

Diabetes Continua a aumentar no distrito - Retrato da Diabetes no distrito

19-Nov-2008

16000 - É o número total de diabéticos existentes no distrito de Viseu.

80 - Cerca de 80 por cento da população do distrito já efectuou uma análise aos valores da glicémia.

52, 1 - A incidência da diabetes no sexo feminino é maior. Da população do distrito atingida com esta doença, 52, 1 são mulheres.

21 - Os 21 centros de saúde do distrito providenciam consultas específicas para a Diabetes.

Â Diabetes Continua a aumentar no distrito - Retrato da Diabetes no distrito - Lesão na retina é a principal complicação da diabetes no distrito

Â

Diabetes Continua a aumentar no distrito

O número de diabéticos continua a subir no distrito de Viseu. O dado pode não ser totalmente novo, mas não deixa de ser surpreendente e preocupante.

De acordo com as estatísticas da Sub-Região de Saúde de Viseu, existem cerca de 16 mil diabéticos em todo o distrito. Ou pelo menos existiam em 2006, data a que se referem os dados estatísticos disponibilizados. Estima-se que, hoje, este número tenha sido ultrapassado. A região de Viseu acompanha assim a tendência nacional, que é também uma tendência dos países desenvolvidos. Segundo a Organização Mundial de Saúde, a diabetes é a quarta causa de morte na maioria dos países desenvolvidos.

No distrito de Viseu, é a faixa etária entre os 56 e os 75 anos que regista o maior número de diabéticos, cerca de 57,2 por cento. Existe ainda uma percentagem significativa de diabéticos, cerca de 16,2 por cento, na faixa etária entre os 36 e os 50 anos.

O concelho de Penedono é o que apresenta maior percentagem de diabetes. Segundo, o coordenador da Sub-Região de Saúde de Viseu, José Carlos de Almeida, é necessário alguma prudência ao analisar os dados estatísticos. "O concelho de Penedono não chega a ter 3500 utentes. Portanto, toda a população é controlada. Em Penedono não há

casos por diagnosticar", afirma. Viseu Ã© o concelho onde a taxa de diabÃ©ticos Ã© menor.

A diabetes Ã© uma doenÃ§a crÃ³nica que se caracteriza pelo aumento dos nÃ­veis de aÃ§Ã­car (glicose) no sangue e pela incapacidade do organismo em transformar toda a glicose proveniente dos alimentos. A quantidade de glicose no sangue chama-se glicemia. A diabetes podem ser de dois tipos, 1 e 2. A diabetes tipo 1 aparece com maior frequÃªncia nas crianÃ§as e nos jovens e nÃ£o estÃ¡ relacionada com os hÃ¡bitos de vida ou de alimentaÃ§Ã£o errados, mas sim com a falta de insulina. JÃ¡ a diabetes tipo 2 aparece em idade adulta e o seu tratamento, na maioria dos casos consiste na adaptaÃ§Ã£o de uma dieta alimentar e de actividade fÃ­sica regular para normalizar os nÃ­veis de aÃ§Ã­car no sangue.

A diabetes 2 tem canalizado grande parte da atenÃ§Ã£o dos profissionais de saÃºde do distrito de Viseu, uma vez que Ã© o tipo da doenÃ§a com maior incidÃªncia no distrito. Maus hÃ¡bitos alimentares, sedentarismo e falta de exercÃcio fÃsico sÃ£o os grandes responsÃveis pelo aumento deste tipo da diabetes na regiÃ£o.

Mais do que um significativo aumento no distrito, esta "doenÃ§a de adultos" comeÃ§a a aparecer cada vez mais cedo nas camadas jmais jovens, entre os 15 e os 25 anos. "Os jovens estÃ£o a contrair uma doenÃ§a de adultos. Comem pior, engordam mais, passam horas a ver televisÃ£o, em vez de praticarem exercÃcio fÃsico, comem comida de â€plÃsticoâ€™. EstÃ£o a deteriorar o organismo cada vez mais cedo", explica o coordenador do Gabinete da diabetes da Sub-RegiÃ£o de SaÃºde de Viseu, Fernando Andrade, salientando que se vive, nos dias de hoje, um paradoxo entre os ensinamentos de hÃ¡bitos saudÃveis e o poder do marketing.

"Esta tendÃªncia Ã© altamente preocupante. Porque, imaginemos que a diabetes tipo 2 Ã© diagnosticada a um utente com 75 anos, ele terÃ¡ de lidar com a doenÃ§a em princÃpio mais vinte anos, se essa for a sua esperanÃsa mÃdia de vida. No caso de ser um jovem com 15 anos, este vai ter de lidar com a doenÃ§a ao longo da vida. O que em muitos casos nos obriga a introduzir a insulina cada vez mais cedo", reforÃ§a.

