

5 factos sobre a diabetes tipo 2 e a doença cardiovascular

A doença cardiovascular (DCV) é a principal causa de morte em pessoas com diabetes tipo 2 (DT2).¹ Assim, é realmente importante conhecer os riscos e factos relevantes sobre a DT2 e a doença cardiovascular. Descubra aqui mais sobre os riscos de doença cardiovascular na diabetes tipo 2. Explicamos-lhe 5 factos importantes! #AtTheHeartOfDiabetes

A doença cardiovascular pode desenvolver-se devido da combinação de hiperglicemia e ácidos gordos livres no sangue. Isto pode originar alterações na composição dos vasos sanguíneos. Eles podem ficar mais espessos e provocar alterações do fluxo sanguíneo. Como resultado, podem ocorrer problemas cardíacos e acidentes vasculares cerebrais.¹

Existem três tipos de doenças cardiovasculares:

- Doença coronária (vasos sanguíneos que irrigam o músculo cardíaco)
- Doença cerebrovascular (vasos sanguíneos que irrigam o cérebro)
- Doença arterial periférica (vasos sanguíneos que irrigam os braços e as pernas)²



1: A DCV é a 1ª causa de morte em pessoas com diabetes tipo 2.³

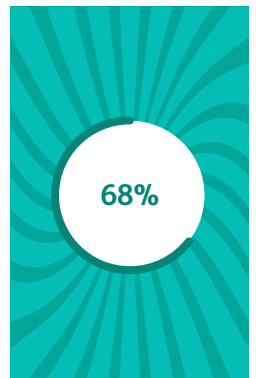
Os principais fatores que contribuem para o aumento da percentagem de doença cardiovascular na diabetes tipo 2 são: o stress e a baixa qualidade do sono.³

Conhece alguém que deva saber mais sobre este facto?

2: Cerca de 68% das pessoas com diabetes tipo 2 com mais de 65 anos morrem por doença cardiovascular.⁴

Isto diz respeito a qualquer tipo de doença cardíaca. Além disso, 16% das pessoas com diabetes tipo 2 com mais de 65 anos morrem de acidente vascular cerebral (AVC). Existem alguns hábitos que contribuem para o risco de desenvolver doença cardiovascular. Por exemplo, a obesidade, uma vida sedentária, tabagismo, hipertensão e mau controlo de açúcar no sangue.⁴

O que faz para reduzir o risco de desenvolver doença cardiovascular?



3: As pessoas com diabetes tipo 2 têm 2,5 vezes mais probabilidades de desenvolver insuficiência cardíaca do que pessoas sem diabetes tipo 2.⁵

Na insuficiência cardíaca (IC), o coração é incapaz de bombear sangue suficiente para sustentar as necessidades metabólicas dos tecidos do corpo.⁶ Fatores de risco importantes no desenvolvimento da IC são a resistência à insulina e a obesidade.⁷ À medida que as pessoas com diabetes tipo 2 envelhecem, têm maior risco de desenvolver IC em comparação com pessoas sem diabetes tipo 2.⁵ Além disso, quando uma pessoa com diabetes tipo 2 tem IC, o risco de morrer de DCV é maior do que em pessoas sem diabetes.^{8, 9}

Sabia que a diabetes tipo 2 aumenta a probabilidade em 60-80% de morte cardiovascular em doentes com IC?¹⁰



4: Pessoas com diabetes e doença cardiovascular têm menos 12 anos de esperança de vida do que uma pessoa sem diabetes nem doença cardiovascular.¹¹

A esperança de vida em pessoas de 60 anos com diabetes tipo 2 e DCV é menos 12 anos. Um questionário demonstrou que apenas 50% das pessoas de idade ≥ 45 anos com diabetes tipo 2 reconhecem os seus riscos de ataques cardíacos ou acidentes vasculares cerebrais. A mesma percentagem nunca debateu isso com o seu médico.¹¹

Já alguma vez falou com o seu médico sobre se tem risco de desenvolver doença cardiovascular?



5: Uma pessoa com diabetes tipo 2 e doença renal têm um risco aumentado de doença cardiovascular.¹²

As duas principais causas de doença renal crónica (DRC) são a diabetes tipo 2 e pressão arterial elevada. É comum pessoas com diabetes tipo 2 terem excesso de açúcar no sangue. Isto pode contribuir para a lesão dos rins e do coração. Adicionalmente, os rins com lesão podem libertar mais "renina", enzima que ajuda a controlar a pressão arterial. Como resultado disto, há um aumento do risco de ataques cardíacos, de insuficiência cardíaca congestiva e de acidentes vasculares cerebrais.¹²

Sabia que até 40% das pessoas com diabetes tipo 2 desenvolverão insuficiência renal?¹⁰



● **Alguma preocupação em relação à diabetes tipo 2 e doença cardiovascular?**

Não hesite em falar com o seu médico.

#AtTheHeartOfDiabetes

Fontes:

1. The Global Diabetes Community. Diabetes and Heart Disease. Disponível em www.diabetes.co.uk/diabetes-complications/heart-disease.html. Último acesso em 12 Julho de 2019.
2. International Diabetes Federation. Cardiovascular disease. Disponível em www.idf.org/our-activities/care-prevention/cardiovascular-disease.html. Último acesso em 12 Julho de 2019.
3. Joseph JJ, et al. Type 2 diabetes and cardiovascular disease: what next? *Curr Opin Endocrinol Diabetes Obes.* 2014;21(2):109-120.
4. American Heart Association. Cardiovascular Disease and Diabetes. Disponível em www.heart.org/en/health-topics/diabetes/why-diabetes-matters/cardiovascular-disease--diabetes. Último acesso em 12 Julho de 2019.
5. Nichols GA, et al. The incidence of congestive heart failure in type 2 diabetes: an update. *Diabetes Care.* 2004 Aug;27(8):1879-84.
6. Coronel R, et al. Defining heart failure. *Cardiovasc Res.* 2001;50(4):19-422.
7. Ponikowski P, et al. 2016 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure.
8. Cubbon RM, et al. Diabetes mellitus is associated with adverse prognosis in chronic heart failure of ischaemic and non-ischaemic aetiology. *Diab Vasc Dis Res.* 2013 Jul;10(4):330-6.
9. MacDonald MR, et al. Impact of diabetes on outcomes in patients with low and preserved ejection fraction heart failure: an analysis of the Candesartan in Heart failure: Assessment of Reduction in Mortality and morbidity (CHARM) programme. *Eur Heart J.* 2008;29(11):1377-1385.
10. Scheinthaner G, et al. SGLT2 inhibitors in T2D and associated comorbidities - differentiating within the class. *C Endocrine Disorders.* 2019;19:64.
11. American Heart Association. Know Diabetes by Heart. Disponível em <https://knowdiabetesbyheart.org/>. Último acesso em 12 Julho de 2019.
12. American Kidney Fund. Heart disease & chronic kidney disease (CKD). Disponível em <http://www.kidneyfund.org/kidney-disease/chronic-kidney-disease-ckd/complications/heart-disease/>. Último acesso em 12 Julho de 2019.

EM-PT-100191_dez2019