

E.P.P.F

Escola Básica .P. Ferreira

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Tema de vida saúde

EFA B2A

Tema de vida: **Saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Construção curricular

Desagregação do Tema de Vida em Questões Geradoras

Quais os cuidados a ter para uma vida saudável?

Qual o papel das
medicinas
alternativas na
prevenção/tratamen
to das doenças?

Quais as doenças
com maior
mortalidade em
Portugal?

Tema de vida: **Saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Principais doenças causadoras de morte em Portugal

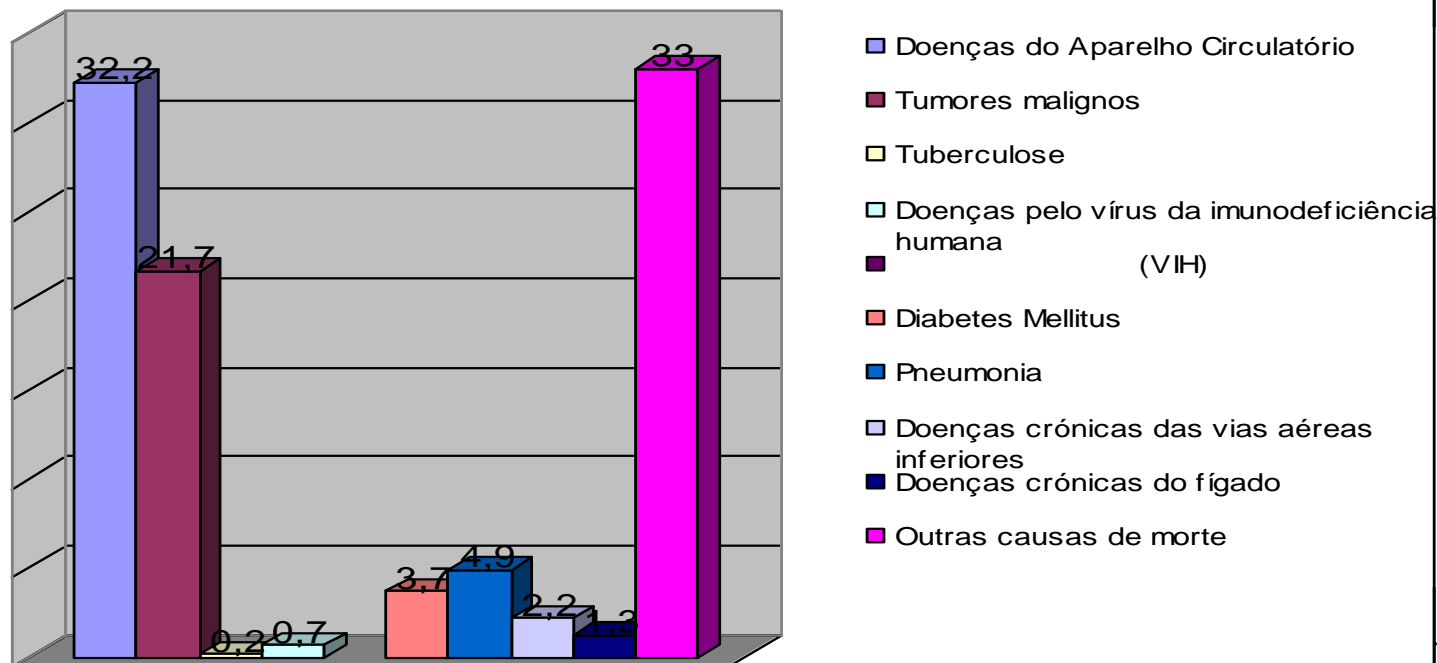
As doenças do aparelho circulatório cardiovasculares e hipertensão continuam a ser a principal causa de morte em Portugal, se não levarmos em conta as outras causas de morte, ou seja, aquelas que são desconhecidas. As referidas doenças matam cerca de 32,2% de Portugueses, seguidas dos tumores / neoplasias com 21,7 % , de acordo com os últimos dados recolhidos que se referem ao ano de 2006. Entre as doenças do aparelho circulatório, as cerebrovasculares continuam a ser a primeira causa de morte. Os problemas de hipertensão, os níveis elevados de colesterol, os hábitos alimentares e os estilos de vida incluindo a sedentarização explicam a importância que estas causas de morte assumem. Entre os tumores malignos, em 2006, o da laringe, traqueia, brônquios e pulmões ocupa o primeiro lugar como causa de morte nos homens seguido do tumor da próstata. Nas mulheres a sequência inicial é, sendo seguida pelo tumor maligno da mama e cólon.

