

Novas Tecnologias, Velhos Problemas



“O que há de novo hoje” é, na verdade, um tema antigo e já muito discutido.

Como controlar o diabetes de forma a evitar as suas complicações e ter uma boa qualidade de vida?

Com algumas respostas razoavelmente simples e outras nem tanto.

Sabemos que quaisquer que sejam as orientações dadas elas devem passar por alguns conceitos:

Aceitar fazer ajustes e mudanças na sua vida.

Seguir a orientação médica e da equipe de saúde.

Informar-se sobre como o diabetes funciona para poder controlar melhor sua glicemia e questionar com o seu médico e equipe de saúde situações que causem dúvidas.

Dito assim, tudo parece muito simples. A informação não é muito difícil de se conseguir. Aqui nesse blog como em outros inúmeros existentes na internet. Para não falar dos livros científicos e manuais sobre o assunto encontrados nas bibliotecas e livrarias. Porém, cuidado: procure pelos que são realmente científicos.

Mas, então, eis que surge uma questão. As informações encontradas são diferentes umas das outras.

Duas dicas:

1ª: Procure em dois, três ou mais locais e compare as respostas.

2ª: Muitas vezes a resposta que gostaríamos de encontrar não aparece. Isso significa uma coisa só: ela não existe, pelo menos não por enquanto!

A ciência não sabe tudo e muitas vezes se engana, porém ainda é a melhor opção que temos para determinados problemas.

Não acredite em fórmulas de tratamentos e curas milagrosas mesmo que sejam tentadoras!. O trabalho bem feito a cada dia é que trará um bom resultado para o seu problema.

E se você quer realmente melhorar o seu controle, pense em como viver melhor, reduzir seu peso, comer de uma forma mais saudável e praticar exercícios.

Trace metas que correspondam ao seu perfil e à sua rotina. Não siga modas e tendências. Procure em você mesmo a sua solução para conseguir alterar seus hábitos, para atingir os seus objetivos e os propostos pela equipe de saúde.

Faça planos de mudanças possíveis de serem atingidos e se falhar não desanime. Todo mundo falha em um momento ou em outro, é normal. Comece novamente. Seja positivo! E Lembre-se, a mudança pode começar agora, mas os resultados demoram para aparecer.

Não desista se não os vir imediatamente, isso é muito importante! Muitas vezes são precisos meses para constatarmos diferenças. O primeiro passo já estará dado para viver melhor, o resto tem que ser consequência!

No entanto, se você se sente desestimulado, não tem vontade para tentar nenhuma mudança, acredita que nada do que você fizer vai funcionar, considere a possibilidade de estar com depressão. Converse com o seu médico e/ou equipe de saúde, exponha os seus sentimentos. O estado depressivo e a depressão podem ser tratados e você deve procurar ajuda. Não desista até encontrá-la.

Bem, e é preciso também seguir a orientação médica e da equipe de saúde sendo fundamental fazer as verificações de glicemia que permitem realizar os ajustes necessários em relação às medicações e à insulina para o controle do diabetes.

Mas como fazê-lo se, para tantos, ainda faltam os recursos imprescindíveis para o tratamento adequado, os equipamentos para medir a glicemia, as lancetas, tiras, seringas e agulhas?

As pesquisas das instituições científicas e da indústria farmacêutica estão permanentemente em busca de melhores e mais eficazes tratamentos resultando em utilização de tecnologias, muitas vezes inovadoras, mas sempre e cada vez mais, caras.

Aqui nesse blog postamos informações sobre o desenvolvimento de tecnologias de ponta para facilitar o controle do diabetes as quais aguardamos ansiosamente estarem à disposição para o consumo.

No entanto, ao mesmo tempo em que esperamos por um pâncreas biônico e que conseguimos obter o resultado de uma glicose por meio de um sensor (sem a necessidade de picadas) nos deparamos com dados estatísticos inacreditáveis.

Pensando nisso, eis que encontro o artigo da Dr^a Amy Moran-Thomas, Ph.D., especialista em saúde global, justamente sobre essa questão.

Segundo o IDF (International Diabetes Federation) o diabetes mata duas vezes mais do que o HIV-AIDS por ano.

Uma das causas para esse número ser tão alto é que a despeito das medicações, tecnologias e conhecimentos disponíveis para o bom controle e tratamento cerca de 80% da população com diabetes vive em países ou regiões com baixos ou médios rendimentos.

Ou seja, vivem em lugares com grande desigualdade social onde as pessoas não têm a capacidade econômica para manter um tratamento adequado para o diabetes e o Estado, por sua vez, também não o garante.

Na verdade, essas pessoas vivem como se estivessem nos idos do século passado quando havia, ainda, pouco tempo do descobrimento da insulina e o único método para a verificação da glicemia era o laboratorial.

Como é possível que, embora, tenhamos tido grandes avanços no tratamento do diabetes, ainda não existam equipamentos e suprimentos de baixo custo para todo o tipo de bolso?

E porque será que não vemos essa discussão nos congressos, meios acadêmicos e outras instituições de pesquisa: soluções para tornar acessíveis equipamentos e suprimentos para o controle do diabetes?

Conforme a Dr^a Amy Moran-Thomas questiona: Porque não desenvolver equipamentos e suprimentos com um desenho básico, preciso e eficaz para uma população que não tem condições de adquirir os de tecnologia de ponta?

Quem sabe então não veríamos os números assustadores de complicações e mortes por diabetes sendo reduzidos!

Ela cita, ainda, interessantes trabalhos que estão sendo desenvolvidos no mundo. Nos Estados Unidos, um glicosímetro de alta precisão e que terá seu design aberto e publicado online, isto é, disponível para que qualquer país possa fabricá-los em seus laboratórios e fornecê-los à sua população. Na Índia, tiras para o teste com utilização de enzimas que dispensariam a necessidade do aparelho.

Afinal soluções parecem existir. Esperamos um dia mostrá-las aqui e que não demore, para o bem de todos!

Liane Mazzer

MORAN-THOMAS, Amy. Breakthroughs for Whom? Global Diabetes Care and Equitable Design. *New England Journal of Medicine*, 2016, 375.24: 2317-2319.