

Obrigada por ver esta apresentação
Gostaríamos de recordar-lhe que esta
apresentação é propriedade do autor.

É-lhe fornecida pela Sociedade Portuguesa
de Pediatria no contexto do 19º
Congresso Nacional de Pediatria, para
seu uso pessoal, tal como submetido pelo
autor

© 2018 pelo autor

Dos Genes às Doenças

Haverá alguma peculiaridade portuguesa ?

Sociedade Portuguesa de Pediatria
Estoril, 26 de Outubro de 2018

Presidente: Maria do Céu Machado

Manuel Sobrinho Simões

Prof. Emérito da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto

Director do Ipatimup/ i3S

O PARADOXO PORTUGUÊS

- Resultados Bons em termos de esperança de vida, mortalidade infantil, tratamento de doentes com cancro,...
- Elevadíssimas percentagens de pessoas a queixaram-se de doenças as mais variadas

**“Num país em que a ocupação
geral é estar doente, o maior
serviço patriótico é
incontestavelmente saber curar”**

Afonso da Maia em “Os Maias”

“...Comecei por ler D. Duarte – ...um escritor notável... – porque tem um capítulo espantoso sobre a depressão.”

**Entrevista de António Lobo Antunes acerca de “As Naus”
Público, Ípsilon, 19 de Outubro de 2018**

Menos por menos Pedro Mexia

pedromexia@gmail.com

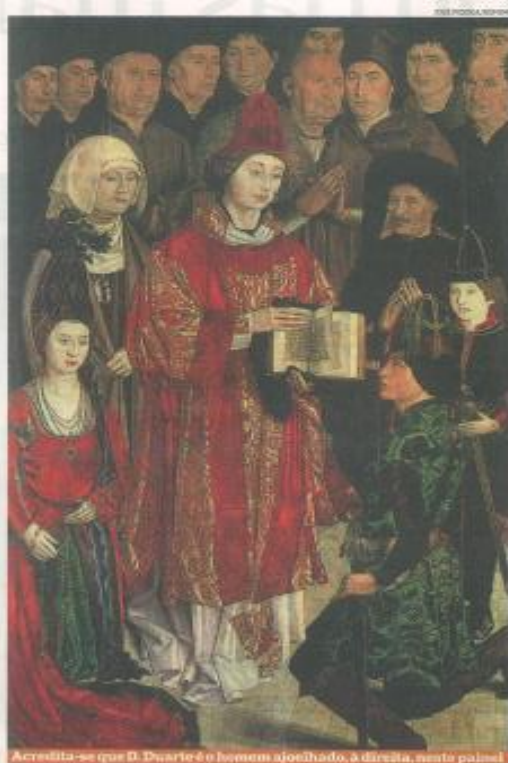


“Da maneira que fui doente do humor menencorico, e del guareci”

Por quanto sey que muitos foram, som, e ao diante seram tocados deste pecado de tristeza que procede da vontade desconcertada, que ao presente chamam em os mais dos casos doença de humor menencorico, do qual dizem os físicos que vem de myltas maneiras per fundamentos e sentidos desvalrados, mas de três moos continuados fuy del muyto sentido, e per special mercede de nosso senhor deus ouve perfeita agude. Assim confesso D. Duarte, contando para memória futura o seu padecimento.

O décimo primeiro rei português nasceu em 1391. Primogénito da Infanta Geração, assistia D. João I na governação desde os vinte anos, mas só subiu ao trono muito mais tarde, em 1433, e morreu cinco anos depois, vítima da peste. Conhecemos os sucessos e insucessos dos seus irmãos, Henrique a iniciar as navegações a partir de Sagres, Fernando cativo em Tânger. O reinado de Duarte é menos famoso. Foi curto e dado a consensos, com alguns desastres pelo meio. O monarca convocou várias vezes as Cortes, trabalhou na compilação que resultaria nas Ordenações Afonsinas, deu um impulso decisivo às Descobertas e foi derrotado pelos mouros em África. Culminou, escreveu dois livros que se tornaram clássicos: *Leal Conselheiro* e *Livro da Ensinança de Bem Cavalgar Toda Sela*, respectivamente um tratado moral e um manual equestre.

