

LION



Associação Internacional de Lions Clubes

JAN A MAR 2023 - ANO 24 - N.º 123

www.lionsclubs.org/PO

SEPARATA

BRASIL SUDESTE

Dá pra viver plenamente com

DIABETES

educação
prevenção
cuidado



LC 1 Governadora Pulucena Malta Silva

Assessora para a Revista:
Marly Lameirão Machado | (21) 99922-9448
lameirao1936@gmail.com



DOCES LEÕES

Uma história será contada aqui pela primeira vez. Uma história que está por trás de todo o serviço que o Distrito LC 1 já prestou à causa do Diabetes.

Foram mais de um milhão de folhetos sobre educação em diabetes, milhares de testes de glicemia em praças públicas, incontáveis palestras para pessoas com diabetes em escolas e associações, importantes eventos alusivos ao Dia Mundial do Diabetes nos últimos 15 anos, dezenas de vídeos educativos disponíveis no YouTube, uma parceria com a Associação Carioca dos Diabéticos (ACD) e tantos outros serviços voluntários.



Era 1966, Curitiba (PR). Um jovem advogado de 33 anos – casado há 5 anos, com um filho de 4 anos e uma filha de apenas 1 ano – desmaiou na rua quando retornava para casa. Sua esposa, então com 31 anos, foi chamada ao hospital, onde os médicos comunicaram que se tratava de coma por cetoacidose diabética, condição que muitas vezes abre o diagnóstico de diabetes tipo 1. Com duas crianças pequenas e o marido com diabetes, uma doença pouco conhecida na época, foi um desespero total.

Curitiba não era uma metrópole como hoje e tinha apenas um endocrinologista, especialidade nova no Brasil. Ele logo prescreveu insulina NPH, dieta e exames para medir a quantidade de açúcar na urina.

Para se tratar, o jovem advogado tinha que dosar a quantidade de insulina diária necessária, compreender a sua relação com a dieta e interpretar os exames de urina. Foi uma tarefa que teve que aprender em grande parte por conta própria. Foi a uma livraria, comprou todos os livros médicos disponíveis sobre diabetes, estudou sozinho, dominou a doença e veio a falecer somente aos 87 anos devido à pneumonia, e não ao diabetes.

Esse homem era o futuro LEÃO Izidoro Flumignan, que tendo sobrevivido ao início abrupto da doença entrou em 1978 para o Lions atraído pelo Programa de Conscientização do Diabetes. No curso de sua vida, fez carreira de Promotor de Justiça, mas dedicou-se imensamente ao Lions Clube, pois viu uma forma de ajudar outras pessoas com diabetes, mesmo não sendo médico.

Mas a história não acaba aí.

Dos seus três filhos, dois também adquiriram o mesmo tipo de diabetes, hoje conhecido como diabetes tipo LADA, que exige o tratamento com insulina apesar de iniciar na faixa etária adulta.

O mais velho, com o mesmo nome acrescido do sobrenome da mãe, Izidoro de Hiroki Flumignan, formado em medicina aos 22 anos, especializou-se em endocrinologia por causa da doença do pai e, antes mesmo de se tornar uma pessoa com diabetes, entrou no Lions com a mesma missão de combater a doença por meio da conscientização.

MUNICÍPIOS COM LIONS CLUBES NO DISTRITO LC 1

Duque de Caxias, Paracambi, Petrópolis, Piraí, Resende,
Rio de Janeiro, São João de Meriti, Teresópolis, Volta Redonda.

LC 1

Graças ao Lions, ambos, pai e filho, puderam ajudar milhares de pessoas com diabetes pelo Brasil afora.

Fazer a prevenção do diabetes não é difícil, basta explicar. Precisamos dizer que o diabetes é uma condição crônica superável, infelizmente ainda não curável, algumas vezes revertida. Precisamos explicar que a prevenção se inicia na infância, evitando a obesidade infantil por meio de alimentação saudável e exercícios físicos. Nossas crianças ainda bebem muito refrigerante, comem muita batata frita e doces, além de serem cada vez mais sedentárias devido aos celulares e games on-line.

O mesmo deve ser dito aos adultos acima do peso, pois a obesidade é a maior causa do diabetes tipo 2, que quando diagnosticada no início pode ser revertida através do emagrecimento.

Se não for gerenciado, o diabetes causa transtornos cruéis, como a cegueira, a amputação de membros inferiores e a insuficiência renal, entre outros. Para se ter uma ideia, no final de 2021, o Ministério da Saúde publicou que na região sudeste do Brasil, a cada 3 horas, uma pessoa tem um segmento dos membros inferiores amputados pelo diabetes, dando origem a uma legião de sofrendores silenciosos.

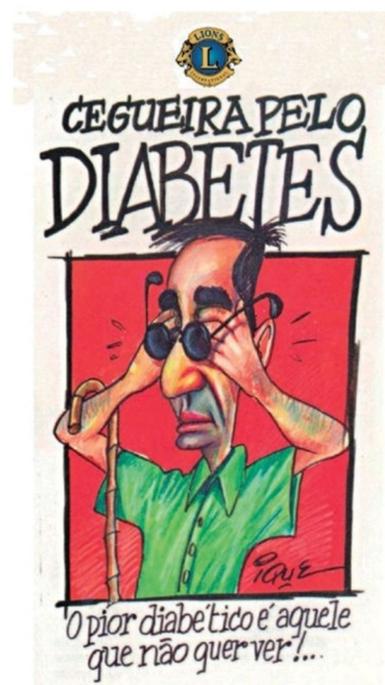
O diabetes é a doença mais cara do mundo, considerando suas morbidades e cronicidades. Precisamos nos lembrar que os medicamentos gratuitos pelo SUS são pagos pelos nossos impostos. Portanto, esses custos atingem também quem não sofre da doença.

