

# Rede pública do Grande ABC trata ao menos 55 mil diabéticos

Número de atendidos corresponde a quatro municípios; Dia Mundial do Diabetes é celebrado hoje e busca reforçar a conscientização sobre a doença

THAINÁ LANA  
thainalana@diabc.com.br

Ao menos 55 mil pessoas fazem tratamento para diabetes na rede pública do Grande ABC. O número de atendidos corresponde a quatro municípios, Santo André, Mauá, Ribeirão Pires e Rio Grande da Serra — as demais cidades não informaram os dados. Nesta quinta-feira (14), é celebrado o Dia Mundial e Nacional do Diabetes, data que busca reforçar a conscientização sobre a doença e evidenciar a importância da prevenção.

O diabetes é causado pela produção insuficiente ou má absorção de insulina, hormônio que regula a glicose no sangue e garante energia para o organismo, e afeta cerca de 20 milhões de pessoas no Brasil, de acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes. Segundo o Ministério da Saúde, a doença pode causar o aumento de glicemia e altas taxas podem levar a complicações no coração, nas artérias, nos olhos, nos rins e nos nervos. Em casos mais graves, o diabetes pode levar à morte.

A doença é dividida em duas classificações, os tipos 1 e 2. O primeiro tipo é autômune e costuma aparecer logo na infância ou na adolescência, embora também possa ser diagnosticado mais tarde, conforme explica Fernando Valente, endocrinologista da FMABC (Centro Universitário Faculdade de Medicina do ABC). Já o tipo 2 é mais frequente e tem correlação com o excesso de peso ou com histórico familiar.

Diagnostico com diabetes tipo 2 há dez anos, o aposentado Valdomiro Cacefo, 65 anos, é um dos pacientes que usa a rede pública de Santo André — o município atende 28.283 pacientes. Morador do Parque Erasmo, ele faz tratamento e acompanhamento da doença desde 2022 na UBS (Unidade Básica de Saúde) Parque João Ramalho, onde retira mensalmente o kit de insulina, que aplica quatro vezes ao dia, as fitas para medição do nível glicose no sangue e marca consultas

com endocrinologista. A alimentação foi a principal mudança no estilo de vida de Valdomiro após o diagnóstico. "Agora é muito mais regrado e balanceado. Preciso ingerir alimentos saudáveis e que não contêm muito açúcar. Posso comer de tudo, mas de maneira moderada. Além disso, a prática de exercícios físicos ajuda muito nos sintomas, que variam entre tontura, boca seca, calor e tremedeira", pontua o aposentado. Com histórico da doença na família, Valdomiro já tinha sido diagnosticado com pré-diabetes, porém disse que não levou a sério a condição até ser acometido pela enfermidade, anos depois.

"É uma doença que varia muito. Um dia você está bem. No outro, não está. Tive um infarto no ano passado, em que coloquei uma ponte de safena e, além disso, também sofro com problema renal crônico. Apesar dos problemas de saúde, vivo bem. É preciso cuidar e monitorar sempre, principalmente na questão da alimentação", afirma Valdomiro.

#### PREVENÇÃO

Excesso de peso, colesterol alto, hipertensão, consumo excessivo de álcool ou açúcar, além de inércia familiar, são alguns dos fatores de risco para diabetes, conforme reforça o endocrinologista



CONTROLE. Aposentado Valdomiro Cacefo mostra o aparelho que usa para medir nível de glicemia



Fernando Valente. Entre os sintomas marcantes apontados pelo médico estão boca seca, urinar com alta frequência, perda de peso sem motivo aparente, fraqueza, visão borrada, formigamento nos membros, entre outros. "Recomenda-se que todas as pessoas a partir dos 35 anos façam os exames para rastrear a doença. Também é fundamental manter hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, sono regular e exercícios físicos. É importante manter o corpo sempre em movimento, pois passar mais de 11 horas sentado durante o dia também aumenta o risco de diabetes", destaca o endocrinologista.

Por ser uma doença crônica e sem cura, é necessário acompanhamento médico constante. Os tratamentos podem ser diferentes de acordo com o tipo da doença. No tipo 1, já que o corpo não produz a insulina, costumam ser neces-

sárias injeções diárias e monitoramento dos níveis de glicose. No tipo 2, é preciso verificar a necessidade de cada paciente, podendo incluir medicamentos e monitoramento de outras comorbidades, como hipertensão e obesidade. As prefeituras da região disponibilizam, além dos kits de insulina, aparelhos e fitas para medição do nível de glicemia no sangue e acompanhamento especializado, com grupos de orientação para pacientes. Valdomiro participa a cada 15 dias de encontros com multiprofissionais, como nutricionista, endocrinologista e psicólogo. "É tipo um AA (Alcoólicos Anônimos) só que para diabéticos. É uma troca de experiências, você escuta as dificuldades das outras pessoas e também aprende bastante, principalmente sobre como se cuidar melhor e ter mais qualidade de vida", conta o aposentado.

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Diário do Grande ABC

Seção: Setecidades Pagina: 1