O que talvez poucos saibam é que Duarte foi um dos primeiros portugueses a escreverem de forma substancial acerca daquilo a que hoje chamamos “depressão”. O colapso deu-se no início da vida pública do infante, quando o seu pai, ocupado com as guerras africanas, lhe confiou funções executivas. O rapaz, em vez de folgar e gozar a vida, ocupou o tempo todo com despachos,



Acredita-se que D. Duarte é o homem ajoelhado, à direita, nesta pintura

audiências e memorandos. Não aguentou a sobrecarga e teve um esgotamento. No *Leal Conselheiro*, D. Duarte escreveu sobre os pecados, um dos quais, diz, é o pecado da tristeza. Obscuro

com os seus deveres, afastado do convívio social, o ainda infante afovejou um abatimento como não julgava possível. Soube então que a tristeza era, além de um estado, um pecado e uma doença. “E

Não creio que fé, paciência e esperança cheguem para superar uma depressão, mas sei que o testemunho de quem já foi doente e “guareceu” ajuda, e muito

aquel pensamento entrou em meu coração, que per seis meses huu pequeno espaço nunca o del pude afastar, tirandome todo prazer e acrescentandome a mayor tristeza segundo meu juízo que aver podia.”

Além dos seus muitos trabalhos, havia ainda a peste, que grassava, e outras causas que faziam da tristeza uma patologia: o sofrimento físico, o desejo frustrado, o luto, e assim por diante. Duarte teve febres, dores, e um “pastamento de coação” que durou três anos. Os médicos não o aliviavam, os ele puramente não seguia as suas recomendações, mas aproveitou a provisão para se conhecer a si mesmo. Com uma vocação pedagógica, Duarte sabia que o autoconhecimento é que dá autoridade ética para falarmos depois em tese geral. Escreve Afonso Botelho na introdução a uma antologia de textos do monarca: “Não há dúvida de que o estudo da tão referida merencória de D. Duarte se desenvolve num horizonte do conhecimento bem mais próximo da experiência e da observação, embora sempre na ‘obediência’ ao caminho da fé e na esperança da cura. É, ainda, portanto, o sentido da recuperação e da redenção que orienta a actividade especulativa de D. Duarte neste capítulo. E, no entanto, tem servido tal tema para estigmatizar o carácter do rei, com a debilidade e a doença,

ele que não só venceu isolado o seu próprio sofrimento como dele extraiu uma ‘anamnese’ que serviria ao estudo clínico da doença (...)”. Botelho alude aqui a Oliveira Martins, um dos que pôs em causa as capacidades de D. Duarte. A depressão do rei já foi, aliás, interpretada em chave freudiana: ele sofria porque queria ser digno do pai, ter o amor da mãe, estar à altura dos irmãos. Mas Duarte não fica diminuído na comparação com os seus irmãos, ainda que seja menos conhecido; foi impecável no auxílio ao pai e competentíssimo enquanto rei; e os cuidados que teve com a mãe agonizante é que o libertaram do seu próprio sofrimento, o que ajudou à cura.

“Da maneira que fui doente do humor menencorico, e del guareci”, assim se chama o capítulo de leis conselhos de D. Duarte, que nos conta que sobreviveu à custa de esperança, paciência e fé, “nuncia porum sentido huu sou prazer chegar ao coração livremente como ante fasia”. O testemunho de um rei, que sendo soberano é também súbdito do sofrimento, é uma digna companhia para os nossos infortúnios: “Eu entendo que mytos no que sobre isto tenho scripto, e aliante escrevo, ainda que per fundamento desavayrados syttem a tristeza, devem com a graça de deus aver esforço, conselho e avisamento, com grande parte de boa speranza.”