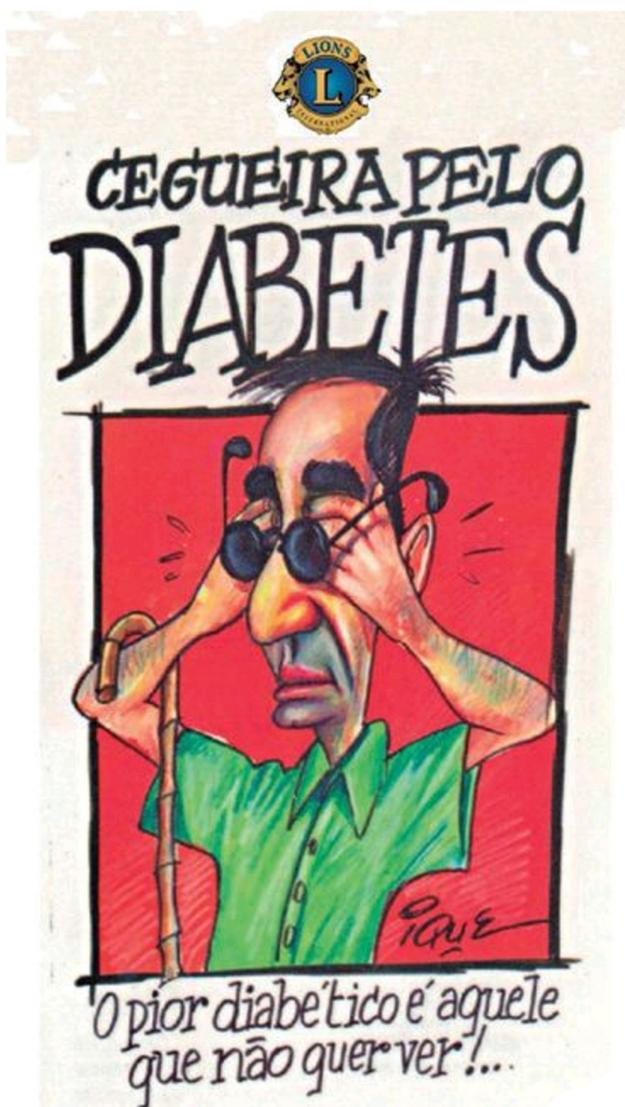
Mas estamos reagindo. No Rio de Janeiro, graças aos esforços da ACD e dos Lions Clubes, conseguimos aprovar em 2021 a Lei da Hemoglobina Glicada, que obriga os laboratórios públicos e privados a comunicarem os resultados alterados deste exame para a Secretaria de Saúde do Estado. Dessa forma, o diabetes pode ser diagnosticado logo no início da elevação glicêmica, prevenindo sua piora e até aumentando as chances de revertê-la.

Junto com a ACD, estamos iniciando uma campanha de redução dos impostos dos alimentos saudáveis e aumento dos alimentos ultraprocessados, pois o excesso de adição de açúcares nos alimentos industrializados é uma causa importante da obesidade e, por conseguinte, do diabetes tipo 2. Não podemos aceitar que um litro de suco de laranja custe mais do que o dobro de um litro de refrigerante.

Dessa forma, temos obtido resultados surpreendentes com a parceria com a ACD, pois o Lions é um grande instrumento conscientizador acerca deste grave problema de saúde pública mundial.

(texto do LEÃO Izidoro de Hiroki Flumignan, Lions Clube Rio de Janeiro)





PARA QUEM PROMOVE ATIVIDADES PARA PESSOAS COM DIABETES

Quadro resumido e simplificado da linguagem recomendada para diabetes

Em nossa Revista ainda não conseguimos fazer todas as alterações necessárias, pois a estrutura de linguagem usada no dia a dia dificulta a substituição de certos termos antigos pelos novos. Mas, enquanto isso, é bom conhecer as justificativas para a nova linguagem, que estão no livreto completo, disponível em:

www.ForumDCNTs.org/post/Linguagem-Importa

USO RECOMENDADO	NÃO RECOMENDADO
Pessoa com diabetes / Pessoa que tem diabetes	Diabético/a
Pessoa com diabetes tipo 1 ou Pessoa com diabetes tipo 2 em uso de insulina	Insulinodependente
Úlceras ou infecção no pé	Pé diabético
Monitoramento / Checagem da glicemia ou da glicose	Teste de glicemia
Manejo / Gerenciamento / Cuidados / Gestão	Tratamento do diabetes
Glicemia capilar / Ponta de dedo	Dextro
Glicemia acima, abaixo ou dentro da meta	Glicose boa ou ruim

FONTE: Barone, MTU; Helman, B; Pedrosa, H; Ripoli, P; et al. Linguagem Importa! Atualização de Linguagem para Diabetes, Obesidade e outras Condições Crônicas de Saúde. Brasil: Fórum Intersetorial para Combate às DCNTs no Brasil (FórumDCNTs): 2022. 1a. reimpressão.

Lions Clubes Internacional

O LIONS INTERNACIONAL é a maior associação de clubes de serviço do mundo. Somos pessoas interessadas em prestar serviços a nossas comunidades, tanto no Brasil como globalmente.

A essência dos Lions Clubes pode ser resumida em duas palavras: Solidariedade e Companheirismo.

Somos pessoas dotadas de um sólido espírito de solidariedade e de uma filosofia que procura o bem comum, trabalhando desinteressadamente para solucionar ou, pelo menos, minimizar os problemas que afligem as comunidades.

Com as mais variadas profissões, filosofias, correntes políticas, raças e religiões, estamos unidos por laços de amizade, compreensão recíproca e companheirismo para melhor realizar nossa missão.