



SAÚDE PÚBLICA

Dia de luta contra um inimigo feroz: diabetes

Data reforça importância do diagnóstico e do acompanhamento médico para evitar consequências que podem levar à amputação

» RAFAELA BOMFIM*

O diabetes afeta, atualmente, cerca de 16 milhões de adultos no Brasil e está entre os principais desafios de saúde pública do país. É isso que o Dia Nacional do Diabetes, lembrado hoje em todo o país, chama a atenção. Instituído pelo Ministério da Saúde, em parceria com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o objetivo da data é ampliar a conscientização sobre prevenção, diagnóstico e tratamento adequado.

Caracterizada pela produção insuficiente ou pela má utilização da insulina pelo organismo, a diabetes pode permanecer sem controle durante anos e provocar complicações que atingem diversos órgãos. Entre as pessoas que convivem com a condição está o investigador da Polícia Civil Leônidas Antônio de Souza, de 60 anos. Há 23 anos, ele descobriu que tinha o tipo 2 da doença, após perceber mudanças no próprio corpo.

“Comecei a emagrecer muito rapidamente. Sentia muita sede, levantava várias vezes à noite para urinar e tinha uma fome constante”, relata. Preocupado com os sintomas, procurou atendimento médico e realizou exames. “Quando saiu o resultado, minha glicemia estava em 600. Foi aí que recebi o diagnóstico de diabetes tipo 2”, lembra.

Atualmente, Leônidas utiliza dois tipos de insulina, monitora a glicose de duas a três vezes por dia e realiza consultas periódicas com endocrinologista. A alimentação também foi adaptada.

Arquivo pessoal



Diabético tipo 2, Leônidas perdeu partes do corpo após acidente com prego, em trabalho na zona rural

O consumo de açúcar foi eliminado, enquanto alimentos ricos em carboidratos passaram a ser controlados.

“Hoje, preciso comer mais proteínas, fibras, beber bastante líquido e seguir todas as orientações médicas”, afirma. Além da diabetes, ele faz tratamento para neuropatia diabética, condição que afeta os nervos e reduz a sensibilidade dos membros inferiores.

Ferimento

Essa perda de sensibilidade nos pés desencadeou uma das complicações mais severas enfrentadas por Leônidas. Em um trabalho na zona rural, furou o pé em um prego, mas não percebeu a gravidade do ferimento. A lesão evoluiu e resultou em sucessivas intervenções cirúrgicas.

“Perdi quase todos os dedos dos pés. No pé esquerdo ficou apenas

o dedão e, no direito, também tenho sequelas. Já passei por sete cirurgias por causa das complicações da diabetes", conta.

Além dos problemas neurológicos e vasculares, especialistas alertam para a doença renal crônica. Ocorre quando o excesso de glicose provoca lesões nos pequenos vasos sanguíneos dos rins, comprometendo a capacidade de filtrar o sangue.

Segundo o nefrologista Alexandre Habitante, o controle

Os diferentes tipos

Tipo 1 (DM1)

Doença autoimune, geralmente diagnosticada na infância ou adolescência. O sistema imunológico da pessoa se confunde e ataca as próprias células beta do pâncreas — que são as responsáveis por fabricar a insulina. Como o pâncreas parou de produzir a insulina, o tratamento do DM1 consiste em repor o que está faltando. Quem tem a doença não é proibido de comer açúcar ou carboidratos, mas precisa aprender a técnica da Contagem de Carboidratos.

(geralmente acima de 10% a 15% do peso corporal) conseguem normalizar os níveis de glicose no sangue e suspender os medicamentos.

Gestacional (DMG)

Condição caracterizada pelo aumento dos níveis de glicose (açúcar) no sangue que é identificada pela primeira vez na gravidez. Em 80% dos casos o controle é feito sem medicamentos focado em mudanças de estilo de vida. Na maior parte das mulheres o DMG desaparece logo após o nascimento do bebê e a retirada da placenta. Ainda assim, recomenda-se repetir o exame de glicose entre seis a 12 semanas após o parto, pois a gestante que teve a doença apresenta risco maior de desenvolver diabetes tipo 2.

