consumo de tabaco e pelo LDL Colesterol elevado”.

A respeito de erros alimentares, (falta de horta e pomar, cereais integrais, excesso de carnes vermelhas, sal e açúcar), a DGS entre Abril e Maio, durante o confinamento, fez um inquérito com a colaboração da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, e num universo de quase 6 mil inquiridos, 41,8% admitiu que piorou os seus hábitos alimentares, 26,4% aumentou de peso e 8% teve dificuldades económicas para se alimentar.

De acordo com Rui César, “na presença de Diabetes tudo isto se complica e será importante que as autoridades de saúde, percebam que doentes diabéticos com profissões de maior risco de contágio, que andem em transportes públicos todos os dias, trabalhadores de mercados ou locais de maior afluência de pessoas, devam ser testados, com testes rápidos que já os há, que permitissem um diagnóstico e isolamento precoces, antes de terem sintomas”. O médico explica, a propósito, que “estes doentes não são mais propensos para doença Covid-19, mas quando infectados têm muito mais tempo de internamento e risco de cuidados intensivos”.

Dados do Observatório Nacional de Diabetes revelaram que a hospitalização foi necessária em 14,5% da população infectada, mas na população diabética, foi de 43,3% e 8,8% dos indivíduos internados por Covid-19, necessitaram de internamento em cuidados intensivos e quando diabéticos, 20,3%, revelando bem como é um grupo de grande risco.

Outro alerta que o médico endocrinologista deixa no Dia Mundial da Diabetes vai no sentido das entidades competentes olharem para a problemática da iliteracia nos Açores. De acordo com o especialista, os últimos dados revelam que o abandono escolar é de 27%, duas vezes e meia mais que o todo português, que é de 10,6%. Há 30 anos era 50% e em 2004 de 40%. Apesar de reconhecer que “tem havido uma melhoria de enaltecimento em Portugal, mas mesmo assim ainda estamos em 21º lugar entre 28 países na União Europeia. A Espanha ocupa o último lugar com 17,5%. E nós?... 27%!... Qual é o futuro dos nossos jovens? O conhecimento é que nos permite saber escolher entre o que é benéfico e prejudicial, também na alimentação!...”, adverte Rui César.

Este ano, a efeméride releva o papel da “Enfermagem”, lembrando a acção “importantíssima” que o sector de enfermagem tem na equipa de apoio à pessoa com diabetes, quer no ensino do controlo

e autocontrolo, na aprendizagem da autoinjecção de insulina, na observação do pé diabético, nos cuidados de higiene, entre outros. É um elemento preponderante na equipa que cuida do doente diabético.

Serviço de Endocrinologia e Nutrição na Comissão Nacional das Comemorações do Centenário da descoberta da insulina

Ainda a propósito do Dia Mundial da Diabetes que amanhã se assinala, Rui César recorda que há 100 anos não aconteceram só grandes desgraças para a humanidade, como foi, por exemplo, a Gripe Espanhola, que matou milhões de pessoas em todo o mundo e milhares nos Açores, também houve um dos mais belos acontecimentos na história da Medicina e para a toda a humanidade: a descoberta da Insulina por Frederick Banting e Charles Best, em 1921. De acordo com Rui César, tratou-se de “um evento fantástico que desde então salvou milhões de vidas ao longo destes cem anos e tem permitido que, quem sofre a doença, possa, com os cuidados devidos, ter uma vida praticamente normal”. Por este motivo, o médico endocrinologista revelou ser “com o maior orgulho” que o Serviço de Endocrinologia e Nutrição do Hospital Divino Espírito Santo foi convidado a integrar o programa de comemorações dos 100 anos da descoberta da insulina, através do desenvolvimento de iniciativas locais que celebrem este importante acontecimento, integrando a Comissão Nacional das Comemorações do Centenário da descoberta da insulina.

Por causa da pandemia, este ano o Serviço de Endocrinologia e Nutrição do Hospital Divino Espírito Santo não irá levar a cabo as habituais acções de sensibilização, em múltiplas iniciativas, que ao longo dos anos o Serviço tem concretizado e apoiado.

oliveriasantos@diariodosacores.pt

