



É possível prevenir 70% dos casos de Diabetes

Estudos Inquérito a sete mil pessoas revela que uma em cada quatro tem um risco alto de ficar diabética. Um outro trabalho, da JuniPharma, da Faculdade de Farmácia de Coimbra, avaliou os benefícios da adesão à terapêutica



Estudos revelam que há muito a fazer na prevenção da Diabetes

A cada seis/sete segundos morre no Mundo uma pessoa devido à Diabetes. Mesmo com um alerta deste tipo, puro e duro, há quem não queira saber, passando ao lado da prevenção, sabendo-se que é uma doença crónica que se pode tornar incapacitante e que se trata de uma condição de vida, que pode ser suportável face aos actuais recursos da medicina.

Em Portugal, país com cerca de 10 milhões de nacionais, há 1,2 milhões com Diabetes e estima-se que haja 500 mil não diagnosticados. No Mundo, havia em 2015 perto de 415 milhões de diabéticos, com uma evolução que já representa a 4.ª/5.ª causa de morte nos paí-

ses desenvolvidos.

Neste mês de Novembro fala-se mais de Diabetes porque se comemora o Dia Mundial (dia 14). Mas é uma preocupação constante dos profissionais de saúde ligados à patologia e, recentemente, o simpósio "TudoEmDia(betes)" juntou, na Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra (FFUC), as visões de diferentes especialistas. Promovido pela JuniPharma (associação sem fins lucrativos criada no âmbito da FFUC), o encontro científico contou com intervenções de representantes da Administração Regional de Saúde (ARS) do Centro, do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra

(CHUC) e da Associação Nacional de Farmácias (ANF).

Do que importa para esta notícia é a mensagem de que «uma alimentação saudável» conjugada com a «prática de actividade física» pode prevenir 70% dos casos da Diabetes tipo 2, como explicou Helder Ferreira, médico coordenador do programa da Diabetes da ARS do Centro, tese reforçada por Margarida Bastos, responsável pelo Grupo do Programa Nacional Diabetes do CHUC. Acresce, como diria a clínica, que esta patologia consome mais de 10% do orçamento anual da saúde (em 2015 foram 580 milhões, precisaria Andreia Fernandes, de Medicina

Geral e Familiar, ao notar que mata mais do que a malária, HIV e tuberculose nas regiões desenvolvidas).

Mais do que o dinheiro, são as pessoas que importam e Nelson Cunha, médico endocrinologista, lembrou que a base do tratamento é «a alteração dos estilos de vida». Isabel Jacinto, da Associação Nacional de Farmácias (ANF), revelou resultados de um estudo efectuado em 2015, a partir de um questionário a 7.007 utentes de farmácias. Um em cada quatro, revelou, apresenta risco «alto ou muito alto» de contrair Diabetes num horizonte de 10 anos.

A JuniPharma também apresentou os resultados do estudo "TudoEmDia(betes)". Com o apoio das empresas Roche e Wocadi e recurso ao equipamento Cobas monitorizou 263 diabéticos do tipo 2, em farmácias de meios urbano e rural. Ao analisar vários parâmetros, concluiu que a adesão à terapêutica - que não se circunscreve na adesão à medicação - tem uma relação directa com a redução da hemoglobina glicada. É esta vertente, da adesão à terapêutica, que os profissionais de saúde devem trabalhar, aconselhou Ana Filipa Jordão, farmacêutica que colaborou no projecto. «