» Sintomas como sede excessiva, vontade frequente de urinar, perda de peso sem explicação, cansaço constante e visão embaçada devem servir de alerta

DEFESA CIVIL

Nova blindagem contra piratas

» VANILSON OLIVEIRA

O Ministério da Integração e Desenvolvimento Regional adotará um plano de medidas para reforçar e proteger o sistema de Divulgação de Alertas Públicos (IDAP) de ataques, como o que aconteceu na noite de sexta-feira e na madrugada de sábado passado, quando falsos alertas foram emitidos nos celulares de milhões de pessoas em vários estados, além do Distrito Federal. As ações foram formalizadas em um plano técnico elaborado pela Diretoria de Tecnologia da Informação do MIDR, que estabelece uma reestruturação gradual da plataforma com foco em segurança cibernética, controle de acesso e redução de vulnerabilidades. O documento, protocolado ontem, prevê uma execução em três fases.

Na primeira etapa, já concluída, o sistema passou a operar com restrição de acesso exclusivamente pela rede interna do ministério, além da adoção obrigatória de autenticação por meio do gov.br. Segundo o texto, a medida busca impedir “acessos indevidos de hackers por meio de credenciais vazadas na deepweb”, reforçando a proteção contra tentativas de invasão.

A segunda fase, ainda em implementação, concentra-se no acesso das defesas civis estaduais. O plano determina a renovação de senhas utilizadas em conexões remotas, a exigência de uso de VPN (sigla em inglês para rede privada virtual) e a adoção de autenticação em dois fatores. Conforme o documento,

Reprodução



Hackers usaram credenciais de integrantes da Defesa Civil do Pará

“dessa forma, vamos reduzir significativamente a quantidade de pessoas que podem encontrar o sistema na internet, restringindo a apenas defesas civis com VPNs instaladas e usuários previamente cadastrados em nossa rede”.

Paralelamente, o ministério trabalha no desenvolvimento de uma nova versão da plataforma, denominada "Idap 2.0", com previsão de entrega até o fim de julho. A atualização deve limitar a chamada "edição livre" das mensagens enviadas à população, reduzindo riscos de distorções, inserções indevidas ou falhas de conteúdo classificadas como "conteúdo impróprio, manipulação textual ou tentativa de burlar filtros de segurança".

A invasão do IDAP e o disparo do falso alerta estão sob apuração de uma equipe especializada em crimes cibernéticos da Polícia Federal. Entre as 23h41 de 19 de junho e 1h23 de 20 de junho, hackers acessaram a plataforma de disparo do aviso sonoro e emitiram mensagens com a palavra “misantropia”. Segundo levantamentos iniciais, os envios aconteceram após o comprometimento de credenciais de integrantes da Defesa Civil do Pará.

O IDAP é a plataforma usada pela Defesa Civil para enviar alertas sonoros quando há situação de risco, como deslizamentos e vendavais. Os alarmes chegaram a diferentes regiões do país, inclusive no Distrito Federal.

inadequado da glicemia pode comprometer a função renal. “O excesso de glicose no sangue pode causar lesões progressivas nos pequenos vasos dos rins, prejudicando a capacidade de filtração. O grande problema é que esse processo acontece de forma lenta e, na maioria das vezes, sem sintomas nas fases iniciais”, explica.

O especialista destaca que quando os primeiros sinais aparecem, a doença renal muitas vezes

está em estágio avançado. Inchaço, cansaço excessivo, alterações urinárias e aumento da pressão arterial podem indicar comprometimento importante dos rins. A perda da função renal aumenta o risco de infarto e de acidente vascular cerebral (AVC). Em situações graves, o paciente pode precisar de hemodiálise ou transplante renal.

***Estagiária sob a supervisão
de Fabio Grecchi**

O GOVERNO DO BRASIL

TRABALHA PELA SEGURANÇA DAS MULHERES

MAIS DE 6 MIL AGRESSORES PRESOS EM 3 MESES

Avançamos muito com a Operação Mulher Segura, ampliando o uso de tornozeleiras eletrônicas e fortalecendo a fiscalização dos agressores em todo o país.

MAIS DA METADE DAS MEDIDAS PROTETIVAS SAI NO MESMO DIA

CASAS E CENTROS DE REFERÊNCIA DA MULHER BRASILEIRA

TORNOZELEIRA ELETRÔNICA PARA AGRESSORES

LIGUE 180 MAIS RÁPIDO E EFICIENTE

PACTO NACIONAL
BRASIL CONTRA O FEMINICÍDIO

GOVERNO DO
BRASIL

DO LADO DO POVO BRASILEIRO

ANA PAULA BARROSO

Delegada