Não creio que fé, paciência e esperança cheguem para superar uma depressão, mas sei que o testemunho de quem já foi doente e “guareceu” ajuda, e muito. “A não me pequeno conforto e remédio aos que som desmo tocados saberem como os outros sentiram o que elles padecem, e ovierem comprida saude, por que ha os seus principaes sentimentos he pensarem que outrem ja mais nunca tel sentio que fosse tornado a seu boo stado em que antes era.”

**52.9% of the Portuguese suffer
from different mental disorders,
depression being the most
prevalent**

“Official” data, 2010

**Diabetes afecta
um milhão de portugueses**

PÁG. 9

**Dispensa de medicamentos
em unidose contestada**

PÁG. 12

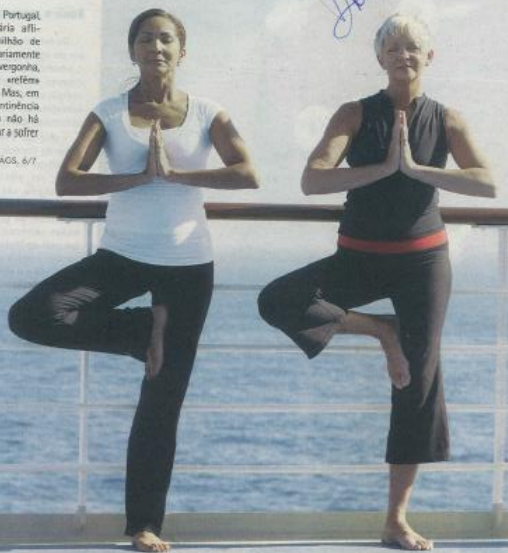
saúde PÚBLICA®

N.º 89 Este jornal é parte integrante da edição do Expresso n.º 1950, de 13 de Março de 2010. Venda Interdita.

Tome as rédeas da sua bexiga

Calcula-se que, em Portugal, a incontinência urinária aflija perto de meio milhão de portugueses (maioritariamente mulheres). Por meio ou vergonha, ainda há quem viva à margem da vontade da bexiga. Mas, em certos casos, a incontinência tem cura, pelo que já não há desculpas para continuar a sofrer em silêncio.

PÁGS. 6/7



Derrubar as barbas da epilepsia

Em Portugal, estima-se que os 70 mil casos de epilepsia. Mas, os que sofrem desta condição EPI, em parceria com a Liga Portuguesa de Epilepsia, lançou recentemente de apoio a familiares e portados

Como vencer o da próstata?

Todas as coisas surgem na 400 mil novos casos de câncer e morrem cerca de 80 mil há o diagnóstico precoce e o d de novos tratamentos têm dit década, uma mudança de parad da próstata. Em finais precoces, deste carcinoma ronda os 80%.

Noctúria: despe para este probl

A noctúria, distúrbio urinário qu a necessidade de urinar com freq o período de sono, pode ser i pesadelo na vida destes doent Dr. Luís Abrantes Monteiro, a vesperações no desempenho la capacidade de concentração,) consecutivas à casa de banho, sino a quem sofre desta perturba

Evitar as compli da falência rena

No nosso País, cerca de 2500 pres hiperparatiroidismo secundário. É afecta os doentes com insuficiência (IRC) e caracteriza-se pelo aume da secreção da hormona paratiróica originar complicações a nível das calcificações dos vasos sanguíneos

**Doença renal crónica aflige
10% da população europeia**

PÁG. 7

**Novas regras para melhorar
informação sobre medicamentos**

PÁG. 8

saúde PÚBLICA®

N.º 90 Este jornal é parte integrante da edição do Expresso n.º 1953, de 2 de Abril de 2010. Venda interdita.

Próxima edição
Maio

Um quarto da população sofre de doenças reumáticas

Estima-se que um quarto da população portuguesa, em determinado momento da sua vida, sofra de doenças reumáticas. As queixas mais frequentes são a dor ou a incapacidade. Segundo o Dr. Rui André, estudo faz prever que, nos próximos 20 ou 30 anos, o número de doentes com patologia reumática, sobretudo degenerativa, cresce ainda mais.

