

24 HORAS PELO DIABETES

Famosos alertam a população sobre a importância de se conscientizar sobre a retinopatia diabética

Em 2022, a Campanha 24 horas pelo diabetes, organizada pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), contou com o apoio de 15 personalidades de diferentes áreas. Paula Toller (cantora), Gabriel Sater (ator e cantor), Tino Marcos (jornalista), Zeca Baleiro (cantor), Nelson Freitas (ator), Paula Pequeno (bicampeã olímpica de vôlei) e Deborah Colker (coreógrafa) estão entre os famosos que emprestaram sua imagem e voz para o esforço de conscientização em favor da saúde.

Em vídeos especialmente gravados para a iniciativa, eles alertaram para o desafio de enfrentar o diabetes, uma doença silenciosa que afeta também a saúde ocular. Uma das manifestações que atinge os olhos é a chamada retinopatia diabética, que, se não for devidamente tratada, pode levar à perda parcial ou total da visão. Trata-se de uma complicação que afeta milhões de brasileiros.

Diabetes - A cantora Paula Toller explicou que tem diabetes tipo 1, mas que independentemente do tipo da doença é fundamental fazer os tratamentos preventivos. "Recomendo acompanhamento médico, medição da glicemia regularmente e exame oftalmológico todo ano, mesmo que não tenha sintomas, pois quando eles existem o problema de visão se torna irreversível", disse.

Por sua vez, o ator e cantor Gabriel Sater alertou para os cuidados que devem ser incorporados à rotina. "Tome seus medicamentos, conforme as recomendações médicas; mantenha os níveis de açúcar dentro da normalidade; gerencie sua alimentação; e fuja do sobrepeso e da obesidade. E importante: consulte regularmente o oftalmologista, que vai sempre explicar a você o que fazer", explicou.

Rotina - Já o ator Nelson Freitas deu dicas de hábitos saudáveis para prevenir o diabetes. "Incorpore à sua rotina atitudes como ter uma alimentação balanceada, praticar esportes, não fumar e evitar o álcool em excesso", afirmou. O jornalista Tino Marcos lembrou da importância do diagnóstico e tratamento precoces.

"Pessoas com diabetes podem apresentar, depois de alguns anos da doença, alterações dos vasos sanguíneos da retina, que podem inchar e vazar ou até impedir que o sangue passe. Esses achados, quando diagnosticados precocemente, possuem tratamento efetivo. Caso demorem a ser identificados, podem ser irreversíveis. Por isso, visite regularmente o oftalmologista. Faça os exames e siga as recomendações que ele passar", explicou. A mensagem de prevenção também foi enfatizada pelo cantor Zeca Baleiro. "Lembre-se: com o diagnóstico e tratamento precoces, as chances de controle da doença aumentam", afirmou.