

## Diabetes Tipo 2: (Não Tão) Novas Estratégias

### Type 2 Diabetes: (Not So) New Strategies

**Palavras-chave:** Comportamento Alimentar; Diabetes Mellitus Tipo 2; Dieta; Hábitos Alimentares; Portugal

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Type 2; Diet; Feeding Behavior; Portugal

Caro Editor,

O artigo publicado pela Acta Médica Portuguesa em janeiro de 2024 intitulado “Hábitos Alimentares das Pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2 em Portugal: Um Estudo Transversal”<sup>1</sup> da autoria de Correia Rodriguez *et al*, incide sobre o papel fundamental da alimentação como terapêutica principal da doença, e nos dados preocupantes que resultam do seu incumprimento.<sup>1</sup>

Em 2021, a nível global, estimou-se que 529 milhões de pessoas vivem com diabetes. Dessas, 96% têm diabetes *mellitus* tipo 2 (DM2) associada a fatores de risco tais como índice de massa corporal elevado (52,2%) e a hábitos alimentares de risco (25,7%).<sup>2</sup> Todas as evidências apontam para um aumento da prevalência desta doença, que deve ser encarada como um problema grave e urgente de saúde pública mundial, pelo que o foco dos clínicos deveria centrar primeiramente as intervenções no estilo de vida, nomeadamente na alimentação, com o objetivo principal de perda de peso mesmo que coexista a necessidade de terapêutica farmacológica.

O estudo DIRECT-Aus mostrou que a remissão da doença ocorreu após 12 meses em 56% dos casos,<sup>3</sup> em resultado de um programa de substituição total da dieta durante 13 semanas, seguido de reintrodução alimentar e manutenção de peso.<sup>3</sup> Por outro lado, o estudo *Look AHEAD (Action for Health in Diabetes)* alcançou maior perda de peso no grupo com DM2 aleatorizado para intervenções intensivas no estilo de vida em comparação com o grupo de controlo que recebeu educação para a diabetes (diferença

de -7,9% em um ano e -3,9% em quatro anos).<sup>4</sup> Apenas 2% do grupo de controlo alcançou remissão, mas 11,5% e 7,3% dos participantes na intervenção de estilo de vida intensiva alcançaram remissão em um e quatro anos, respetivamente.<sup>4</sup> Durante os primeiros 12 meses de remissão, a massa de células beta funcional máxima retorna completamente ao normal e permanece assim por pelo menos 24 meses, consistente com a recuperação da função secretora de insulina das células beta, que antes se desdiferenciaram devido ao excesso calórico crónico.<sup>5</sup> A probabilidade de alcançar a remissão após 15% de perda de peso foi demonstrada principalmente pela duração da doença, verificando-se mais facilmente na diabetes de curta duração pela melhor função basal da célula beta.<sup>5</sup>

Apesar de diversas normas de orientação clínica existentes indicarem, na sua maioria, a necessidade de uma intervenção no estilo de vida, esta não é efetivamente levada a cabo, o que poderá dever-se à pouca formação na área de nutrição durante o curso de medicina, à escassez de recursos humanos (médicos, enfermeiros, nutricionistas, etc.) e também à própria dificuldade da mudança de hábitos culturais e pessoais. Assim, é urgente a consciencialização da sociedade e dos decisores das consequências desta doença, mas, principalmente, dos benefícios do seu adequado controlo e remissão.

#### CONFLITOS DE INTERESSE

AM recebeu apoio da Menarini para participar no congresso de 2022 da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna – Congresso Nacional de Medicina Interna.

#### FONTES DE FINANCIAMENTO

Este trabalho não recebeu qualquer tipo de suporte financeiro de nenhuma entidade no domínio público ou privado.

#### REFERÊNCIAS

- Correia Rodriguez B, Rosendo I, Santos Coelho TI, Duarte Mendes P, dos Santos Rodrigues G, Faustino Francisco A, et al. Eating habits of people with type 2 diabetes mellitus in Portugal: a cross-sectional study. *Acta Med Port.* 2024;37:27-35.
- Ong KL, Stafford LK, McLaughlin SA, Boyko EJ, Vollset SE, Smith AE, et al. Global, regional, and national burden of diabetes from 1990 to 2021, with projections of prevalence to 2050: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2021. *Lancet.* 2023;402:203-34.
- Hocking SL, Markovic TP, Lee CM, Picone TJ, Gudorf KE, Colagiuri S. Intensive lifestyle intervention for remission of early type 2 diabetes in primary care in Australia: DiRECT-Aus. *Diabetes Care.* 2023;47:66-70.
- Taheri S. Type 2 diabetes remission: a new mission in diabetes care. *Diabetes Care.* 2023;47:47-9.
- Taylor R. Type 2 diabetes and remission: practical management guided by pathophysiology. *J Intern Med.* 2021;289:754-70.

Ana MORGADO✉<sup>1</sup>

1. Serviço de Medicina Interna. Hospital de Faro. Unidade Local de Saúde do Algarve. Faro. Portugal.

✉ **Autor correspondente:** Ana Morgado. [amargarida.marcelo@gmail.com](mailto:amargarida.marcelo@gmail.com)

**Recebido/Received:** 08/03/2024 - **Aceite/Accepted:** 24/06/2024 - **Publicado/Published:** 02/09/2024

Copyright © Ordem dos Médicos 2024

<https://doi.org/10.20344/amp.21370>