PÁGS. 4/5

Contra a artrite reumatóide, andar, andar

Diabetes controlada com ajuda da cirurgia

A cirurgia metabólica é a mais recente promessa no controlo da diabetes. Em estudo está ainda a aplicação desta técnica em doentes não-obesos. Mas, para já, os resultados ainda são preliminares. Será o bisturi a chave para controlar futuramente a doença?

PÁG. 6

Os números indicam que perto de 30 mil pessoas sofrem de artrite reumatóide em Portugal. Os especialistas reforçam a mensagem de que o rumo desta patologia, que paulatinamente vai desgastando as articulações, pode ser alterado, desde que haja uma acção precoce.

PÁGS. 2/3

audiorent

Soluções de áudio para todos os ambientes

Doenças crónicas afectam 5,2 milhões de portugueses

Alexandra Campos

Doentes enchem os serviços de urgência porque as suas patologias não estão controladas

● Mais de dois terços dos grandes frequentadores das urgências (com quatro ou mais admissões por ano) recorrem a estes serviços por descompensação das suas doenças crónicas. Trocado por miúdos, isto significa que estes doentes não necessitariam de se deslocar às quase sempre superlotadas urgências se as suas patologias estivessem devidamente controladas.

E conseguir controlar as doenças crónicas constituiria um avanço considerável em Portugal, país em que mais de metade dos portugueses (5,2 milhões, ou seja, 54 por cento da população) sofre pelo menos de uma patologia crónica, cerca de 2,6 milhões

Taxa de prev

54%

da população sofre menos uma doença de acordo com o último Inquérito Nacional de Saúde, mas estudos das sociedades científicas apontam para prevalências superiores

A situação continua em cada ano, estas doenças representam um por cento entre a população geral e cerca de 2,5 por cento dos portugueses, não só por causa da esperança de vida, mas também devido "aos comportamentos e ao aumento dos factores de risco, como a obesidade e o tabaco". E o problema

Taxa de prevalência

54%

da população sofre de pelo menos uma doença crónica, de acordo com o último Inquérito Nacional de Saúde, mas estudos das sociedades científicas apontam para prevalências superiores

“From genes to disease. Is there a Portuguese peculiarity?”

The answer to this question is “Probably not” if one excludes some rare hereditary conditions.

Then, another question arises. How come there are so many Portuguese claiming to be ill?

Manuel Sobrinho Simões, 2010

“From genes to disease. Is there a Portuguese peculiarity?”

The half-million rule

In the “Health milieu” some specialists refer to the “half-million rule”: There are about half million Portuguese suffering from obesity, and the same holds true for chronic pain, depression, fibromyalgia, sleeping problems, allergic conditions, and so on and so forth. The numbers go up in hypertension, diabetes, cancer, dental problems,... but nobody knows for sure the exact figures.(One million? Two million?)

Manuel Sobrinho Simões, 2010

“From genes to disease. Is there a Portuguese peculiarity?”

Even in relatively uncommon disorders the Portuguese appear be leading the “numbers race”: **it is estimated that about 800 000 Portuguese have rare or very rare diseases.**

Manuel Sobrinho Simões, 2010

Genes ou Ambiente ?

Que tal comparar com o que se passa em Espanha ?

High-resolution mtDNA evidence for the late-glacial resettlement of Europe from an Iberian refugium.

