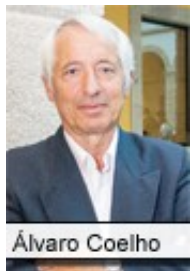


2015-12-28 19:58:41

<http://justnews.pt/noticias/a-perda-de-visao-pela-retinopatia-diabetica-e-em-grande-parte-evitavel>

A perda de visão pela retinopatia diabética é, em grande parte, evitável

Mais de um milhão de portugueses tem diabetes, sendo que 240.000 têm retinopatia diabética, a primeira causa de cegueira em Portugal entre os 20 e os 65 anos. Com o objetivo de sensibilizar e prestar esclarecimentos sobre a doença, foi recentemente distribuído aos clientes dos hipermercados Jumbo, por todo o País, um jornal informativo que contou com o apoio do Núcleo de Estudos da Diabetes Mellitus (NEDM) da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna, do Grupo de Estudos da Retina (GER) e do próprio Grupo Auchan (hipermercados Jumbo), e teve o patrocínio da Bayer.



Na ação, de âmbito nacional, participaram Álvaro Coelho, coordenador do NEDM, e Rufino Silva, presidente do GER, tirando dúvidas e alertando para aspetos relacionados, nomeadamente, com os fatores de risco da diabetes, o tratamento da doença (que é feito em função do indivíduo com diabetes e da equipa de saúde), o diagnóstico da retinopatia diabética e o respetivo tratamento, a necessidade de prevenir, o mais possível, o desenvolvimento da retinopatia, de forma a reduzir significativamente o risco, a longo prazo, da perda de visão.



Álvaro Coelho

Em declarações à Just News, Álvaro Coelho refere que a diabetes, que se caracteriza pelo aumento dos níveis de açúcar (glicose) no sangue, "é uma das entidades mais prevalentes nos países desenvolvidos e, particularmente, naqueles considerados em vias de desenvolvimento, incluindo Portugal", sublinhando que a prevalência da doença, das suas complicações e dos seus custos tem aumentado a cada ano que passa".

Na sua opinião, é imprescindível identificar as populações de risco, "fazendo incidir sobre as mesmas um determinado tipo de vigilância clínica e de educação para a saúde", acrescentando que este processo deve envolver todas as entidades responsáveis pela comunidade, como é o caso das autarquias.

O coordenador do NEDM adverte que a conjugação da diabetes com outras doenças, por exemplo, do foro cardiovascular, respiratório, renal, oftalmológico, ou gastrointestinal, coloca o problema da polimedicação (toma de vários medicamentos) e, conseqüentemente, das interações medicamentosas, que podem depois repercutir-se no bom ou no mau equilíbrio da diabetes e, conseqüentemente, no aparecimento das complicações.



Retinopatia diabética: a deteção precoce é a melhor proteção contra a perda de visão



Especificamente quanto à retinopatia diabética, Rufino Silva afirma que se trata da primeira causa de cegueira em Portugal entre os 20 e os 65 anos. Contudo, esta cegueira pode ser evitada se houver um bom controlo metabólico e um diagnóstico e tratamento mais precoces da retinopatia diabética: "Se tem diabetes, é importante saber que, hoje em dia, devido a melhores métodos de diagnóstico e tratamento, apenas uma pequena percentagem de pessoas que desenvolveram retinopatia poderá vir a ter problemas sérios de visão".

A deteção precoce da retinopatia diabética constitui a melhor proteção contra a perda de visão. Existem, em Portugal, cerca de 1.000.000 de diabéticos e 240.000 têm retinopatia diabética. Pode-se reduzir de maneira significativa o risco de perda de visão mantendo um controlo rigoroso do nível de açúcar no sangue, controlando a tensão arterial e o colesterol, fazendo exercício físico regular e consultando regularmente um oftalmologista.

Quando marcar um exame no médico oftalmologista

Um diabético tipo 2 deve ser observado por um médico oftalmologista logo após o diagnóstico de diabetes. Um diabético tipo 1 deve ser observado pelo menos 5 anos após o diagnóstico da diabetes.

As pessoas portadoras de diabetes devem ser observadas anualmente por um médico oftalmologista. Exames mais frequentes feitos também por um médico oftalmologista podem ser necessários depois de diagnosticada a retinopatia diabética. Recomenda-se que mulheres grávidas com diabetes marquem uma consulta no primeiro trimestre porque a retinopatia pode progredir rapidamente durante a gravidez.