Tema de vida:

saúde

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Doenças com maior mortalidade em Portugal



Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Mais informação

- A Diabetes
- Alcoolismo
- Hepatite
- O Vírus H1N1 (Gripe A)
- Tabagismo

Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Formandos intervenientes:

- @Adão Manuel da Silva Barros
- @Arlindo Marcos Monteiro Maia
- @Eduardo Saavedra Silveira
- @Jaime Pinto de Babo
- @Jorge Manuel da Mota Oliveira
- @José Manuel Alves da Costa
- @Paulo Jorge Pereira de Almeida
- @João Roque Fonseca Correia

Fim da apresentação

Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

A Diabetes

O que é a diabetes?

A diabetes é uma doença crónica que se caracteriza pelo aumento dos níveis de açúcar (glicose) no sangue e pela incapacidade do organismo em transformar toda a glicose proveniente dos alimentos. A quantidade de glicose no sangue chama-se glicemia e quando esta aumenta diz-se que o doente está com hiperglicemia.

Quem está em risco de ser diabetico?

A diabetes é uma doença em crescimento, que atinge cada vez mais pessoas em todo mundo e em idades mais jovens. No entanto, há grupos de risco com fortes probabilidades de se tornarem diabeticos:

Homens e mulheres obesos;

Doentes com problemas no pâncreas ou com doenças endócrinas.

Urinar em grande quantidade e muitas mais vezes, especialmente durante a noite (poliúria);

Sede constante e intensa (polidipsia);

Visão turva e fadiga.



Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

ALCOOLISMO

O alcoolismo é o conjunto de processos relacionados com o consumo excessivo e prolongado do álcool, ou seja, é o vício de ingestão excessivo de bebidas alcoólicas.

Existem variantes do alcoolizados em pendência, a abuso e a intoxicação por álcool (embriaguez).

Algumas causas que podem levar ao alcoolismo:

- Tendência afluir às responsabilidades
- Sofrer de angústia, ser agressivo, resistir mal às frustrações e às tensões.
- O nível de consciência pode levar a uma conduta impulsiva.
- Negligência perante a família.
- Frequentes perdas de emprego.

Algumas consequências destes tipos de consumos:

- Ocorrência de acidentes domésticos.
- Ocorrência de cadentes condução.
- Violência e abusos.
- Negligência infantil conflitos familiares.
- Incapacidade prematura e morte.



Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

O que é hepatite?

A hepatite é basicamente uma infecção no fígado. Existem vários tipos de hepatite e a gravidade da doença é variável em função disso e também dos danos já causados ao fígado quando descobrimos.

Dependendo do seu tipo, a hepatite pode ser curada de forma simples, apenas com repouso, ou pode exigir um tratamento mais prolongado.

As hepatites podem ser provocadas por bactérias, por vírus, entre os quais estão os seis tipos diferentes vírus da hepatite (A, B, C, D, E, G) e também pelo consumo de produtos tóxicos como álcool, medicamentos e algumas plantas.

Os vírus da hepatite podem ser transmitidos através da água, alimentos contaminados, contacto com sangue ou por via sexual.



Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

O Vírus H1N1-Gripe

Alguns Cuidados

- Quando tossir ou espirrar tape o nariz e a boca com um lenço de papel.
- Se não tiver um lenço cubra com antebraço.
- Lave as mãos com água e sabão durante mais de 20 segundos ou com toalhetes de álcool se não for possível lavar apenas com água já é positivo.
- Limpe, com produtos de limpeza os objectos da sua casa e abra as janelas e para arejar a sua casa.
- Se tiver febre com início súbito superior a 38 graus de febre ó dor de cabeça, tosse e calafrios cansaço ou dores de garganta e dores musculares, congestão nasal, possível diarreia ou vómitos.

Durante quanto tempo uma pessoa infectada pode transmitir o vírus a outras?

- Os doentes podem infectar (contagiar) outras pessoas por um período até 7 dias.
- Doente mantém a capacidade de infectar outras pessoas durante todo tempo em que manifestar sintomas.

A vacina da gripe sazonal é eficaz contra o novo vírus da Gripe A (H1N1)?

- Não há evidência científica, até ao momento, de que a vacina contra a gripe sazonal confira protecção contra a Gripe A (H1N1).



Tema de vida: **saúde**

Quais as Doenças com maior mortalidade em Portugal

Tabagismo

O que é o tabaco?

Foi introduzido em Portugal e em Espanha, no século XIV.

(Foi chamada erva santa) é hoje reconhecida como substância prejudicial à saúde. No fumo de tabaco foram identificados cerca de 4.000 constituintes, distribuídos por uma fase gasosa e uma fase de partículas. O principal componente da fase gasosa é o monóxido de carbono a fase de partículas e constituída, por nicotina e alcatrão. O alcatrão é uma complexa mistura contendo hidrocarbonetos aromáticos, que constituem os principais agentes cancerígenos.