Pereira L.... Amorim A: Genome Research 15: 19-24, 2005

“Provou-se o papel preponderante da Península Ibérica no re-povoamento da Europa depois do Último Máximo Glaciar, há cerca de 15.000 anos”



Finisterra



○Compostela

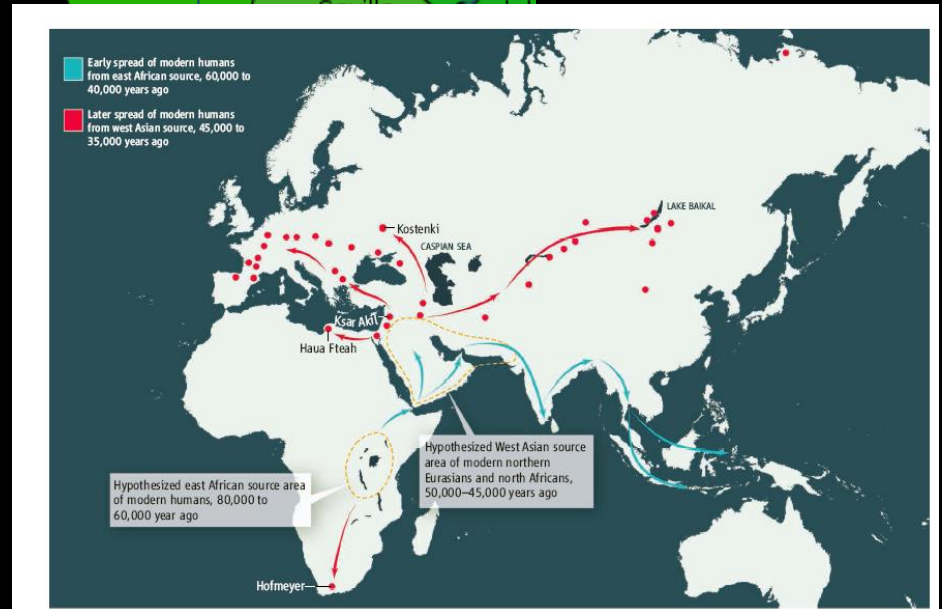
○Portus

H. NEANDERTHAL
H. SAPIENS
ROMANS
JEWS
SWEVES
VISIGOTHS
NORTH AFRICANS/MOORS

.....
SANTIAGO LEGEND
(Sec. IX on)



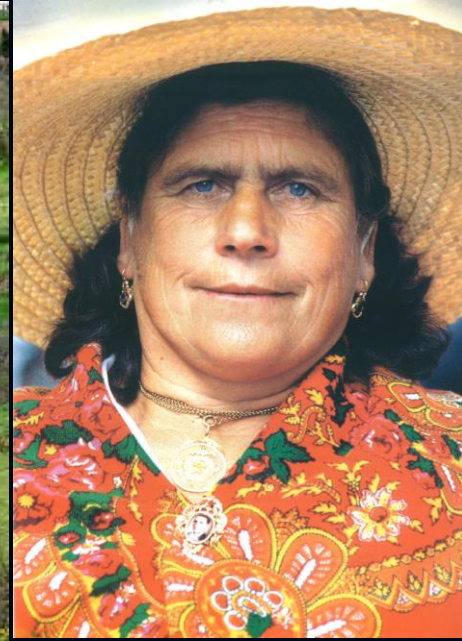
Cabo da Roca



**O Legado Genético da Diversidade Religiosa e da Intolerância.
Linhagens paternas dos cristãos, judeus e muçulmanos na Península Ibérica**

	Ibéricos	Sefarditas	Magrebinos
Norte de Portugal	64,7%	19,8%	11,8%
Galiza	62,3,%	16,9%	20,8%

Jobling JM et al, Am J Hum Genet, 2008



Minifúndios



Dos genes às doenças

Obesidade
Diabetes
Hipertensão
Insuficiência renal



**Actualmente é
um grande
problema nas
crianças
portuguesas
(e nos
adultos.....)**

Doença

Disease

Illness

Sickness

DOENÇAS CIVILIZACIONAIS & EMERGENTES

OBESIDADE

DIABETES

S.I.D.A.