Atendendo a esta problemÃtica, a OrganizaÃ§Ã£o Mundial de SaÃºde dedica o Dia Mundial da Diabetes, que se comemora hoje, dia 14, Ã s crianÃ§as e adolescentes.

Mudar hÃ¡bitos. A maior parte dos casos de diabetes tipo 2 pode ser prevenido se for adoptado um estilo de vida saudÃvel, mas Ã© "muito difÃcil mudar hÃ¡bitos", quer nas camadas jovens, quer nas faixas etÃrias mais envelhecidas. "O mÃdico, mais do que terapeuta, tem de ser um educador, porque o doente tem de perceber o que Ã© a diabetes, que estilo e vida tem de adoptar, que alteraÃ§Ã£o de hÃ¡bitos tem de fazer. PorÃm, Ã© difÃcil alterar as mentalidades e muitas vezes as pessoas percebem o que queremos dizer mas nÃ£o conseguem colocar isso em prÃtica. Muitas vezes temos de chamar as pessoas que cuidam dos utentes com diabetes para lhes explicar que comida podem confeccionar", afirma Fernando Andrade. "

Ã LesÃ£o na retina Ã© a principal complicaÃ§Ã£o da diabetes no distrito

"A DirecÃ§Ã£o-Geral de SaÃºde identifica a diabetes como uma das principais causas de morbilidade crÃ³nica e de perda de qualidade de vida. ResponsÃvel por uma elevada frequÃªncia de consultas e de serviÃos de urgÃncia, assim como por um significativo nÃmero de internamentos hospitalares, a doenÃ§a Ã© muitas vezes ignorada pelos prÃprios utentes. "HÃ¡ muitos doentes que nÃ£o

admitem ser diabéticos e recusam-se a aceitar o diagnóstico. Dizem que tiveram um princípio de diabetes", refere Fernando Andrade. As reticências em mudar os hábitos de vida, as histórias que ouvem contar sobre casos terminais em que foi necessário amputar membros inferiores ao paciente são motivos que explicam o receio dos utentes em admitir a sua patologia. A diabetes é uma doença crónica que não tem cura, mas que devidamente controlada permite manter a qualidade de vida. "Os utentes podem trazer a glicemia para valores considerados bons, mas não deixam de ser diabéticos".

Cerca de 80 a 90 por cento dos utentes dos centros de saúde do distrito já efectuaram uma análise glicémica no sangue.

De acordo com o coordenador do Gabinete da Diabetes, "hoje em dia, não há razão nenhuma para que os utentes não sejam diagnosticados atempadamente". Os 21 centros de saúde do concelho disponibilizam a consulta de diabetes e rastreios periódicos.

Enquanto doença crónica, a diabetes tem graves implicações a nível cardiovascular, renal, de amputações e ou cegueira.

A Retinopatia ou lesão da retina provocada pela diabetes é a principal complicação associada à diabetes que ocorre no distrito e é a primeira causa de cegueira evitável. O distrito dispõe de uma retinógrafo, um aparelho que permite efectuar o rastreio à retinopatia diabética. De acordo com Fernando Andrade, cada diabético é chamado de dois em dois anos para realizar o exame, que consiste na captação de uma fotografia do fundo ocular que é posteriormente encaminhada para um centro de leitura em Coimbra. "Depois o doente é encaminhado para o hospital da sua área de residência, onde será tratado com terapia laser".

Durante este mês, o aparelho está "estacionado" no Centro de Saúde 3 de Viseu.

"A Região Centro é a única do país que dispõe destes serviços e consegue fazer o rastreio à retinopatia a todos os seus diabéticos", assegura Fernando Andrade.

O pé diabético é uma das complicações mais dramáticas da diabetes, uma vez que continua a ser responsável por elevado número de amputações cirúrgicas dos membros inferiores. Em cada centro de saúde do distrito há uma equipa coordenadora do pé diabético, que com "frequência" participa em acções de formação. "A formação tem sido uma ferramenta muito importante no controlo desta complicação e temos a vantagem de o Hospital de Viseu disponibilizar os técnicos para as acções de formação".

A grande meta do Gabinete da Diabetes é conseguir que os valores de glicemia dos diabéticos do distrito sejam normalizados. "

Â Retrato da Diabetes no distrito

16000

Â% o nÂmero total de diabÂticos existentes no distrito de Viseu.

80

Cerca de 80 por cento da populaÂÃo do distrito jÂ efectuou uma anÂlise aos valores da glicÂmia.

52,1

A incidÂncia da diabetes no sexo feminino Â maior. Da populaÂÃo do distrito atingda com esta doenÃa, 52,1 sÃo mulheres.

21

Os 21 centros de saÃde do distrito provediÂnciam consultas especificas para a Diabetes.

Â

Â

in Jornal do Centro ed. 348, 14 de Novembro de 2008