

# Esperança média de vida baixa devido à diabetes

A diabetes, quarta principal causa de morte na maioria dos países desenvolvidos, deve conduzir, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), a uma redução da esperança média de

vida já na próxima década, fenómeno que ocorrerá pela primeira vez em 200 anos. Isto porque a doença se manifesta cada vez mais cedo e os seus efeitos – morte por enfarte ou por

**Doença provoca a primeira quebra desde há 200 anos**

AVC – ocorrerão em idades cada vez mais precoces, explicou ao DN José Manuel Boavida, presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia. **Portugal, pág. 11**

**Saúde.** Doença que já afecta um milhão de portugueses revela-se em pessoas cada vez mais novas, pelo que os seus efeitos, nomeadamente morte por enfarte ou AVC, também se manifestarão numa idade cada vez mais precoce, explicou ao DN o coordenador do programa de controlo da doença

# Esperança média de vida vai baixar devido à diabetes

**Fenómeno ocorre pela primeira vez em 200 anos**

HELENA SANTARENO

A diabetes, actualmente a quarta principal causa de morte na maioria dos países desenvolvidos, deverá conduzir, segundo previsões da Organização Mundial de Saúde (OMS), a uma redução da esperança média de vida já na próxima década, fenómeno que ocorrerá pela primeira vez em 200 anos.

Isto porque a doença se manifesta cada vez mais cedo e, consequentemente, os seus efeitos – morte por enfarte ou por AVC, nomeadamente – ocorrerão em idades cada vez mais precoces, explicou ao DN José Manuel Boavida, coordenador do Programa Nacional de Prevenção e Controlo da Diabetes e presidente da Sociedade Portuguesa de Diabetologia (SPD). “Cerca de 30 por cento das pessoas que morrem por enfarte ou AVC desenvolveram estas patologias porque tinham diabetes”, sublinha José Manuel Boavida, acrescentando que se prevê que os índices de mortalidade aumentem 25% nos próximos dez anos.

Fruto da civilização, já que é potenciada pela vida sedentária e os excessos alimentares, a diabetes é uma doença crónica que atinge quase um milhão de pessoas em Portugal. Tem na chamada *fast-food* uma das suas melhores aliadas e a tendência é para atingir cada vez mais portugueses.

Este tipo de comida é cada vez mais popular, sobretudo entre os jovens dado o seu elevado grau calórico, mas não só. Como admitiu ontem a própria ministra da Saúde, Ana Jorge, que encerrou a cerimónia de inauguração das novas instalações da Unidade de Crianças e Jovens da Associação Protectora dos Diabéticos



Com o passar dos anos, as pessoas tendem a desleixar-se no controlo da doença

## Metas do Governo cada vez mais longínquas

O Governo estabeleceu metas na esperança de vida impossíveis de alcançar, e que agora estão prestes a ser mais do que nunca desmentidas. Na Estratégia Nacional de Desenvolvimento Sustentável, publicada em Agosto de 2007,

dizia-se que o **objectivo era aumentar a esperança de vida (média de homens e mulheres) para 81 anos em 2010**, sendo em 2005 de 78 anos. Essa progressão representaria uma evolução em cinco anos ao triplo da “velocidade” da

evolução que ocorreu no quinquénio 2000-2005. Mário Leston Bandeira, presidente da Associação Portuguesa de Demografia, disse nessa altura ao DN que o objectivo lhe parecia demasiado “ambicioso”. **Através**

do **aumento da esperança de vida, o Governo procurava também alcançar outro objectivo: chegar em 2015 ao top 20 do índice de desenvolvimento do PNUD**. Está em 29º lugar. E tem vindo a descer. –J.P.H.

de Portugal (APDP), no âmbito do seu 82.º aniversário, por ser uma comida barata, já que o aumento dos preços dos alimentos ditos saudáveis é um factor a ter em conta na hora de escolher o menu.