TUBERCULOSE

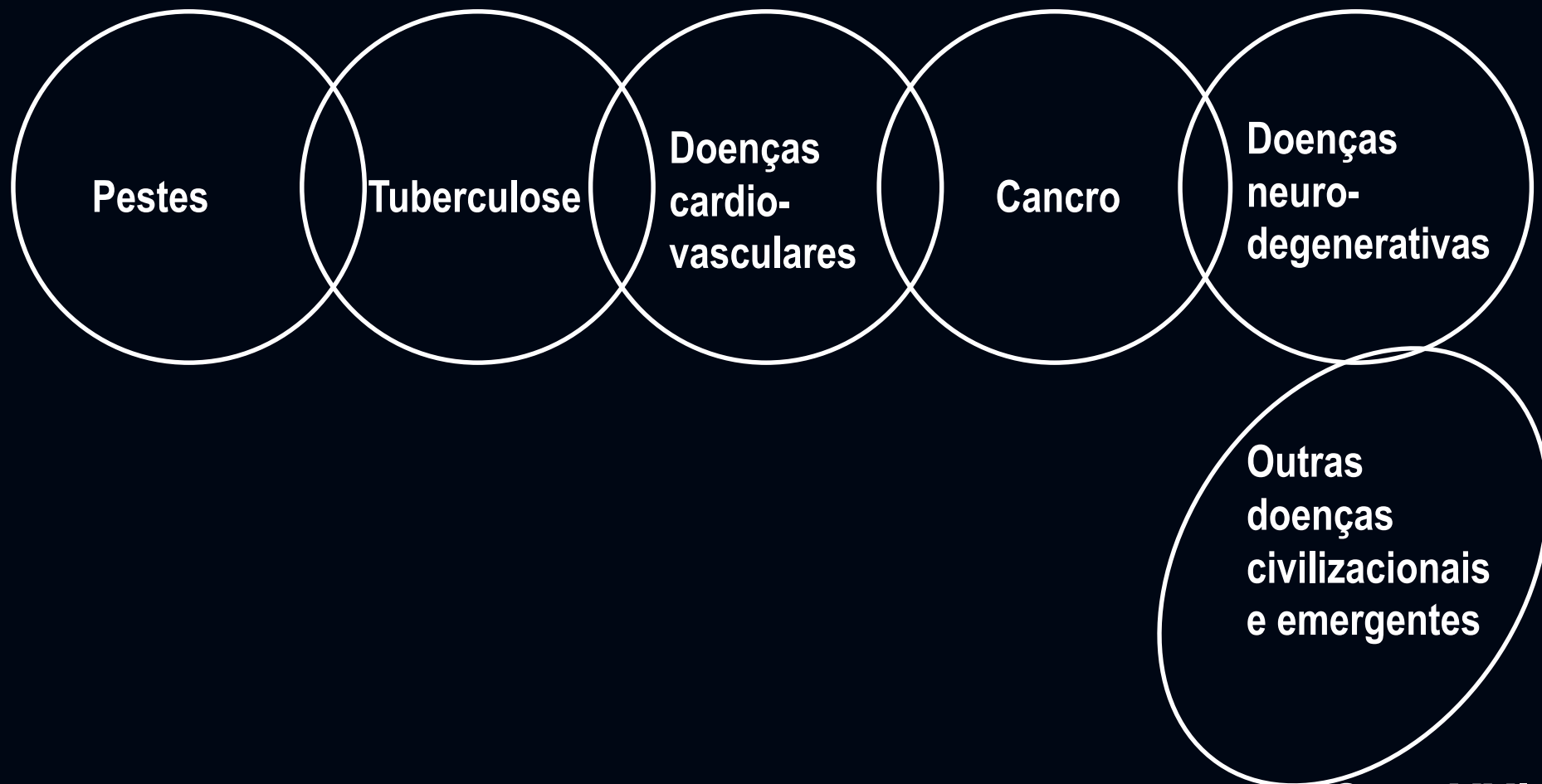
CANCRO

DEPRESSÃO

D.NEURODEGENERATIVAS

PAT GERIÁTRICA

.....



Idade Média → Sec. XXI

O problema não são os genes mas sim os comportamentos (alimentação, estilo de vida,...)

