

# Porque as Hormonas são Importantes

O que são e como afetam as nossas vidas.



## Dia Europeu da Hormona

Porque as Hormonas são Importantes  
23 de Maio de 2022

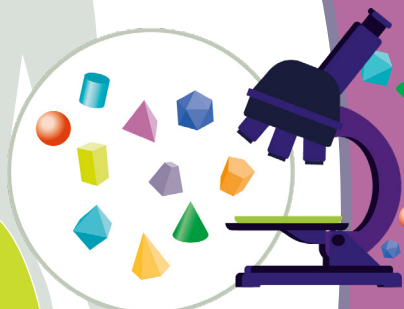
### Como funcionam as hormonas?

- As hormonas são mensageiros bioquímicos que circulam no corpo e controlam o funcionamento das células e órgãos do corpo.
- As hormonas são essenciais e estão envolvidas:
  - no crescimento e desenvolvimento
  - na resposta ao stress
  - no metabolismo
  - na função sexual
  - na forma física e bem-estar
- Existem várias hormonas, cada uma com a sua função essencial.

Insulina  
Cortisol  
Testosterona  
Leptina  
Adrenalina  
Estrogénios  
Melatonina  
Prolactina  
Tiroxina  
Hormona crescimento  
e muito mais

### O que é a Endocrinologia?

- A Endocrinologia estuda as hormonas e os seus efeitos na saúde e na doença.



### O que são doenças endócrinas?

- As doenças endócrinas são causadas e caracterizadas por alteração dos níveis hormonais (demasiado altos ou baixos).
- As doenças endócrinas incluem obesidade, diabetes, doenças da tireóide, cancro, obesidade, doenças do crescimento, hipertensão, osteoporose, infertilidade e disfunção sexual e várias doenças raras.
- Mais de 75% da população precisará de um endocrinologista durante a sua vida**

Junte-se ao Dia Europeu da Hormona em:  
[www.europeanhormoneday.org](http://www.europeanhormoneday.org)

#BecauseHormonesMatter  
#DiaEuropeuDaHormona

#EuropeanHormoneDay  
#PorqueAsHormonasSaoImportantes

© 2022 Sociedade Portuguesa de Endocrinologia Diabetes e Metabolismo

 **European Society of Endocrinology**  
[www.es-e-hormones.org](http://www.es-e-hormones.org)

 **European Hormone and Metabolism Foundation**  
[www.es-e-foundation.org](http://www.es-e-foundation.org)

 **SPEDM**  
SOCIEDADE PORTUGUESA DE ENDOCRINOLOGIA, DIABETES E METABOLISMO  
[www.spedm.pt](http://www.spedm.pt)

# Porque as Hormonas são Importantes

É altura de reconhecer o papel das hormonas na vida, na prevenção e no tratamento de algumas das doenças mais prevalentes do mundo.



## Dia Europeu da Hormona

Porque as Hormonas são Importantes  
23 de Maio de 2022

### Cancro

**CANCRO**  
é a segunda principal causa de morbilidade e morte na Europa<sup>I</sup>

**3,7**  
Milhões  
casos  
por ano<sup>I</sup>

**1,9**  
Milhões  
mortes  
por ano<sup>I</sup>

A sobrevivência mediana das pessoas com tumores neuroendócrinos é **33 meses**<sup>II</sup>

Mais de **50 000**  
novos casos de cancro da tiróide por ano<sup>III</sup>

#### MEDIDAS A IMPLEMENTAR

Fortalecer a perspetiva endócrina e reconhecer os cancros endócrinos no Plano Europeu de Luta Contra o Cancro e nas oportunidades de financiamento para a investigação no programa Horizonte Europa.

### Disruptores Endócrinos

Exposição através da inalação, consumo de comida e água, pele



Mais de **1 500**

substâncias químicas nos plásticos suscitam preocupação e contribuem para a incidência de cancro endócrino, obesidade, diabetes, doenças da tiróide, osteoporose e infertilidade<sup>IV</sup>

Entre **157 € e 270 €** mil milhões por ano em despesas de saúde e perda de potenciais ganhos na Europa<sup>V</sup>

#### MEDIDAS A IMPLEMENTAR

Reforçar e harmonizar a legislação e respeitar o princípio da precaução para evitar a produção e exposição a pesticidas, biocidas e produtos de consumo que contenham potenciais disruptores endócrinos.

### Obesidade

Até **40%**

de todos os cancros diagnosticados são atribuídos ao excesso de peso ou obesidade.<sup>VI</sup>

A obesidade aumenta o risco de comorbilidades e é responsável por cerca de **80%**

dos casos de diabetes tipo 2<sup>VII</sup>

**1/3**

doença cardíaca isquémica<sup>VIII</sup>

e **55%** da hipertensão, em adultos, na Europa<sup>VIII</sup>

**1/2** dos adultos<sup>IX</sup>

e **1/3** das crianças, na Europa, vivem com excesso de peso ou obesidade<sup>X</sup>

#### MEDIDAS A IMPLEMENTAR

Reconhecimento da obesidade como uma doença endócrina crónica por todas entidades nacionais e Europeias, com foco na prevenção e desenvolvimento de novas opções de tratamento.

### Doenças Endócrinas Raras

As doenças raras afetam aproximadamente

**30**  
Milhões  
de pessoas na Europa<sup>XI</sup>

Mais de

**400**

doenças raras estão relacionadas com o sistema endócrino<sup>XII</sup>

Os principais aspetos a abordar são: As doenças raras são frequentemente crónicas e ameaçadoras da vida, com diagnóstico tardio, necessitam de centros de referência e muitas doenças não têm cura.

#### MEDIDAS A IMPLEMENTAR

Alocar recursos para o fundamental desenvolvimento das Redes Europeias de Referência, impulsionar a criação de registos e inovação em diagnóstico e tratamento.

Junte-se ao Dia Europeu da Hormona em: [www.europeanhormoneday.org](http://www.europeanhormoneday.org)

#BecauseHormonesMatter #EuropeanHormoneDay #DiaEuropeuDaHormona #PorqueAsHormonasSaoImportantes

<sup>I</sup> WHO/Europe | Cancer - Data and statistics

<sup>II</sup> <https://www.esmo.org/content/download/8584/174877/file/ESMO-Epidemiology-classification-and-clinical-presentation-of-NETs-A-European-Perspective.pdf>

<sup>III</sup> An innovative non-invasive tool for thyroid cancer screening | News | CORDIS | European Commission (europa.eu)

<sup>IV</sup> Enabling a circular economy for chemicals in plastics | Elsevier Enhanced Reader

<sup>V</sup> High disease costs attributed to EDC exposure | Food Packaging Forum

<sup>VI</sup> <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/66/wr/mm6639e1.htm>

<sup>VII</sup> Diabetes and obesity rates soar | Diabetes UK

<sup>VIII</sup> [https://www.euro.who.int/\\_data/assets/pdf\\_file/0008/98243/E89858.pdf](https://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/98243/E89858.pdf)

<sup>IX</sup> <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29036436/>

<sup>X</sup> Childhood Obesity on the Rise in Europe (caloriecontrol.org)

<sup>XI</sup> Rare diseases | European Commission (europa.eu)

<sup>XII</sup> eur-eca-core-registry-conditions-dictionary-v3.2.xlsx (live.com)