

Exercício físico e alimentação equilibrada para combater a diabetes

●●● O Dia Mundial da Diabetes, assinalado amanhã, 14 de novembro, alerta para uma doença crónica que afeta cerca de um milhão de portugueses e 400 milhões de pessoas em todo o mundo. A diabetes provoca doenças do foro cardiológico, oftalmológico, renais e do pé, o qual poderá conduzir a amputações.

Investigadores do Centro de Neurociências e Biologia Celular (CNC) da Universidade de Coimbra, que estudam terapias para a cicatrização nesta doença crónica, aconselham exercício físico e alimentação equilibrada. Elementos determinantes para a cicatrização de feridas e prevenção da diabetes, segundo diversos estudos internacionais.

Eugénia Carvalho, líder do Grupo de Investigação "Obesidade, Diabetes e Complicações" do CNC, afirma que "o tremendo aumento da obesidade na nossa sociedade tem levado a um aumento drástico no aparecimento da diabetes e com este as suas graves complicações. Hoje é possível reduzir os seus danos através de um controlo rigoroso da glicemia, da tensão arterial e das gorduras no sangue. Por isso é importante que as pessoas procurem o contacto regular com o seu médico, mantendo hábitos alimentares saudáveis, aumentando a sua atividade física diária e diminuindo o seu peso, para que se possa prevenir o aparecimento destas complicações e, em particular, prevenir as amputações".

Um melhor conhecimento de como a diabetes influencia a cicatrização é essencial para investigar novas terapias. O investigador Ermelindo Leal sublinha que "atualmente há poucas soluções para o tratamento de feridas crónicas em diabetes, sendo a prevenção a melhor medida". O grupo do CNC estuda os neuropeptídeos na cicatrização de feridas em diabetes e a sua utilização como possível terapia.



Hélder Ferreira, Martins Nunes, Francisco Carrilho e Margarida Bastos, ontem, no CHUC

Unidade do Pé Diabético vai funcionar nos Covões

●●● Os números da diabetes são "assustadores". As palavras de Margarida Bastos, responsável pelo Plano Nacional para a Diabetes (PDN) no Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC), deram o mote para o encontro que, ontem, serviu para apresentar alguns dados importantes no combate integrado com os cuidados de saúde primários em toda a região Centro para esta que é uma das enfermidades do século.

Na altura em que o Serviço de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo do CHUC assinala 40 anos de atividade, com o Dia Mundial da Diabetes – 14 de novembro – à porta e com o lançamento de Novembro Mês da Diabetes, os diversos responsáveis lançaram alertas e apresentaram projetos que, em conjunto, pretendem contribuir para o necessário trabalho multidisciplinar e em rede, porque só assim será possível fazer face a uma doença

que avança – sobretudo a do tipo 2, provocada quase exclusivamente pela obesidade e, por isso, evitável –, provoca sofrimento e contribuiu de forma cada vez mais expressiva para os gastos em saúde.

Pâncreas artificial está agora na "reta final"

Entre os projetos, como realçaram Francisco Carrilho e Martins Nunes, presidente do conselho de administração do CHUC, encontra-se a Unidade do Pé Diabético, em preparação para funcionar logo no início de 2015, no Hospital Geral (Covões). Por lá, a intenção é reunir saberes e trabalhar intimamente com os cuidados primários.

E se a prevenção é fundamental para combater a diabetes "tardia" (tipo 2), para a diabetes tipo 1 (juvenil) aposta-se cada vez mais na investigação, a nível internacional, com o sonho do pâncreas artificial já na "reta final", como disse Francisco Carrilho. | **Lídia Pereira**

números

1 milhão de portugueses tem diabetes, o que dá uma taxa de prevalência de 13%

26,8% dos portugueses estão em risco para a diabetes

25% dos doentes internados em diversos serviços do CHUC são (também) diabéticos

115000 diabéticos encontram-se registados na região Centro

Escola da Diabetes forma profissionais

●●● A formação avançada em diabetes, com pós-graduações destinadas a todos os profissionais que, na área da saúde, trabalham com doentes diabéticos – médicos, enfermeiros, nutricionistas, psicólogos – é o objetivo central da Escola da Diabetes que o Serviço de

Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo do CHUC lança na altura em que comemora 40 anos de atividade. Ontem, Francisco Carrilho, diretor do serviço, destacou a importância deste projeto, também pelo facto relevante de que ele "aproveita" a excelência do conhecimento, investiga-

ção e prestação de cuidados existentes em Coimbra para formar todos os profissionais da região Centro. A Escola da Diabetes tem o seu momento inaugural marcado já para 28 de novembro, dia em que se realiza o seu primeiro módulo, com outros a decorrerem ao longo do ano. **L. P.**



DB-Luis Carregã

115 MIL DIABÉTICOS NA REGIÃO CENTRO

Serviço de Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo do CHUC assinala 40 anos de atividade e alerta para números assustadores da doença >Pág 8