Talvez haja alguma influência “metagenômica”

**The
Economist**

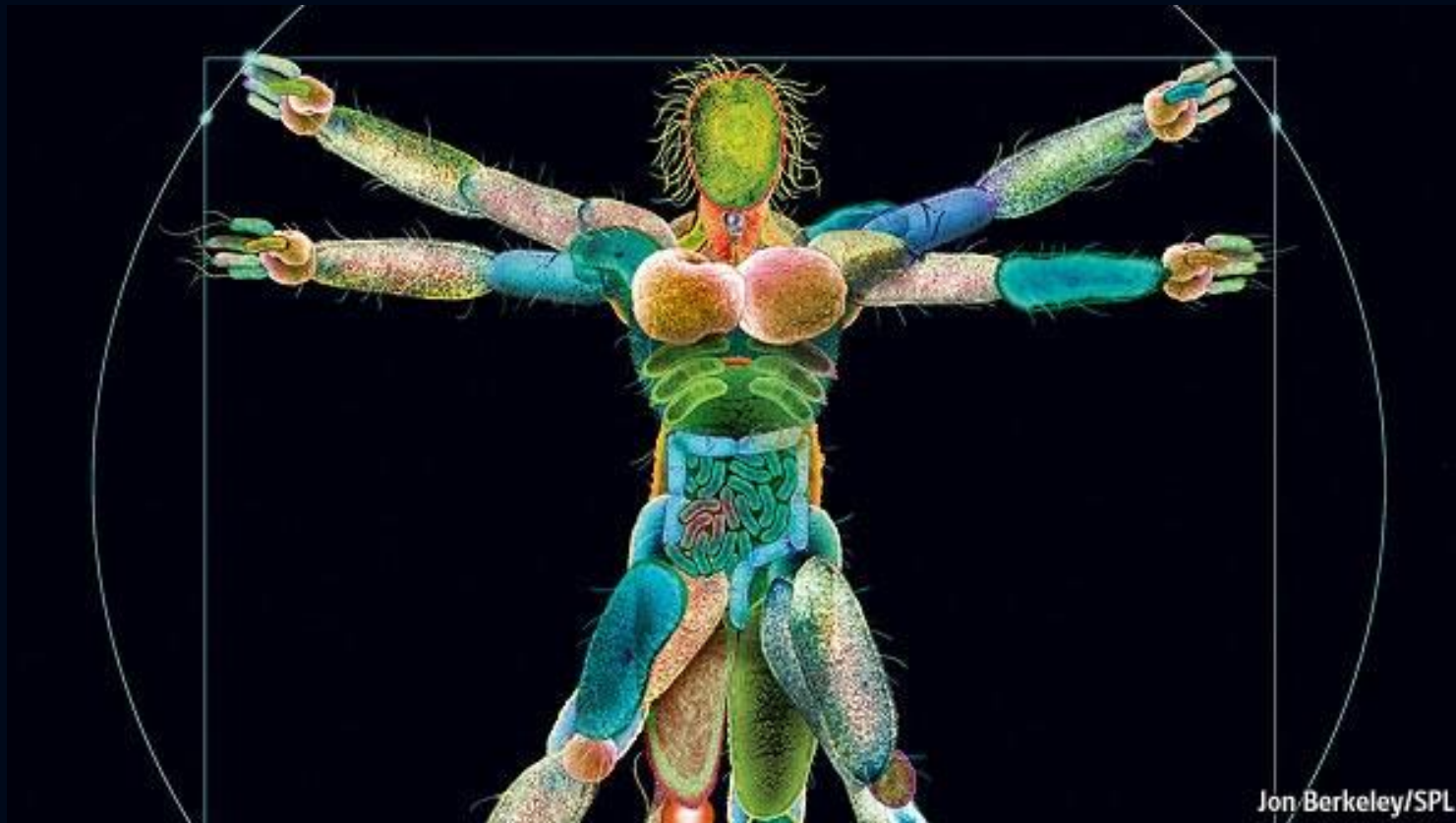
METAGENOMICA

Modern medicine

Microbes maketh man

**People are not just people. They are an awful lot of
microbes, too**

Aug 18th 2012 | from the print edition



**Para além da provável influência
dos microbiomas na
saúde/doença dos seres humanos
será um “estado de doença”**

Educação, cultura, religião...

