

Diabetes matou mais pessoas em 2021 do que toda a pandemia de Covid-19

*No ano passado, **6,7 milhões** de pessoas morreram em decorrência do diabetes no mundo, contra **6,3 milhões** de vítimas fatais da covid-19, desde o início da pandemia até o momento*

Uma morte a cada cinco segundos. Essa triste estatística representa o número de pacientes que perderam sua vida em decorrência do diabetes no mundo, no ano de 2021. Ao todo, 6,7 milhões de pessoas morreram em decorrência da diabetes no ano passado, de acordo com o [Atlas da Diabetes](#) – número maior do que o total de vítimas fatais da covid-19, desde o início da pandemia até o momento, que é de 6,3 milhões de pessoas. Somente no Brasil, foram mais de 214 mil mortes por diabetes, de pessoas entre 20 e 79 anos.

Estima-se que, até 2045, uma em cada oito pessoas terá diabetes no mundo. Ou seja, 784 milhões de pessoas. A prevalência da doença se aproxima de 10% quando se trata de adultos entre 20 e 79 anos. O problema, porém, é que o diabetes é uma doença silenciosa. “Cerca de 240 milhões de pessoas vivem com diabetes não diagnosticado atualmente. Devido à escassez de sintomas na fase inicial do diabetes, grande parte dos pacientes desconhecem o problema, e pelo menos a metade daqueles que estão em tratamento não atingem um controle adequado dos seus níveis de açúcar no sangue”, destaca o diretor técnico do Laboratório Lustosa, Adriano Basques.

Sobre a doença - Diabetes é a doença que se caracteriza pela elevação da glicose (açúcar) no sangue, provocada pela produção insuficiente de insulina pelo pâncreas ou por um defeito na ação desta substância. Como a insulina é o hormônio responsável pela regulação da glicose no sangue, sua falta – ou sua ação defeituosa – resulta em um acúmulo de açúcar no sangue, o que é chamado de hiperglicemia. No curto prazo, a deficiência aguda de insulina resulta em alterações sistêmicas que podem levar à morte.

No diabetes mellitus Tipo 1, há uma deficiência de insulina causada por uma doença autoimune na qual os anticorpos destroem as células beta, responsável pela produção da insulina. Já no diabetes mellitus Tipo 2, que é o caso mais comum, a insulina é produzida, porém sofre resistência em sua ação – o que faz o organismo produzir ainda mais insulina para regular a glicose. Quando isso não é mais possível, associado à obesidade e à má alimentação, surge então o diabetes.

A classificação do diabetes mellitus permite o tratamento adequado e a definição de estratégias de rastreamento de comorbidades e complicações crônicas. As complicações podem ocorrer logo após o quadro agudo, como pode se instalar ao longo do desenvolvimento da doença.

A manutenção do elevado nível de açúcar no sangue causa alterações nas paredes dos vasos sanguíneos, nos olhos e nos nervos. Além disso, a doença é a principal causa de doença renal crônica, com necessidade de hemodiálise, oferece riscos de doenças cardiovasculares e ainda é a causa de números significativos de cegueira e amputações.

Prevenção - Prevenir, como sempre, é a forma mais eficaz de evitar uma doença. E quanto mais precocemente detectada, melhor a qualidade de vida do paciente diabético. Por isso, Basques recomenda que as pessoas conheçam e controlem seus números como os **níveis de glicose no sangue, colesterol total, suas frações e os triglicérides, creatinina, pressão arterial e o índice de massa corporal – IMC**. “Para um efetivo controle do diabetes, deve-se fazer a medida regular da glicemia, além da realização periódica da hemoglobina glicada, que corrobora para o esclarecimento da manutenção dos níveis de glicose nos últimos 90 a 120 dias”, destaca.

Além disso, Basques ressalta a importância de realizar atividade física regularmente e de se ter hábitos alimentares saudáveis, evitando alimentos processados, industrializados, ricos em sal e açúcar.

Covid-19 e Diabetes - O surgimento de diabetes recente e complicações metabólicas graves de diabetes preexistente foram observados em pacientes com covid-19. “É importante observar que ter diabetes em si não aumenta o risco de contrair a covid-19. Mas pessoas com pré-diabetes que foram infectadas com o coronavírus devem estar cientes sobre a possibilidade da evolução para diabetes, pois qualquer estresse adicional (como um vírus) pode sobrecarregar o sistema metabólico”, destaca Basques.