

# Programas nacionais: como parar a diabetes?

**Debate Cuidados de saúde**  
**José Manuel Boavida**

Um balanço necessário – A diabetes constitui hoje um dos maiores desafios da saúde pública. Só reconhecida pelas instâncias internacionais da saúde como epidemia nos finais do século XX, combina um conjunto de factores genéticos, comportamentais, sociais e ainda da vida intrauterina, que, apesar de toda a evolução científica dos últimos anos, está ainda muito longe da cura ou mesmo do controlo epidemiológico.

Foi com enorme dedicação que me envolvi nos últimos oito anos na criação de um verdadeiro programa integrado de prevenção e controlo da diabetes. Um programa que saiu da visão normativa e centralista do Ministério da Saúde/ Direção-Geral de Saúde e que se associou aos profissionais no terreno, de uma forma estruturada, através de uma rede transdisciplinar de cuidados que ligou os vários níveis de prestação de cuidados às pessoas com diabetes, através das suas associações e das organizações nacionais que mobilizaram milhares de pessoas, e às comunidades, através da participação das autarquias e da sociedade civil no objetivo de lutar contra a progressão da diabetes.

É um programa com ganhos de saúde a curto prazo, mas muito maiores a longo prazo, como comprovam os indicadores nacionais de internamentos, complicações e de mortalidade. O programa soube colocar a diabetes no debate público, na agenda política (declarações no parlamento e quatro resoluções aprovadas por unanimidade) e chamou à responsabilidade vários sectores da sociedade civil (por exemplo, a Associação Nacional de Municípios e a Fundação Calouste Gulbenkian, que aderiram ao primeiro

programa de prevenção primária em Portugal).

É da máxima importância que o Programa Nacional para a Diabetes prossiga as estratégias já iniciadas. Reconhecido internacionalmente, nomeadamente no quadro da iniciativa da Joint Action, Chrodis, como um dos programas mais bem estruturados e desenvolvidos da União Europeia, exige-se que continue a

**“É da máxima importância que o Programa Nacional para a Diabetes prossiga as estratégias já iniciadas”**



pugnar pelos seus compromissos. É amplamente reconhecido o impacto da diabetes na mortalidade e morbidade em Portugal e a ameaça que representa para a sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde, facto que exige a continuidade de respostas inovadoras e um processo coletivo de aprendizagem, com todos os profissionais que se dedicaram a este combate nos últimos anos. Agora que o programa do Governo reconhece explicitamente a importância da prevenção e gestão da doença crónica, o programa da diabetes pode contribuir como exemplo do que se pode fazer em relação à doença crónica, como beneficiar de uma acção mais concertada neste domínio. Dirigentes e membros da SPD, da APDP, das UCDF, das associações, bem como milhares de pessoas com diabetes, foram a alma e o corpo dos sucessos dos últimos anos. O país não pode desistir do combate à diabetes, sob o risco de ficar subjugado por ela.

**Director do Programa Nacional para a Diabetes**



MANUEL ROBERTO

# Hábitos alimentares e alterações climáticas

**Debate Dia da Terra**  
**Maria Amélia Martins-Loução**

Este ano o dia internacional do planeta Terra tem duplo significado. Relembra os riscos que todos os dias infligimos ao planeta e marca a data a partir da qual o acordo estabelecido em Paris, de impedir um aumento do aquecimento global superior a 1,5°C, em relação ao nível pré-industrial, passa a vigorar. No entanto, este acordo só poderá entrar em vigor se a adesão for assumida, no mínimo, por países responsáveis por 55% das emissões mundiais de gases com efeito de estufa (GEE). Isto significa que os diferentes países terão de propor medidas de mitigação que permitam a redução das emissões em pelo menos 40% até 2030. Para além destas, com reflexo global, deverão ser desenvolvidas estratégias de adaptação, com e para a sociedade, para minimizar os efeitos das alterações climáticas.

Os portugueses identificam as alterações climáticas como problema ambiental futuro, concordam com a necessidade de se investir nas energias renováveis, mas mantêm um comportamento evasivo para justificar e manter estilos de vida e de consumo. A sociedade, cada vez mais urbana, vive refém da comodidade de uma certa qualidade de vida. Desenvolve um discurso “verde” superficial, do politicamente correcto, ao assumir que usa lâmpadas amigas do ambiente, que utiliza mais os transportes públicos e ao colocar o ónus no governo para legislar e regular em prol da redução das emissões de GEE.

Importa, porém, lembrar que o “problema” das alterações climáticas e suas consequências para o planeta não está apenas relacionado com a questão energética e de transportes. É mais complexo do que isto. A estabilidade futura do planeta para o homem depende do tipo de energia que se usa, sim, mas também da segurança alimentar, da qualidade da água e da sustentabilidade ambiental. Ou seja, a agricultura e as alterações climáticas, assim como a segurança alimentar e a quantidade de proteína ingerida estão indissolavelmente ligados. Por isso, as medidas de adaptação a implementar não podem omitir as questões ligadas à produção de alimento e aos hábitos alimentares.

Durante o século XX, o homem duplicou a produção vegetal à custa da introdução maciça de azoto e fósforo, aumentou a proporção de animais domésticos (175 milhões de toneladas de carbono) em relação aos animais selvagens (cinco milhões de toneladas), utilizou 11% da superfície terrestre para a produção

agrícola e projecta aumentar (1,4%) a ocupação de solo para a agricultura até 2030. Em termos de actividade, só a produção de carne e o seu processamento representam 45% das emissões de GEE. No entanto, pouco se relaciona a produção de alimento, e consequentemente as actividades agrícolas e pecuárias, com as alterações climáticas.

O problema não está em saber, mas sim no que fazer com este conhecimento. Nos países desenvolvidos ingere-se cerca de seis a sete quilogramas de azoto proteico *per capita* quando o aconselhado é quatro. Por isso, diversificar a dieta e diminuir a ingestão de proteína animal reduz o risco de incidência de doenças cardíacas e cancerígenas para além de minimizar a quantidade de emissão de GEE, decorrentes da produção pecuária. Ajuda ainda a diminuir a taxa de pessoas obesas que é já um problema de saúde pública. Por outro lado, procurar produtos locais da

**“Paremos de usar as políticas (ou a falta delas) para justificar os 60% de emissões atribuídos aos consumidores”**

época e não tanto exóticos, do outro lado do mundo, diminui o impacto ambiental negativo dos transportes comerciais de longo curso. O desenvolvimento de técnicas agrícolas de conservação de solo pode aumentar a produção de alimento com vantagens óbvias para a segurança alimentar e qualidade dos produtos. Combater, ainda, os desperdícios pode permitir alcançar índices globais de desenvolvimento mais sustentáveis: actualmente, cerca de 30% de todo o alimento produzido é desperdiçado. Os GEE decorrentes correspondem a 3,3 mil milhões de toneladas de CO2 ao ano.

Paremos, por isso, de usar as políticas (ou a falta delas) para justificar os 60% de emissões atribuídos aos consumidores. Terá de ser o cidadão a assumir a mudança para promover efeitos globais e intergeracionais. Só quando existir vontade de alterar radicalmente o estilo consumista se poderá reduzir a pressão exercida sobre o planeta e permitir maior equidade social. Seremos capazes de mudar os hábitos alimentares e assumir este compromisso perante as gerações vindouras? Esta é a grande questão.

Bióloga. Professora catedrática da Universidade de Lisboa

**Bióloga. Professora catedrática da Universidade de Lisboa**