Iliteracia, inumeracia

No início do sec. XXI, Portugal continua a ter cerca de 10% de analfabetos, o mesmo valor que o norte da Europa registava no final do sec. XIX

Maria João Valente Rosa, Expresso, 1 de Maio, 2010

Problema de Portugal

“...o grande mal, o maior mal, não é o analfabetismo, é o iletrismo das classes dirigentes”

Ricardo Jorge citado por J. Celestino da Costa, FCG, 1999

31%

dos jovens deixaram de estudar antes de concluir o secundário. A taxa de abandono escolar é mais do dobro da União Europeia

Trabalhadores portugueses são os menos qualificados da Europa

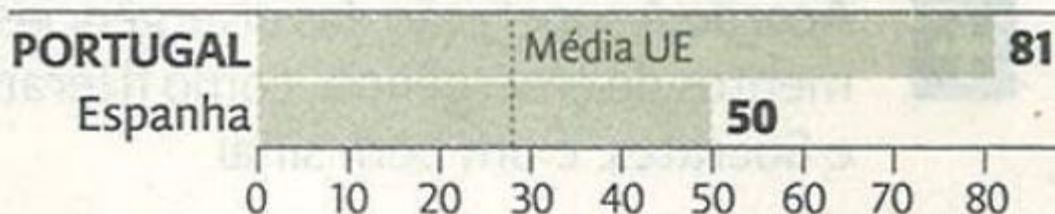
Adultos (25-64) que concluíram pelo menos, o ensino secundário, em percentagem



FONTE: OCDE

Maioria dos patrões portugueses não tem mais que o 9º ano

Percentagem de patrões só com o ensino básico



FONTE: INE

Só 9% dos empregadores nacionais têm curso superior, 10% chegaram ao secundário e a esmagadora maioria (81%) nunca foi além do 9º ano. Na Europa, só 28% dos patrões, em média, têm o ensino básico. Tendencialmente, os chefes são mais velhos do que os empregados e é nesses escalões etários mais altos que há mais falta de habilitações.

Além da possível influência dos microbiotas, poderá o “estado de doença” dos portugueses ser de causa ambiental/sócio-cultural ?

Educação, cultura, religião...

Iliteracia, inumeracia

**Influência biológica e sócio-cultural
da nossa localização ultraperiférica**

Portugal: Sociedade de elevado contexto

Quase toda a gente se sente doente independentemente da sua causalidade genética

Além do individualismo, as características da população portuguesa são determinantes pelas suas **relações familiares e contextuais**, a **sujeição excessiva a figuras autoritárias**, o **exagero da informalidade/corrupção...**

“Os portugueses são de um individualismo mórbido e infantil de meninos que nunca se libertaram do peso da maezinha”

Jorge de Sena, Dia de Camões, Guarda, 10 de Junho de 1977

O Homem “biológico”

funde-se com

O Homem “sócio-cultural”

Consumo, consumo,...

Alimentação, alimentação, ...

Sedentarismo, sedentarismo, ...

.....

“DISRUPTORES ENDÓCRINOS”





Poluição luminosa na faixa litoral de Portugal
O mesmo se passa com a **poluição sonora**

O exagero comunicacional (internet, telemóvel,...) vai criar cada vez mais doenças “sociais”

**e muitas outras
“sociopatias”...**



DOENÇAS CIVILIZACIONAIS & EMERGENTES

OBESIDADE

DIABETES

S.I.D.A.

TUBERCULOSE

CANCRO

DE

ALTERNATIVAS

OBSTETRICIA

.....
“ENVELHECIMENTO”

Portugal tem

maior

obesidade

nas crianças

**E não tem a ver
com os genes
portugueses !**