Trata-se, assim, de um problema transversal, com uma dimensão económica, social e de saúde que é importante, reconheceu a ministra, que se mostrou disponível para “ultimar questões em aberto” com a APDP e elogiou o trabalho que vem sendo desenvolvido pela associação, sobretudo no que respeita à educação dos doentes no controlo desta patologia.

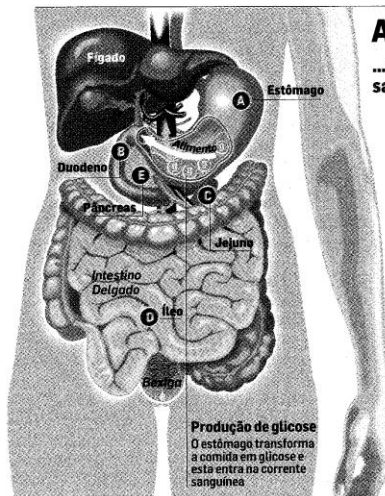
### Casados controlam melhor a doença

Os indivíduos solteiros ou viúvos correm um risco cinco vezes superior ao dos casados de terem um mau controlo da diabetes tipo 1. O fenómeno é explicável pelo apoio do cônjuge, fundamental na maioria dos casos, o que reforça a importância do acompanhamento social a par do acompanhamento médico. A conclusão consta do estudo “A Diabetes em Portugal e no Mundo”, desenvolvido pela Universidade Nova e coordenado por José Manuel Boavida, ontem apresentado (ver caixa em baixo).

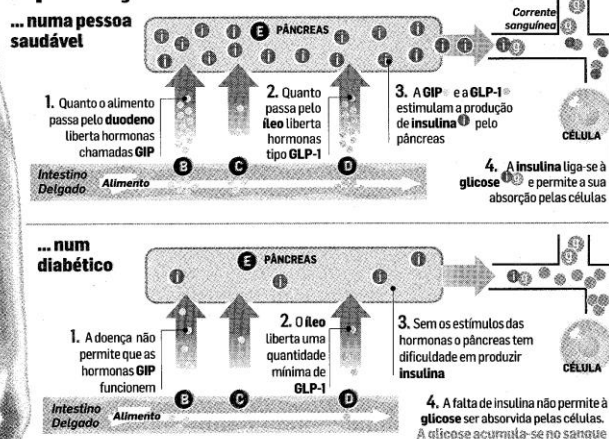
O estudo refere ainda que quem tem a doença há mais anos também “se compensa pior”. “Isto indica um certo agastamento das pessoas com o passar dos anos. As pessoas ficam mais desleixadas e acreditam que a diabetes não faz mal”, disse José Manuel Boavida.

O estudo aponta ainda para o facto de as personalidades “mais positivas, enérgicas e criativas” se tratarem melhor, em oposição às que apresentam personalidades “mais fracas ou deprimidas”.

Ana Jorge alertou também, por seu lado, para o facto de a doença ser cada vez mais comum em crianças, o que se deve em especial à obesidade infantil. ■



## A produção de insulina...



## MAIORIA NEGA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO

O estudo “A Diabetes em Portugal e no Mundo”, divulgado ontem em Lisboa por ocasião do 82.º aniversário da APDP – associação de doentes mais antiga do mundo –, apresenta uma distribuição quase equitativa na variável sexo: 52.7% indivíduos do sexo masculino e 47.3% do sexo feminino. Todos tinham entre 18 e os 38 anos, sendo a média de idades de 28.69 anos. 65.5% dos indivíduos tinham escolaridade até ao 12º ano e 60% eram solteiros. O tempo de consciência da doença oscilava entre um mínimo de 3 anos e um máximo de 34, situando-se a mediana nos 14 anos. 50.9% dos indivíduos negou a prática de exercício físico. A média dos IMC totais situava-se nos 24.00Kg/m2.

Fonte: SPD, Comunidade de diabetes.pt, Veja, DN